

Gesundheitsinfos

Ausgabe 01/2021



Natürlich Gesund e.V.

Berufsverband & Wettbewerbsverband
Büro: Ködderitzsch 35
99518 Bad Sulza
Telefon: 0163-1731823
info@natürlich-gesund.international
www.natürlich-gesund.international

Liebe Gesundheitsinteressierte,

was heißt denn Leben? Leben heißt doch, an die Veränderbarkeit des Bestehenden zu glauben, an die Möglichkeit des Wandels. Ich bin nicht das, was schon vergangen ist. Was ich bin, bin ich durch meine Bereitschaft zur Weiterentwicklung. Um „so“ zu werden, wie ich schon immer sein wollte.

In einer Zeit wie dieser, in der wir das Gefühl haben ohnmächtig den Veränderungen ausgesetzt zu sein, braucht es die Besinnung auf die Ziele, die in uns stecken. In dieser Gesundheitsinfo geht es um wertvolle Informationen, wie die Bachblüten, die uns stärken und Veränderungen auf allen Ebenen ermöglichen. Sowie um Möglichkeiten und den richtigen Umgang mit allen Impfungen, wenn sie unvermeidlich sind.

Wir wünschen allen Lesern, den Weg zu ihrer Gesundheit zu finden und den Weg zu leben.

Ihr Natürlich Gesund-Team



Inhaltsangabe

Impfungen - Nebenwirkungen minimieren mit „beruhigt IMPFEN“	S. 1
Bachblüten - Harmonie, Ausgeglichenheit und Gesundheit finden	S. 4
Mein klingender Weg – Teil 1: Klang	S. 7
Gute Gründe, keine Milch zu trinken	S. 9
Lebensmittel, was die Angaben „ohne ...“ wirklich bedeuten	S. 11
Termine	S. 12

Impfungen - Nebenwirkungen minimieren mit „beruhigt IMPFEN“

Alle Impfungen, also auch gegen Corona und gegen andere Infektionserkrankungen

Minimieren Sie mögliche Risiken und Nebenwirkungen mit dem naturheilkundlichen Paket „beruhigt IMPFEN“ von der Natural Health Organisation. Zurzeit wird viel über Impfungen und deren mögliche Risiken und Nebenwirkungen gesprochen. Doch man erfährt wenig darüber, wie man Impfungen naturheilkundlich begleiten kann, damit Risiken und Nebenwirkungen minimiert werden oder erst gar nicht entstehen. Wir zeigen Ihnen hier Möglichkeiten, Impfungen gut zu überstehen. Doch zuvor einige kurze Informationen zum Hintergrund.

Entzündungen und Infektionskrankheiten sind natürliche Reifungs- und Reinigungsprozesse. Sie verlangen oft nach einer Unterstützung des Betroffenen, um eine entstandene Unordnung auf den verschiedenen Ebenen des Körpers wiederherzustellen. Impfungen sind künstlich gesetzte Krankheiten durch veränderte Viren

oder andere Erreger, die durch besondere Verfahren in ihrer Struktur verändert wurden. Durch Impfungen wird der Ablauf normaler Heilungsvorgänge im Körper gestört.

Als erstes sollte geprüft werden, ob man überhaupt geimpft werden darf. Nach der Gesetzeslage in Deutschland sind ca. 2 Millionen Menschen befreit von Impfungen, und das zu recht, weil die Impfung ein zu hohes gesundheitliches Risiko für sie wäre.

Dazu gehören Menschen mit Überempfindlichkeit gegen frühere Impfungen oder gegen einen sonstigen Bestandteil des Impfstoffes oder mit Allergien, ebenso Schwangere und stillende Mütter. Bei Menschen, die eine Erkrankung mit Fieber $>38,5$ °C haben, sollte keine Impfung stattfinden. Ebenso in diese Gruppe gehören Menschen, die pathologische Blutbildveränderungen, Leukämie, Lymphome oder andere Malignome haben. Menschen, die in einer immunsuppressiven Behandlung sind, die eine schwere humorale, zelluläre, oder eine erbliche Immuninsuffizienz oder Autoimmu-

nerkrankungen in der Familienanamnese haben, sind ebenso befreit von Impfungen.

Für eine sinnvolle naturheilkundliche Begleitung, damit Sie die Impfungen gut überstehen, hat das Team der Natural Health Organisation folgende Hinweise und Mittel zusammengestellt.

