

Gesundheit ist machbar

Alternative Heilmethoden - Einfach und preiswert !

von Birgit Maria Müller



**So helfen Sie Ihrem Körper, sich selbst zu heilen.
Für jeden bezahlbar und einfach zu Hause durchführbar.**

**Mit wichtigen und einfach verständlichen Information
zu den Ursachen von Krankheiten.**

Dieses Buch ist all jenen gewidmet, die endlich die Verantwortung für ihr Leben und damit auch für die Gesundheit wieder selbst in die Hand nehmen möchten.

Verantwortung kann nicht delegiert werden. Wer Verantwortung abgibt, wird immer einen hohen Preis dafür bezahlen. Denn wer die Verantwortung für dich übernimmt, hat in den seltensten Fällen dein Wohl im Auge. Wer es wirklich gut mit dir meint, wird deine Verantwortung und damit deine Freiheit in deinen eigenen Händen belassen.

Ich hoffe, dass du einverstanden bist, dass ich dich persönlich und damit in der Einzahl anspreche. Wer gerne in der Mehrzahl angesprochen werden möchte, dem kann ich gerne einen entsprechenden Report zusenden, aber natürlich zum mehrfachen Preis :-))))

Einleitung

Fast jedes Mal, wenn ich einen Vortrag über das Thema alternative Heilmethoden gehalten habe, kamen viele Zuhörer begeistert zu mir und meinten, ich sollte unbedingt mein Wissen in schriftlicher Form festhalten. Selbst Ärzte und Heilpraktiker waren häufig über meine Vorträge begeistert und freuten sich darüber, noch einiges dazugelernt zu haben. Auch ein Lehrer kam dann zu mir und meinte, mein Vortrag sollte an jeder Schule gehalten werden. Aufgrund meiner vielen Tätigkeiten musste ich das Vorhaben, mein Wissen in einfacher und verständlicher Form schriftlich festzuhalten, über neun Jahre lang aufschieben. Jetzt freue ich mich endlich mein Wissen und meine Erfahrungen einer größeren Menschenmenge zur Verfügung zu stellen.

Um anderen Menschen Mut zu machen, die vielleicht von den Ärzten gehört haben, dass ihre Krankheit nicht mehr heilbar wäre, möchte ich gerne meine Geschichte erzählen, wie ich zu meiner Begeisterung für das Thema Naturheilkunde und alternative Therapien kam:

Ich war gerade erst 17 Jahre alt, da habe ich mein Leben nicht mehr als Leben empfunden, sondern als ein elendes Dahinvegetieren. Durch eine falsche Behandlung mit Grippemitteln, die meiner Meinung nach eher als Aufputzmittel zu bezeichnen waren, bin ich mit mehr als 41 Grad Fieber total aufgedreht draußen herumgelaufen, bis ich das erste Mal bewusstlos zusammenbrach. Meine linke obere Herzklappe war „verklebt“ (so nannte es der Arzt) und öffnete und schloss nicht mehr richtig. Ich brach daher ca. 1 - 2 Mal pro Woche bewusstlos zusammen. Ich bekam damals auch noch 3 - 4 verschiedene Psychopharmaka verordnet. Durch die „Bombardierung“ mit starken Antibiotika bei der kleinsten Erkältung habe ich meine Resistenz völlig verloren. Ich war nur noch einmal erkältet und das war immer. Dazu hatte ich eine chronische Stirn- und Nebenhöhlenvereiterung und litt dadurch ständig an Kopfschmerzen und einer starken Benommenheit. Meine Leber war schwammig aufgequollen. Der Arzt nannte das einen irreparablen Leberschaden. Meine Nieren arbeiteten auch nicht mehr richtig und ich hatte 2 Nierensteine. Ich hatte eine chronische Blutarmut (Anämie). Dazu eine chronische Magenschleimhautentzündung und dadurch ständig Magenschmerzen. Im Winter musste ich mir häufig elastische Binden um beide Hand- und Fußgelenke binden, da ich starke Schmerzen in den Gelenken hatte. Ich war 172 cm groß und wog gerade mal 45 kg. Der Zahnarzt war erstaunt, dass bei einem so jungen Menschen die Zähne schon derart wegfaulten, dass ich 6 Kronen bekam. Er nannte es einen Kalkfehler. Und ich brauchte eine Brille und war schwerhörig. Und ich war konzentrationsschwach und das, was man heute hyperaktiv nennen würde. Zum Glück gab es damals noch kein Ritalin.

Die Prognose des Arztes war, dass ich froh sein kann, wenn ich noch 2 Jahre leben durfte. Jede 90-Jährige wäre froh gewesen, dass sie noch so fit ist, hätte sie mich die Treppe hochgehen sehen. Noch heute wundert man sich, wenn ich jemanden Bilder aus dieser Zeit zeige. Ich sähe darauf aus wie „der Tod auf Urlaub“ und man fragt mich, ob ich damals heroinsüchtig war. Nein, das war ich ganz bestimmt nicht.

Aber ich habe mich mit meiner Situation nicht abgefunden. Meine Nachbarin war Lehrerin und hatte einen richtig dicken Wälzer über Naturheilkunde. Als meine Mutter ihn einmal ausgeliehen hatte, habe ich ihn durchgearbeitet und mich nach und nach selber geheilt. Mit 21 Jahren begann ich dann meine Ausbildung als Heilpraktikerin.

Heute, mehr als 30 Jahre später, kann man schon fast das gegenteilige Extrem von mir sagen. Man kann mir mit schwerster Grippe auf den Teller husten, ich werde nicht krank. Ich bin seit ca. 18 Jahren nicht mehr in der Krankenkasse, weil ich keinen Arzt mehr brauche. Meine Leistungsfähigkeit und meine „Nerven wie Drahtseile“ werden von Außenstehenden regelrecht bewundert. Ich kann phantastisch sehen und hören und brauche natürlich auch keine Brille mehr. Nach der letzten Untersuchung meiner Leber vor 10 Jahren sagte mir die Ärztin, ich habe traumhafte Leberwerte und meinen Herzfehler stellt kein Arzt mehr fest. Nur einige Ayurveda-Ärzte sagen mir während der Pulsdiagnose, dass ich einen Herzfehler hatte, der sich aber wunderbar kompensiert hat. Überhaupt fühle ich mich prächtig und leistungsfähig. Es geht mir einfach richtig gut. Und weil es mir fast jedes Jahr noch besser geht, mache ich manchmal Scherze und sage: „Ich freue mich jetzt schon darauf, wenn ich 100 Jahre alt bin, dann mache ich so richtig einen drauf!“

In all den Jahren, in denen ich mich jetzt intensiv mit allen Methoden der Naturheilkunde beschäftigte, habe ich sehr viele Menschen getroffen, die als unheilbar krank galten und dennoch wieder völlig gesund wurden. Meine persönliche Meinung ist heute, dass es überhaupt keine unheilbaren Krankheiten gibt. In den Jahren meiner beratenden Praxis durfte ich immer wieder erleben, dass durch meine Empfehlungen Menschen gesund wurden, die von Ärzten schon lange aufgegeben wurden. Das wichtigste war jedoch, dass sie selber niemals aufgegeben haben. Denn auch wenn die erste Therapie nicht anschlägt, so wird es vielleicht die zweite oder dritte oder....

Am meisten hat mich selber die vollständige Heilung einer 21-jährigen Diabetes-Patientin aus Norddeutschland erstaunt. Sie musste täglich zweimal 20 Einheiten Insulin spritzen und wollte sich einfach nicht damit abfinden. Zuerst war die Meinung ihres Arztes, dass so etwas wie ich nicht auf die Menschheit losgelassen werden darf, weil ich dieser Frau falsche Hoffnung geben würde. Ca. 9 Monate später entschuldigte sich dieser Arzt bei mir und half der Frau, indem er ihr die benötigten Produkte verschrieben hat, denn seine Patientin brauchte nur noch Insulin-Tabletten und ihre Blutzuckerwerte waren stabiler als jemals zuvor. 1 ½ Jahre brauchte diese Frau, bis sie wieder völlig normal leben konnte, ohne Diät und Insulin, was angeblich überhaupt nicht möglich ist. Aber diese Frau hat es möglich gemacht, weil sie einfach nicht aufgab, egal was andere ihr erzählten.

Doch zuerst möchte ich kurz auf die Ursachen von Krankheiten eingehen. Um deinen Körper zu heilen, ist dieses Grundwissen sehr wichtig. Allein das kann schon die Grundlage sein, um sich und seinem Körper wieder vollständig gesund zu bekommen.

Da ich der Meinung bin, dass die wesentlichen Aussagen oft unter einer Flut von Informationen verschwinden, habe ich mich bemüht, das Wesentliche so verständlich, kurz, knapp und präzise wie möglich zu formulieren.

"Es gibt kein gutmütigeres, aber auch kein leichtgläubigeres Volk als das Deutsche. Keine Lüge kann grob genug ersonnen werden, die Deutschen glauben sie. Um eine Parole, die man ihnen gab, verfolgen sie ihre Landsleute mit größerer Erbitterung, als ihre wirklichen Feinde."

Zitat Napoleon Bonaparte

Die Ursachen von Krankheiten

Es werden immer sehr viele Ursachen dafür genannt, warum ein Mensch krank wird. Aber meine Erfahrung zeigt immer wieder, dass es im Großen und Ganzen tatsächlich nur vier Ursachen gibt, warum ein Mensch krank ist und diese vier Ursachen hängen auch noch ganz eng miteinander zusammen.

In vier Worten ist es ganz einfach ausgedrückt:

- **Übersäuerung,**
- **Verschlackung,**
- **Vitalstoffmangel,**
- **Parasiten.**

Durch unsere nicht gerade artgerechte Lebensweise sind wir stark übersäuert, die Übersäuerung verursacht eine Verschlackung. Hinzu kommt, dass eine Übersäuerung Vitalstoffe, besonders die Mineralien raubt, die in unserer Nahrung sowieso nicht mehr genügend vorhanden sind. Und dann, und meist erst dann, ist der Körper anfällig für Parasiten, wie schädliche Bakterien, Pilze, Viren und was da noch so alles an größeren Parasiten in unseren Körpern krecht und fleucht.

Hier erkläre ich kurz genauer oben genannte Zusammenhänge. Und nachdem du die Ursachen verstanden hast, kommt meiner Meinung nach der der interessanteste Teil. Ich nenne dir einfache und preiswerte Mittel und auch gleich Fallbeispiele aus meiner Praxis, damit du selbst sehen kannst, wie schnell Menschen geheilt werden können, wenn sie nur ihrem Körper helfen, sich selbst zu helfen.

Wie kommt es zu einer Übersäuerung und der darauf folgenden Verschlackung des Körpers?

Zuerst einmal durch unsere sogenannte Zivilisationskost. Stark säurebildende Nahrungsmittel sind: Zucker, Kaffee, Wurst und Fleisch, stark zuckerhaltige Getränke wie Cola und Limonaden, Alkohol, Tabak, Käse, Weißmehl und gesäuerte Brote. Zucker bildet Essigsäure, Wurst und Fleisch die Harnsäure, Cola-Getränke enthalten zu den Unmengen an Zucker auch noch die Phosphorsäure. Das ganze wird ergänzt durch die Konservierungsstoffe in unseren Nahrungsmitteln - allesamt Säuren. Man kennt sie ja, die Phosphorsäure und die Benzoesäure und wie sie sonst noch so heißen.

Auch viele pharmazeutische Produkte, die zur Behandlung von Krankheiten gedacht sind, sind ebenfalls Säuren. Am populärsten ist da die Acetylsalicylsäure, bekannt als Aspirin.

Weitere säurebildende Faktoren sind psychische Belastungen wie z.B. Stress. Schon der Volksmund sagt zu jemanden, der restlos gemervt ist: „Der ist sauer“. Dazu kommen starke Strahlungen aus Handys, Mikrowellen, Sendemasten und Überlandleitungen. Sobald der Körper diesen Strahlen ausgesetzt ist, bildet er Säuren aus, was mittlerweile sogar schon messbar nachgewiesen wurde. Ein weiterer Säurefaktor sind körperliche Überanstrengung, z.B. Hochleistungssport. Dadurch bildet sich Milchsäure im Körper, bekannt u.a. als Muskelkater.

All diese Säuren sind richtige ätzende Säuren mit ätzenden Eigenschaften. Sie wurden in recht kurzer Zeit den gesamten Körper verätzen, wenn dieser nicht ein „Notprogramm“ für sich

einschalten würde: Damit es nicht zu inneren Verätzungen kommt, ist der Körper gezwungen, diese Säuren zu neutralisieren. Dazu bindet er sie an die körpereigenen Mineralien und lagert sie als Schlackenstoffe im Körper ab.

Diese Mineralien raubt er aus Zähnen, Haarboden, Bindegewebe, Haut, Muskeln, Fasern, Sehnen, Knorpeln, Gefäßen, Knochen, Organen und dem Gehirn - etwa in der gleichen Reihenfolge.

Bevorzugte "Mülldeponien" für Schlacken sind zuerst einmal das Fett- und Bindegewebe. Die ersten Anzeichen einer Verschlackung sind Müdigkeit, Unlust, die von Frauen so gefürchtete Orangenhaut (Cellulite), Kopfschmerzen, Migräne, Sodbrennen, Karies und Haarausfall.

Wenn diese "Mülldeponien" übergelaufen sind, wird das Muskelgewebe als Schlackendepot verwendet. Es kommt zu Muskelverpannungen, Rheuma und Gicht. Der Körper holt sich dann sehr bald Kalzium zur Neutralisierung aus den Gefäßen und Knochen. Die Folgen sind Durchblutungsstörungen, Krampfadern, Gelenkprobleme und Ablagerungen in den Adern.

Oft ist mit dem Kalziummangel auch noch ein Mangel an Vitamin C verbunden. Der Körper ist ohne ausreichende Mineralienzufuhr und genügend Vitamin C nicht mehr in der Lage, seine Adern zu reparieren. Also hilft er sich auch da: Er verkleistert sie mit Cholesterin, damit sie nicht platzen. Man verabreicht diesen Menschen dann cholesterinsenkende Mittel, damit die Adern der betroffenen Personen nicht mehr verstopfen. Wahrscheinlich will man lieber, dass die Adern statt dessen platzen. Denn genau das passiert, wenn der Körper sie nicht mehr mit der Verklebung durch Cholesterin retten kann.

Um diese Ironie zu verdeutlichen, verwende ich gerne folgenden Vergleich: Stell dir einmal vor, du fährst mit deinem Auto durch die Gegend und plötzlich leuchtet das Öllämpchen auf. Jeder vernünftige Mensch würde jetzt das Öl nachschauen und nach Bedarf nachfüllen oder den längst fälligen Ölwechsel nachholen. Man weiß einfach, dass man bald einen Motorschaden hat, wenn man das nicht tut. Die Schulmedizin jedoch würde einfach ein Pflaster auf das Öllämpchen kleben und sagen, jetzt ist alles wieder in Ordnung.

Aber bitte verurteile jetzt nicht deinen Arzt. Ich weiß, das der größte Teil der Ärzte tatsächlich helfen möchte, aber Deutschland ist eine der größten Pharmamächte. Häufig tragen in den Hörsälen schon Pharmareferenten vor. Die Pharmaindustrie hat eine mächtige Lobby und ihre Finger in Politik usw. Die Interessen der Pharmaindustrie, die sicherlich nicht an gesunden Menschen verdient, möchte ich hier nicht näher erläutern da ich davon ausgehe, dass du nicht nur Gehirnbesitzer, sondern auch Gehirnbenutzer bist.

Doch nun zurück zu dem Thema Übersäuerung und Verschlackung:

Behält jemand seine säurelastige Lebensweise weiterhin bei, bleibt dem Körper nichts anderes mehr übrig, als die inneren Organe als Deponie zu verwenden. Es entstehen ernsthafte Erkrankungen wie Gallen- und Nierensteine, Schädigungen der Organe, Entkalkung der Knochen, bekannt als Osteoporose und zuletzt Herzinfarkt und Schlaganfall.

Frauen haben den Vorteil, bei jeder Menstruation überschüssige Säuren loszuwerden. Deshalb behalten sie länger ihre Haare und sehen häufig jünger aus. Aber spätestens nach den Wechseljahren fallen oft auch den Frauen die Haare aus. Je länger die Menses anhält, um so mehr Schlacken hat sie zu entsorgen. Bei einer völlig gesunden Frau dauert die Periode nur ein paar Stunden - im Höchstfall einen Tag.

Eine weitere Rettungsaktion des Körper, sich seiner Säuren zu entledigen, ist die Ausscheidung über die Haut. Dabei kommt es zu starken Fuß- und Körpergeruch, Akne, Pilzkrankheiten, Allergien, Neurodermitis und sonstigen Hautkrankheiten.

Nicht nur im Wald, sondern auch im Körper gedeihen Pilze besonders gut im sauren Milieu. So sind viele Menschen in der westlichen Zivilisation restlos verpilzt. Hochgiftige Aflatoxine, die Stoffwechselprodukte dieser Pilze verursachen Schäden an Nerven und Gehirn. So haben besonders unsere Kinder unter Unruhe und Konzentrationsmangel zu leiden. Das Ganze nennt man dann AD(H)S oder Hyperaktivität. Die konventionelle Lösung ist ganz einfach: Man verbrät den Kinder die Psychodroge Ritalin, was sie regelrecht zu Zombies macht. Sie sind dann wunderbar pflegeleicht, man kann sie beinahe schon im Schrank abstellen und bei Bedarf wieder herausholen. So werden sie schon in jungen Jahren optimal auf ein Leben als wunderbar ausplünderbarer Untertan vorbereitet.

Das geht so lange gut, bis das Kind plötzlich ausrastet. Amerikanische Untersuchungen haben gezeigt, dass jedes Kind, das dort Amok gelaufen ist und seine Mitmenschen und dann eventuell noch sich selbst erschossen hat, tatsächlich zur Tatzeit unter Ritalin oder gleich einem ganzen Cocktail an Psychodrogen stand. Ich denke, das es in Deutschland genau so ist, nur werden die Umstände hier noch viel besser vertuscht.

Wenn ein Kind tatsächlich „hyperaktiv“ ist, braucht es erfahrungsgemäß eine gründliche Entpilzung und Entsäuerung, eine gesunde Ernährung und ausreichend Vitalstoffe, besonders Kalzium, Magnesium und Vitamin C. Und wenn das Kind dann noch etwas braucht, dann sicherlich etwas mehr liebevolle Zuwendung. Was meiner Meinung nach ganz bestimmt kein Kind braucht, sind chemische Psychodrogen, die seine Persönlichkeit verändern und es regelrecht in einen willenlosen Zombie verwandeln.

Zu allem kommt noch hinzu, dass sich von Jahr zu Jahr der Gehalt an Vitaminen, Spurenelementen, Mineralien und anderen Vitalstoffen in unseren Nahrungsmitteln immer weiter verringert. Immer mehr Ärzte und Wissenschaftler entdecken den Zusammenhang zwischen dem sinkenden Vitalstoffgehalt in unserer Nahrung und der immer rascheren Ausbreitung sogenannter Zivilisationskrankheiten wie z.B. den Herz- und Kreislauferkrankungen, Krebs, Allergien, AD(H)S und den rheumatischen Erkrankungen.

Untersuchungen von 1985 bis heute ergaben eine drastische und immer weiter fortschreitende Verminderung des Vitalstoffgehaltes in allen unseren Lebensmitteln. Viele Obst- und Gemüsesorten enthalten nur noch 30 % des Gehaltes an Vitaminen, Mineralien und Spurenelementen wie 15 Jahre zuvor.

Wen wundert es da, dass immer mehr Menschen - besonders Kinder - an den merkwürdigsten Krankheiten leiden. Wie soll sich ein gesunder Körper aufbauen und immer wieder regenerieren und reparieren, wenn ihm die nötigen Stoffe dazu fehlen?

Stellen Sie sich einmal vor, Sie müssten mit nur einem Drittel aller Baumaterialien ein stabiles Haus bauen oder renovieren. Sie können es sich sicherlich selber vorstellen, was dabei herauskäme. Aber genau das muten viele Menschen Ihrem Körper und dem ihrer Kinder zu, wenn sie nicht die Notwendigkeit einer ausgewogenen vollwertigen Ernährung und/oder die Verwendung von Nahrungsergänzungen erkennen.

Und gerade heutzutage braucht Ihr Körper mehr Vitalstoffe als jemals zuvor, um mit den wachsenden Belastungen durch Umwelt- und Nahrungsmittelgiften, Stress, Elektromog und Freien Radikalen fertig zu werden.

Worauf ist dieser Mangel an Vitalstoffen in unserer Nahrung zurückzuführen?

Die Erklärung ist ganz einfach: Unsere Böden sind durch intensive Landwirtschaft ausgelaugt. Mineraldünger bringen durchaus große Ernten. Da gibt es riesige Äpfel oder Kohlköpfe, aber schmecken tun sie nicht gerade mehr und drin ist auch nichts mehr. Dazu kommt der saure Regen. Er wäscht Mineralien aus dem Boden aus und geht mit dem Dünger chemische Verbindungen ein, die von den Wurzeln der Pflanzen nicht mehr aufgenommen werden können. Den Rest erledigt das vorzeitige Ernten unreifer Früchte und die Konservierung.

Diese Fakten zeigen Ihnen deutlich, wie wichtig es ist, dem Körper wieder all das zur Verfügung zu stellen, was unseren Nahrungsmitteln durch moderne Anbaumethoden und industrielle Verarbeitung verloren geht.

“Wer Vitamine in ausreichender Menge zu sich nimmt, kann die Länge seines Lebens und die Periode intakter Gesundheit um ...

25 Jahre verlängern!

Nobelpreisträger Linus Pauling

Jetzt, wenn der Körper restlos geschwächt ist, ist er anfällig für Parasiten. Oft werden Parasiten wie Bakterien, Pilze und Viren für den größten Teil der Krankheiten verantwortlich gemacht. Aber dabei lässt man völlig außer Acht, dass diese ganzen krankmachenden „Schädlinge“ erst Erfolg haben, wenn der Körper in vornherein durch vorher genannte Faktoren geschwächt wurde.

Auch du kennst sicherlich solche Menschen, denen man buchstäblich mit dickster Grippe auf den Teller husten kann - Sie stecken sich einfach nicht an. So hatte meine fast 17-jährige Tochter bisher bis auf einen Impfschaden noch nicht eine einzige Krankheit, weder eine Erkältung, noch die üblichen Kinderkrankheiten. Dabei hat sie alles Mögliche versucht, um sich anzustecken, damit sie auch mal ein paar Tage schulfrei hat. Sie leckte z. B. die Löffel kranker Kinder ab. Es ist ihr bisher dennoch nicht gelungen sich anzustecken.

Doch eine Woche vor ihrem Geburtstag, sie hatte vorher buchstäblich Schindluder mit ihrer Gesundheit getrieben, hatte sie einen Tag lang Kopfschmerzen und etwas Fieber. Ich wunderte mich plötzlich, als sie bitterlich anfang zu weinen. Ich fragte sie, was denn los sei und sie fragte mich: „Mama, muss ich jetzt sterben?“ Erst da begriff ich, dass Krankheit so etwas Unbekanntes für sie war, das sie einen Zustand, der für viele Menschen schon selbstverständlich war, als so schlimm empfand. Sie dachte doch tatsächlich, sie müsse jetzt sterben.

Gut, es gibt wunderbare alternative und unschädliche Mittel, die Parasiten schnell und problemlos abtöten, egal ob es Einzeller oder größere Parasiten sind. Aber diese Parasiten sind auch ganz schnell wieder da, solange der Körper noch übersäuert, verschlackt und durch Mangelernährung geschwächt ist.

Alle Parasiten scheiden schädliche Stoffwechselprodukte aus, man nennt sie Aflatoxine. Diese schädigen den menschlichen Körper oft bedeutend mehr als die Parasiten selber und können sogar starke psychische Probleme wie schwerste Depressionen, Hyperaktivität oder sogar Krebs hervorrufen.

Nachdem du nun die Hauptursachen von Krankheiten erfahren hast, kannst du bestimmt schon selber sehr gut einschätzen, was du tun kannst, um deine Gesundheit und dein Wohlbefinden wieder herzustellen oder weiterhin zu erhalten. Gesundheit ist nicht nur ein Fehlen von Krankheit, sondern das Optimum an Wohlbefinden und Leistungsfähigkeit.

Deshalb komme ich jetzt zu den schönsten und interessantesten Teil: Wie kann ich mit einfachen und preiswerten Mitteln meinen optimalen Gesundheitszustand wieder herstellen?

Dazu möchte ich zur Verdeutlichung und um Mut zu machen auch einige Beispiele aus meiner Praxis aufzeigen.

