



# Die „wilde“ AFA-Alge

Ein Vergleich mit anderen Süßwasseralgen

Bericht im CO-MED Nr.2 / 2001 Fachmagazin für Komplementär- Medizin  
von Barbara Simonsohn



Die Einbeziehung von grünen Super-Nahrungsmitteln in die menschliche Ernährung findet in den USA schon seit Mitte der siebziger Jahre statt und seit einigen Jahren auch bei uns. Waren Weizen- und Gerstengras, Chlorella- Algen und Sprossen jahrelang die Anführer dieser revolutionären Bewegung, so richtet sich das Interesse einer gesundheitsbewussten Öffentlichkeit heute zunehmend auf die beiden beeindruckendsten und populärsten "Stars", Spirulina und neuerdings auf die wildwachsende AFA-Alge. Diese beiden blaugrünen Mikroalgen haben viele Gemeinsamkeiten, es gibt aber auch wesentliche Unterschiede, über die ich Sie im Folgenden informieren möchte.

Wildpflanzen haben nach Popp und Ostertag eine wesentlich höhere Biophotonen Speicher- Kapazität bzw. Anzahl von lebenden Makromolekülen aufzuweisen als Kulturgemüse, selbst aus biologischem Anbau. Bei der AFA-Alge handelt es sich um eine wildwachsende Frischwasser-A1ge, die im sonnenreichen, aber rauen Klima der südlichen Oregon Caseade Mountains auf 1450 Meter Höhe wächst. Alle Versuche, sie zu kultivieren und kommerziell anzubauen, schlugen fehl. Jedes Jahr im Winter findet ein natürlicher Ausleseprozess der gesündesten Pflanzen statt, indem nur ein Prozent der AFA-Algen die extremen Minustemperaturen im Klamath-Lake überleben und sich im nächsten Jahr fortpflanzen. Von diesem Gesundheits- Bonus der Besten profitieren natürlich auch die Konsumenten dieser Wildalge.

Im Gegensatz zur AFA-Alge gedeiht die Spirulina- Alge nur bei konstant hohen tropischen und subtropischen Temperaturen. Sowohl die Spirulina- als auch die Chlorella- Algen werden in von Menschen konstruierten Beton- oder Plastikbecken als Kulturpflanzen angebaut und, je nach Bedarf, mit besonderen Nährlösungen gefüttert. So wird der pH-Wert des Wassers erst basisch gemacht. Es kann in den kultivierten Algen nur das enthalten sein, was der Mensch ins Wasser gibt. Und er kann nur das hineingeben, was er kennt.

Die Qualität ihrer Mikronährstoffe ist zwischen den kultivierten Spirulina- und Chlorella- Alge und der wildwachsenden AFA-Alge unterschiedlich, auch wenn einige davon sich mengenmäßig gar nicht so sehr unterscheiden. Ein sehr informatives und leicht zu lesendes Buch zum Thema Spirulina ist das Buch von Marianne Meyer, "Spirulina, das blaugrüne Wunder" (Windpferd-Verlag).

## **Professor Abrams führt die wesentlichen Unterschiede auf die verschiedenen Wachstums- und Erntebedingungen zurück:**

"Die Spirulina- Alge wird in Becken in einer Nährlösung gezogen, die oft salzhaltiger ist als der Klamath-See, in der die AFA-A1ge wächst. Der Nährstoffgehalt der Spirulina- Alge, so Abrams, ist ein Spiegelbild dessen, was dem Wasser in den Zuchtbecken zum Beispiel in Form von Mineralstoffen und Spurenelementen zugegeben wird. Zur Zeit sind selenreiche Spirulina- Algen gefragt, und entsprechend der Nachfrage als "Spirulina Selen +" auf dem Markt. Die AFA- Alge enthält Selen von Natur aus, und darüber hinaus eine Vielzahl weiterer seltener Spurenelemente wie Magnesium und das wertvolle Germanium. Ihre Mikronährstoffe spiegeln wider, was dort Tausende von Jahren lang aufgrund einer zurückliegenden Vulkanaktivität existiert und der Interaktion mit Flüssen, Strömen und unbelastetem Gebirgsregen, als auch dem gewaltigen unterirdischen Wasservorrat, der vom nahen und unberührten Crater Lake stammt" (Abrams, "Algae ..... a.a. O., S. 144).

