Zellteilung - mein 17249. Tag

icht jeder ist gerne bereit zu teilen – Märchenkönig Ludwig der Zweite war da schon als kleiner Junge eher die Ausnahme: getadelt wurde er, wenn er kostbares Schnitzwerk und goldgelacktes Spielzeug mit Kindern aus weniger bemittelten Häusern teilte oder es gar herschenkte. Und auch lebendige Zellen teilen sich gerne und reichlich, wie man beispielsweise am raschen Wachstum von Hefekulturen unter dem Mikroskop erkennen kann. Zellteilung bedeutet Erneuerung und Verjüngung. Es ist wohl das wichtigste Kennzeichen des Lebens überhaupt. Verliert eine Zelle oder gar ein ganzer Organismus die Fähigkeit, sich zu teilen, dann bezeichnen wir ihn als *tot*.

Für mich war es äußerst interessant und aufschlußreich, dass ich heute morgen einen Heißhunger auf das Wunderkorn der Azteken, den *Amaranth* bekam. Aufschlußreich deshalb, weil ich ja gestern über die Macht der gedanklichen Visualisierung geschrieben habe, im speziellen über die *Neubildung von Körperzellen*, die wir durch innere Bilder anregen können. Und nun wollte mein Körper heute unbedingt Amaranth haben. Warum denn gerade Amaranth?

Wer Amaranth noch nie gesehen hat, wird staunen, wenn er die winzigen Kügelchen zum ersten Mal sieht. Bis zu fünfzigtausend von ihnen sollen in einer einzigen Rispe enthalten sein. Und diese unscheinbaren Bällchen, die man für grobe Sandkörner halten könnte, sollen Wunderkräfte wirken?

In Mittel- und Südamerika, wo Amaranth heimisch ist, hat sich über Jahrhunderte ein ganzer Kult um dieses Korn entwickelt. Tolteken und Inkas, Azteken und Mayas verehrten Amaranth als heilig – und wohlweislich brachen die spanischen Eroberer die Kraft und den Widerstand der Mestizen dadurch, dass sie den Anbau von Amaranth unter Androhung der Todesstrafe unterbanden. Damit vernichteten sie die Lebensgrundlage der Indianer.

Interessant ist übrigens auch der Name, der griechische Wurzeln trägt: *Amaranthus, der Unsterbliche, nie Verwelkende!* Geht Ihnen ein Licht auf? Warum trägt denn eine südamerikanische Pflanze seit jeher einen Namen mit griechischen Wurzeln? Erinnerungen an Atlantis werden wach, an den Kontinent, der heute unter den Wogen des Atlantiks ruht, und immer noch seiner Wiederentdeckung harrt. Wissenschaftler rätseln über geheimnisvolle Verbindungen zwischen Kontinenten und Kulturen – zwischen Peloponnes und Mittelamerika, zwischen Südamerika und Ägypten – wann wird sich wohl der Schleier, der über der Vergangenheit von Atlantis und der in der Bibel beschriebenen Sintflut (gemeint ist *Sündflut*) liegt, für immer lüften?

Doch zurück zum Kennzeichen allen organischen Lebens, der Zellteilung: sehen die kleinen Kügelchen des Amaranths nicht schon so aus, als wären sie, jede für sich, eine winzige Keimzelle des Lebens? Amaranth, der *ewig blühende* – und wer seine Blüte findet, wird unsterblich, so sagt die

Mythologie. Amaranth regt in der Tat die Zellteilung im Körper gewaltig an. Kaum zu glauben, dass zwei gehäufte Esslöffel davon so sättigen können. Die Neubildung von Körperzellen und das rasante Zellwachstum kommen allerdings nicht von ungefähr: Amaranth ist die wohl nährstoffreichste Pflanze, die man bisher kennt; prall gefüllt mit hochwertigem Eiweiß, Mineralstoffen und Spurenelementen wie Magnesium, Calcium, Zink, Eisen, Phosphor, Kupfer, Selen, aber auch mit wichtigen ungesättigten Fettsäuren und noch vielem mehr. Eine Kraftnahrung, die, das sollte man der Gerechtigkeit halber noch erwähnen, einen Bruder hat, der ihr in nichts nachsteht, ihr Wirkungsspektrum vielmehr ergänzt und vervollständigt: *Quinoa*, das Urkorn der Indianer, das zu Unrecht etwas im Schatten des bekannteren Bruders steht. Beide sind Wundermittel für den Aufbau einer idealen Körpersubstanz und für ein langes, gesundes Leben. In unbearbeiteter, natürlicher Form sind sie in Naturkostläden und Reformhäusern erhältlich. Wohl bekomm’s!