Alternative Heilmethoden - einfach und preiswert

Wenn ein Mensch meine Beratung und Hilfe bei Gesundheitsproblemen sucht, hat sich bei mir folgende Vorgehensweise immer ganz besonders bewährt: Zuerst werden alle Parasiten beseitigt, damit der Körper nicht noch mit weiteren Ausscheidungen dieser Parasiten vergiftet wird. Dann und meist sogar gleichzeitig sorge ich für eine gründliche Entsäuerung und Entschlackung des Körpers. Anschließend werden die Vitalstoff-Depots mit sinnvollen Nahrungsergänzungen aufgefüllt.

1. Beseitigung von Parasiten

Alle einzelligen Parasiten wie Bakterien, Pilze und Viren töte ich mit Kolloidalem Silber ab. Kolloidales Silber ist ein phantastisches Mittel um schnell und effektiv alle parasitären Keime abzutöten. Und das Besondere an Kolloidalem Silber ist, dass es die symbiotischen Mikroorganismen leben lässt. Das unterscheidet Kolloidales Silber erheblich von den Antibiotika, die auch alle lebenswichtigen Mikroorganismen, wie die Darmflora, mit abtöten. Dadurch verliert der Körper zunächst einmal für ca. ein Jahr lang fast vollständig die Resistenz. Und genau das bereitet ihn auch schon auf die nächste Behandlung mit Antibiotika vor.

Ich vergleiche die Behandlung mit Antibiotika immer mit dem Schießen mit Kanonen auf Stare, die mir meine Kirschen auffressen wollen. Die Stare sind zwar kurzfristig verscheucht, aber der Kirschbaum ist danach auch nicht mehr das blühende Leben.

Kolloidales Silber sind elektrisch geladene Silberteilchen in Wasser. Parasitäre Keime benötigen für ihren Sauerstoffwechsel ein bestimmtes Enzym. Dieses Enzym wird von Kolloidalem Silber außer Kraft gesetzt. Das Kolloidale Silber ist seit Beginn des 19. Jahrhunderts bekannt und außer bei Silberallergie sind weder Überdosierungen noch Nebenwirkungen bekannt. Da sich Kolloidales Silber nicht patentieren lässt, ist es sehr schnell vom Markt verschwunden und wurde durch patentierbare Antibiotika ersetzt.

Es wurde bei 650 verschiedenen parasitären Keimen, Bakterien, Pilzen und sogar Viren getestet, die es innerhalb weniger Minuten abtötet. Selbst antibiotikaresistente Keime verschont es nicht. Gegen Kolloidales Silber können die Keime keine Resistenz bilden. Der geniale amerikanische Forscher Flannagan hat das Hunzawasser, das dem Hunzavolk ein gesundes Leben bis ins hohe Alter und eine durchschnittliche Lebenserwartung von ca. 100 Jahren verschaffte, gründlich untersucht. Er stellte darin eine enorm hohe Anzahl an Kolloiden fest, vor allen Dingen Silberkolloide. Darauf führt man die enorme Resistenz des Hunzavolkes gegenüber Krankheiten zurück.

Ich habe Kolloidales Silber zuerst auf seine Verträglichkeit gegenüber symbiotischen Mikroorganismen untersucht und Joghurt- und Sauermilchkulturen, aber auch Kombucha damit angesetzt. Ich erhielt einen ausgezeichneten Joghurt, eine hervorragende Sauermilch und auch ein ausgezeichnetes Kombuchageränk. Als nächstes behandelte ich damit Dampilz, Fußpilz und Herpes. Jedes Mal war in kürzester Zeit die Krankheit ausgeheilt. Später habe ich damit sogar antibiotikaresistente Borreliose und Heliobakter behandelt. Beides wurde innerhalb von 3 Wochen von Ärzten nachgewiesen vollständig geheilt.

Die Wirksamkeit von Kolloidalem Silber hängt stark von seiner Qualität ab. Es muss sichergestellt werden, dass es mit destilliertem Wasser hergestellt wird, da man mit Leitungswasser Silberchlorid anstatt Kolloidales Silber erhält. Silberchlorid kann, so habe ich es zumindest gehört und gelesen, zu silbrigen Haut- und Augenverfärbungen führen, die nicht wieder zu entfernen sind. Am besten eignet sich zweifach destilliertes Wasser, das eine Wirksamkeit von ca. 2 Jahren garantiert. In einfach destilliertem Wasser ist Kolloidales Silber ca. 3 Wochen wirksam. Auch sollte eine sehr hohe Konzentration an Silberionen gewährleistet sein. Dabei achte ich überhaupt nicht auf die ppm-Zahl, auf die meiner Meinung nach viel zu

viel Wert gelegt wird und sich schlecht nachweisen lässt, sondern auf die schöne silbrig-braun-gelbe Färbung und den metallischen Geschmack. Das sagt für mich mehr aus, als die ppm-Zahl.

Ich lege großen Wert darauf, dass es sich bei der Herstellung von Kolloidalem Silber die reinsten Silberstäbe (999,99 %) verwendet werden. Einige Hersteller von Kolloidalem Silber verwenden aus Kostengründen das bedeutend preiswertere Sterlingsilber. Sterlingsilber enthält Schwermetalle, wie z. B. Kadmium. Zwar leitet Kolloidales Silber auch Schwermetalle aus, aber man muss meiner Meinung nach sich nicht noch zusätzlich Schwermetalle zufügen.

Auch werden meiner Erfahrung nach viel zu geringe Dosierungen angegeben, so dass Kolloidales Silber nicht wirklich wirken kann. Ein Esslöffel pro Tag unverdünnt, dabei eine Weile im Mund behalten, wirkt erfahrungsgemäß schon sehr gut. Du hast den ersten Anflug von Erkältung? Nimm sofort 3 - 4 Esslöffel Kolloidales Silber und erfahrungsgemäß kommt die Erkältung überhaupt nicht mehr. Bei dieser Dosierung verschwindet Dampfpilz meist innerhalb von 2 - 3 Wochen. Er kommt allerdings innerhalb von 6 Wochen bis 3 Monaten wieder, wenn der Körper weiterhin übersäuert und der Darm verschlackt ist.

Äußerlich empfehle ich, Kolloidales Silber unverdünnt auf Wunden und Ausschläge aufzutragen. Ebenso kann man es prima unverdünnt als Augen- oder Nasentropfen verwenden. Wunden heilen oft sogar doppelt so schnell, wenn man sie mit Kolloidalem Silber behandelt.

Mit Kolloidalem Silber habe ich antibiotikaresistente Borreiose und Heliocobakter ausgeheilt. Beide Fälle waren seit über 2 Jahren mit schulmedizinischen Mitteln, sprich Antibiotika erfolglos austherapiert. In beiden Fällen empfahl ich den Patienten dreimal täglich eine Tasse (100 ml) voll mit Kolloidalem Silber von hoher Konzentration und in beiden Fällen war die Borreiose- und die Heliocobacter-Erkrankung von Ärzten nachgewiesen nach nur 3 Wochen vollständig kuriert.

Die gleiche Dosis hatte ich bei einem schweren Fall von Genitalherpes verabreicht. Das brutale an Genitalherpes ist nicht nur, dass es extrem schmerzhaft ist, sondern zudem schulmedizinisch nur als therapierbar, sprich unheilbar gilt. Die arme Frau litt seit mehr als einem Jahr bei jedem Wasserlassen an entsetzlichen Schmerzen. Geschlechtsverkehr war aufgrund extrem schmerzhafter Ausschläge monatelang nicht mehr möglich. Mittlerweile war sogar das Sitzen für sie eine Qual.

Diese Krankheit war auch noch mit sehr starken emotionalen Leiden verknüpft, da sie sich diese Krankheit durch die rücksichtslose Fremdgeherei ihres Lebenspartners eingefangen hatte, der ungeschützten Sex und sehr geringe Ansprüche an der Auswahl seiner Sexualpartnerin hatte.

Auch hier verabreichte ich dreimal täglich eine Tasse mit Kolloidalem Silber in hoher Konzentration und zusätzlich 1 X täglich Scheidenspülungen mit 40 Tropfen aktivierten MMS (mehr dazu später) und Einläufe mit 25 Tropfen aktiviertes MMS. Nach den Scheidenspülungen wurde ein gutes Ringelblumenöl aufgetragen. Nach 3 Wochen war der Genitalherpes Geschichte. Ihre Myome (gutartige Geschwulste) auf dem Muttermund sind dabei auch gleich verschwunden. Örtliche subkutane und intramuskuläre Injektionen (bitte von medizinisch geschulten Menschen durchführen lassen) mit einer 1:1 Mischung aus Procain und Kolloidalem Silber bei ersten Anzeichen lassen Herpes erst gar nicht zum Ausbruch kommen. Erste Anzeichen verschwinden innerhalb von wenigen Stunden.

Selbst für Tiere ist Kolloidales Silber ein phantastisches Mittel. Eine Katze von mir hatte eine extreme Bindehautentzündung und ihre Augen waren total vereitert und verklebt. Ich träufelte einige Tage lang Kolloidales Silber in ihre Augen und ihre Augen waren wieder klar.

Eine Kundin von mir, eine Vogelzüchterin, berichtete, dass ihre Vögel nie wieder krank wurden, seit sie ihrem Trinkwasser Kolloidales Silber beifügt.

Was verstehe ich unter Kolloidales Silber in hoher Konzentration? Ich bitte an dieser Stelle meine Leser, mir nachzusehen, dass ich keine ppm-Zahlen nenne. Ich habe kein Gerät, womit ich sie messen kann. Wenn das Kolloidale Silber eine schöne dunkle silbrig-braun-gelbe Farbe hat und stark nach Metall schmeckt, ist es für mich optimal gebrauchsfertig und seine Wirkung spricht für sich.

Ich würde jedem Haushalt die Anschaffung eines Silbergenerators empfehlen. Das ist ein Gerät zur Herstellung von Kolloidalem Silber. Die Anschaffung von einem hochwertigen sogenannten „Silbergerät“ kostet gerade Mal so ca. 160,-- € und lohnt sich auf jeden Fall, da Kolloidales Silber in akzeptabler Qualität oft sehr teuer gehandelt wird. So verlangt man für ca. 50 ml in der von mir verwendeten Qualität schon Preise von mehr als 50,-- €. Da wird man bei den von mir empfohlenen Dosierungen schnell eine Menge Geld los.

Ein weiteres phantastisches Mittel gegen alle Arten von Pilzkrankheiten ist die Schwarzwalnutstinktur. Man kann sie ebenfalls innerlich und äußerlich anwenden und sie ist ausgesprochen wirksam. Meiner Erfahrung nach wirkt sie bei Pilzkrankheiten sogar noch schneller als Kolloidales Silber. Aber auch bei der Schwarzwalnutstinktur sollte man auf eine hohe Konzentration und gute Qualität achten.

Wenn größere Parasiten wie z. B. Bandwürmer, Darmegel, Leberegel, Spulwürmer, Madenwürmer und was da noch so alles kriecht und flücht Probleme bereiten, verwende ich den Zapper nach Dr. Clark. Der Zapper sendet verschiedene Biofrequenzen durch den Körper, die zwar sämtliche Parasiten abtöten, aber für den Menschen völlig ungefährlich sind. Im Gegensatz zum Kolloidalem Silber tötet der Zapper auch die größeren Parasiten ab. Dafür schadet er allerdings auch bei längerer Anwendung die Darmflora.

Eine Bekannte von mir, dessen Aufgabe es ist, Leichen zu sezieren, erklärte mir, dass die Leichen von Menschen recht häufig sehr „belebt“ seien.

Der Zapper ist eine geniale Erfindung von Frau Dr. Clark. Dr. Clark hat die Ursachen von Krebs erforscht und dabei eine interessante Entdeckung gemacht:

Jeder Mensch bildet im Laufe seines Lebens Krebszellen. Doch jeder gesunde Körper erzeugt krebserstörendes TNF (Tumor Necrosis Factor) in der Nebenschilddrüse. Jedoch setzen die giftigen Stoffwechselprodukte der Parasiten diesen Vorgang außer Kraft. Krebskranke Menschen erzeugen kein TNF mehr.

Die entscheidende Ursache der Bösartigkeit von Geschwulsten ist nach Dr. Clark Parasitenbefall, vor allem die Parasiten der Egefamilie (Darmegel, Leberegel, Pankreasegel). Die Ursache für den drastischen Zuwachs von Parasiten liegt in der Massentierhaltung und dem engen Kontakt mit Haustieren. So wurden neue Brutstätten für Parasiten geschaffen.

Die Egel können nur dann ihren Lebenszyklus im menschlichen Körper vollenden, wenn dieser durch Lösungsmittel und Schwermetalle geschwächt wurde. Die gefährlichsten Stoffe sind: Isopropylalkohol, Benzol, Methanol, FCKW und Kupfer. Lösungsmittel lösen die Schalen von den Eiern auf und lassen die Egel schlüpfen. Die Egelstadien pflanzen sich zu Tausenden fort und die Zellen des betroffenen Organs werden gezwungen, sich mit ihnen fortzupflanzen - das ist Krebs!

Sobald der Körper von den Parasiten und deren Toxinen, sowie anderen Giften befreit wurde, erzeugt er wieder von ganz allein TNF und der Tumor beginnt auf ganz natürliche Weise zu schrumpfen. Innerhalb einer Woche sind messbare Veränderungen festzustellen.

Ich bin auf meinen Vortagsreisen einigen Menschen begegnet, die krebskrank waren und von Ärzten aufgegeben wurden. Durch die Behandlung nach Dr. Clark wurden sie wieder vollständig gesund. Ich habe sogar von Fällen gehört, in denen grapefruitgroße Geschwulste innerhalb von 3 Wochen vollständig verschwunden sind.

Dr. Clark weist darauf hin, dass oft auch zahllose andere chronische Krankheiten auf Umweltgifte und Parasitenbefall zurückzuführen sind. Dazu gehören Diabetes, MS, Herpes, chronische Müdigkeit, Hautprobleme, Warzen, chronische Bronchitis, Pyelonephritis, Prostatitis, Magenschmerzen, Gastritis, Verdauungsprobleme, hoher Blutdruck, Allergien, Schlafstörungen, Depressionen, Schizophrenie, Autismus, Alzheimer, Tremor, Herzkrankheiten, Blinddarmentzündung, Kopfschmerzen, Asthma und Pilzkrankheiten wie Candida, etc.

Umweltgifte haben den Organismus so weit geschwächt, dass sich Parasiten darin ansiedeln. Diese Parasiten dienen Bakterien und Viren als Zwischenwirt. So wird der Körper ständig mit einer Flut von Antigenen verseucht. Dem ist das ohnehin geschwächte Immunsystem nicht mehr gewachsen. Dr. Clark berichtet von erstaunlichen Heilerfolgen, die durch die Erfahrungen des deutschen Therapeutennetzes bestätigt werden.

Am 11. und 12. Oktober 1997 fand in Wiesbaden das 3. Clark-Symposium statt. Therapeuten lobten die hohe Effektivität der Clark'schen Therapien und deren geringen Nebenwirkungen. Einzige Kritik war die Nichtbeachtung psychischer Faktoren und die Auswirkungen von Strahlenbelastungen (Elektro-Smog, Radioaktivität, Erdstrahlen und Wasseradern). Auch gab es viele Patienten, die erneut erkrankten, da sie nach ihrer schnellen und einfachen Heilung in alte Verhaltensmuster zurückgefallen sind.

Ich habe erfahren, dass durch die Therapie von Frau Dr. Clark so viele Krebspatienten geheilt hat, dass sie nach dem 1000sten geheilten Krebspatienten aufgehört hat zu zählen. Auch ca. 50 HIV/AIDS-Fälle soll sie schon geheilt haben.

Nun komme ich zu MMS. MMS ist ein Mineralpräperat, dessen phantastische Wirkung von Jim Humble entdeckt wurde. Jim Humble hat in Afrika sage und schreibe 75.000!!! Menschen mit Hilfe von MMS von Malaria geheilt. Die meisten seiner Malariapatienten waren sogar innerhalb von 4 - 8 Stunden, durch Bluttests nachgewiesen, von dieser schrecklichen Krankheit befreit.

Aber Malaria ist nicht die einzige Krankheit, bei der MMS regelrechte Wunder bewirkt. Es hat sich auch als sehr schnell und wirkungsvoll bei Typhus, AIDS, Krebs, Herpes, Tuberkulose und vielen anderen Erkrankungen, die durch Bakterien, Pilze und Viren verursacht werden, erwiesen.

MMS ist wie die meisten von mir beschriebenen Mittel einfach zu Hause anwendbar. Man mischt es 1:5 mit 10-%iger Zitronensäure, lässt es ca. 3 Minuten stehen, verdünnt es mit Wasser und trinkt es. Man fängt mit 1 - 2 Tropfen an und erhöht bei guter Verträglichkeit die Dosierung um 1 Tropfen täglich, bis man bei 15 - 20 Tropfen pro Tag oder sogar 2 X täglich angelangt ist.

Allerdings schmeckt MMS für manche Menschen nahezu unerträglich. Bei empfindlichen Mägen kann es leicht Brechreiz auslösen. Hier empfehle ich tägliche Einläufe mit MMS, die sich meiner Erfahrung nach bei Darm-, Unterleibs- und Genitalinfekten sogar als wirkungsvoller erwiesen haben, als die orale Einnahme.

Wer gerne mehr über MMS erfahren möchte, kann sich auf dieser Seite das Ebook

herunterladen: <http://www.jimhumblems.de/node/1>

Der erste Teil dieses Ebooks ist vollständig kostenlos und enthält alle wichtigen Information zur Anwendung von MMS. Nur der zweite Teil ist kostenpflichtig, da der Autor mit diesem Geld weiteren Malaria-Patienten in Afrika helfen möchte.

Weitere phantastische Mittel gegen alle Arten von Infektionen sind sogenannte Homöopathische Nosoden. Für jede Art von Bakterien, Pilzen und Viren gibt es die passenden Nosoden. Hier kann ein erfahrener Homöopath weiterhelfen. Ich gebe bevorzugt Nosoden in der Potenz D30 bei akuterer Fällen und D200 bei chronischen Infekten. Ich habe hervorragende Ergebnisse bei Chlamydien-Infektionen, Parodontose und Candida albicans mit homöopathischen Nosoden erzielt.

2. Entschlackung und Entsäuerung

Die nächste wichtige Maßnahme ist die Befreiung des Körpers von Schlackenstoffen und Säuren. Meine Erfahrung zeigt immer wieder: Zuerst ist der Darm dran. Schon die alten Griechen wussten, der Tod sitzt im Darm. Das ist auch logisch - Man kann den Körper entgiften und entschlacken, man kann das Blut reinigen soviel man will, wenn es im Darm fault und gärt, ist der ganze Körper immer wieder aufs neue vergiftet.

Ein verschmutzter Darm voller Ablagerungen, Fäulnis und Gärung ist der Nährboden für eine Vielzahl von Krankheiten und gesundheitlichen Beschwerden. Aber wie kommt es zu diesen Ablagerungen im Darm und warum leidet fast die gesamte westliche Bevölkerung unter verschlackten Därmen?

Hauptursache dafür ist unsere viel zu stark schleimbildende Ernährung. Stark schleimbildend sind alle Nahrungsmittel, die einen hohen Anteil an Eiweiß in Kombination mit Fett und Kohlehydraten enthalten. Das sind in erster Linie Milch und Milchprodukte mit hohem Fettanteil, Fleisch und Wurst, aber auch der übermäßige Genuss von Getreide, besonders die "verfeinerten" Weißmehlprodukte. Extrem schleimbildend sind alle Arten von Süßigkeiten und Süßspeisen aus Industriezucker, wovon die Schokolade besonders schleimbildend wirkt. Alle diese Nahrungsmittel bilden eine Schicht klebriger Kotmassen über die empfindliche Darmschleimhaut. Dieser klebrige Schleim ist der ideale Nährboden für alle Arten von schädlichen Bakterien und Pilzen. Dem Darm fehlen Ballaststoffe. Das sind grobe unverdauliche Pflanzenfasern. Deshalb ist er nicht mehr in der Lage all diesen klebrigen Abfall hinauszubefördern. Also lagert sich dieser zähe Fäkalienkleister dort ab, wo er gerade ist und diese Schichten werden dicker und immer dicker.

Ist der Darm erst einmal so richtig vollgekleistert, fehlen nur noch Medikamente, besonders Antibiotika, Alkohol, Drogen, Nikotin, Konservierungsstoffe, Spritzmittel und Trinkwasser mit Chlor und schon ist die gesunde lebendige Darmflora restlos hinüber und der Platz wird frei für alle Arten von schädlichen Pilzen, Fäulnisbakterien, Würmern und Darmegeln. Der ständige Zeit- und Leistungsdruck unserer Gesellschaft, psychische Konflikte und der übliche Bewegungsmangel schwächen zusätzlich unser Verdauungssystem und tragen ihren Teil zu einer völligen Verschlackung des Darms bei.

Die älteren Ablagerungen von Kotmassen, die direkt an der Darmschleimhaut liegen, mineralisieren mit der Zeit. Dadurch hört die Fäulnis in diesen Schichten zwar auf, aber diese Kotmassen werden dadurch so hart und dicht wie Fassadenputz. Darüber lagern sich immer neue klebrige Schichten, die wiederum mineralisieren und steinhart werden.

Um diesen Vorgang zu verdeutlichen, gibt es einen sehr anschaulichen Vergleich: Stellen Sie sich einmal vor, Sie gehen jeden Tag auf die Toilette, aber benutzen niemals die

Toilettenbürste. Sehr bald wird Ihr WC nicht nur sehr unangenehm aussehen, sondern auch noch einen penetranten Geruch durch die gesamte Wohnung verbreiten. Diese Prozedur werden Sie wohl kaum jahre- oder sogar jahrzehntelang durchziehen können, denn Ihre Toilette wird bald völlig verstopft sein und Sie bekommen Ärger mit Ihren Nachbarn und/oder Ihrem Vermieter.

Aber genau das obige muten Sie Ihrem Körper zu, wenn Sie ihn ständig mit schleimbildender Nahrung vollstopfen, ihm aber die notwendigen Ballaststoffe versagen. Die Ballaststoffe übernehmen in diesem Beispiel die Funktion der Toilettenbürste und helfen dem Darm, die Kotmassen genau dorthin zu befördern, wo sie hingehören: Aus dem Körper raus und ab in die Toilette.

Fehlen Ihrem Körper diese Ballaststoffe, bleiben diese Kotmassen an Ort und Stelle. Die nachfolgenden Kotmassen können sich immer schwerer ihren Weg durch die vielen Ablagerungen hindurch bahnen. Besonders stark sieht man das Ergebnis dieser Jahrzehnte währenden Ernährungsfehler an den sogenannten Wohlstands- oder Bierbäuchen. Diese unnatürlich aufgedunsenen Bäuche erinnern teilweise an eine Schwangerschaft im 12. Monat und sind in Wirklichkeit nichts anderes als Kotbäuche, aufgetrieben von Unmengen an abgelagerten Kotmassen.

Es gab schon Fälle, in denen die Dickdärme von Leichen gewogen wurden. Dickdärme sind Wurstpellen von ein paar Gramm, tatsächlich werden Därme von Tieren als Wurstpelle verwendet. Es gab schon Dickdärme, die aufgrund von Kotablagerungen 21 Kilo !!! gewogen haben.

Was passiert jetzt, wenn wir unsere Ernährung umstellen und wieder so richtig gesund und ballaststoffreich essen, z.B. Rohkostsalate und Obst? Dazu nehmen wir noch all die herrlichen Nahrungsergänzungen voller lebenswichtiger Vitalstoffe zu uns. Jetzt ist doch alles wieder in Butter oder?

Leider nicht! Zunächst einmal wird das meiste davon überhaupt nicht mehr von der Darmschleimhaut aufgenommen. Sie kann diese wundervollen Vitalstoffe, Lebensbausteine für den Körper, gar nicht mehr aufnehmen, um sie den Zellen zuzuführen. Denn die Darmschleimhaut ist so vollständig mit harten bis klebrig-schleimigen Kotmassen überkleistert, dass die Vitalstoffe nicht mehr bis zur Darmschleimhaut vordringen können, um von ihr aufgenommen zu werden. Was die Darmschleimhaut statt dessen ständig aufnimmt, sind die Stoffwechselprodukte all der vielen Pilze und Fäulnisbakterien und sonstiger schädlicher Keime, die in den faulig-klebrigen Altlasten den idealen Nährboden finden.

Also findet trotz Zufuhr der besten Lebensmittel und Vitalstoffe eine ständige Selbstvergiftung des Körpers über den Darm statt. Und all diese wundervolle Vollwertkost fängt auch noch an zu faulen und zu gären, bevor sie überhaupt den Darm wieder verlassen konnte und trägt so sogar noch zur weiteren Selbstvergiftung bei.