## **Das Wachstum der AFA Alge wird nicht vom Menschen manipuliert, Sie ist völlig frei von künstlichen und synthetischen Einflüssen.**



Es ist unmöglich, die einzigartigen Umweltbedingungen des Klamath Lake in Algenfarmen zu duplizieren. Die Weisheit der Natur ist unübertroffen. Der Reichtum der Mikronährstoffe in der AFA-Alge überrascht nicht, wenn man an das 30 bis 40 Fuß hohe Sediment im See von organischen Nährstoffen denkt und daran, dass sich die Alge von diesem Füllhorn an Mineralstoffen ernährt. Die AFA-Alge enthält eine Vielzahl unterschiedlicher Mineralstoffe und Spurenelemente (vgl. "Cribbs-Blaugrüne Algen" a.a. O., S. 89), insgesamt sind bisher mehr als 40 Mineralstoffe und Spurenelemente analysiert worden. Die Alge vom Klamath-Lake enthält außerdem sehr viel an Vitamin B 2, B 12, C und Biotin und Vitamin A, B 6 und Folsäure als die Chlorella-Alge. Im Kontrast zur Zellulose-Zellwand der Chlorella-Alge besitzt die blaugrüne AFA-Alge eine leicht verdauliche und sehr nährstoffreiche Zellwand. Der Gehalt an Proteinen, Betakarotenen und Enzymen ist enorm hoch.

### **MeKeith betont, dass die AFA-Alge eine Spitzenstellung einnimmt, weil sie einmalig in ihrer Bioverfügbarkeit von etwa 98 Prozent und einzigartig leicht verdaulich und assimilierbar ist.**

Außerdem hält sie diese Alge für einzigartig, weil sie eine ~ unübertroffene Nährstoffdichte hat, einmalig als Nährstoffquelle und Energiequelle wirkt und ihre krankheitsverhütende Wirkung von keinem anderen Lebensmittel übertroffen wird (vgl. MeKeith, "Miracle Superfood", a.a. O., S.10 und 11).

#### **MeKeith:**

„Die AFA-Alge ist das nährstoffreichste Lebensmittel, wobei 95 Prozent der Nährstoffe so wie sie sind direkt vom Körper genutzt werden können.“ Die AFA-Alge hat darüber hinaus als Wildpflanze die höchste Biophotonen-Speicherkapazität von allen bisher untersuchten Lebensmitteln und damit eine unübertroffene Lebenskraft, welche sie laut Cousens und Opitz auf den Menschen überträgt.

Aufgrund ihres hohen Prozentsatzes mehrfach ungesättigter Fettsäuren enthält die AFA-Alge ein breitgefächertes Spektrum an Betakarotenen, darunter Alpha- und Gamma-Karotin, die über die Zellmembran verteilt sind. Professor Abrams führt die hohe Heilkraft von Betakarotin in der AFA-Alge auf das Vorhandensein einer Bandbreite anderer Betakarotene zurück, welche die Wirkung des Betakarotins erst ermöglichen oder immens verstärken. Die höhere Nährstoffdichte der AFA-Alge im Vergleich zur Spirulina- und Chlorella-Alge überrascht nicht aufgrund des einzigartigen Biotops, in dem die AFA-Alge wächst.

### **Die AFA-Alge besitzt von allen natürlichen Nahrungsmitteln den Rekord an Nährstoffdichte von Vitamin B 12, Protein, Chlorophyll und Betakarotin.**

Ein großer Unterschied zwischen Spirulina und Chlorella auf der einen und der AFA-Alge auf der anderen Seite besteht darin, dass die beiden erstgenannten Algen-Sorten tropische Pflanzen darstellen, während die AFA-Alge zu den robusten Pflanzen der kälteren Klimazonen gehört. Für konstant warme Temperaturen der Tropen reicht es aus, wenn die Spirulina-Alge ihre Zellmembranen aus einem großen Prozentsatz gesättigter Fettsäuren aufbaut, um sie flexibel zu halten. "Die AFA-Alge aber führt kein Leben mit einem solch tropischen Luxus" (Abrams). Die kühlen Temperaturen des Oberen Klamath-Lake, im Winter bis zu 40 Grad minus, zwingen diese Alge, Enzyme zu produzieren, die so genial sind, dass sie ganz besondere mehrfach ungesättigte Fettsäuren, MUFs, produzieren, um die überlebensnotwendige Flexibilität der Membranen auch unter solchen Bedingungen gewährleisten zu können.