Die Folge davon sind: Verschlackung, Vergiftung und Schwächung des gesamten Organismus, Hautkrankheiten, Rheumatische Erkrankungen, Übersäuerung des Körpers, dickflüssiges Blut, Verpilzung, Depressionen und vieles mehr. Auch eine gründliche Entsäuerung, Entschlackung und Blutreinigung nützt da nicht viel. Das saubere Blut wird durch die Fäulnisprozesse im Darm sofort wieder mit neuen Säuren und Stoffwechselgiften angereichert. Endstadium ist eine vollständige Verschlackung des gesamten Körpers und Schädigung durch Vergiftung sämtlicher Organe. "Der Tod sitzt im Darm" erkannten schon die alten Heilkundigen.

Übliche Behandlungen bei einem verschlackten Darm sind Darmspülungen mit Wasser, die sogenannte Hydro-Colon-Therapie. Wenn man allerdings bedenkt, dass besonders die älteren

mineralisierten Kotablagerungen regelrecht steinhart wie Fassadenputz an der Darmschleimhaut festsitzen, kann man sich vorstellen, dass dies nicht die endgültige Lösung des Problems bedeutet. Sogar die neueren zähen Kotmassen werden kaum damit herausgespült. Dennoch bringen diese Darmspülungen, da sie eine Menge Fäulnisstoffe aus dem Darm spülen, eine spürbare Entlastung und Erleichterung, die leider oft nur sehr kurzfristig anhält, solange noch Ablagerungen vorhanden sind. Zusätzlich zu einer sinnvollen Darmreinigungskur sind Darmspülungen überaus empfehlenswert.

Um die abgelagerten Kotmassen wirklich effektiv auszuspülen, sollten sie zuerst einmal mit verschiedenen Kräutern aufgeweicht werden. Diese aufgeweichten Kotmassen können auf diese Weise sehr leicht hinausgespült werden, oft zum großen Erstaunen der Ärzte und Heilpraktiker, die in diesem Falle diese Hydro-Colon-Therapie durchführen. Jedoch sollte man auf jeden Fall darauf achten, dass bei Darmspülungen kein mit Chlor versetztes Leitungswasser verwendet wird. Das Chlor wird dem Leitungswasser zugesetzt, um Mikroorganismen abzutöten und genau das macht das Chlor aus dem Leitungswasser auch in deinem Darm: Alles was noch lebt, ob schädlich oder lebensnotwendig, wird effektiv abgetötet.



Was können Sie also tun, um den Darm wieder von all seinen Ablagerungen zu befreien?

Um sich wieder sauber, gesund und fit zu fühlen gibt es nur einen Weg: Die schleimigen und verhärteten Kotablagerungen im Darm müssen aufgeweicht und gründlich entfernt werden. Nur so wird allen schädlichen Bakterien, Pilzen und Würmern jeglicher Nährboden und damit auch die Lebensgrundlage entzogen. Das geht am besten durch eine intelligente und gut durchdachte Darmreinigung. Hauptbestandteil jeder bewährten Darmsanierung sind indische Flohsamenschalen (*Plantago ovata*) - eine Spitzwegerichart, die nichts mit Flöhen zu tun hat. Diese Flohsamenschalen bestehen zu 87 % aus Ballaststoffen und weichen nicht nur ganz wunderbar die harten schleimigen Kotmassen auf, sondern binden auch noch Fäulnisstoffe an sich, die beim Aufweichen freigewordenen sind.

Ein weiterer wesentlicher Bestandteil von effektiven Darmpflegekuren ist eine sinnvolle Kräutermischung, die Ihrem Körper dabei hilft, die jetzt aufgeweichten Kotmassen möglichst schnell wieder aus Ihrem Körper hinaus zu transportieren.

Man sollte allerdings nicht der Täuschung unterliegen, in ein paar Tagen einen völlig freigeputzten Darm zu bekommen. Was in vielen Jahren falscher Ernährung angesammelt wurde, kann auf keinen Fall in wenigen Tagen wieder in Ordnung gebracht werden. Es ist in so einer kurzen Zeit logischerweise nicht möglich, den Darm wirklich sanft und effektiv von allen Ablagerungen zu befreien. Erfahrungsgemäß beginnen die abgelagerten Kotmassen erst in 4 - 5 Wochen richtig aufzuweichen und es dauert seine Zeit, bis alles restlos hinausbefördert wurde. Deshalb sollte eine Darmpflegekur mindestens 3 - 4 Monate lang durchgeführt werden, um einen wirklichen Nutzen zu erzielen.

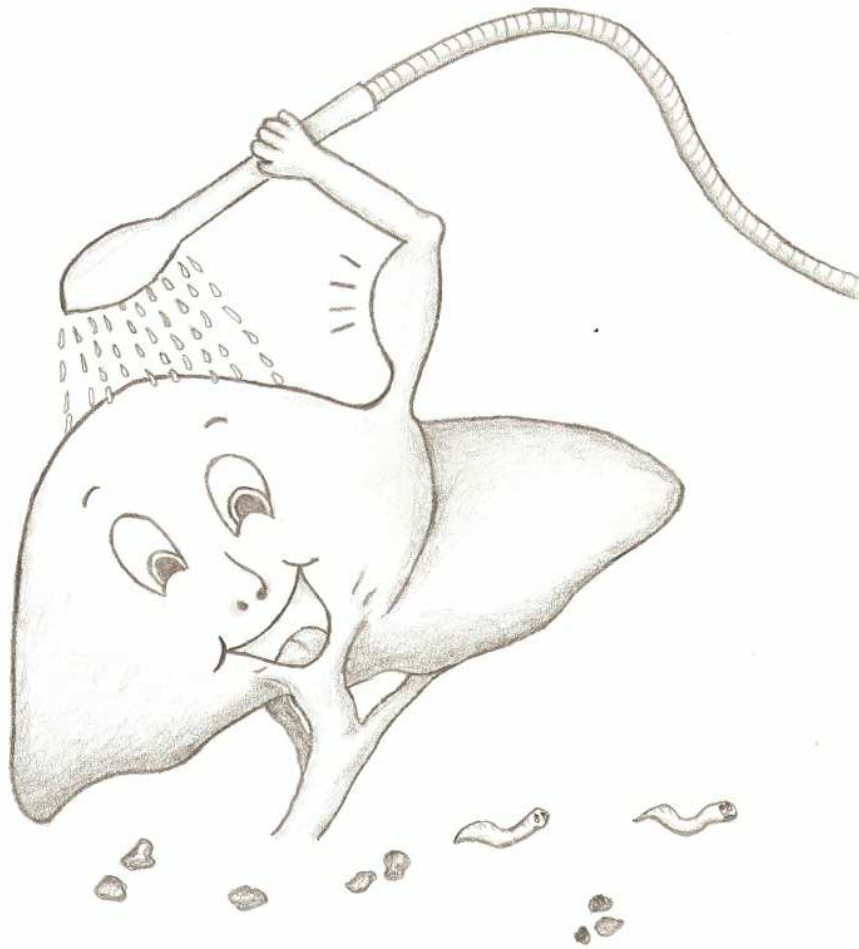
Wenn man eine wirkungsvolle Darmreinigung 3 - 4 Monatskur durchführt und anschließend die 3 Wochen Intensivkur, bildet sich in den meisten Fällen eine völlig neue Darmschleimhaut und die alte Darmschleimhaut kommt in meterlangen Schläuchen mit den restlichen Ablagerungen heraus.

So eine Darmreinigungskur säubert nicht nur deinen Darm gründlich und sanft, sondern entsäuert und entschlackt auch deinen ganzen Körper.

Dazu möchte ich ein Beispiel aus meiner Praxis erzählen. Ich kannte mal eine sehr nette Frau, die zu mir kam, um mich zu dem rechten Glauben zu bekehren. Sie litt an starken Depressionen und da sie stark selbstmordgefährdet war, war sie schon mehrmals im Landeskrankenhaus. Jahrelang nahm sie mehrere Psychopharmaka. Wenn sie zu mir kam, war sie öfters traurig und weinte.

Ich habe sie dann auf meine Weise bekehrt und ihr eine Darmsanierung empfohlen, die sie auch fleissig durchführte. Sie wurde von Monat zu Monat fröhlicher und blühte regelrecht auf. Wir konnten sogar schon herzlich lachen. Dann kam es im 9. Monat der Darmsanierung zu einem Rückfall: Sie hatte schlimme Bauchschmerzen und die Depressionen kamen zurück. Dann kam ein 1 ½ Meter langer Bandwurm aus ihrem Darm heraus und der Frau ging es blendend. Die Stoffwechselprodukte des Bandwurms und des Darmpilz haben offensichtlich die Depression ausgelöst. Der Bandwurm wurde von Ärzten trotz gründlicher Untersuchungen nicht festgestellt.

Warum kam der Bandwurm heraus? Ganz einfach - Er hatte keinen Nährboden mehr, von dem er leben konnte, die Ablagerungen waren weg. Die Frau machte anschließend eine Leberreinigung nach Dr. Clark und dabei kamen noch einige Leberegel heraus. Damit sind wir auch beim nächsten Thema, der Leberreinigung.



Die Leber ist erfahrungsgemäß nach dem Darm das wichtigste Entgiftungsorgan. Sie ist sozusagen ein Filter, der ständig das Blut filtert. Wie sie schon wissen, hilft sich der Körper bei Übersäuerung, indem er sich selber Mineralien entzieht und diese an die Säuren bindet und als Schlacken ablagert. Diese Schlacken filtert die Leber aus dem Blut. Doch irgendwann, wenn es zu viel zu Filtern gibt, ist ein Filter verstopft. Und ein verstopfter Filter arbeitet nicht mehr. So ergeht es auch oft der Leber und es entstehen verschiedene Krankheiten und Probleme. Wandern die Ablagerungen in die Galle, hat man Gallensteine, die meist sehr schmerzhaft sind.

Frau Dr. Clark hat eine effektive Reinigung für die Leber entwickelt. Es ist eine 24-Stunden Kur, die schmeckt, da rollen sich die Fußnägel auf. Aber die Wirkung ist so phantastisch und überzeugend, dass es sich auf jeden Fall lohnt, sie dennoch durchzuführen, das sollte einem die eigene Gesundheit wert sein. Aber es soll sich hinterher keine beschweren, ich hätte ihn nicht vor dem scheußlichen Geschmack gewarnt. Frau Dr. Clark empfiehlt diese Kur 1 Mal im Jahr durchzuführen, um sich selbst gesund zu erhalten, was ich persönlich praktiziere. Diese Kur ist auch das Geheimnis meiner so genannten traumhaften Leberwerte trotz angeblich irreparablen Leberschadens in meiner Jugend.

Nach einer Kur von nur 24 Stunden kommen bei richtiger Anwendung händervoll von Ablagerungen heraus. Es stehen öfters Kunden bei mir im Büro, die die größeren

Ablagerungen in einem Marmeladenglas sammeln, dass dann oft sogar halbvoll ist. Die Ablagerungen sind bis zu kirschengroß, kommen aber schmerzlos raus, da sie weich wie Kuchenteich werden. Sie sehen teilweise recht schön aus, besonders die smaragd- und türkiesgrünen Ablagerungen. Auch die perlmuttfarbenen sind ganz schön, nur die braunen sehen aus wie Sch... Was dann aussieht wie Olivenölseife sind die Cholesterinbrocken. Natürlich kommt auch jede Menge feiner Grieß heraus.

Eine Frau beschrieb den Duft der weniger sichtbaren Ablagerungen so, dass man am liebsten weglaufen würde, ohne sich den Hintern abzuputzen und abzuziehen. Kommen trotz genauem Vorgehen nach Anleitung (unbedingt die Zeiten beachten, schon 20 Minuten in der Zeit verschoben, kann enorm die Wirkung mindern) keine Ablagerungen heraus, sind die Gallengänge meist mit Leberegeln verklebt. Dann muss man zappen, um diese Leberegel loszuwerden.

Frau Dr. Clark hat in ihrem Buch: „Heilung ist möglich“ beschrieben, dass man mit dieser Leberreinigung alle Arten von Allergien loswerden kann. Man führt einfach im Abstand von 3 Wochen je eine Leberreinigung durch, bis keine Ablagerungen mehr rauskommen. Das wollte ich unbedingt ausprobieren.

An eine meiner Freundinnen hatte ich ein wunderbares Versuchsobjekt :-))). Ein normales Leben war aufgrund schwerster Allergien nicht mehr möglich. Sie musste sich jeden Frühling praktisch hermetisch abriegeln und in vollständig verschlossenen Räumen bleiben. Sie war gegen so viele Pollen allergisch, dass es nicht mehr möglich war, diese rauszusortieren. Dazu hatte sie eine schwere Tierhaarallergie. Sie liebte Katzen, konnte sich aber kaum in einer Wohnung aufhalten, in der eine Katze lebte. Sie lief dann schnell rot an, ging auf, wie ein Hefeteig und es lief aus allen Löchern. Dabei fühlte sie sich innerhalb von Minuten völlig geschwächt. Ich habe es selbst erlebt, als ich mit ihr einen Freund besuchte, dessen Mitbewohner eine Katze hatte. Und meine Freundin musste ständig ein Halstuch tragen, denn fast der ganze Hals war voll mit einem brennenden, juckenden und nässenden Ausschlag.

Zuerst empfahl ich ihr eine Darmsanierung. Die Allergien besserten sich etwas, aber das reichte mir nicht. Dann erfuhr ich von Frau Dr. Clark und der Leberreinigung. Meine Freundin führte 3 Leberreinigungen im Abstand von 3 Wochen durch. Die Wirkung war unglaublich. Sie hatte bald eine Katze, die zeitweise sogar auf ihrem Kopfkissen schlief, sie konnte im Frühling wieder über blühende Wiesen gehen und sich dabei richtig wohl fühlen. Das Halstuch konnte im Kleiderschrank bleiben. Nur wenn sie sich saumäßig ernährte oder sich arg aufregte, kam noch einmal ein kleiner roter Fleck an ihrem Hals.

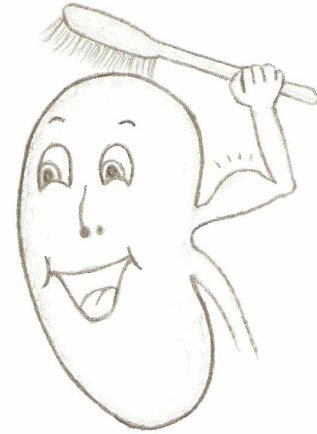
Das alles ist tatsächlich möglich, wenn man nur dem Körper hilft, sich selbst zu helfen. Ich selber bin nach zwei Leberreinigungen eine schwere Asbest-, Steinwolle- und Insektizid-Allergie losgeworden, die bei mir zu schwersten Asthmaanfällen führten. Zudem hatte ich eine starke Plantanenallergie. Plantanen hatten früher die gleiche durchschlagende Wirkung auf mich, wie bei meiner Freundin die Katzenhaare.

Für eine gründliche Grundreinigung des Körpers empfehle ich zuerst eine Leberreinigung, dann eine Darmsanierung und dann zum krönenden Abschluss noch eine Leberreinigung.

Dadurch verschwinden schon eine große Anzahl an Krankheiten und körperlichen Beschwerden.

Ein ausführliches kostenloses Ebook von mir zum Thema Darmreinigung findest du auf der Webseite: <http://www.darmsanierung-darmreinigung.com>

Ein weiteres wichtiges Entgiftungsorgan sind die Nieren. Da empfehle ich die Nierenreinigung nach Dr. Clark. Diese Nierenreinigung löst effektiv alle Ablagerungen, sogar Steine aus den Nieren, so dass sie wieder optimal ihre Arbeit verrichten können.



Das nächste wichtige Entgiftungsorgan ist die Haut. Zuerst versucht der Körper die Säuren über den Darm loszuwerden, aber der Darm ist total verschlackt. Auch die Leber ist verstopft und kann weder Säuren noch Schlacken rausfiltern. Dann versucht der Körper die Säuren über die Haut auszuscheiden. Sind es arg viele Säuren, zeigen sie sich als Akne, Ausschläge, Ekzem, Neurodermitis und welchen Namen man den Hautproblemen sonst noch so gibt. Die übliche Behandlung ist bekannt, man schmirt Salbe drauf, meist sogar stocksaurer Salben, oft mit Kortison.

Was passiert? Die Säure kann nicht mehr ausgeschieden werden und sie zieht sich in den Körper zurück, wo sie sicherlich nicht hingehört. Manchmal verschwindet dann sogar der Ausschlag, aber im Körper richten die Säuren mehr Schaden an als auf der Haut. Dann haben wir den schönen Fall, wo jemand einen Ausschlag an der Hüfte hat - Kortison- oder sonstige Salben drauf - der Ausschlag verschwindet und kurz darauf hat besagte Person eine schmerzhafteste Hüftgelenksarthrose. Die konventionelle Lösung ist dann ein künstliches Hüftgelenk.

Die Alternative sind basische Bäder und basische Hautpflegeprodukte. Basische Bäder bestehen aus einer Mischung aus natürlichen basischen Mineralsalzen. Und sie sind vor allen Dingen leicht durchzuführen. Basische Vollbäder mit mind. 3 gehäuften Esslöffeln Badesalz sollte man mindestens einmal, besser sogar zwei- bis dreimal die Woche durchführen. Diese basischen Bäder sollten mindestens 1 bis 1 ½ Stunden oder länger andauern. Nach ca. einer halben Stunde in einem basischen Bad beginnt dein Körper mit der starken Ausscheidung von Säuren und Schlackenstoffen. Um deine Poren bei der Ausscheidung zu unterstützen, solltest du deinen gesamten Körper alle 10 - 15 Minuten mit einem rauen Schwamm oder Waschlappen abreiben. Je länger du badest, desto stärker perlt das Wasser aufgrund der angeregten Rückfettung ab.

Hier möchte ich gleich ein Beispiel über die Wirksamkeit von basischen Bädern ausführen. Ich wollte einmal eine ältere Dame zu Diagnosezwecken zum Arzt bringen. Diese ältere Dame hatte jedoch extreme Schmerzen in allen Gelenken und konnte deshalb kaum noch das Haus verlassen. Also legte ich sie zuerst einmal für 2 Stunden in ein starkes basisches Bad. Nach dem Bad war sie fast komplett schmerzfrei und sie konnte problemlos das Treppenhaus zum Arzt nach oben steigen, was vorher aufgrund von Schmerzen und Steifheit in den Gelenken nahezu unmöglich gewesen wäre. Allerdings kamen diese Schmerzen nach 2 Tagen wieder, da ihr Körper komplett übersäuert und verschlackt war.

Unsere Füße werden auch als "Ersatznieren" des Körpers bezeichnet. Beim Fernsehen, Lesen oder falls du zu den Glücklichen gehörst, die Zuhause arbeiten dürfen, hast du die Möglichkeit, basische Fußbäder durchzuführen. Dazu gibst du 1 Esslöffel basisches Badesalz in eine Schüssel oder einen Eimer Wasser. Diese Fußbäder können mindestens eine Stunde bis endlos lange andauern. Dabei muss jedoch besonders im Winter öfter heißes Wasser nachgegossen werden.

Mit basischen Badesalz kann man auch warme Umschläge auf erkrankte Körperstellen auflegen. Man kann schnell feststellen, welche Wohltat solche Umschläge bei Krampfadern, Gicht und rheumatischen Erkrankungen sind. Auch bei Orangerhaut leisten Umschläge mit basischen Badesalz gute Dienste.

Basisches Badesalz ist ein regelrechter Säure- und Schlackenmagnet. Das erkennst du nicht nur an der starken Trübung des Badewassers, sondern du kannst es auch nachweislich mit Lackmuspapier aus der Apotheke testen. Das sind Papierstreifen, die anhand der Verfärbung den PH-Wert einer Flüssigkeit anzeigen können. Der PH-Wert zeigt den Säure-, bzw. Basengehalt von Flüssigkeiten an. Teste dein Badewasser vor und nach dem Baden. In den meisten Fällen ist die Veränderung in den sauren Bereich erstaunlich.

Besonders bei Hautproblemen kann man die Ausscheidung von Säuren durch eine basische Hautpflege unterstützen. Allerdings kann es zunächst einmal zu einer Verstärkung der Hautprobleme kommen, denn der Körper freut sich jetzt, die ganzen Säuren über die Haut rauszuholen zu können und macht das auch sehr ausgiebig. Aber bei einer regelmäßigen Anwendung und einer entsprechenden basischen Ernährung bekommt man oft schon innerhalb von 1 - 2 Monaten eine schöne und klare Haut.

Weitere Maßnahmen sind eine basische mineralreiche Ernährung. Basisch sind alle Gemüse, besonders die Wurzelgemüse. Biokost ist natürlich optimal, aber ich möchte Lösungen für alle bieten, auch wenn man berufstätig ist und sogar auf Kantinenessen angewiesen ist.

Als Getränk ist mineralarmes Wasser die Nummer 1. Das Wasser sollte möglichst ohne Kohlensäure sein, die wie der Name schon sagt, eine Säure ist. Man hat unter anderem festgestellt, dass bei Herzinfarkten ein erhöhter Kohlensäure-Spiegel im Blut festzustellen ist. Das sollte uns zu denken geben.

Warum eigentlich mineralarmes Wasser? Wasser ist ein optimales Transport- und Lösungsmittel für Schlackenstoffe und Säuren in menschlichen Körpern. Ist dieses Wasser mit anorganischen Mineralien und Kohlensäure gesättigt, kann es die Säuren und Schlackenstoffe nicht mehr aus dem Körper transportieren, genau so, wie ein voll beladener Mülltransporter nicht noch mehr mit Müll beladen werden kann.

Die anorganischen Mineralien in Mineralwasser können meist ohnehin nicht vom menschlichen Körper verwendet werden, da sie nicht in ionischer Form vorliegen. Deshalb sind die Moleküle dieser anorganischen Mineralien viel zu groß, um durch die kleinen Zellporen zu passen. Es ist so, als wolltest du dein Auto in einer Garage parken, dessen Tür 1 X 1 Meter groß ist. Das funktioniert natürlich nicht.

Deshalb lagern sich die anorganischen Mineralien aus dem Mineralwasser gerne in menschlichen Körpern ab. Der Arzt nennt es dann Verkalkung. Organische Mineralien aus Früchten und Gemüsen liegen meist in ionischer Form vor und können deshalb problemlos vom Körper aufgenommen und verwertet werden.

Ursprünglich war der Mensch ein Oberflächenwasser-Trinker. Oberflächenwasser ist nichts weiter als mineralarmes, von der Sonne destilliertes Wasser. Erst durch die völlige Verschmutzung unserer Oberflächenwasser ist man darauf angewiesen, unverschmutztes aber meist mineralreiches Quellwasser aus immer tieferen Bodenschichten zu pumpen.

Deshalb besorgen sich immer mehr Haushalte eine Wasserdampfdestille und trinken destilliertes Wasser. Nein, man stirbt nicht, wenn man destilliertes Wasser trinkt. Wenn man ganz sicher gehen will, dass destilliertes Wasser dem Körper keine Mineralien entzieht, fügt man einfach ein kleine Prise unraffiniertes Salz hinzu.

Der persische Arzt Dr. Batmangelidj hat viele Krankheiten allein dadurch geheilt, dass er seine Patienten 2 Gläser mineralarmes Wasser vor jeder noch so kleinen Mahlzeit hat trinken lassen. In unserer Klimazone ist es auch sehr hilfreich, wenn das Wasser vorher erwärmt wird. Diese einfache preiswerte Wasserkur schwemmt eine Menge Säuren und Schlackenstoffe aus deinem Körper und viele Krankheiten und körperliche Beschwerden werden mit der Zeit gelindert, wenn nicht sogar geheilt. Probiere es einfach mal für 3 - 4 Wochen aus! Die meisten Menschen sind von der Wirkung dieser einfachen Kur regelrecht erstaunt.

Außerdem hat Dr. Batmangelidj seine Patienten eine genügende Menge unraffiniertes Salz zu sich nehmen lassen. Dabei liegt die Betonung auf unraffiniert. Unraffiniertes Salz, ganz besonders das Steinsalz, mittlerweile auch Kristallsalz genannt, enthält alle 84 Elemente, aus denen der menschliche Körper aufgebaut ist. Raffiniertes Salz enthält gerade mal 2 Elemente: Natrium und Chlor, zwei nicht gerade sehr lebenswichtige Elemente, die der Körper benötigt.

Unser sogenanntes Kochsalz ist raffiniertes Salz, dem noch zusätzlich Jod und neuerdings sogar Fluor hinzugefügt wird. Natürlich nur zu unserem Wohl, so wird es uns zumindest gesagt. Fangen wir also mit dem Thema Jod an. Jod wird aus giftigen Industrieabfällen recycelt, z.B. Druckfarben, Katalysatoren und Röntgenkontrastmitteln. Da die Entsorgung von Jod als hochgiftiger Sondermüll offensichtlich zu teuer ist, kam man auf die glorreiche Idee, Jod in menschlichen Körpern zu entsorgen.

Also wird Deutschland, das Land mit den meisten jodhaltigen Quellen auf diesem Planeten, kurzerhand zum ach so bösen und gesundheitsschädlichen Jodmangelgebiet erklärt. Man will uns also weismachen, dass sämtliche Germanen und Kelten, die natürlich nicht über das geniale Jodsalz verfügten, einen Kropf hatten. Und da man es ja ach so gut mit uns meint und der gute brave deutsche Bürger sowieso alles glaubt, was man ihm erzählt, werden uns jetzt hochgiftige Industrieabfälle in Form von Jod ins Kochsalz gemischt und der liebe Bürger ist hochofren, dass er mit der Verwendung von jodhaltigen Kochsalz die Gesundheit von sich und seiner Familie schützen kann.

Was aber passiert statt dessen? Eine Dauerbehandlung mit Jod und Jodiden kann zu psychischer Depression, Nervosität, Schlaflosigkeit und sexueller Impotenz führen.

Jod kann Herzrasen, Herzstolpern, Herzrhythmusstörungen und sogar Herzinfarkt auslösen. Laut Schätzungen haben bereits über 16% der Bevölkerung durch die Überjodierung schwere gesundheitliche Schäden erlitten. Die Tendenz ist natürlich steigend, denn es wird ja fleißig weiter Jodsalz propagiert. Unjodiertes Speisesalz bekommt man mittlerweile fast nur noch in Naturkostläden.

Jod ist krebserregend. Jod steigert die Nitrosaminbildung um mindestens das 6-fache und erhöht damit die Krebsgefahr. Eine erfolgreiche Krebsdiät muss deshalb immer ohne künstliche Jodzusätze sein.

Zusätzlich erzeugt eine überhöhte Jodzufuhr eine Jodresistenz des Körpers. Das bedeutet: Der Körper braucht immer höhere Dosierungen an Jod, um nicht an einer Schilddrüsenunterfunktion zu leiden. So fördert die immer höhere Jodzufuhr sogar die Kropfbildung.

Ausführliche Informationen zum Thema Jodlüge finden Sie auf der Webseite:
<http://www.jod-kritik.de>

Und nun kommen wir zum Thema Fluor. Fluor ist ja bekanntlich so richtig gut für unsere Zähne. Aber wenn Fluor so toll für unsere Zähne ist und so supertoll vor Karies schützt, soll man mir doch mal bitte erklären, wieso die Bundesdeutschen dennoch so schlechte Zähne haben und unter Karies leiden. Und das alles, obwohl wir schon als Kind Fluortabletten bekommen, Fluor in fast allen Zahncremes ist und mittlerweile sogar im Kochsalz.

In weiten Teilen der USA, Kanadas und Großbritanniens wird Fluorid mittlerweile dem Trinkwasser beigesetzt und dennoch haben die Menschen dort Karies und extrem schlechte Zähne. Das soll man uns doch bitte mal genauer erklären. Fluor wie Chlor und Brom sind ein äußerst aggressives Gas aus der Gruppe der Halogene und es wird bedenkenlos verbreitet.

Die tatsächliche Erklärung habe ich hier: Fluorid ist ein Abfallprodukt in vielen industriellen Bereichen, z.B. in der Metallindustrie, der Erdölindustrie, bei der Farb- und Glasproduktion. In der Umgebung dieser Industrien hat man einen bis zu 95-fachen Anstieg des Fluoridgehaltes in den Pflanzen nachgewiesen. Tiere umliegender Betriebe leiden unter Fluoridsyndromen.

Aber Fluor hat auch einen Super-Vorteil, zumindest für unsere Politiker, die sich für die massenhafte Fluoridierung der Weltbevölkerung stark machen: Fluoride machen willensschwach und versetzen den Menschen in eine Art nebelhaften Geisteszustand! Die natürliche Wahrnehmung wird durch die gezielte Vergiftung mit Fluoride abgeschaltet. Deshalb ist Fluor auch Bestandteil von weltweit mehr als 60 Psychopharmaka. Es ist bekannt, dass Fluor unaufhaltsam den freien Willen des Menschen lahm legt. Die Mächtigen dieses Planeten sind nun einmal interessiert, leichtgläubige und kritikunfähige Marionetten zu regieren.

Weitere Auswirkungen einer Fluoridvergiftung sind eine vorläufige Härtung des Zahnes. Diese führt zur Brüchigkeit von Zahnschmelz und Zahnbein. Weitere Folgen sind: schwer zu verankernde Füllungen, Zähne müssen gezogen werden, Zähne verändern ihre Form und vorzeitige Alterung der Knochen, auch schon bei Kindern.

Ausführliche Informationen zu dem Thema Fluorlüge finden Sie auf der Webseite:
<http://www.spirituellerverlag.de/die-fluorid-lüge>

Nun zurück zu dem Thema Entsäuerung und Entschlackung:
Sie sollten nicht vergessen, dass Licht, Luft und ein harmonisches Leben ebenfalls basische Reaktionen im Körper hervorrufen.

Bei Kopfschmerzen, Migräne, Ohren-, Nasen- und Nebenhöhlen-Problemen, die meist durch eine Übersäuerung und Verschlackung im Kopfbereich ausgelöst werden, hilft eine Entschlackung durch die Nase. Dazu verwenden Sie am besten ein sogenanntes Nasya-Öl. Zusätzlich erleichtern Nasenspülungen mit Salzwasser (natürlich unraffiertes Salz) die Ausleitung.

Besonders kranke und geschwächte Patienten entgiften am besten mit Berberitzenbeeren. Es gibt eine persische Sorte Berberitzenbeeren, die gerne zum Opiumentzug gegeben wird, weil sie sehr stark entschlacken und entgiften, ohne die üblichen Reinigungsreaktionen, wie z.B. Übelkeit, Benommenheit und Schwäche.



Doch diese Berberitzenbeeren haben noch weitere Vorteile:

- sie wirken stark basisch und regulieren so deinen Säure-Basen-Haushalt,
- sie entfernen Schlackenablagerungen aus deinem Darm,
- sie wirken stark entchlackend auf deinen gesamten Organismus, denn auch dein Körper braucht ab und zu einen Hausputz,
- sie haben einen hohen Gehalt an natürlichen Vitamin C,
- sie haben erhitzende Eigenschaften auf deinen Körper und verbrennen dadurch Fett,
- sie regen deinen Stoffwechsel an,
- sie bringen deine Verdauung wieder in Schwung.

Aufgrund der stark entchlackenden Wirkung werden Berberitzenbeeren in ihrem Heimatland zur Unterstützung bei Opium- und Nikotinentzug gegeben. Schon die Indianer Nordamerikas nutzten Berberitzenbeeren für ihren Wintervorrat, um sich vor Erkrankungen zu schützen.

2 - 3 Teelöffel vor dem Frühstück reichen aus als Tagesdosis. Aber Berberitzenbeeren sind ein echtes Lebensmittel und können in beliebiger Menge gegessen werden.

Die ersten schleimigen Schlackenstoffe, die durch die Eiweißgärung entstanden sind, werden nach ca. 3 - 5 Tagen aus dem Darm ausgeschieden. Also bekomme bitte keinen Schreck, wenn Fäulnisschleime ausgeschieden werden. Sie erinnern mitunter an Durchfall. Aber nachdem der Darm von den Fäulnisschleimen befreit wurde, ist der Stuhlgang wieder völlig normal.

Ein weiteres, sehr empfehlenswertes Mittel zum Entsäuern und Entchlacken ist das Papayakraut. Die Papaya ist ein hochwertiges Lebensmittel und ein wahrer Enzym-Coctail. Sie enthält viel sehr gut verdauliches pflanzliches Eiweiß und jede Menge Aminosäuren, die dein Körper ständig benötigt. Gleichzeitig ist die Papaya sehr stark basisch und entsäuert so deinen Körper. Man spricht ihr eine vitalisierende und verjüngende Wirkung zu.

Dabei sind die Enzyme der Papaya, das Papain, Chymopapain, Lysozym und Lipase von enormer Bedeutung. Der Gehalt an Enzymen ist in den Blättern des Papayabaumes besonders hoch. Diese Enzyme sind hervorragend geeignet um Fette und Eiweiße zu verdauen. Das Papain ist dabei sogar noch wesentlich stärker darin, die Nahrung aufzuspalten und Eiweiß in Aminosäuren umzuwandeln, als das körpereigene Pepsin. Deshalb kann das Papain Ablagerungen an deinen Darmwänden abbauen.

Papayakraut bewirkt einen raschen Abbau und Ausscheidung von Ablagerungen im Darm und deinen gesamten Organismus. Papayakraut räumt mit Gärungsprozessen im Darm auf, beseitigt damit lästige Blähungen und unterstützt eine geregelte Verdauung.

Die Blätter des Papayabaumes haben einen besonders hohen Gehalt an Papain, sowie Beta-Carotin, Vitamin C und Carpain (beruhigendes Alkaloid) enthalten. So kann eine gezielte Kur mit Papayakraut deinen gesamten Organismus entchlacken und entsäuern.

Es gibt auch viele sehr gute Kräutermischungen zum Entchlacken, z.B. in Form von Tee, Kräuterelixieren, Kapseln usw.

Wenn die Verschlackung deines Körpers sehr stark ist, solltest du zuerst entsäuern und genügend Mineralstoffe durch Nahrungsergänzungen zuführen. Wenn du dich durch die Entsäuerung wieder wohl fühlst und deine Mineralstoffdepots wieder aufgefüllt wurden, kannst du entchlacken. Nach einigen Monaten intensiver Entchlackung mit gleichzeitiger Zufuhr von Mineralstoffen verschwindet auch die lästige Orangenhaut. Dein Aussehen verbessert sich, du nimmst ab und oft stellt sich sogar wieder neuer Haarwuchs ein.

Jedoch sollte niemals entschlackt werden, ohne eine starke Mineralienzufuhr, regelmäßige basische Bäder und eine Ausschwemmung durch mineralarmes Wasser, um die beim Entschlacken gelösten Säuren schnellstmöglich unschädlich zu machen und auszuscheiden. Sonst kann es zu einer Verschlechterung deines Zustandes durch einen Überschuss an Säuren kommen.

Eine ideale Erfindung zum Entsäuern ist das SanaCare's Basenkonzentrat in Kombination mit SanaMin. Allein am Geschmack von SanaCare's Basenkonzentrat kann man erkennen, welche Organe übersäuert ist. Sind alle Organe frei von Säuren, schmeckt SanaCare's Basenkonzentrat einfach nur nach Wasser. Aber für die meisten Menschen ist der Geschmack des Basenkonzentrates schlicht und ergreifend abscheulich.

Hier eine Aufstellung der Geschmacksvarianten von SanaCare's Basenkonzentrat:

Salzig	-	Bindegewebe, Muskulatur
Bitter, metallisch	-	Niere
Ammoniak, Lauge	-	Niere, zuviel Harnsäure
Fischig	-	Leber
„Faule Eier, schwefelig	-	Galle
Süß	-	Bauchspeicheldrüse
Sauer, chlorig	-	Magen, Schleimhäute
Scharf, brennend	-	Blutkreislauf, Herz

Und bitte achte darauf: Je verschlackter du bist, um so langsamer und vorsichtiger solltest du entschlacken. Ist dein Körper wieder richtig basisch und von Schlacken befreit, werden jede Art von Nahrungsergänzungen von deinem Körper voll aufgenommen und verwertet.

3. Nahrungsergänzungen

Die Zufuhr von organischen Vitalstoffen, wie Vitamine, Mineralien, Spurenelemente, Aminosäuren, Ballaststoffe usw. in ausreichenden Mengen ist die letzte Stufe auf deinem Weg zu einer ausgezeichneten Gesundheit. Natürlich ist es optimal, sich von Vollwertkost zu ernähren oder sogar sein Gemüse im eigenen Garten auf biologische Weise anzubauen. Dann braucht man keinerlei Nahrungsergänzungen. Aber vielen von uns ist das nicht möglich. Und ich möchte hier aufzeigen, dass jeder gesund werden und sich gesund erhalten kann. Auch wenn er auf Kantinenessen angewiesen ist.

Also komme ich zuerst zu dem Thema Ernährung, auch wenn du mich bitte bei diesem Thema auf keinen Fall zum Vorbild nehmen solltest.

Wenn ich manche Menschen über das Thema Ernährung sprechen höre, erlebe ich nicht selten einen erstaunlichen Fanatismus. So manch einer von ihnen glaubt tatsächlich, die einzig wahre Ernährung für jeden Menschen gefunden zu haben. Doch wie ist das denn wirklich? Ist tatsächlich jeder Mensch gleich, was Ernährung angeht?

Ich bin 47 Jahre alt, strotze vor Gesundheit, habe seit 17 Jahren keinen Arzt mehr gesehen, weil ich einfach nie krank werde, bin leistungsfähig ohne Ende und man kann mir mit der dicksten Grippe auf den Teller husten, ich stecke mich einfach nicht an. Wenn mich aber jemand fragt, wie ich mich ernähre, werde ich immer ganz verlegen. Meine Antwort ist dann doch sehr ehrlich: Saumäßig - ich esse, was mir schmeckt, massig Süßes, ich koche ungern und esse fast nur Fertiggerichte, mag überhaupt kein Obst und erlaube mir jegliche „Ernährungssünde“ Allerdings liebe ich Salat und bin seit 30 Jahren überzeugte Vegetarierin.

Das soll nicht heißen, dass man mir nachahmen sollte. Ich übernehme dafür keinerlei Verantwortung. Ich kenne eine Menge Ernährungsfanatiker, die eine strenge "gesunde" Diät einhalten, aber alles andere als gesund sind. Und jeder von ihnen legt einen Fanatismus an den Tag, als ginge es darum, mich zum einzig wahren Glauben zu bekehren. Nur Rohkost, nichts anderes, sagt der Eine. Nein, nur Makrobiotik, alles Kochen bis zum geht nicht mehr und so viel Reis wie möglich, sagt der Nächste. Viel Eiweiß, so viel wie möglich, von Eiweiß kann man nie genug haben, sagt wieder ein anderer und und und... Und natürlich meint jeder von ihnen, er hätte die einzig wahre Ernährung für jedermann gefunden.

Ich war als Jugendliche extrem krank und versuchte auch, über verschiedene Ernährungsarten, gesund zu werden. Es gab keine einzige Ernährung, die für mich ein Genuss war. Ich kaute nur noch Rohkost und war ständig nur noch hungrig und ein einziges aggressives Nervenbündel. Ich probierte es mit Makrobiotik und beschloss, dass dies eher etwas für buddhistische Mönche ist, die Selbstüberwindung üben wollen. Ich habe Makrobiotik zwei Wochen lang ausgehalten und dann für mich erkannt, dass etwas, das ich mir mit so viel Widerwillen runterwürge, einfach nicht gut für meinen Körper sein kann. Ich habe massig Eiweiß in mich hineingestopft, bekam Blähungen ohne Ende, meine Verdauung wurde immer schlechter und ich habe zugenommen ohne Ende.

Viel vernünftiger fand ich da die ayurvedische Ernährung, die Menschen in verschiedene Typen einteilt und dann die entsprechende Ernährung empfiehlt. Aber selbst das ist mir dann viel zu kompliziert geworden. Allerdings war die ayurvedische Ernährung die einzige Ernährung, die mir persönlich schmeckte. Und tatsächlich ging es mir körperlich dadurch immer besser. Dann habe ich einfach nur noch alles gegessen, was mir schmeckte und wonach es mir gerade war und ich wurde ruckzuck kerngesund.

Aber warum strotze ich geradezu vor Gesundheit, während andere Menschen, die sich an strenge Ernährungsrichtlinien halten, ständig krank sind? Und es sprechen eine Menge logischer und auch für mich einsichtige Argumente für eine gesunde Ernährung. Nun - ich beachte immer einige Dinge, die mich gesund erhalten, egal wie gut oder miserabel meine Ernährung ist:

1. Ich entschlacke immer ununterbrochen, damit mein Körper nicht mit Stoffwechselfgiften zugemüllt ist. Ich Sorge dafür, dass ich einen sauberen Darm, eine saubere Leber und basisches Blut habe. Dazu führe ich alle drei Jahre eine Darmreinigung durch. Ich mache einmal im Jahr eine Leberreinigung nach Dr. Clark. Und ich entschlacke meinen Körper ununterbrochen. Zudem mache ich immer wieder Kuren mit Berberitzenbeeren und Papayakraut.
2. Ich nehme täglich verschiedene Nahrungsergänzungen ein, damit meinem Körper alle Stoffe zur Verfügung stehen, die er benötigt, um sich ununterbrochen zu regenerieren. Da ich immer mehrere Nahrungsergänzungen verwende und die Nahrungsergänzungen ständig wechsle, kommt es zu keiner Mangelerscheinung. Je nach Lust und Laune nehme ich Spirulina, Gerstengras, Ginseng, Maca oder Mischpräparate ein.
3. Bei meiner Ernährung achte ich darauf immer unraffiniertes Salz, unraffinierten Zucker und unraffiniertes Mehl zu verwenden. Zum Thema unraffinierten Salz habe ich mich ja schon geäußert. Wie beim Salz werden auch beim Zucker alle lebenswichtigen Stoffe abgesondert und zurück bleibt ein Stoff, der die Hauptursache der Übersäuerung des Körpers ist. Zudem ist Zucker ein regelrechter Suchtstoff, der dem Körper lebenswichtige Mineralien entzieht

Im Gegensatz dazu ist ganz besonders Vollrohrzucker ein regelrechtes Nahrungsergänzungsmittel, das sehr mineralreich ist. Auch Honig ist ein sehr enzymreiches und gesundes Süßungsmittel, das jedoch nicht erhitzt werden sollte.

Ja und beim Mehl finden wir wieder das Gleiche. Dem Korn wird der Keim und die Kleie entfernt und zurück bleibt ein Stärkerest, der in etwa den Nährwert von Tapetenkleister hat und auch genau so auf den Darm wirkt: Er wird komplett zugekleistert. Die sogenannten „Abfallprodukte“ bei der Mehlherstellung kann man denn gleich teuer als Weizenkeime und Weizenkleie kaufen. Wieso verwendet man dann nicht gleich Vollkornprodukte?

4. Für extrem wichtig halte ich auch eine artgerechte Lebensweise für die Menschen. Das trägt enorm zur psychischen Gesundheit bei. Nicht artgerecht ist für mich das Einpferchen von Menschen in hässliche und viel zu enge Wohnverhältnisse. Ebenso die Lohnknechtschaft in einem miesen, schlecht bezahlten Job. Überhaupt kann wohl kaum jemand ein gesundes Leben führen, der in Unfreiheit lebt. Der ein Leben führt, das ihm überhaupt nicht entspricht und seine Lebenszeit und Lebensenergie dafür hergibt, so zu leben, wie andere es wollen und gut für ihn finden.

Wenn jemand nicht das Leben führt, das er haben will und das ihm total Spaß und Freude bereitet, sollte sich mal den Film „The Secret“ anschauen oder noch besser das Buch „The Secret“ lesen. Das ist schon einmal ein guter Anfang für ein neues, viel schöneres Leben.

Ich garantiere mit Sicherheit nicht, dass jeder Mensch kerngesund ist, der so lebt, wie ich. Aber für mich persönlich habe ich die Lebensweise herausgefunden, die mir eine enorme Gesundheit und Leistungsfähigkeit verschafft. Ich wünsche dir vom ganzen Herzen, dass du auch für dich die Lebensweise herausfindest, die dir ein supergesundes und erfülltes Leben ermöglicht.

Ich möchte dir an dieser Stelle einige Nahrungsergänzungsmittel empfehlen. So erhält dein Körper eine Rundumversorgung mit allen notwendigen Vitalstoffen und seine Depots werden im Laufe der Zeit wieder vollständig aufgefüllt.

Spirulina wird oft als das Nahrungsergänzungsmittel der Zukunft bezeichnet. Es enthält ein breites Spektrum hochwertiger Nährstoffe.

Spirulina enthält 8 essentielle Aminosäuren, zahlreiche Vitamine wie Vitamin A, B1, B2, B3, B6, B12, E und Beta-Carotin, vielfältige Mineralien wie Kalzium, Magnesium, Phosphor und Kieselerde, über 50 % Proteine, Kohlehydrate, Lipide, Potasche, Protide, hoch ungesättigte Fettsäuren, Chlorophyll und sehr viel Eisen. Spirulina ist ein stark basisches Lebensmittel.

Die Maca-Wurzel wird jetzt immer bekannter. In den USA sind Maca-Präparate schon ein Verkaufshit. Die Maca-Wurzel ist ein altes peruanisches Volksheilmittel. Man sagt von ihr, sie macht "stark fürs Leben und stark für die Liebe". Die Widerstandskraft der Maca-Pflanze ist überaus beeindruckend.

Die Maca-Wurzel enthält viele wertvolle Eiweiße, einen hohen Anteil Eisen, Zink, Magnesium, Kalzium, Phosphor, wichtige Mineralstoffe, fast alle Vitamine und hormonähnliche Substanzen. Zusätzlich enthält die Maca-Wurzel ca. 300 weitere Substanzen, die noch nicht alle untersucht wurden, z. B. ätherische Öle.

Diese hohe Anzahl wertvoller Inhaltsstoffe sorgen für eine bessere Durchblutung des Beckens und regen gleichzeitig die Testosteron-Bildung beim Mann und die Östrogen-Bildung bei der Frau an.

Testosteron ist das Hormon der Alpha-Männchen und -Weibchen. Menschen mit einem hohen Testosteronspiegel stehen immer im Mittelpunkt. Testosteron lässt Fett wegschmelzen und sorgt für Muskeln und einen Waschbrettbauch. Die Fettverbrennung findet in den Muskeln statt. Ohne Muskeln keine Fettverbrennung! Für die körpereigene Testosteronproduktion eignet sich hervorragend die Maca-Wurzel. Das haben auch schon viele Bodybuilder für sich erkannt und nutzen Maca-Produkte mit großem Erfolg.

Bei einem Test an Schimpansen haben Forscher festgestellt, dass der schwächste Schimpanse schnell der Leitschimpanse wurde, als man ihm Testosteron spritze. Allerdings wurde er schnell wieder vom ursprünglichen Leitschimpanse auf die richtige Größe zurechtgestutzt, als die Wirkung seiner Testosteroninjektionen wieder nachließ.

Vielleicht liegt es an der erhöhten Testosteronproduktion des Körpers, dass einer meiner Kunden meinte, dass die Frauen viel mehr hinter ihm her seien, wenn er regelmäßig Maca einnimmt.

Weitere Wirkungen der Maca-Wurzel sind: Stärkung des Körpers, erhöhte Widerstandskraft und - naja - da die Maca-Wurzel ein starkes pflanzliches Aphrodisiakum ist, wird sie oft scherzhaft „pflanzliches Viagra“ genannt.

Deshalb ist die Maca-Wurzel eine ausgezeichnete Nahrungsergänzung bei Impotenz, Menstruations- und Wechseljahres-Beschwerden. Man nimmt sie gerne als natürliches Mittel zur allgemeinen Steigerung der körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit.

Untersuchungen in Lima, den USA und Kanada zeigen, dass sich Maca-Pulver als Nahrungsergänzung bewährt bei:

- Stress und seinen Folgen,
- chronischer Müdigkeit,
- Leistungssport,
- sexueller Lustlosigkeit,
- schlechter Laune und Depressionen
- Menstruationsbeschwerden und -unregelmäßigkeiten.

Maca-Pulver hilft Männern und Frauen gleichermaßen. Nach 3 - 8 Wochen regelmäßiger Einnahme von Maca stellt sich meist eine Verbesserung des Allgemeinbefindens ein. Maca liefert dir Energie und neuen Antrieb.

Gerstengras, ein weiteres sehr empfehlenswertes Nahrungsergänzungsmittel, enthält eine Vielzahl von Vitalstoffen und ist vielleicht das vitalstoffreichste Nahrungsmittel der Welt. Es sichert deine Versorgung mit wertvollen Vitaminen, Proteinen und Mineralstoffen. Gerstengras enthält fast alle lebenswichtigen Vitamine, 20 Enzyme, Chlorophyll, sämtliche Mineralstoffe und alle essentiellen, lebenswichtigen Aminosäuren.

Für alle Menschen mit Krankheiten des Herz- und Kreislaufsystems und Degeneration von Knochen und Gelenken kann eine hohe Dosierung von Kalzium und Magnesium in Verbindung mit Vitamin C und Enzymen wahre Wunder wirken.

Der menschliche Organismus enthält ca. 1 kg Kalzium. Zusammen mit Magnesium ist Kalzium ein wichtiger Baustein für die Knochen. Auch für die Zähne ist Kalzium unerlässlich. Eine erhöhte Kalziumzufuhr lohnt sich ganz besonders bei Kindern, schwangeren Frauen und Frauen in und nach den Wechseljahren.