Die AFA-Alge enthält wesentlich mehr Vitamin C als die Chlorella- oder Spirulina-Alge, nämlich das Fünf- bis Zehnfache" (vgl. Abrams, Algae ..... a.a. O, S.111).

## Die AFA-Alge ist das "grünste" bekannte Super Lebensmittel, weil sie am meisten von dem grünen Farbstoff Chlorophyll enthält.



Auch die Ernte- und Weiterbearbeitungsmethoden haben einen Einfluss auf die Qualität des Endproduktes. Besonders die Betakarotine der Algen reagieren sensibel auf die Erntemethoden, die bei der AFA-Alge sehr schonend sind. Abrams bedauert, dass die Methoden der Sonnentrocknung und des Sprühtrocknens, die bei Verarbeitung der Algen angewendet werden, einen beträchtlichen Rückgang des Betakarotin-Gehaltes und der Konzentration von Methionin, einer schwefelhaltigen essentiellen Aminosäure, mit sich bringen (vgl. Abrams, „Algae a.a. O., S.145). Sprüh- oder sonnengetrocknete Algen verlieren nach Abrams viel von ihren hitzeempfindlichen Inhaltsstoffen. Das Protein von entsprechend getrockneten Algen kann nur noch etwa zur Hälfte von demjenigen der AFA-Alge verwertet werden, man spricht von "Netto-ProteinVerwertung".

### Gabriel Cousins stellt fest:

"Diese spezielle (Algen-) Art ist die einzig mir bekannte, die nicht erhitzt wird, um Bakterien zu töten, da das Erntegebiet der Alge so sauber ist." (Cousens, "Ganzheitliche Ernährung a. a. O S.343). Die AFA-Algen werden von den meisten Verarbeitungsfirmen schonend gefriergetrocknet bzw. schockgefroren, was nach Abrams wichtig ist, um die Lebensfähigkeit ihrer Enzyme und ihrer empfindlichen, chelatierten Mineralien und Vitamine zu garantieren. Ich möchte ergänzen, dass eine schnelle und schonende Verarbeitung auch für die Aktivität des kostbaren, aber sich schnell abbauenden Chlorophylls wichtig ist, wie mir Christian Drapeau, wissenschaftlicher Leiter der Cell Tech Company, überzeugend auch anhand von Computeranalysen demonstrierte.

Gabriel Cousins nennt die AFA-Alge 'blaugrünes Manna' und geht davon aus, dass diese Alge die FOEFs, feinstofflich organisierende Energiefelder als Vorlagen für grobstofflich-biologische Formen und Strukturen, stärkt.

Schon Einstein wies in seiner einheitlichen Feldtheorie immer wieder darauf hin, dass das energetische Feld die Form hervorbringt.

Cousins betrachtet den Körper als Form, der von den FOEFs stabilisiert wird. Er führt die Aktivierung der geistigen und Gehirnfunktionen durch die Einnahme der AFA-Alge und neue Energie zum Meditieren nicht nur auf den hohen und hochwertigen Proteingehalt der Alge zur Bereitstellung von Neurotransmittern zurück so wie auf die Stimulierung von Hirnanhangs- und Zirbeldrüse durch das darin enthaltene seltene Germanium, sondern sieht als Ursache das "sehr starke FOEF-Feld" der AFA-Alge (vgl. Cousins, "Ganzheitliche Ernährung a. a. O., S. 343).