Magnesium ist bei mehr als 350 Stoffwechselfvorgängen im Körper beteiligt. Bei körperlichen und geistigen Stress, in der Schwangerschaft und Stillzeit in den Wachstumsphasen und bei Sportlern kann ein erhöhter Magnesiumbedarf auftreten. Magnesium wird häufig als das „Anti-Stress-Mineral“ bezeichnet.

Aber auch bei allen Problemen der Blutgefäße kann die Kalzium-Magnesium-Ergänzung in Verbindung mit Vitamin C und Enzymen rasche Abhilfe schaffen. Hier wiederhole ich noch einmal zur Verdeutlichung:

Der Körper ist ohne ausreichende Mineralienzufuhr und genügend Vitamin C nicht mehr in der Lage, seine Adern zu reparieren. Also hilft er sich auch da: Er verkleistert sie mit Cholesterin, damit sie nicht platzen. Man verabreicht diesen Menschen dann cholesterinsenkende Mittel, damit die Adern der betroffenen Personen nicht mehr verstopfen. Wahrscheinlich will man lieber, dass die Adern statt dessen platzen. Denn genau das passiert, wenn der Körper sie nicht mehr mit der Verklebung durch Cholesterin retten kann.

Leider werden die meisten angebotenen Kalzium-Magnesium-Präparate nicht wirklich vom Körper aufgenommen, da sie genau wie die Mineralien im Mineralwasser nicht in ionischer Form vorliegen. Ich erinnere hier wieder an das Beispiel, dass man sein Auto nicht in einer Garage parken kann, dessen Tür 1 X 1 Meter groß ist. Die Moleküle dieser anorganischen Mineralien viel zu groß, um durch die kleinen Zellporen zu passen. Das bedeutet, dass fast alles Kalzium und Magnesium, was oben aufgenommen wird, unten wieder herauskommt.

Aber da gibt es einen ganz einfachen Trick: Man kauft sich preiswertes Kalziumkarbonat und Magnesiumkarbonat. 1 gestrichener Teelöffel Kalzium morgens und 1 gestrichener Teelöffel Magnesium abends reichen voll und ganz, um die Kalzium-Magnesium-Depots wieder aufzufüllen. Das Kalzium- und Magnesiumkarbonat löst man dann mit dem Saft einer halben Zitrone oder 1 - 2 Esslöffel Obstessig auf, bis es nicht mehr schäumt. Denn das Karbonat entweicht in Form von Kohlensäure und übrig bleiben herrliche Kalzium- und Magnesium-Ionen, die für deinen Körper voll verfügbar sind.

Das Ganze verdünnt man jetzt noch mit Wasser oder Fruchtsaft und schon hat man einen herrlichen Mineralcocktail, von dem einem richtig warm innerlich wird und schon nach ein paar Tagen hat man Nerven wie Drahtseile.

Hier ein Beispiel, wie segensreich die Kalzium-Magnesium-Ergänzung sein kann: Mein Vater, der sein ganzes Leben lang aktiver Sportler war und ausgiebige Wanderungen liebte, bekam eine schlimme Hüftgelenksarthrose an beiden Hüftgelenken. Er hatte nahezu unerträgliche Schmerzen beim Gehen. Wenn er im Männergesangsverein singen wollte, mussten ihn zwei seiner Sangesbrüder stützen, damit er die kurze Treppe zur Bühne hinaufkam.

Dazu hatte er die zwei Hauptarterien zum Kopf hin verstopft. Seine Kopfschmerzen waren so extrem, dass er ständig davon sprach, dass er sich am liebsten eine Kugel durch den Kopf schießen möchte. Die Lösung der Ärzte war: Zwei künstliche Hüftgelenke und zwei Bypässe. Aber mein Vater meinte: „So wie ich auf diese Welt gekommen bin, so gehe ich auch wieder!“ Zudem war gerade ein Verwandter von uns kurz nach einer Bypassoperation gestorben und ein Arbeitskollege konnte 3 Monate nach dem Einsetzen eines künstlichen Hüftgelenks immer noch nur unter großen Schmerzen gehen.

Ich muss an dieser Stelle sagen: „Der Prophet gilt nichts im eigenen Land.“ Meine Eltern klappern zuerst immer alle Ärzte und Spezialisten ab. Wenn dann keiner mehr helfen kann, kommen sie erst zu mir. Und ich kann ihnen dann jedes Mal helfen. Mit Logik hat das sicherlich nichts zu tun.

Ich verabreichte meinem Vater Kalzium und Magnesium in oben genannter Form. Da die Wasserablagerungen in seinem Körper durch den schlechten Zustand seiner Blutgefäße schon bis zur Hüfte reichten, bekam er einem Monat lang täglich 2 g Vitamin C in Form von reiner Ascorbinsäure. Ich bin zwar ein absoluter Befürworter von natürlichen Nahrungsergänzungen, aber ich bin kein Dogmatiker. Da hier dringend schnelle Ergebnisse erzielt werden mussten, die Wasserablagerungen durften auf keinen Fall sein Herz erreichen, griff ich auch mal kurzfristig zu synthetischen Vitamin C. Nach einem Monaten bekam er dann Vitamin C in Form von Berberitzenbeeren. Ausreichende Enzyme wurden meinem Vater in Form von Kombucha und Wasserkefir zugeführt, je ein Glas pro Tag.

Schon 2 ½ Monate danach wanderte mein Vater wieder schmerzfrei über Berge und Täler. Seine Kopfarterien waren auch kein Problem mehr. Als der Arzt ca. ein Jahr später eine Rundumuntersuchung bei meinen Eltern durchführte, ließ er die Sprechstundenhilfe die Ergebnisse tatsächlich dreimal!!! nachprüfen. Er sagte: „Das kann doch nicht sein, diese beiden 80-Jährigen haben Blutwerte und Blutgefäße wie junge Menschen.“ Sogar die beiden Herzinfarkte meines Vaters waren nicht mehr feststellbar, die Herzkranzgefäße waren wieder frei.

Da mein Vater niemals eine Kur macht, ohne dass meine Mutter sie mitmacht, waren ihre Untersuchungsergebnisse ebenfalls so gut ausgefallen. Ich muss an dieser Stelle noch einmal betonen, dass Kalzium und Magnesium immer zusammen mit Vitamin C und Enzymen gegeben werden sollte, um solche phantastischen Ergebnisse zu erzielen.

Die Brennessel findet man fast überall, ganz besonders an Waldrändern. Leider ist die stark regenerative und blutbildende Kraft der Brennessel noch viel zu wenig bekannt.

Ich werde es als Kind niemals vergessen. Meine Mutter litt im Alter von ca. 45 Jahren an einer starken Anämie. Trotz vieler Eisenpräparate, die bei ihr starke Magenschmerzen auslösten, wurde es immer schlimmer. Es bildeten sich einfach keine roten Blutkörperchen mehr. Meine Mutter wurde immer schwächer und lag vor lauter Schwäche fast nur noch im Bett. Hinzu kam, dass die Ärzte feststellten, dass sich ihr Magen regelrecht zersetze und nach dem ersten Ultraschall glaubte man zuerst, man hätte Teile ihres Magens operativ entfernt, was natürlich nicht zutraf. Ihr Zustand wurde immer schlechter.

Eines Tages besuchte eine Zeugin Jehovas meine Mutter. Diese Zeugin Jehovas hat zwar meine Mutter nicht bekehrt, aber sie hat ihr vielleicht das größte Geschenk ihres Lebens gemacht. Als sie von der schlimmen Blutarmut meiner Mutter erfuhr, gab sie ihr folgenden Rat: Sie sollte frische Brennesseln vor der Blüte sammeln und den Saft aus ihnen pressen. Davon sollte sie 3 X täglich vor dem Essen ein Schnapsglas voll trinken. Obwohl meine Mutter damals noch sehr ärztegläubig war, war sie zu allem bereit und probierte den Rat dieser Zeugin Jehovas aus.

Das Ergebnis war überwältigend: Schon wenige Tage später blühte sie regelrecht auf und musste tagsüber nicht mehr schlafen. Der Arzt stellte eine starke Bildung roter Blutkörperchen fest und glaubte tatsächlich, seine Therapie hätte endlich angeschlagen. Völlig unerwartet hat sich, wie man per Ultraschall fassungslos feststellte, ihr Magen wieder vollständig regeneriert. Sie machte noch jahrelang jedes Frühjahr eine Brennesselkur und ist mit ihren fast 85 Jahren noch viel gesünder und vitaler als die meisten jungen Menschen, die beim Wandern kaum mit ihr mithalten können. Einige Menschen haben auf meinen Rat hin dieses Rezept ausprobiert – mit den gleichen durchschlagenden Ergebnissen. Ich erkläre diese enorm starke regenerative Wirkung damit, dass die Brennessel die Bildung von Stammzellen stark anregt. Aber das müsste erst wissenschaftlich erwiesen werden.

Das Problem an dieser Therapie ist die geringe Haltbarkeit des kaltgepressten Brennesselsaftes. Ich habe herausgefunden, dass man diesen Brennesselsaft auch milchsauer fermentieren kann. Dadurch steigert sich nicht nur die Haltbarkeit des Brennesselsaftes sondern auch sein Gehalt an Vitalstoffen, ganz besonders der Enzymgehalt und damit Aufnahmefähigkeit für Ihren Körper.

Wildkräuter sind eine sehr wertvolle und dazu noch eine völlig kostenlose Nahrungsergänzung. Wildkräuter enthalten mehr als das 10-fache an Vitalstoffen, das sind Vitamine, Mineralien und andere wichtige Inhaltsstoffe für Ihren Körper, als die meisten Bio-Produkte und man kann sie ganz leicht selber sammeln. Dazu gibt es eine Menge Literatur und es werden zu diesem Thema auch viele Seminare abgehalten.

Aber man kann mit der milchsauen Fermentierung diese Wildkräutersäfte nicht nur um ein Vielfaches haltbarer machen. Auch der Gehalt von Vitalstoffen, besonders Enzymen wird oft um ein Vielfaches erhöht und auch die Aufnahmefähigkeit für Ihren Körper. Sie können zum Fermentieren auch alle anderen Wildkräuter verwenden oder auch Wildkräutermischungen. Ich empfehle dazu: Brennessel, Löwenzahn, Spitzwegerich, Vogelmiere, Huflattich, Schafgarbe, Wassermintze, Hollunderblüten und Fichtenspitzen.

Es gibt dazu zwei verschiedene Methoden:

1. Sie pressen den Saft mit einer speziellen Kräutersaftpresse oder
2. Sie zerkleinern die ganzen Pflanzenteile mit etwas natürlichen 100%-igen Apfelsaft

Dem Ganzen fügen Sie noch etwas Kristallsalz, Honig, Vollrohrzucker und am wichtigsten ca. 1:10 Sauerkrautsaft hinzu und füllen es in Glasgefäße, die Sie zum Schutz vor Fruchtfliegen mit etwas Frischhaltefolie und einem Gummiband verschließen. Luftdicht verschlossene Flaschen würden während der Gärung platzen. Sie stellen diese Gefäße an einen möglichst warmen Ort. Sind diese Gefäße bis oben hin gefüllt, sollte man eine Schüssel darunter stellen, da durch die Gärung der Saft besonders in den ersten Tagen leicht überschäumt. Sie sollten diese Gefäße auch einmal täglich geschütteln.

Sobald die Gärung nach 3 - 5 Wochen abgeschlossen ist und dieser Saft weder schäumt noch perlt, kann man sie kühl und dunkel aufbewahren. Trinken Sie 3 X täglich 20 - 25 ml davon.

Weitere Rezepte zur Herstellung von Präparaten mit einer hohen Anzahl an besonders Vitalen und vermehrungsfähigen Laktobakterien finden Sie in meinem Darm-Blog unter <http://www.darmsanierung-darmreinigung.com/blog>. Einen weiteren Gesundheit und Wellness-Blog von mir, mit vielen einfachen und wirkungsvollen Tipps für Ihre Gesundheit und Rezepten zur preiswerten Herstellung eigener Produkte finden Sie unter <http://eurofit23-wellness-shop.com/blog>.

Weitere extrem wirkungsvolle Naturheilmittel

1. Wunden und Prellungen

Wunden behandle ich mit Vorliebe mit Salbeiöl. Salbeiöl desinfiziert hervorragend nicht nur den äußeren Teil von Wunden, sondern zieht auch in viel tiefere Teile der Wunden ein und desinfiziert sie sehr erfolgreich. Zudem enthält Salbeiöl verschiedene Stoffe, die eine Heilung enorm beschleunigen.

Eine gute Ringelblumensalbe beschleunigt ebenfalls sehr die Heilung. Ich stelle meine Ringelblumensalbe immer selber her. Ich nehme dazu ein gutes Pflanzenöl, bevorzugt Olivenöl, füge Bienenwachs und so viele frische Ringelblumenblüten, dass sie gerade noch mit Öl bedeckt sind. Das ganze erhitze ich ganz langsam auf niedrigster Stufe, bis das Bienenwachs geschmolzen und die Flüssigkeit aus den Ringelblumen vollständig entwichen ist. Dann siebe ich alles noch durch und fülle die noch heiße Flüssigkeit in verschließbare Gefäße. Zur Haltbarmachung füge ich noch Salbeiöl hinzu.

Bei Prellungen, Zerrungen, Verstauchungen und Blutergüssen verwende ich Arnikatinktur pur. Je schneller man sie verwendet, um so stärker wirkt Arnikatinktur. Oft kommt es erst gar nicht zu Schwellungen und Blutergüssen, wenn man sie rechtzeitig anwendet.

Und jede Wunde, Prellung und Zerrung wird von mir immer zusätzlich mit Rescue-Salbe nach Dr. Edward Bach behandelt. Diese Salbe beschleunigt in vielen Fällen die Heilung.

Als Beispiel für die enorme Wirksamkeit dieser einfachen Naturheilmittel möchte ich den Fahrradunfall meiner Mutter nennen. Sie ist mit 80 Jahren mit dem Fahrrad gestürzt und hatte schwere Prellungen an den Knien und blutige Hautabschürfungen an den Händen. Da es Sonntag war, humpelte sie gleich zu mir und war besorgt, da sie der festen Meinung war, dass bei alten Menschen doch alles so furchtbar langsam und schlecht heilt. Sie stellte sich schon auf monatelange Schmerzen ein.

Ich desinfizierte ihre Wunden mit Salbeiöl und strich einige Minuten danach meine Ringelblumensalbe auf. Dann gab ich großzügig Arnikatinktur auf ihre Knie und schloss die ganze Behandlung mit Rescue-Salbe auf Händen und Knien ab.

Drei Tage später kam meine Mutter zu mir, um mir zu zeigen, was sie als „Wunder“ bezeichnete. An ihren Händen waren fast keine Wunden mehr zu erkennen, sie waren fast vollständig geheilt. Ihre Knie waren schmerzfrei, sie waren nicht im Geringsten geschwollen und es waren auch keine Blutergüsse zu erkennen.

Auch bei Tieren helfen diese Mittel ausgezeichnet. Ein Freund von mir kam mit seinem Kater zu mir. Er war von einem Marder gebissen worden und das Bein ist innerhalb von 2 Stunden auf den doppelten Durchmesser geschwollen und fing schon heftig an zu eitern. Da es ebenfalls Sonntag war, hatte er keinen Tierarzt erreicht. Ich habe die Wunde ausgiebig mit Salbeiöl desinfiziert und wieder 3 Minuten später meine Ringelblumensalbe aufgetragen.

Da ein Marder sehr aggressive Krankheitskeime über seinen Speichel verbreitet, habe ich dem Kater noch 10 ml Kolloidales Silber eingeflößt. Mein Freund rief 2 Stunden später an, dass das Bein schon fast wieder vollständig abgeschwollen ist und aufgehört hat, zu eitern. Am nächsten Morgen war der Kater wieder topfit und ging gleich auf Mäusejagd. Die Wunde war nach wenigen Tagen vollständig verheilt.

Schlecht heilende Wunden und Geschwüre

Auch wenn du mich jetzt für komplett abgedreht oder sogar barbarisch hältst, aber bei schlecht heilenden Wunden und Geschwüren, wie z. B. offene Beine, können Blutegel tatsächlich wahre Wunder wirken. Ein Arzt aus den Vereinigten Staaten, dessen Namen ich leider vergessen habe, hat viele Amputationen von Gliedmaßen verhindert, z. B. bei Diabetes oder den sogenannten Raucherbeinen, indem er Blutegel angesetzt hat. Sogar einige Totaloperationen, d. h. die Entfernung der Eierstöcke und der Gebärmutter, konnte er verhindern, indem er Blutegel an den Schamlippen ansetzte.

Bei meiner Mutter habe ich Grünen Star, der laut Augenarzt innerhalb kürzester Zeit zum Erblinden geführt hätte, komplett zum Erliegen gebracht, indem ich je einen Blutegel an den Schläfen ansetzte. Sie konnte die Brille, die sie gerade neu bekommen hatte, wieder weglegen und ihre alte Brille hervorholen, die sie vor dem grünen Star getragen hat. Diese Brille trägt sie heute nach ca. 10 Jahren immer noch. Allerdings hat sie ein wenig gemeckert, da das neue Brillengestell fast 700,-- DM gekostet hat und sie diese Brille gerade erst vom Optiker abgeholt hat, ohne die Brille überhaupt jemals getragen zu haben.

Blutegel sollten nur von erfahrenen Ärzten und Heilpraktikern verwendet werden. Denn wenn ein Blutegel aus Unwissenheit über eine größere Arterie angesetzt wird, kann das zu erheblichen Blutverlusten führen. Da das Ansetzen von Blutegeln fast immer sofort eine deutliche Besserung hervorbringt, möchte ich dennoch, dass du über diese Therapie Bescheid weißt. Falls eine Amputation schnell verhindert werden soll oder das Absterben von Gewebe bei Geschwüren immer weiter voranschreitet, dann weißt du, welcher Arzt oder Heilpraktiker in diesem Fall tatsächlich noch schnell helfen kann.

Neuraltherapie

Die Neuraltherapie ist eine hervorragende Therapie bei allen Arten von Schmerzen. Obwohl auch diese Therapie nur von erfahrenen Ärzten und Heilpraktikern durchgeführt werden sollte, die sich mit der Injektionstechnik auskennen, möchte ich dir diese Therapie nicht vorenthalten. Denn falls jemand unerträgliche Schmerzen hat und niemand eine Ursache dafür findet, kann ein erfahrener Neuraltherapeut schnellstens diese Tortur beenden.

Die Neuraltherapie ist für das sogenannte „Sekundenphänomen“ bekannt. Findet man die richtige Stelle heraus, die durch ein sogenanntes Störfeld die Schmerzen verursacht und setzt man dort eine Injektion mit Procain, dann verschwinden die Schmerzen innerhalb von wenigen Sekunden.

Das Außergewöhnliche an der Neuraltherapie ist, dass man die Injektionen nicht dort ansetzt, wo der Schmerz oder Krankheitsherd ist, sondern dort, wo das Störfeld ist, das diesen Schmerz oder Krankheit verursacht. Das Störfeld kann sich dabei an einer komplett anderen Körperstelle befinden, als die Symptome.

Auch hier liefert mein Vater wieder das optimale Beispiel. Vor ca. 20 Jahren hatte er schon einmal unerträgliche Kopfschmerzen. Er saß nur noch am Tisch, den Kopf in die Hände gestützt und teilweise lief ihm sogar der Schweiß vor lauter Schmerzen das Gesicht herunter.

Die Ärzte haben nicht die geringste Ursache für seine unerträglichen Kopfschmerzen gefunden und taten ihn schon fast als Hypochonder (eingebildeter Kranker) ab. Ich konnte mir das nicht mehr mit ansehen und wollte es bei ihm einmal mit der Neuraltherapie versuchen. Damals war mein Vater noch sehr skeptisch, was alternative Heilmethoden angeht. Aber mittlerweile war er so fertig, dass er nach jedem Strohhalm griff und zusagte, als ich ihm die Neuraltherapie anbot.

Ich habe ihn also ausgefragt und festgestellt, dass die ersten leichten Kopfschmerzen eintraten, als er bei einem Bergbauunglück verschüttet wurde und sich dabei einen Kreuzbeinwirbel angebrochen hat.

Ich gab ihm eine Injektion mit nur 1 ml 5 %iges Novocain in seine Narbe über dem Kreuzbeinwirbel. Ich hatte kaum die Injektion beendet, da wurde der Kopf meines Vaters total rot und heiß und nach wenigen Sekunden waren die Schmerzen komplett verschwunden.

Mein Vater war total aus dem Häuschen, weinte vor lauter Erleichterung und wusste vor lauter Freude darüber nicht mehr, was er mir noch Gutes tun konnte. Als ich nach Hause fahren wollte, warf er mir noch eine Schachtel Pralinen aus dem Fenster hinterher und starrte dann total erstaunt auf seinen Arm. Er hatte schon seit Wochen solche Schmerzen in seinen Arm, dass meine Mutter ihm immer helfen musste, wenn er seine Jacke anziehen wollte. Also wurden auch diese Schmerzen durch seine alte Bergbauverletzung verursacht.

Diese Kopfschmerzen kamen nach drei Wochen wieder zurück und er bekam die zweite Injektion mit Procain. Nach der dritten Injektion mit Procain verschwanden seine Kopfschmerzen für immer.

Homöopathie

Auch diese Therapie möchte ich Ihnen nicht vorenthalten. Denn hat man für jemanden das richtige Mittel gefunden, ist die Wirkung einfach umwerfend. Ich bin der festen Überzeugung, einen guten Homöopathen ist kann man nicht mit Gold aufwiegen.

Die erste Erfahrung damit hatte ich in der Schwangerschaft. Meine beiden Hebammen wurden von uns angehenden Mütter während der Geburtsvorbereitung immer liebevoll „unsere guten Hexen“ genannt. Sie waren einfach spitze, was alternative Heilmethoden im Bereich Geburtsvorbereitung und Geburt betraf. Selbst Frauen, die schon zwei Kaiserschnitte hatten, erlebten bei ihnen eine normale Geburt und selbst während der Geburt bekamen sie noch jedes Kind aus der Steißlage in die natürliche Geburtsposition gedreht, indem sie eine Moxazigarre an eine bestimmte Stelle am kleinen Zeh hielten.

Ich hatte im 7. Monat Stresswehen, denn ich bin manchmal echt ein richtiger Workaholic. Einige wenige homöopathische Globuli von meiner Hebamme und die Stresswehen waren vorbei.

Dann hatte ich extreme Ödeme in den Beinen. Auch hier halfen einige wenige homöopathische Globuli und nach einem halben Tag mit ständigem Wasserlassen waren sie komplett verschwunden.

Mein Vater hatte damals auch die ersten Ödeme in den Beinen und wollte das gleiche Mittel einnehmen. Aber wie es nun einmal in der klassischen Homöopathie ist, hat jeder Mensch sein eigenes Mittel, das dann speziell zu ihm passt. Und das Mittel, das mir gegeben wurde war zudem ein typisches „Frauen- und Schwangerschaftsmittel“.

Ich hatte mal eine extreme akute Stirn- und Nebenhöhlenvereiterung. Vor lauter Kopfschmerzen konnte ich schon 2 Nächte nicht mehr schlafen. Ich hatte alle Mittel und Therapien versucht, die ich selber auf Lager hatte, aber nichts hatte davon geholfen.

Da ich mich selber niemals intensiv genug mit der Homöopathie auseinandergesetzt habe, suchte ich eine Homöopathin auf. Sie brauchte fast 40 Minuten, bis sie das richtige Mittel für mich herausgefunden hat. Und schon 1 ½ Stunden nach der Einnahme lief mir der Eiter in Strömen aus der Nase und nach 2 Stunden war der Kopfschmerz vollständig verschwunden.

Schocks

Hat der Patient gesundheitliche Probleme oder eine erschwerte Heilung, die durch physische oder psychische Schocks ausgelöst wurden, hat Arnika in homöopathischen Potenzen bisher immer wahre Wunder bewirkt. Hier sollte man allerdings mit der homöopathischen Erstverschlimmerung rechnen. Je nach Stärke des Schocks löst diese Erstverschlimmerung kurzfristig Zustände aus, die an Hysterie, Nervenzusammenbrüche oder regelrechte Psychosen erinnern. Im Grunde genommen ist das ein sehr gutes Zeichen - das Mittel wirkt, der Schock heilt. Allerdings ist in schweren Fällen eine kompetente psychologische Betreuung dringend anzuraten.