### Cousins:

"Wenn die FOEFs energetisiert werden, entwickeln sie eine strukturiertere und klarere Organisation, die die Form und die Funktion des menschlichen Systems besser aufrechterhält. Diese energetische Aufladung kehrt den Prozess der Entropie um, und genau diese Fähigkeit der FOEFs vermag auch den Alterungsprozess umzukehren." (a. a. O., S. 43) Er empfiehlt das Essen "biogener", enzymaktiver Grünpflanzen wie der AFA-Alge und jungen Getreidegräsern, "da sie möglicherweise die verjüngendste Energie auf dem Planeten enthalten".

Dr. Gabriel Cousins, Arzt und Psychiater, empfiehlt neben der AFA-Alge, auch regelmäßig Spirulina zu essen, weil letztere sehr positiv auf die körperliche Ebene wirkt und den Körper reinigt und kräftigt, und auch die Chlorella Alge, weil sie einen besonderen Wachstumsfaktor enthält und eine bestimmte Gruppe von DNA/RNA, die eine bestimmte Gruppe von Vegetariern brauche (wer sich über die Chlorella-Alge informieren will, kann das in dem Buch von Frank Liebke, "Algen, Super Heilkraft für Körper und Geist", Gräfe und Unzer).

Auch die AFA-Alge reinigt und kräftigt die körperliche Ebene, aber sie wirkt gleichzeitig ganzheitlich auch harmonisierend auf der emotionalen, mentalen und spirituellen Ebene. Die angeführten Informationen erklären, warum die AFA-Alge selbst in kleinsten Mengen von einer Dosis von einem Gramm für Kinder oder drei Gramm für Pferde einen großen Unterschied im körperlichen Befinden und Verhalten ausmachen kann. Ich

orientiere mich an Cousins und nehme sowohl die AFA- als auch die Spirulina- und Chlorella- Alge, und das täglich, und daneben auch das kraftvolle enzymreiche und mineralstoffreiche Gerstengras (vgl. dazu mein Buch "Gerstengrassaft Verjüngungselixier und naturgesunder Power-Drink", Von der "Königin der Mikroalgen", der AFA-Alge, nehme ich nach Bedarf etwa fünf Gramm täglich als Presslinge, bei besonderen Anforderungen auch mehr, und aus den anderen drei Super Lebensmitteln mixe ich mir mit Wasser einen Gründrink, manchmal noch angereichert mit einem Teelöffel Klamath-Algen-Pulver.



**Das neue Wassermannzeitalter wird ein Zeitalter des "Sowohl als- auch",  
nicht des "Entweder- oder".**

Vielleicht erkennen das auch die Hersteller und Vertreiber grüner Nahrungsergänzungsmittel. Viele Anbieter haben jedenfalls alle drei Mikroalgen, AFA-Algen, Spirulina Algen und Chlorella- Algen, sowie Gerstengras, im Programm. Einige Firmen bieten auch Kornbi- Präparate an, ich mixe mir meine Mischung allerdings lieber nach Bedarf und intuitiv selbst. Die Wirkung der Spirulina- Alge erlebe ich als körperliche Stärkung und Erdung, die der Chlorella- Alge als reinigend und wärmend, während ich durch die AFA-Alge über diese Wirkung hinaus klarere, positivere Gedanken und ein neues hohes Niveau an Optimismus und Lebensfreude erfahre, weniger Schlaf brauche, tiefer meditiere und seelisch belastbarer geworden bin.

Informationen und Testsatz

BLUEGREEN Naturprodukte  
Gentzgasse 71  
A- 1180 Wien

Tel. 0043 1 470 47 74  
Fax 0043 1 478 66 69  
e-mail post@bluegreen.net

Ausführliche Informationen im  
Internet: www.bluegreen.net

Erfolgreiche Zusammenarbeit mit Ärzten,  
Heilpraktikern und Gesundheitsberatern  
seit 1993

© BLUEGREEN und das BLUEGREEN Logo sind  
eingetragene Marken (000591867) auf Ingotmar von LEX

**Alpha**  
**Omega**  
**Nahrungsenzyme**  
**Formula 1134**  
**CoEnzym Q10**  
**Liquid**  
**Drachenblut**  
**mc2 Energiekugeln**

**Das Original von Anfang an  
im blauviolettten Mironglas**