Einer meiner Patientinnen wurde in ihrem 14. Lebensjahr ohne ihr Wissen ein megastarker LSD-Trip untergeschoben. Sie litt sogar 7 Jahre danach noch an starken Persönlichkeitsveränderungen und ständigen Flashbacks durch LSD. Flashbacks sind ständig wiederkehrende tripähnliche Zustände mit Halluzinationen. Das bedeutet, man erlebt einen LSD-Trip, ohne tatsächlich LSD konsumiert zu haben. Sie klagte darüber dass sie ununterbrochen ein Gefühl der Benommenheit hätte und es ihr ständig so vorkam, als würde sie „neben sich stehen“.

Arnika in einer Potenz von C10000 löste ein extremes Flashback bei ihr aus. Aber schon einen Tag nach der Einnahme war sie nach eigenen Aussagen wieder komplett „die Alte“. Sie beschrieb eine extreme Verbesserung ihres Lebens- und Körpergefühls. Auch die Klarheit in ihrem Kopf und ihrem Denken bezeichnete sie als deutliche Verbesserung ihrer Lebensqualität. Zudem beschrieb sie eine spürbare Zunahme an Kraft und Energie.

Eine weitere Patientin, die Zeugin eines Mordes an ihrem Lebenspartners war, bezeichnete sich 7 Jahre danach noch als „wie erstarrt und bewegungsunfähig“. Auch sie litt seither an einer Benommenheit und klagte über das Fehlen von geistiger Klarheit und gesundem Urteilsvermögen. Auch hier wieder die Beschreibung eines Gefühls, „als würde sie neben sich stehen“.

Ich verabreichte ihr 6 Globuli Arnika C10000. Zuerst passierte nichts. Aber am nächsten Tag bekam diese Patientin einen extremen „Schreikrampf“, drehte regelrecht durch und atmete danach ca. 10 Minuten lang sehr heftig und zitterte am ganzen Körper. Ich erfuhr dann, dass sie beim Anblick des Mordes an ihrem Lebenspartner so geschockt und erstarrt war, dass sie sich weder bewegen, noch schreien konnte. Es kam ihr vor, als wenn sie diesen Schrei des Entsetzens und die Erstarrung aufgrund dieses enormen Schocks 7 Jahre lang mit sich herumgetragen hat, bis er durch die Einnahme von Arnika C10000 endlich herauskam.

Die Heilung ihres Schocks beschrieb sie am nächsten Tag mit folgenden Worten: „Ich fühle mich, als wäre ich wieder an den richtigen Platz in meinem Körper gerückt worden. Ich war vor dem Mord an meinem Lebenspartner eine totale Powerfrau und danach nur noch total müde, lustlos und unmotiviert. Ich konnte mich teilweise selbst nicht mehr ertragen. Jetzt strotze ich wieder voller Kraft. Mein Kopf ist wieder vollkommen klar und langsam bekomme ich wieder den Überblick über mein Leben. Ich bin endlich wieder die Alte, so wie ich mich kenne und liebe.“

Für kleinere Schocks eignet sich die Einnahme von „Rescue Remedy“, ein Bachblütenpräparat nach Dr. Edward Bach. Je schneller man es nach einem Schock einnimmt, um so besser wirkt es.

Abnehmen, aber richtig

Du willst rasch abnehmen und dennoch satt werden?

Du willst Fettpolster loswerden, statt Muskelmasse, dein Körper soll wieder straff und jugendlich aussehen? Dann solltest du diesen Teil des Reports aufmerksam lesen!

Nein, ich bin der letzte Mensch, der das Essen reduzieren und dich zu Marathonläufen anspornen würde. Das würde ich mir selber niemals antun und dir noch viel weniger.

Konventionelle Schlankheitskuren funktionierten bisher immer über eine fettreduzierte oder kalorienreduzierte Diät. Man hungerte, aß weniger, meist höchstens Light-Produkte, quälte sich, hielt oft überhaupt nicht durch und das Schlimmste - man nahm hinterher noch schneller und mehr zu als vorher. Die Verbrennung war auf Null reduziert, der sogenannte Jojo-Effekt trat auf.

Man diätete sich im wahrsten Sinne des Wortes dick und fett. Und wo vormals Muskeln waren ist jetzt alles schwabbelig und wabbelig. Nicht gerade der Sinn einer Diät - oder?

Warum machen reine fett- oder kalorienreduzierte Diäten dick?

Ganz einfach - sobald man hungert oder einfach nur weniger oder fettreduziert isst, wird der Stoffwechsel und damit die Fettverbrennung heruntergesetzt. Der Körper kommt mit immer weniger Nahrungsmitteln aus und braucht so immer weniger Essen um dick zu werden. Man bezeichnet diesen Vorgang als Jojo-Effekt.

Dann kommen noch die Unmengen an Eiweißpräparate dazu. Eiweiß baut Muskeln auf, Muskeln verbrennen Fett, also macht Eiweiß schlank. Bei Leistungssportlern, die jeden Tag stundenlang trainieren und Marathon laufen ist das auch absolut wahr. Aber wenn man den ganzen Tag nur sitzt oder ein wenig Nordic Walking macht, kann sogar das Gegenteil auftreten. Eiweißreiche Kost verringert nämlich die Verbrennung. Das kann dir jeder ayurvedische Arzt bestätigen.

Was heizt wirklich die Fettverbrennung an?

Zuerst einmal Bewegung. Ja, ich weiß - auch das noch, igitt - Bewegung. Da hat man seinen nervenaufreibenden Job und dann soll man sich zu Feierabend auch noch bewegen, anstatt sich zu entspannen.

Fettpölsterchen am Körper machen zusätzlich auch noch müde, träge und bewegungsfaul. Man muss regelrecht seinen ganzen Willen aufbringen, um sich überhaupt einmal in Bewegung zu setzen. Man bewegt sich immer weniger - nimmt mehr zu - der Stoffwechsel verbrennt noch weniger, man bewegt sich noch weniger usw. - ein Teufelskreis. Seit meiner Schwangerschaft weiß ich, wovon ich spreche :-))).

Und wir kennen ja diese Typen, die machen Sport, laufen und laufen, dass ihnen die Zunge zum Halse heraushängt, aber sie sind alles andere als schlank.

Sicherlich kennst du auch Menschen, die einfach essen können so viel und so oft sie wollen und niemals Sport treiben - Sie sind und bleiben dünn. Dazu haben sie auch noch eine schier unerschöpfliche Energie und brauchen wenig Schlaf. Diese Menschen machen von Natur aus etwas richtig.

Auch ich war bis zu meiner Schwangerschaft eine dieser glücklichen Menschen: Ich war 169 cm groß (bin ich jetzt immer noch :-))), wog gerade mal 45 - 48 kg und habe gefressen, dass andere vom Zusehen schon dick wurden (Zitat).

Ich hätte damals wer weiß was darum gegeben, etwas zuzunehmen, um diese dummen Witze nicht mehr zu hören wie: „Du kannst ja nur noch zwei Krankheiten bekommen - Hautekzem und Knochenschwund.“ Oder: „Hast du nicht Angst, dass in der Badewanne mal der Stopfen herausgeht und du mit in die Kanalisation gespült wirst?“ Mit mir hätte man Werbung für „Brot für die Welt“ machen können.

Gleichzeitig bekam ich solche netten Kosenamen wie „die ungesättigte Petra“, „Lebensmittelverteilungsmaschine“ und andere „lustige“ Titulierungen, die auf meine unerschöpfliche Fresslust hindeuteten. Ein Landwirt meinte nur: „Das kenne ich, du bist ein schlechter Futtermittelverwerter - wärest du eines meiner Rinder, würde ich dich notschlachten.“ Nett - nicht wahr?

Und dann wurde mir doch tatsächlich auch noch Bulimie unterstellt. Aber ich kann dir versichern, dass ich nicht die geringste Essstörung habe. Ich bin eine Genießerin, esse gerne gut und viel und bin eben viel zu sehr Genießerin, um alles wieder Aber ich verstehe, dass es für einige die einzige Erklärung war, dass ich Unmengen an Lebensmittel vertilgte und gleichzeitig spindeldürr war.

Dabei aß ich viel Nudeln, die ja bekanntlich dick machen sollen, morgens zwei bis drei Teller Müsli, natürlich ohne Zucker, massenhaft pflanzliches Fett, was bekanntlich ja auch dick machen sollte und ansonsten bergeweise Salat und Gemüse, zwar fast ausschließlich Biokost, aber davon wahre Unmengen. Ich vertilgte fünf bis sechs mal täglich Berge von Lebensmitteln und war dabei spindeldürr und fit wie ein Turnschuh.

Dann heiratete ich. Da Einkaufen und Kochen nicht gerade zu meinen Lieblingsbeschäftigungen gehörten, überließ ich das gerne meinem Ehemann und so änderten sich meine Ernährungs-Gewohnheiten. Dann wurde ich schnell schwanger und es ging mir wie so vielen Frauen - Ich nahm völlig andere Ernährungsgewohnheiten an. Da ich in die Stadt gezogen war, stellte ich meine täglichen ausgedehnten Wanderungen ein.

Nach meiner Schwangerschaft gingen die Witze über meine Figur in die andere Richtung los. Ich aß immer weniger, wurde immer dicker, aß noch weniger, wurde noch dicker und träger, kaufte Appetitzügler, bekam Verstopfung und wurde noch dicker und träger.

Also war ich immer noch 169 cm groß, wog aber 86 kg. Ich sah nicht nur aus wie ein Walross, ich fühlte mich auch wie eines. Ich erinnerte mich an die guten alten Zeiten. Das konnte doch nicht wahr sein: Früher habe ich Berge von Lebensmitteln verschlungen und war superschlank und fit. Jetzt aß ich immer weniger und wurde immer dicker und träger. Also suchte ich nach einer Lösung.

Testosteron ist das Hormon der Alpha-Männchen und -Weibchen. Menschen mit einem hohen Testosteronspiegel stehen immer im Mittelpunkt. Testosteron lässt Fett wegschmelzen und sorgt für Muskeln und einen Waschbrettbauch. Die Fettverbrennung findet in den Muskeln statt. Ohne Muskeln - keine Fettverbrennung. Für die körpereigene Testosteronproduktion ist Maca optimal, sowie die Spurenelemente Zink und Mangan.

Schlankmacher sind Obst, Salate, Gemüse und Vollkornprodukte. Als Fett verwendest du am besten kaltgepresstes Olivenöl. Olivenöl ist der Hauptgrund, dass die Kreter ganz besonders alt werden.

Fette, die dick und krank machen sind in erster Linie tierische Fette, besonders aus Wurst und Braten, aber auch gehärtete Fette, die häufig in Fertiggerichten vorkommen. Billige Margarine enthält die gefährlichen Trans-Fette, die nicht nur dick machen, sondern auch unsere Gefäße schädigen. Dann doch lieber Butter essen.

Verwende Gewürze, wo du nur kannst. Damit meine ich nicht nur Pfeffer. Die meisten Gewürze heizen die Verbrennung an. Besonders geeignet sind dazu Zimt, Ingwer und Kardamon, die man sogar für Süßspeisen verwenden kann. Dazu kommen noch Nelke, Koriander, Gelbwurz und Senf, denn auch sie regen ganz besonders die Verbrennung an.

Ayurvedische Gewürzmischungen, die optimal die Verbrennung erhöhen, nennen sich Agni Churna. Beschäftige dich doch mal mit Ayurveda (indische Naturheilkunde). Die ayurvedische Medizin hat immer noch die besten und dauerhaftesten Erfolge bei Schlankheitskuren.

Kapseln oder Tees, die tatsächlich beim Abnehmen helfen, enthalten folgende Kräuter: Garcinia cambogia, Pomeranzenschalen, Grüner Tee, Matetee, Guarana, Kolanuss, Ingwer und Wasabi. Alle diese Kräuter regen die Fettverbrennung an.

Das waren in Kürze Tips für eine Ernährung, die nicht nur schlank macht, sondern auch verjüngt. Und was ich persönlich am Besten finde: Sie kommen dadurch richtig gut drauf, werden gut gelaunt, fröhlich, voller Energie und Tatendrang.

Aber Vorsicht: Sie bekommen dadurch mitunter den starken Bewegungsdrang eines Kindes. Zumindest ging es mir so. Ich habe die Ernährung nur begonnen, um abzunehmen. Laufen und Sport treiben wollte ich nicht. Dennoch habe ich abgenommen. Ich hatte wieder richtig Spaß daran, mich zu bewegen. Jetzt nehme ich noch mehr ab und fühle mich noch besser und jünger.

Einige schwer verdauliche Informationen

Stell dir einmal vor, du setzt dich in einem Restaurant vor ein erstklassiges 220 g Steak. Und dann siehst du um dich herum 45 bis 50 Menschen vor leeren Schüsseln sitzen und hungern. Das sind die "Futterkosten" für dieses eine Steak, 45 bis 50 Schüsseln voll gekochten Getreides!"

Ein Thema, das uns alle angeht, ist der weltweite Hunger. Um einen Fleischesser ein Jahr lang zu ernähren, braucht man rund 1,3 Hektar Land, für einen Lakto-Vegetarier nur 0,2 Hektar. Wir könnten jeden Menschen auf dieser Welt ernähren, wenn wir auf Fleischkonsum verzichten würden!

Kannst du noch mit gutem Gewissen Fleisch essen, wenn du weißt, dass hochwertiges Sojaprotein und Getreide aus den Entwicklungsländern an unsere Rinder und Schweine verfüttert werden? 60 Millionen Menschen, vor allem Kinder sterben jedes Jahr an Unterernährung.

Dient der Tod all dieser Menschen allein dem Zweck, uns mit noch mehr Fleisch vollzustopfen, das von der medizinischen Wissenschaft längst in Verbindung mit einigen der vorrangigsten Todesursachen gebracht wurde: Herzerkrankung und Krebs?

Ein Grund für den weltweiten Klimawandel ist die drastische Zerstörung der Regenwälder in Mittel- und Südamerika. Die Regenwälder repräsentieren ca. 80% der Vegetation unserer Erde und sind von höchster Bedeutung für unser Ökosystem. Bäume sind unsere wichtigste Sauerstoffquelle, ohne sie könnte das Leben auf dieser Erde nicht existieren.

Warum werden die Regenwälder dennoch so gnadenlos abgeholzt? - Weil an ihrer Stelle Weiden für das Vieh entstehen, das als Rindfleisch in unsere Staaten exportiert wird! Weißt du, dass jeder Viertelpfünder-Hamburger aus dort gewonnenem Rindfleisch die Zerstörung von fünf Quadratmetern tropischen Regenwaldes repräsentiert? Diese Ressource lässt sich nie mehr ersetzen!

Weißt du, dass man im Durchschnitt 29.000 Liter Wasser verbraucht, um ein Pfund Rindfleisch herzustellen? Man hat ausgerechnet, dass man mehr Wasser mit dem Verzicht auf ein Pfund Rindfleisch sparen kann, als wenn man ein Jahr lang nicht duschen würde! Ganz zu schweigen von der gesundheitsschädigenden Nitratanreicherung unseres Trinkwassers durch die Massenviehzucht. Darunter leiden ganz besonders unsere Babys und Kleinkinder.

Eine weitere Recource, die wir infolge unserer Gewöhnung an Fleisch dezimieren, ist der Mutterboden. 85% des derzeitigen Verlustes an Humus geht unmittelbar auf das Konto der Viehzucht. Das bedeutet, dass immer mehr fruchtbarer Boden Jahr für Jahr zur Wüste wird.

Noch eine Information, die schwer verdaulich ist: Hast du gewusst, dass die Rindfleischindustrie z. B. in den USA mehr Energie verbraucht als jede andere Branche dort? Um 1 Pfund Rindfleisch zu erzeugen, braucht man grob gerechnet 93 mal mehr fossile Brennstoffe als bei der Herstellung einer gleichwertigen Proteinquelle, nämlich Sojabohnen. Wenn wir unseren Fleischkonsum drastisch einschränken würden, wäre unser Ausstieg aus

der Kernenergie sicher. Außerdem ließe sich die Abhängigkeit von Ölimporten merklich verringern.

Wartest du auf unsere Regierungen, dass sie etwas gegen die Missstände auf dieser Welt tun? Vergiss es! Unsere Politiker sind schon längst die Marionetten der Hochfinanz. Und denen geht es nur um Profit und Macht und nicht um das Wohl der Menschen.

Aber du kannst etwas tun: Jedes mal, wenn du vor der Fleischtheke stehst, denke an den wahren Preis, den wir und vor allem unsere Kinder dafür bezahlen. Und du kannst dich entscheiden: "Das ist mir zu teuer!"

Was ist noch wichtig, damit du gesund wirst?

Das wichtigste das ich jedem Menschen, der gesund werden will ans Herz legen möchte, ist: Gib niemals, niemals auf! Das kann ich gar nicht deutlich genug betonen. Wenn das erste Heilmittel nicht wirkt, dann tut es das zweite oder das hundertste oder das tausendste. Wenn die erste Therapie nicht anschlägt, dann tut es die zweite oder die hundertste oder die tausendste.

Wenn ich eine Erfahrung im Laufe meines Lebens gemacht habe, dann diese: Es gibt keine unheilbaren Krankheiten! Ich bin unzähligen Menschen begegnet, die von ihrer sogenannten unheilbaren Krankheit geheilt wurden, weil sie den sogenannten Experten nicht geglaubt und niemals aufgegeben haben.

Und manchmal sind es sogar komplett abgedrehte Therapien, die dann tatsächlich helfen. Ich persönlich zähle immer auf rein physische Heilmethoden, das entspricht mir. Ich glaube nicht an einen Gott, den die Menschen für sich gemacht haben. Dennoch finde ich es großartig, wie viele Menschen in Lourdes geheilt werden. Wenn du gläubiger Katholik bist, fahr nach Lourdes. Wenn du gläubiger Moslem bist, fahr nach Ghom (Wallfahrtsort im Iran). Ich kannte mal jemanden, der in Ghom in der Nähe der Grabstätte der Heiligen Fa-teme-ye Ma'su-me lebte. Die Heilungen, die dort täglich stattfinden, sind tatsächlich wahre Wunder.

Ob ich glaube, dass die Heilige Maria oder die Heilige Fa-teme-ye Ma'su-me diese Menschen tatsächlich heilt? Mir persönlich ist das komplett egal. Hauptsache diese Menschen haben einen Weg gefunden, wieder vollständig gesund zu werden. Schon Jesus Christus hat nach seinen Wunderheilungen gesagt: „Dein Glaube hat dich geheilt.“

Und wenn du davon gesund wirst, ist es doch völlig egal, ob du an Gott, Allah, Papa Legba, den großen Zampano, den allmächtigen Gott in der Banane oder an die heilige Kaffeetasse glaubst und zu ihr betest. Wenn du hinterher gesund bist, finde ich das klasse. Dann hat es funktioniert und das ist es, was zählt und nicht, ob es eine wissenschaftliche Erklärung dafür gibt oder nicht.

Aufgrund wissenschaftlicher Untersuchungen hat man festgestellt, dass es unmöglich ist, dass ein Maikäfer oder eine Hummel fliegen kann. Sie haben viel zu schwere und plumpe Körper für ihre kleinen Stummelflügel. Zum Glück wissen das weder Maikäfer noch Hummel und sie fliegen trotzdem.

Ein guter Freund von mir hatte extreme Schmerzen im gesamten Rücken. Seine Bandscheiben lösten sich aus unerklärlichen Gründen immer mehr auf und waren laut Auskunft des Arztes gerade noch ca. 1 mm dick. Der Arzt bereitete ihn darauf vor, dass er sehr bald im Rollstuhl sitzen würde, weil seine Bandscheiben platzen werden.

Seine Schwester kannte einige Hexen und Magierinnen und bat sie um Hilfe. Sie führten ein Ritual für ihren Bruder aus und noch am selben Abend war er völlig schmerzfrei. Ein Jahr später wurde bei einer Untersuchung festgestellt, dass seine Bandscheiben nachgewachsen waren. Laut Schulmedizin ist das angeblich unmöglich. Was mich ebenfalls gewundert hat ist, dass diese Hexen und Magierinnen niemals einen Pfennig (damals gab es noch die DM) für ihre erfolgreiche Heilung verlangt haben.

Bei einem Bekannten von mir wurde kurz nach seinem 18 Geburtstag Knochenkrebs im Endstadium festgestellt. Es haben sich unzählige Metastasen gebildet und die Schulmedizin erklärte ihn für unheilbar. Der Arzt meinte, er hätte noch höchstens ein halbes Jahr zu leben und er könne nur noch seine Schmerzen lindern.

Dieser krebskranke Bekannte, ein großer Indianer-Fan, verkaufte alles, was er hatte und wollte unbedingt vor seinem Tod einmal in die Vereinigten Staaten reisen und echte Indianer kennen lernen. Ein indianischer Mediziner heilte ihn dann. Als ich meinen Bekannten kennen lernte, war er 36 Jahre alt und erfreute sich einer ausgezeichneten Gesundheit.

Was auch noch wichtig ist: Glaube nicht alles, was man dir erzählt! Glaube nicht daran, dass es unheilbare Krankheiten gibt.

Wenn ich in meinen Vorträgen zum Anschluss immer sagte: Es gibt nur eine Krankheit auf diesem Planeten und das ist die Verantwortungslosigkeit, so schaute ich immer etwas vorsichtig in die Runde, ob ich jetzt vielleicht mit faulen Eiern beworfen werde oder mir jemand an die Gurgel geht. Aber komischerweise nickten mir viele meiner Zuhörer beipflichtend zu. Offensichtlich haben Menschen, die sich selber um ihre Gesundheit und um ihre Heilung bemühen, ohnehin die Verantwortung für sich selber übernommen.

Niemand kann besser wissen, was gut für dich ist und was nicht, als du selber. Wenn jemand etwas anderes behauptet, will er nur Macht über dich. Niemand will die Verantwortung für dein Leben, weil er es ja sooooo gut mit dir meint.

Für deine Gesundheit hast du die Verantwortung und nicht der Arzt oder die Krankenkasse. Für die Erziehung deiner Kinder hast du die Verantwortung und nicht die Erzieher oder Lehrer. Für deine Altersvorsorge und für deinen Lebensunterhalt hast du die Verantwortung und nicht die Politiker und Ämter. Dafür, dass du ein wirklich wundervolles Leben hast und du dich gut fühlst, hast du die Verantwortung und nicht dein Lebenspartner, deine Eltern, die angeblich alles falsch gemacht haben, das Wetter, die Menschheit oder was dir sonst noch so einfällt.

Es ist wirklich wunderbar, wenn andere Menschen dir helfen und dich unterstützen können. Aber Drehbuchautor, Regisseur und Hauptdarsteller deines Lebens solltest du selber sein.

Wenn du dich weigerst, die Verantwortung für dich selber zu übernehmen und sie statt dessen lieber an andere abgibst, bist gut nichts weiter als eine Batterie für die Interessen anderer Menschen. Wenn du deine Interessen nicht vertrittst und verteidigst, wird es kaum ein anderer für dich tun. Andere nutzen meist nur deine (Arbeits-)Kraft und deine (Arbeits-)Zeit für ihre Interessen, während sie dich glauben lassen, dass sie es ja ach so gut mit dir meinen.

In unserem Dorf wurde ein Junge im Kindergartenalter als hyperaktiv eingestuft. Der Arzt wollte ihm gleich Ritalin verabreichen. Zum Glück war seine Mutter nicht nur Gehirnbesitzerin, sondern auch Gehirnbenutzerin. Sie sagte nur, dass ihr Junge nun mal sehr lebendig ist und dass so etwas wohl keine Krankheit sei, sondern der Arzt viel eher in Behandlung gehöre.

Die Ursache für die Ungeduld des Jungen kam dann im ersten Schuljahr heraus. Er war nicht hyperaktiv, sondern hyperintelligent und schlicht und ergreifend bei seinen Altersgenossen komplett unterfordert. Schon im ersten Schuljahr übersprang er zwei Klassen und war auch da wieder Klassenbester, um immer wieder Klassen zu überspringen. Jetzt stell dir einmal vor, was aus dem Jungen geworden wäre, wenn seine Mutter ihm auf Anraten des Arztes Ritalin verabreicht hätte.

Ein weiteres Beispiel sind die Impfungen. Schon meinen Eltern ist aufgefallen, dass gerade die Menschen, die sich gegen Grippe haben impfen lassen, erst recht an Grippe erkranken, während die Ungeimpften gesund blieben. Die letzte Pockenepidemie in Monschau hat gezeigt, dass gerade die Pockenerkrankung bei Geimpften besonders häufig tödlich verlief. In den Vereinigten Staaten hat man Dank Statistiken festgestellt, dass gerade die Kinder besonders häufig an Kinderlähmung erkranken, die eine Schluckimpfung hinter sich hatten.

Eine Impfung ist ein Großangriff auf das Immunsystem. Viele Impfstoffe enthalten tatsächlich hochgiftiges Quecksilber und Formaldehyd!!! Es wurde festgestellt, dass der plötzliche Kindstod immer nur kurz nach Impfungen auftritt. Häufige Impfschäden sind ebenfalls Hirnhautentzündung, Autismus und Demenz bei Jugendlichen!

Auf das Impfproblem wurde ich leider erst nach der ersten Impfung meiner Tochter mit 1 ½ Jahren aufmerksam. Bis zu ihrer ersten Impfung war sie kerngesund und allen Altersgenossen gegenüber weit voraus. Sie hat sämtliche Ärzte bei den üblichen Untersuchungen damit in regelrechtes Erstaunen versetzt. Nach ihrer Impfung galt sie als körperlich und geistig zurückgeblieben und der Arzt befürchtete eine ernsthafte körperliche und geistige Behinderung. Sie hatte 1 Jahr lang chronischen Husten, bei dem wirklich nichts mehr half, bis ich herausfand, dass es sich dabei um einen Impfschaden handelte.

Sofort bekam sie die homöopathischen Nosoden der Impfstoffe und nach 3 Wochen war der chronische Husten, ständige Durchfälle und eine Dermatitis verschwunden. In ihrer körperlichen und geistigen Entwicklung war sie in kürzester Zeit ihren Altersgenossen wieder weit überlegen. Seitdem hatte sie keine einzige Krankheit mehr. Keine Erkältung, keine Kinderkrankheit bis auf 7 Windpocken, die sie fast gar nicht bemerkt hat. Ein weiterer Bürger unseres Dorfes wurde als Kind niemals geimpft und ist bis heute, mittlerweile 26 Jahre alt, nicht ein einziges Mal krank gewesen.

Wenn du dich ausführlich über Impfungen informieren möchtest, findest du unter <http://www.impfkritik.de> eine ausgezeichnete, ausführliche und kompetente Webseite zu diesem Thema.

Man hat mir diese wahre Geschichte über eine Krankenschwester erzählt. Sie hat in einem Vortrag von Dr. Hamer gehört, dass praktisch jede Frau ca. 2 X im Leben an Brustkrebs erkrankt. Aber wenn der Brustkrebs unentdeckt bleibt, würde er wieder ganz von alleine verschwinden.

Nun war es ihre Aufgabe, Gewebeproben aus Brustknoten im Labor zu untersuchen, um festzustellen, ob der Tumor gutartig oder bösartig ist. Im Laufe der Zeit gab es bei ihren Untersuchungen weit über hundert Brustknoten, die laut Untersuchung bösartig gewesen wären, aber diese Krankenschwester sagte immer, sie wären gutartig.

Das Ergebnis: Nur eine einzige der mehr als hundert angeblich an Brustkrebs erkrankten Frauen hatte nach einem Jahr noch einen Tumor. Wie dankte man dieser Krankenschwester für die Rettung von weit über hundert Brüsten vor der Amputation und der Frauen vor Bestrahlung und Chemotherapie, die den Tod von vielen dieser Frauen bedeutet hätte? Man steckte sie wegen Fahrlässigkeit für 7 Jahre ins Gefängnis.

So viel zu unseren Gesetzen, die uns ja auch so toll schützen sollen. Wovor eigentlich schützen? Ok, ich gebe zu: Würde eine allgemeine Gesundheit ausbrechen, würde es den finanziellen Zusammenbruch riesiger Wirtschaftszweige ergeben. Und der Profit von Milliardenkonzernen ist doch viel wichtiger als ein paar Menschenleben, das muss doch jeder hier in Deutschland einsehen und davor muss man uns doch unbedingt schützen.

Statistiken in den Vereinigten Staaten haben die Lebenserwartung von behandelten und unbehandelten Menschen verglichen, die mit dem HIV-Virus infiziert wurden. In den Vereinigten Staaten kann man solche Vergleiche noch ziehen, da es dort keinen Krankenkassenzwang wie in Deutschland gibt und deshalb viele HIV-Infizierte das Glück haben, es sich nicht leisten zu können, sich behandeln zu lassen.

Denn ein un behandelter HIV-Infizierter lebt in den Vereinigten Staaten ca. 6 Mal so lange wie einer, der ärztliche Behandlung bekommt und hat damit praktisch fast schon eine normale Lebenserwartung. In Deutschland wird es meiner Meinung nach nicht viel anders sein. Ich schätze bei Krebspatienten kommt man zu einem ähnlichen Ergebnis, falls man das näher untersuchen würde. Diese Untersuchung besagt also, dass HIV-Infizierte viel eher an der Behandlung des Arztes sterben, als an der HIV-Infektion selber.

Laut Statistik soll ein Arzt in Deutschland eine um 15 Jahre kürzere Lebenserwartung haben, als der Durchschnittsdeutsche. Da kommt man doch wirklich ans Nachdenken.

Obwohl ich mich hier unbedingt positiv für die Ärzte einsetzen möchte. Mit Ärzten komme ich bedeutend besser zurecht als mit meinen Heilpraktiker-Kollegen. Bei den Heilpraktikern habe ich oft einen Dogmatismus erlebt, der mich schon fast an religiösen Fanatismus erinnert, während Ärzte in meinen Vorträgen immer extrem aufgeschlossen waren.

Die meisten Ärzte werden nur aus einem Grund Arzt: Sie möchten anderen Menschen helfen. Und immer mehr Ärzte lernen Naturheilmethoden und alternative Therapien. Und tatsächlich saßen schon viele Ärzte begeistert in meinen Vorträgen und haben sich bei mir bedankt. Nicht so meine Heilpraktiker-Kollegen, die mich häufig angegriffen haben, weil ich ihren Dogmatismus nicht bestätigen konnte.

Verurteile bitte nicht unsere Ärzte. Es ist unsere Plutokratie (Diktatur des Geldes) die bewirkt, dass Geld über alles gesetzt wird und mehr zählt, als Gesundheit und Menschenleben. Es sind die Pharmakonzerne, die unsere Politiker zu Marionetten umfunktionieren, damit sie immer kuriosere menschenfeindliche Gesetze erlassen, wie z. B. den Codex Alimentarius, damit die Menschen krank bleiben und ihnen dadurch weiterhin das Geld aus den Taschen gezogen werden kann.

Machen wir es also anders. Machen wir ihnen einen Strich durch die Rechnung und werden einfach gesund und bleiben auch noch gesund. Dann werden uns bald viele weitere Menschen folgen, denen weitere Menschen folgen usw. Dann bricht irgendwann eine allgemeine Gesundheit aus.

Das ist meine Vision für diese Welt: Stell dir einmal vor, jemand regiert und niemand gibt ihm mehr Macht. Niemand gehorcht ihm mehr. Denn gehorchen kommt von gehören. Wenn du gehorchst, gehörst du dem anderen. Du bist sein Sklave und das sogar freiwillig. Und das kostet sehr viel Lebenszeit und Lebenskraft.

Gesundheitstipps von A - Z

Diese Tips ersetzen auf keinen Fall den Arztbesuch. Einige der unten aufgeführten Gesundheitsprobleme treten auch bei ernsthaften Erkrankungen auf. Deshalb sollte ein guter Arzt immer zuerst die Ursachen abklären und ernsthafte Erkrankungen ausschließen. Am besten besprichst du die unten aufgeführten Therapien mit einem aufgeschlossenen Arzt des Vertrauens oder einen Heilpraktiker deines Vertrauens, der dich dabei begleitet.

Adern, verstopfte Man kauft sich preiswertes Kalziumkarbonat und Magnesiumkarbonat. Man nimmt 1 gestrichenen Teelöffel Kalzium morgens und 1 gestrichenen Teelöffel Magnesium abends. Das Kalzium- und Magnesiumkarbonat löst man dann mit dem Saft einer halben Zitrone oder 1 - 2 Esslöffel Obstessig auf, bis es nicht mehr schäumt. Das Ganze verdünnt man jetzt noch mit Wasser oder Fruchtsaft. Zusätzlich ist eine ausreichende Vitamin C Zufuhr durch Berberitzenbeeren oder der Camu-Camu Beere und eine Enzymzufuhr durch Kombucha und Wasserkefir angesagt. Bei extremen Thrombosen schaffen Blutegel rasche Linderung. Sie sollten nur von einem erfahrenen Arzt oder Heilpraktiker angesetzt werden.

Allergien Da helfen Leberreinigungen nach Dr. Clark. Alle 21 Tage führt man eine Leberreinigung durch, bis keine Ablagerungen mehr herauskommen. Dann ist bisher erfahrungsgemäß auch jede Allergie verschwunden. Auf jeden Fall sollte auch der Darm mit einer guten Darmreinigung saniert werden. Bei Hautausschlägen helfen Umschläge mit 1 - 2 Esslöffel Basisches Badesalz oder Badesalz vom Toten Meer pro Liter. Diese sollten alle 10 Minuten gewechselt werden. Trinke zudem vor jeder noch so kleinen Mahlzeit 2 Gläser warmes Wasser und deine Allergie wird erfahrungsgemäß schnell besser werden.

Akne Hier sollte kräftig entsäuert werden und der Darm sollte mit einer guten Darmreinigung saniert werden. Ist die Akne sehr stark, solltest du einen Monat lang morgens vor dem Frühstück 1 - 2 Natrontabletten mit 200 ml warmen Wasser einnehmen. Gleichzeitig führe eine Wasserkur mit 2 Gläser warmes Wasser 20 Minuten vor jeder Mahlzeit durch. Wasche dein Gesicht mit Basischen Badesalz oder Badesalz vom Toten Meer, 1 Esslöffel auf 1 - 2 Liter Wasser. Spüle das Badesalz nicht wieder ab. Als Gesichtswasser verwende Kolloidales Silber und Rosenwasser bester Qualität. Entzündete Pickel und Mitesser desinfizierst du am besten mit Salbeiöl. Sobald du gut entschlackt und entsäuert bist, ist auch die Akne verschwunden.

Augenentzündungen Bei entzündeten Augen verschaffen einige Tropfen Kolloidales Silber rasch Linderung. Bei brennenden Augen sind einige Tropfen Rosenwasser bester Qualität eine wahre Wohltat

Bakterien Hier hilft Kolloidales Silber bester Qualität, aktiviertes MMS oder auch ein guter Zapper nach Dr. Clark. Ist die Bakterie genau bekannt, sollte die passende homöopathische Nosode zusätzlich dazu eingenommen werden. Viele gute Versandapotheken, die homöopathische Mittel vertreiben, haben Experten, die dich dazu ausführlich beraten können.

Bindegewebe, stärkend Zuerst sollte entsäuert und entschlackt werden und die Vitalstoffdepots mit guten Nahrungsergänzungen wieder gefüllt werden. Umschläge mit Basischen Badesalz (2 - 3 Esslöffel pro Liter Wasser), die alle 10 Minuten erneuert werden, können schon in kurzer Zeit enorme Besserung bringen. Ebenso SanaCare's Basenkonzentrat in Kombination mit SanaMin.

Blähungen Hier ist auf jeden Fall eine Darmsanierung mit einer guten Darmreinigung angesagt. Sofortige Linderung verschaffen Tees mit Anis, Kümmel, Fenchel und Koriander.

Blasenprobleme Je nach Stärke sollten täglich 50 - 100 ml Kolloidales Silber vor dem Frühstück gegeben werden. 4 - 5 Tropfen Sandelholzöl guter Qualität morgens und abends auf etwas Zucker verschaffen rasche Hilfe. Aktiviertes MMS ist hier auch eine gute Alternative.

Blutarmut Ich habe selbst die stärkste Blutarmut, bei der keine ärztliche Behandlung mit Eisentabletten angeschlagen hat in kürzester Zeit verschwinden sehen. Meine Bekannte hat es geschafft, indem sie 3 X täglich 25 ml unverdünnten frisch gepressten Brennesselsaft morgens vor dem Frühstück getrunken hat. Zum Pressen von frischen Brennesseln ist die preiswerteste Variante ein sogenannter Fleischwolf, ansonsten gibt es spezielle elektrisch betriebene Frischpflanzensaftpressen.

Blutdruck Egal ob hoher oder niedriger Blutdruck, hier ist Entsäuerung, Entschlackung und Nahrungsergänzung angesagt.

Bei hohem Blutdruck hilft preiswertes Kalziumkarbonat und Magnesiumkarbonat. Man nimmt 1 gestrichenen Teelöffel Kalzium morgens und 1 gestrichenen Teelöffel Magnesium abends. Das Kalzium- und Magnesiumkarbonat löst man dann mit dem Saft einer halben Zitrone oder 1 - 2 Esslöffel Obstessig auf, bis es nicht mehr schäumt. Das Ganze verdünnt man jetzt noch mit Wasser oder Fruchtsaft. Zusätzlich ist eine ausreichende Vitamin C Zufuhr durch Berberitzenbeeren oder der Camu-Camu Beere und eine Enzymzufuhr durch Kombucha und Wasserkefir angesagt. Bei lebensgefährlich hohem Blutdruck schafft ein Aderlass, der von einem kompetenten Arzt oder Heilpraktiker durchgeführt wird, rasche Linderung.

Bei niedrigem Blutdruck helfen Armabäder mit kaltem Wasser. Du legst deine Arme in einen Behälter mit möglichst kaltem Wasser und zählst bis 20. Dann kleidest du dich an, ohne dich abzutrocknen. Rosmarinöl in kreisenden Bewegungen auf den Solarplexus massiert, regt ebenfalls den Kreislauf an.

Borreolose Mit Kolloidalem Silber habe ich antibiotikaresistente Borreolose ausgeheilt. Sie war seit über 2 Jahren mit schulmedizinischen Mitteln, sprich Antibiotika erfolglos austherapiert. Ich empfahl den Patienten dreimal täglich eine Tasse (100 ml) voll mit Kolloidalem Silber von hoher Konzentration und die Borreolose-Erkrankung war von Ärzten nachgewiesen nach nur 3 Wochen vollständig kuriert.

Candida albicans Auch wenn Kolloidales Silber, aktiviertes MMS und Schwarzwalnutstinktur hier rasche Abhilfe schaffen, kommt der Pilz sehr schnell wieder, wenn dein Darm nicht mit einer guten Darmreinigung saniert und dein Körper entsäuert wurde. Die Monilia albicans Nosode kann als zusätzliche Therapie eingenommen werden. Viele gute Versandapotheken, die homöopathische Mittel vertreiben, haben Experten, die dich dazu ausführlich beraten können.

Cellulite Zuerst sollte entsäuert und entschlackt werden und die Vitalstoffdepots mit guten Nahrungsergänzungen wieder gefüllt werden. Umschläge mit Basischen Badesalz (2 - 3 Esslöffel pro Liter Wasser), die alle 10 Minuten erneuert werden, können schon in kurzer Zeit enorme Besserung bringen.

Cholesterin, erhöhtes Zuerst sollten 2 - 3 Leberreinigungen nach Dr. Clark im Abstand von je 21 Tagen durchgeführt werden. Gleichzeitig hilft hier preiswertes Kalziumkarbonat und Magnesiumkarbonat. Man nimmt 1 gestrichenen Teelöffel Kalzium morgens und 1 gestrichenen Teelöffel Magnesium abends. Das Kalzium- und Magnesiumkarbonat löst man dann mit dem Saft einer halben Zitrone oder 1 - 2 Esslöffel Obstessig auf, bis es nicht mehr schäumt. Das Ganze verdünnt man jetzt noch mit Wasser oder Fruchtsaft. Zusätzlich ist eine ausreichende Vitamin C Zufuhr durch Berberitzenbeeren oder der Camu-Camu Beere und eine Enzymzufuhr durch Kombucha und Wasserkefir angesagt.

Darmpilz Auch wenn Kolloidales Silber, aktiviertes MMS und Schwarzwalnutstinktur hier rasche Abhilfe schaffen, kommt der Pilz sehr schnell wieder, wenn dein Darm nicht mit einer guten Darmreinigung saniert und dein Körper entsäuert wurde. Die *Monilia albicans* Nosode kann als zusätzliche Therapie eingenommen werden. Viele gute Versandapotheken, die homöopathische Mittel vertreiben, haben Experten, die dich dazu ausführlich beraten können.

Diabetes Hier ist das gesamte Programm nach Dr. Clark angesagt mit Zapper, Kräuterkur, Leberreinigung und Nierenreinigung. Dazu sollte man noch eine Wasserkur mit 2 Gläser warmes Wasser 20 Minuten vor jeder Mahlzeit durchführen. Viel natürliches Vitamin C und Chrom als Spurenelement sind die optimalen Nahrungsergänzungen.

Durchfall Durchfall wird in den meisten Fällen durch eine Infektion verursacht oder durch eine Lebensmittelvergiftung durch mit Krankheitskeimen verseuchte Lebensmittel. Deshalb sollte zuerst eine hohe Dosis Kolloidales Silber gegeben werden. Kohletabletten und Heilerde binden die Toxine der Krankheitskeime. Ein weiteres wirklich optimales Mittel bei Magen-Darm-Problemen sind frische Granatäpfel, falls man an welche herankommen kann. Mindestens 3 - 4 Granatäpfel pro Tag schaffen eine rasche Linderung.

Ekzeme Hier sollte der Darm mit einer guten Darmreinigung saniert werden und im Abstand von je 21 Tagen Leberreinigungen durchgeführt werden, bis keine Ablagerungen mehr herauskommen. Äußerlich hilft Kolloidales Silber, Salbeiöl, eine gute Ringelblumensalbe und Umschläge mit 1 - 2 Esslöffel Basisches Badesalz oder Badesalz vom Toten Meer pro Liter. Diese sollten alle 10 Minuten gewechselt werden. Am besten du probierst aus, was davon bei deinem Ekzem speziell hilft.

Erkältungen Hier hilft hochkonzentriertes Kolloidales Silber bester Qualität (mind. 50 ml pro Tag). Bei starker Schleimbildung hilft mit Honig gesüßter Ingwertee. Milch und Milchprodukte sowie Schokolade sollten dann gemieden werden. Bei Schnupfen verschafft Kolloidales Silber in die Nase geträufelt schnell eine freie Nase. Bei Halsschmerzen hilft Gurgeln mit 10 Tropfen Salbeiöl auf ½ Glas Wasser. Bei Husten helfen Einreibungen auf Brust und Rücken mit Tigerbalsam und Tees mit Huflattichblüten und/oder Spitzwegerichblättern.

Frieren Frierst du häufig, hilft eine passende ayurvedische Ernährung langfristig, das Kältegefühl nach und nach zu verringern. Morgendliche Massagen mit warmen Sesamöl sind ebenfalls hilfreich. Zusätzlich können dem Sesamöl einige Tropfen Ingweröl, Zimtöl, Orangenöl und Rosmarinöl beigefügt werden (höchstens je 5 Tropfen auf 100 ml).

Fußpilz Außer einer starken Entsäuerung und einer Umstimmung des Körpers auf ein basisches Milieu helfen Basische Fußbäder mit 2 - 3 gehäuften Esslöffeln Basisches Badesalz. Die Socken kann man vor dem Tragen mit einer basischen Lösung (1 gehäufter Esslöffel pro Liter) auswaschen und trocknen lassen oder die Socken innen leicht mit basischen Badesalz auspudern. Örtlich kann man Salbeiöl auftragen und ca. 3 Minuten später Ringelblumensalbe.

Gallensteine Mehrere Leberreinigungen nach Dr. Clark im Abstand von je 21 Tagen können Gallensteine komplett schmerzlos entfernen. Allerdings sollten die Gallengänge nicht mit Leberegeln verklebt sein. Deshalb sollte man mindestens 3 Tage vorher mit dem Zapper nach Dr. Clark zappen.

Gelenkprobleme Man kauft sich preiswertes Kalziumkarbonat und Magnesiumkarbonat. Man nimmt 1 gestrichenen Teelöffel Kalzium morgens und 1 gestrichenen Teelöffel Magnesium abends. Das Kalzium- und Magnesiumkarbonat löst man dann mit dem Saft einer halben Zitrone oder 1 - 2 Esslöffel Obstessig auf, bis es nicht mehr schäumt. Das Ganze verdünnt man jetzt noch mit Wasser oder Fruchtsaft. Zusätzlich ist eine ausreichende Vitamin C Zufuhr durch Berberitzenbeeren oder der Camu-Camu Beere und eine Enzymzufuhr durch Kombucha und Wasserkefir angesagt. Bei starken Schmerzen verschaffen Basische Bäder von mindestens 1 Stunde mit 4 - 5 gehäuften Esslöffeln Basisches Badesalz oft eine extreme Linderung. Dabei sollten alle 10 Minuten der ganze Körper mit einem rauen Lappen abgerieben werden.

Haarausfall Auch wenn durch diese Tips keine Glatzen mehr neu erblühen, so kann zumindest der Haarausfall relativ schnell gestoppt werden. Zuerst sollte extrem entsäuert werden und kräftig Nahrungsergänzungen mit einem hohen Mineralienanteil eingenommen werden. Eine gute Heilerde, die vorher mit dem Saft gepresster Zitronen aufgelöst wird, hat schon bei einigen zu erneuten Haarwuchs geführt. Dem Haarwasser kann Basisches Badesalz hinzugefügt werden, 1 Teelöffel auf 100 ml.

Halsschmerzen Hier hilft hochkonzentriertes Kolloidales Silber bester Qualität (mind. 50 ml pro Tag). Zusätzlich verschafft Gurgeln mit 10 Tropfen Salbeiöl auf ½ Glas Wasser oft rasche Linderung.

Harnwegsinfektionen Je nach Stärke sollten täglich 50 - 100 ml Kolloidales Silber vor dem Frühstück gegeben werden. 4 - 5 Tropfen Sandelholzöl guter Qualität morgens und abends auf etwas Zucker verschaffen rasche Linderung. Aktiviertes MMS ist hier auch eine gute Alternative.

Hautausschläge Hier helfen Umschläge mit 1 - 2 Esslöffel Basisches Badesalz oder Badesalz vom Toten Meer pro Liter. Diese sollten alle 10 Minuten gewechselt werden.

Herpes Bei Herpes gebe ich dreimal täglich eine Tasse (ca. 200 ml) mit Kolloidalem Silber in hoher Konzentration. Zusätzlich hilft die tägliche Einnahme von 6 Globuli Herpes simplex D30 bei akuten Herpes und Herpes simplex D200 bei chronischen Herpes.

Bei Lippenherpes hilft sehr schnell Melissenöl mehrmals täglich aufgetragen. Örtliche subkutane und intramuskuläre Injektionen (bitte von medizinisch geschulten Menschen durchführen lassen) mit einer 1:1 Mischung aus Procain und Kolloidalem Silber lassen Herpes erst gar nicht zum Ausbruch kommen. Erste Anzeichen verschwinden innerhalb von wenigen Stunden.

Bei Genitalherpes empfehle ich zusätzlich 1 X täglich Scheidenspülungen mit 40 Tropfen aktiviertes MMS und Einläufe mit 25 Tropfen aktiviertes MMS. Nach den Scheidenspülungen sollte man eine gute Ringelblumensalbe auftragen. Auch ein mit Kolloidalem Silber getränkter Tampon hilft sehr gut.

Heliocobacter Mit Kolloidalem Silber habe ich antibiotikaresistente Heliocobakter ausgeheilt. Die Patienten waren seit über 2 Jahren mit schulmedizinischen Mitteln, sprich Antibiotika erfolglos austherapiert. Ich empfahl den Patienten dreimal täglich eine Tasse (100 ml) voll mit Kolloidalem Silber von hoher Konzentration und die Heliocobacter-Erkrankung war von Ärzten nachgewiesen nach nur 3 Wochen vollständig kuriert.

Herzbeschwerden Hier sind 2 Gläser warmes Wasser 20 Minuten vor jeder Mahlzeit angesagt. Zusätzlich besorgt man sich preiswertes Kalziumkarbonat und Magnesiumkarbonat. Man nimmt 1 gestrichenen Teelöffel Kalzium morgens und 1 gestrichenen Teelöffel Magnesium abends. Das Kalzium- und Magnesiumkarbonat löst man dann mit dem Saft einer halben Zitrone oder 1 - 2 Esslöffel Obstessig auf, bis es nicht mehr schäumt. Das Ganze verdünnt man jetzt noch mit Wasser oder Fruchtsaft. Zusätzlich ist eine ausreichende Vitamin C Zufuhr durch Berberitzenbeeren oder der Camu-Camu Beere und eine Enzymzufuhr durch Kombucha und Wasserkefir angesagt. Weißdorntee und Weißdorntabletten helfen bei akuten Herzbeschwerden.

Husten Hier hilft hochkonzentriertes Kolloidales Silber bester Qualität (mind. 50 ml pro Tag). Bei starker Schleimbildung hilft mit Honig gesüßter Ingwertee. Milch und Milchprodukte sowie Schokolade sollten dann gemieden werden. Gleichzeitig helfen Einreibungen auf Brust und Rücken mit Tigerbalsam und Tees mit Huflattichblüten und/oder Spitzwegerichblättern.

Hyperaktivität Hier gibt man den Kindern hochdosiertes Kolloidales Silber bester Qualität, mindestens 1 Esslöffel vor dem Frühstück, etwa 3 Wochen lang. Die Nahrungsergänzungen sollten einen hohen Gehalt an natürlichem Mineralien enthalten. Süßigkeiten und wertloses Junkfood sollten so weit wie möglich reduziert werden. Lasse bitte genau abklären, ob dein Kind nicht statt dessen hyperintelligent ist.

Infektionen Hier sind hochdosiertes Kolloidales Silber bester Qualität und aktiviertes MMS die Mittel der Wahl. Ist der Verursacher dieser Infektion genau bekannt, sollte die passende homöopathische Nosode zusätzlich dazu eingenommen werden. Viele gute Versandapotheken, die homöopathische Mittel vertreiben, haben Experten, die dich dazu ausführlich beraten können.

Insekten, Abwehr Ich habe schon einmal mitten in der Camargue (Sumpfbereich mit einer extremen Moskitopopulation) im Freien übernachtet. Ich habe mir Lavendelöl pur auf alle freien Hautstellen aufgetragen und meine Kleidung mit Lavendelöl besprüht. Ich hörte zwar das Summen der Moskitos um mich herum, aber ich wurde nicht ein einziges Mal gestochen. Der beste Insektenschutz ist aber immer noch eine starke Entsäuerung. Menschen, deren Blut einen hohen Säuregrad besitzt, werden häufig gestochen, Menschen mit einem geringen Säuregrad ihres Blutes werden selten bis überhaupt nicht gestochen. Es ist der Geruch von Buttersäure, der viele stechende Insekten anzieht.

Insektenstiche Insektenstiche werden am besten äußerlich mit Aloe vera oder Lavendelöl behandelt.

Kopfschmerzen Hier sind 2 Gläser warmes Wasser 20 Minuten vor jeder Mahlzeit angesagt. Bei akuten Kopfschmerzen helfen Massagen mit Lavendelöl oder Tigerbalsam auf Schläfen, Nacken, Stirn und um die Ohren, evtl. sogar der Ohren selber. Bitte dabei nicht zu nahe an die Augen kommen und danach die Hände gut waschen. Tägliche Anwendung eines ayurvedischen Nasya-Öls sind sehr hilfreich. Schmerztabletten aus Weidenrindenkonzentrat helfen bei akuten Kopfschmerz.

Krampfadern Man kauft sich preiswertes Kalziumkarbonat und Magnesiumkarbonat. Man nimmt 1 gestrichenen Teelöffel Kalzium morgens und 1 gestrichenen Teelöffel Magnesium abends. Das Kalzium- und Magnesiumkarbonat löst man dann mit dem Saft einer halben Zitrone oder 1 - 2 Esslöffel Obstessig auf, bis es nicht mehr schäumt. Das Ganze verdünnt man jetzt noch mit Wasser oder Fruchtsaft. Zusätzlich ist eine ausreichende Vitamin C Zufuhr durch Berberitzenbeeren oder der Camu-Camu Beere und eine Enzymzufuhr durch Kombucha und Wasserkefir angesagt. Bei extremen Thrombosen schaffen Blutegel rasche Linderung. Sie sollten nur von einem erfahrenen Arzt oder Heilpraktiker angesetzt werden.

Krebs Hier ist das gesamte Programm nach Dr. Clark angesagt mit Zapper, Kräuterkur, Leberreinigung und Nierenreinigung. Wer sich nicht leicht von einigen Merkwürdigkeiten (Die Bezeichnung „Germanische Medizin“ hat wirklich nichts mit der Medizin der alten Germanen gemeinsam und nicht alles, was als germanisch bezeichnet wird, ist gleich antisemitisch. Außerdem warum sollte ein Antisemit nicht auch eine super Heilmethode finden? Was hat beides miteinander zu tun? Und ist Antigermanismus etwa kein Faschismus?) abschrecken lässt, sollte sich auch auf jeden Fall mit den Forschungen von Dr. Hamer (Internet, z. B. <http://www.neue-medizin.de>) beschäftigen. Auch dadurch wurde schon vielen Krebspatienten geholfen. Auf jeden Fall sollte entsäuert und entschlackt und das Immunsystem und der gesamte Körper mit Nahrungsergänzungen gestärkt werden.

Kreislauf, anregend Hier helfen Armbäder mit kaltem Wasser. Du legst deine Arme in einen Behälter mit möglichst kaltem Wasser und zählst bis 20. Dann kleidest du dich an, ohne dich abzutrocknen. Das Rosmarinöl in kreisenden Bewegungen auf den Solarplexus massiert, regt ebenfalls den Kreislauf an.

Leberprobleme Führe mehrere Leberreinigungen nach Dr. Clark im Abstand von je 21 Tagen durch. Allerdings sollten die Gallengänge nicht mit Leberegelns verklebt sein. Deshalb sollte man mindestens 3 Tage vorher mit dem Zapper nach Dr. Clark zappen.

Menstruationsprobleme Auch hier sollte stark entsäuert und entschlackt werden. Als Nahrungsergänzung ist Maca, Wilde Yamswurzel und Traubensilberkerze die Mittel der Wahl.. Zumindest während der Menstruation sollten 2 Gläser warmes Wasser 20 Minuten vor jeder Mahlzeit getrunken werden.

Migräne Ist die Migräne sehr stark und häufig, solltest du einen Monat lang morgens vor dem Frühstück 1 - 2 Natrontabletten mit 200 ml warmen Wasser einnehmen. Gleichzeitig führe eine Wasserkur mit 2 Gläser warmes Wasser 20 Minuten vor jeder Mahlzeit durch. Bei akuten Kopfschmerzen helfen Massagen mit Lavendelöl oder Tigerbalsam auf Schläfen, Nacken, Stirn und um die Ohren, evtl. sogar der Ohren selber. Bitte dabei nicht zu nahe an die Augen kommen und danach die Hände gut waschen. Tägliche Anwendung eines ayurvedischen Nasya-Öls sind sehr hilfreich. Schmerztabletten aus Weidenrindenzugabe helfen bei akuter Migräne.

Milben Milben sind kleine Spinnentiere, die sich Gänge durch die Haut graben. Milben kann man sich leicht bei trockenem Wetter im Gras oder bei der Gartenarbeit zuziehen. Sie können enormen Juckreiz verursachen. Wenn man die betroffenen Hautstellen in einer tiefvioletten Lösung mit Kaliumpermanganat wäscht und hinterher mit Lavendelöl einreibt, ist meist nach einer einzigen Behandlung diese Plage vorbei. Ansonsten wiederholt man diese Behandlung mehrmals. Kaliumpermanganat färbt sehr stark, also bei Wäsche gut aufpassen und lieber mit Küchentüchern abtrocknen. Auch die betroffenen Hautstellen verfärben sich leicht braun, was aber innerhalb von wenigen Stunden wieder verschwindet. Neuerdings ist der Kauf von Kaliumpermanganat in Apotheken nur noch erschwert möglich, da man anscheinend Sprengstoff daraus herstellen kann.

Myome Hier empfehle ich 1 X täglich Scheidenspülungen mit 40 Tropfen aktiviertes MMS. Nach den Scheidenspülungen sollte man eine gute Ringelblumensalbe auftragen.

Nebenhöhlenprobleme Hier ist wieder Kolloidales Silber das Mittel der Wahl. Zusätzlich eignen sich Nasenspülungen mit Salzwasser und das Verwenden von einem ayurvedischen Nasya-Öl.

Nervenstärkend Man kauft sich preiswertes Kalziumkarbonat und Magnesiumkarbonat. Man nimmt 1 gestrichenen Teelöffel Kalzium morgens und 1 gestrichenen Teelöffel Magnesium abends. Das Kalzium- und Magnesiumkarbonat löst man dann mit dem Saft einer halben Zitrone oder 1 - 2 Esslöffel Obstessig auf, bis es nicht mehr schäumt. Das Ganze verdünnt man jetzt noch mit Wasser oder Fruchtsaft. Zusätzlich ist eine ausreichende Vitamin C Zufuhr durch Berberitzenbeeren oder der Camu-Camu Beere und eine Enzymzufuhr durch Kombucha und Wasserkefir angesagt. Alle Parasiten und Pilze sollten mit hochkonzentriertem Kolloidalem Silber bester Qualität und einem guten Zapper nach Dr. Clark abgetötet werden. Zusätzlich sollte der Körper durch eine Wasserkur mit 2 Gläser warmes Wasser 20 Minuten vor jeder Mahlzeit entsäuert werden. Als Kapseln oder Kräutertee eignet sich Johanniskraut.

Neurodermitis Hier sollte der Darm mit einer guten Darmreinigung saniert werden und im Abstand von je 21 Tagen Leberreinigungen durchgeführt werden, bis keine Ablagerungen mehr herauskommen. Eine Wasserkur mit 2 Gläser warmes Wasser 20 Minuten vor jeder Mahlzeit sollte gleichzeitig durchgeführt werden. Äußerlich lindern Basische Bäder oder Bäder mit Meersalz vom Toten Meer, sowie Umschläge mit 1 - 2 Esslöffel Basisches Badesalz oder Badesalz vom Toten Meer pro Liter. Diese sollten alle 10 Minuten gewechselt werden. Die Einnahme von Sanacare's Basenkonzentrat ist ebenfalls sehr empfehlenswert. Die Homöopathischen Nosoden der Impfstoffe (siehe impfpass) in der Potenz D30 und D200 können auch sehr hilfreich sein.

Nierenprobleme Hier hilft die Nierenreinigung nach Dr. Clark. Eine Wasserkur mit 2 Gläser warmes Wasser 20 Minuten vor jeder Mahlzeit sollte gleichzeitig durchgeführt werden. Sind Bakterien im Spiel, helfen Kolloidales Silber oder MMS. Bei akuten Nierenversagen helfen Wickel mit einer starken Lösung aus Basischem Badesalz (3 Esslöffel pro Liter) die alle 10 Minuten erneuert werden sollten, bis ein Arzt des Vertrauens zur Stelle ist und Maßnahmen ergreifen kann.

Orangenhaut Zuerst sollte entsäuert und entschlackt werden und die Vitalstoffdepots sollten mit guten Nahrungsergänzungen wieder gefüllt werden. Umschläge mit Basischen Badesalz (2 - 3 Esslöffel pro Liter Wasser), die alle 10 Minuten erneuert werden, können schon in kurzer Zeit enorme Besserung bringen. Eine Kur mit Sanacare's Basenkonzentrat und SanaMin sind optimal zum Entsäuern.

Parasiten Der Zapper und Dr. Clarks Kräuterkur beseitigen rasch alle größeren Parasiten. Bei einzelligen Parasiten sind Kolloidales Silber und MMS die Mittel der Wahl. Bandwürmer werden mit Rascal, ein pflanzliches Bandwurmmittel nach Dr. Clark beseitigt. Ist der Parasit genau bekannt, sollte die passende homöopathische Nosode zusätzlich dazu eingenommen werden. Viele gute Versandapotheken, die homöopathische Mittel vertreiben, haben Experten, die dich dazu ausführlich beraten können.

Pilzkrankheiten Hier hilft Schwarzwalnutstinktur, Kolloidales Silber bester Qualität oder aktiviertes MMS. Da Pilze nur in einem sauren Körper gedeihen ist eine starke Entsäuerung angesagt. Hier hilft eine Wasserkur mit 2 Gläser warmes Wasser 20 Minuten vor jeder Mahlzeit. Ist der Pilz genau bekannt, sollte die passende homöopathische Nosode zusätzlich eingenommen werden. Viele gute Versandapotheken, die homöopathische Mittel vertreiben, haben Experten, die dich dazu ausführlich beraten können.

Prellungen Je eher du eine Prellung mit Arnikatinktur pur behandelst, um so geringer fällt die Schwellung und der Bluterguss aus. Zusätzlich empfehle ich noch die Rescue-Salbe nach Dr. Edward Bach.

Reisekrankheit Die Reisekrankheit wird häufig durch Ingwerkapseln gemildert. Ingwer ist auch das Mittel der Wahl bei allen Arten von Brechreiz.

Rheuma Man kauft sich preiswertes Kalziumkarbonat und Magnesiumkarbonat. Man nimmt 1 gestrichenen Teelöffel Kalzium morgens und 1 gestrichenen Teelöffel Magnesium abends. Das Kalzium- und Magnesiumkarbonat löst man dann mit dem Saft einer halben Zitrone oder 1 - 2 Esslöffel Obstessig auf, bis es nicht mehr schäumt. Das Ganze verdünnt man jetzt noch mit Wasser oder Fruchtsaft. Zusätzlich ist eine ausreichende Vitamin C Zufuhr durch Berberitzenbeeren oder der Camu-Camu Beere und eine Enzymzufuhr durch Kombucha und Wasserkefir angesagt. Bei starken Schmerzen verschaffen Basische Bäder von mindestens 1 Stunde mit 4 - 5 gehäuften Esslöffeln Basisches Badesalz oft eine extreme Linderung. Dabei sollten alle 10 Minuten der ganze Körper mit einem rauen Lappen abgerieben werden.

Schlafstörungen Man kauft sich preiswertes Kalziumkarbonat und Magnesiumkarbonat. Man nimmt 1 gestrichenen Teelöffel Kalzium morgens und 1 gestrichenen Teelöffel Magnesium abends. Das Kalzium- und Magnesiumkarbonat löst man dann mit dem Saft einer halben Zitrone oder 1 - 2 Esslöffel Obstessig auf, bis es nicht mehr schäumt. Das Ganze verdünnt man jetzt noch mit Wasser oder Fruchtsaft. Zusätzlich ist eine ausreichende Vitamin C Zufuhr durch Berberitzenbeeren oder der Camu-Camu Beere und eine Enzymzufuhr durch Kombucha und Wasserkefir angesagt. Tees und Kapseln aus Johanniskraut, Hopfen und Melisse sind optimal. Baldrian schläfert wirklich wunderbar ein, aber manche Menschen haben danach Probleme wieder richtig wach zu werden. Fussmassagen mit warmen Sesamöl vor dem Schlafengehen sind auch häufig sehr hilfreich oder ein Glas warmer Milch.

Schluckauf Schluckauf tritt nur bei einem übersäuerten Körper auf. Deshalb sollte bei häufigen Schluckauf entsäuert werden. Eine Wasserkur mit 2 Gläser warmes Wasser 20 Minuten vor jeder Mahlzeit ist am besten dafür geeignet. Akuter Schluckauf wird in den meisten Fällen mit 2 Gläsern warmes Wasser, die rasch getrunken werden, schnell verschwinden.

Schmerzen Eine Entsäuerung durch eine Wasserkur mit 2 Gläser warmes Wasser 20 Minuten vor jeder Mahlzeit hilft optimal. Schmerztabletten aus Weidenrindenkonzentrat helfen, wenn man nicht an starke Schmerzmittel gewöhnt ist oder die Schmerzen zu stark sind. Sind die Schmerzen keine Folge von Übersäuerung und Verschlackung, ist die Neuraltherapie das Mittel der Wahl. Hierfür ist ein kompetenter Arzt oder Heilpraktiker geeignet.

Schnupfen Hier hilft hochkonzentriertes Kolloidales Silber bester Qualität (mind. 50 ml pro Tag). Kolloidales Silber in die Nase geträufelt verschafft schnell eine freie Nase.

Schwermetalle, ausleitend Hierfür sind Kolloidales Silber und die Chlorella Alge optimal geeignet.

Sodbrennen Eine Entsäuerung durch eine Wasserkur mit 2 Gläser warmes Wasser 20 Minuten vor jeder Mahlzeit hilft optimal. Die regelmäßige Einnahme von Papayakraut lässt regelmäßiges Sodbrennen mit der Zeit verschwinden. Bei akuten Sodbrennen hilft optimal eine rohe geriebene Kartoffel, notfalls auch 1 - 2 Natrontabletten mit 200 ml warmen Wasser. 2 Gläser warmes Wasser, die rasch getrunken werden, verschaffen auch in den meisten Fällen rasche Linderung.

Sonnenbrand Hier sollte man so schnell wie möglich ein gutes Aloe Vera Gel dick auftragen. Die Wirkung davon ist wirklich erstaunlich.

Stress Man kauft sich preiswertes Kalziumkarbonat und Magnesiumkarbonat. Man nimmt 1 gestrichenen Teelöffel Kalzium morgens und 1 gestrichenen Teelöffel Magnesium abends. Das Kalzium- und Magnesiumkarbonat löst man dann mit dem Saft einer halben Zitrone oder 1 - 2 Esslöffel Obstessig auf, bis es nicht mehr schäumt. Das Ganze verdünnt man jetzt noch mit Wasser oder Fruchtsaft. Zusätzlich ist eine ausreichende Vitamin C Zufuhr durch Berberitzenbeeren oder der Camu-Camu Beere und eine Enzymzufuhr durch Kombucha und Wasserkefir angesagt. Alle Parasiten und Pilze sollten abgetötet und der Körper durch eine Wasserkur mit mit 2 Gläser warmes Wasser 20 Minuten vor jeder Mahlzeit entsäuert werden. Als Ergänzung eignen sich gut Kapseln und Tees mit Johanniskraut.

Verbrennungen Hier sollte man so schnell wie möglich ein gutes Aloe Vera Gel dick auftragen.

Verdauungsprobleme Hier ist eine Darmsanierung mit einer guten Darmreinigung angesagt. Zusätzlich sollte eine Wasserkur mit 2 Gläser warmes Wasser 20 Minuten vor jeder Mahlzeit durchgeführt werden. Kuren mit Berberitzenbeeren und Papayakraut sind ebenfalls sehr hilfreich. Optimal sind auch frische Granatäpfel.

Verletzungen Verletzungen werden optimal mit Salbeiöl desinfiziert. 3 Minuten später kann man eine gute Ringelblumensalbe auftragen. Zusätzlich hilft die Rescue Salbe nach Dr. Edward Bach.

Verspannungen Basische Bäder mit Basischen Badesalz helfen bei akuten Verspannungen. Auch örtliche Massagen und Fussmassagen mit warmen Massageöl z.B. Sesamöl mit Lavendel- und Melissenöl können schnell Verspannungen lindern. Damit Verspannungen nicht mehr auftreten, führe eine Wasserkur mit mit 2 Gläser warmes Wasser 20 Minuten vor jeder Mahlzeit durch. Zusätzlich ist eine Kur mit 1 gestrichener Teelöffel Kalzium morgens und 1 gestrichener Teelöffel Magnesium abends sehr hilfreich. Das Kalzium- und Magnesiumkarbonat löst man dann mit dem Saft einer halben Zitrone oder 1 - 2 Esslöffel Obstessig auf, bis es nicht mehr schäumt. Das Ganze verdünnt man jetzt noch mit Wasser oder Fruchtsaft. Dazu ist eine ausreichende Vitamin C Zufuhr durch Berberitzenbeeren oder der Camu-Camu Beere und eine Enzymzufuhr durch Kombucha und Wasserkefir geeignet

Verstopfung Hier ist eine Darmsanierung mit einer guten Darmreinigung angesagt. Zusätzlich sollte eine Wasserkur mit mit 2 Gläsern warmes Wasser 20 Minuten vor jeder Mahlzeit durchgeführt werden. Bei einer akuten Verstopfung kann vorübergehend ein pflanzliches Abführmittel eingenommen werden. Sofortige Hilfe verschaffen Einläufe mit warmen abgekochten Wasser.

Viren Hier hilft Kolloidales Silber bester Qualität, aktiviertes MMS oder auch ein guter Zapper nach Dr. Clark. Ist der Virus genau bekannt, sollte die passende homöopathische Nosode zusätzlich eingenommen werden. Viele gute Versandapotheken, die homöopathische Mittel vertreiben, haben Experten, die dich dazu ausführlich beraten können.

Wechseljahre Auch hier sollte stark entsäuert und entschlackt werden. Als Nahrungsergänzung sind Maca, Wilde Yamswurzel und Traubensilberkerze die Mittel der Wahl. Eine Wasserkur mit 2 Gläsern warmes Wasser 20 Minuten vor jeder Mahlzeit hilft ebenfalls. Es gibt auch sehr gute Komplex-Nahrungsergänzungen speziell für die Wechseljahre.

Wunden Wunden werden optimal mit Salbeiöl desinfiziert. 3 Minuten später kann man eine gute Ringelblumensalbe auftragen. Zusätzlich hilft die Rescue Salbe nach Dr. Edward Bach.

Zahnfleischprobleme Hier hilft bis zur Behandlung durch einen guten Zahnarzt. Die Zeit bis zur Behandlung kannst du dir durch Nelkenöl bei Zahntaschen und Myrrheöl bei Geschwüren oder Wunden durch schlecht sitzende Gebisse erleichtern.

Zahnschmerzen Bei Zahnschmerzen sollte so schnell wie möglich ein guter Zahnarzt aufgesucht werden. Hier liegt die Betonung auf „guter“ Zahnarzt. Vorübergehend, bis zur Behandlung durch den Zahnarzt hilft sehr gut Nelkenöl örtlich aufgetragen.

Zeckenbiss Die Zecke sollte so schnell wie möglich mit einer Zeckenzange entfernt und die betroffene Stelle umgehend mit Salbeiöl desinfiziert werden.

Rechtliches

Der Inhalt dieses Reports ist ausschließlich zu Informationszwecken bestimmt. Diese Informationen stellen in keiner Weise Ersatz für professionelle Beratungen oder Behandlungen durch einen ausgebildeten und anerkannten Arzt dar. Jegliche Anwendung der in diesem Ebook beschriebenen Informationen geschehen ausschließlich und in voller Verantwortung des Lesers.

Der Autor dieses Reports fordert alle Benutzer mit Gesundheitsproblemen dazu auf, im Bedarfsfall immer einen Arzt aufzusuchen. Wenn Sie bezüglich Ihrer Gesundheit Fragen haben, raten wir Ihnen, sich an den Arzt Ihres Vertrauens zu wenden, anstatt Behandlungen eigenständig zu beginnen, zu verändern oder abzusetzen.

Der Inhalt dieses Reports darf nicht für die Erstellung eigenständiger Diagnosen oder für die Auswahl und Anwendung von Behandlungsmethoden verwendet werden. Für Schäden oder Unannehmlichkeiten, die durch den Gebrauch oder Missbrauch der Informationen aus diesem Report entstehen, kann der Autor dieses Reports weder direkt noch indirekt zur Verantwortung gezogen werden.

Die Inhalte dieses Reports wurden mit größtmöglicher Sorgfalt erstellt. Trotzdem kann keine Gewähr für die Fehlerfreiheit und Genauigkeit der enthaltenen Informationen übernommen werden. Jegliche Haftung für Schäden, die direkt oder indirekt aus der Benutzung dieses Reports entstehen, wird ausgeschlossen. Der Autor dieses Reports gibt keinerlei Garantien für die Wirksamkeit der in diesen Report enthaltenen Informationen.

Bei direkten oder indirekten Verweisen auf fremde Webseiten ("Hyperlinks"), die außerhalb des Verantwortungsbereiches des Autors liegen, würde eine Haftungsverpflichtung ausschließlich in dem Fall in Kraft treten, in dem der Autor von den Inhalten Kenntnis hat und es ihm technisch möglich und zumutbar wäre, die Nutzung im Falle rechtswidriger Inhalte zu verhindern.

Der Autor erklärt hiermit ausdrücklich, dass zum Zeitpunkt der Linksetzung keine illegalen Inhalte auf den zu verlinkenden Seiten erkennbar waren. Auf die aktuelle und zukünftige Gestaltung, die Inhalte oder die Urheberschaft der verlinkten/verknüpften Seiten hat der Autor keinerlei Einfluss. Deshalb distanziert er sich hiermit ausdrücklich von allen Inhalten aller verlinkten /verknüpften Seiten, die nach der Linksetzung verändert wurden. Diese Feststellung gilt für alle innerhalb des eigenen Internetangebotes gesetzten Links und Verweise sowie für Fremdeinträge in vom Autor eingerichteten Gästebüchern, Diskussionsforen, Linkverzeichnissen, Mailinglisten und in allen anderen Formen von Datenbanken, auf deren Inhalt externe Schreibzugriffe möglich sind. Für illegale, fehlerhafte oder unvollständige Inhalte und insbesondere für Schäden, die aus der Nutzung oder Nichtnutzung solcherart dargebotener Informationen entstehen, haftet allein der Anbieter der Seite, auf welche verwiesen wurde, nicht derjenige, der über Links auf die jeweilige Veröffentlichung lediglich verweist.

Das Copyright für veröffentlichte, vom Autor selbst erstellte Objekte bleibt allein beim Autor der Seiten. Eine Vervielfältigung oder Verwendung von Bildern, Graphiken und Texten ist ohne ausdrückliche Zustimmung des Autors nicht gestattet.