Besondere Formen der Unterstützung bei Impfungen

1. Die Rahmenbedingungen sollten angstfrei sein. Bitte mit dem Arzt vorher besprechen und sich selbst, bzw. den zu Impfenden darauf einstellen.
2. Der Impfling sollte möglichst gesund und infektfrei sein und keine Erkrankungen vorliegen.
3. Mindestens eine Woche vor und eine Woche nach der Impfung mit einer besonderen Ernährung den Körper schonen und stärken: Möglichst zucker- und weißmehlfrei, ohne tierisches Eiweiß aber basenüberschüssig. Bitte in dieser Zeit Alkohol und Kaffee minimieren, noch besser ganz darauf verzichten.
4. Nach der Impfung sollten Sie mindestens drei Tage Ruhe einhalten, kein Sport und keine Anstrengungen. Bitte keine extremen Herausforderungen, wie Prüfungen, Stress o.ä.
5. Bitte harmonische Rhythmen im Alltag für eine Woche einhalten. Kein Zeitdruck, keine schwierigen Entscheidungen oder Aufregungen. Bei der Impfung ist man durch eine künstliche Ursache krank geworden und benötigt eine Krankschreibung oder Unterrichtsbefreiung, um sich zu erholen.
6. Basische Bäder und Anwendungen zur Unterstützung der Ausleitung von Giftstoffen und ausscheidungspflichtigen Stoffwechsellendprodukten sind angeraten.

Im Paket „beruhigt IMPFEN“ enthaltene Mittel

7. Mumijo ist ein seit über 2.000 Jahren bekanntes, natürliches, bewährtes und geschätztes Naturmittel. Das Ursprungsgebiet ist Vorderasien. Mumijo stärkt während der Impfungen die körperlichen Abwehrkräfte und Stoffwechselsysteme. Mumijo pflegt die inneren Organe, es steigert die Leistungsfähigkeit und wirkt unterstützend in vielen Bereichen. Es findet beispielsweise Anwendung bei allgemeiner Schwäche und Erschöpfungszuständen wie sie auch bei den Impfungen als Nebenwirkungen auftreten können. Mumijo führt

dem Körper wichtige Bausteine zu und wirkt unterstützend auf das Nervensystem. Es verbessert die Funktion des Herz- und Kreislaufsystems. Erfolgreich eingesetzt wurde Mumijo auch bei Immunmodulationen. Immer wieder beeindruckt waren wir von der verbesserten Wundheilung und dem Abklingen von Infektionsneigungen. Das Zink in Mumijo ist für die Körperabwehr ein unentbehrliches Element und liegt in einer Form vor, die für den Körper voll verwertbar ist.

8. Omega-3-Fettsäuren fördern jene Darmbakterien, die entzündungshemmend wirken. So führen Omega-3-Fettsäuren im Darm zu einem höheren Spiegel an N-Carbamylglutamat (NCG), einem Stoff, der für seine antioxidative und damit entzündungshemmende Wirkung bekannt ist. Forscher sagen, dass Omega-3-Fettsäuren manche Bakterienstämme dazu motivieren können, mehr NCG zu produzieren, was die entzündungshemmenden Eigenschaften der Omega-3-Fettsäuren im Darm erklären würde. Studienautorin Dr. Cristina Menni vom King's College London fügt hinzu: „Wir entdeckten außerdem, dass mit steigendem Omega-3-Verzehr besonders die Zahl jener Bakterien zunahm, die Entzündungen eindämmen und beim Abbau von Übergewicht helfen können.“ Sie hemmen chronisch entzündliche Prozesse, regulieren den Cholesterinspiegel, verbessern die Fließeigenschaften des Blutes, bieten Schutz vor Infektionskrankheiten, wirken Krebs entgegen und vieles mehr.

9. Energetische Impfnosoden sind besondere Homöopathische Mittel. Schon während der Spanischen Grippe 1918/19 hat die Homöopathie bewiesen was sie kann: Während von den konventionell behandelten Patienten 30% starben, betrug die Sterberate der homöopathisch behandelten Grippe-Patienten lediglich 1,05%. Auch heute hilft die Homöopathie zahlreichen Erkrankten, eine abgeschwächte Infektion durch die Impfung gut zu überstehen. Die Auswahl der homöopathischen Mittel in unserem Komplex richtet sich nach den Symptomen, die nach Impfungen (auch Corona) bekannt sind. Eine chronische Belastung des Organismus mit einem veränderten Krankheitserreger oder Boten mRNA kann eine extreme Herausforderung für das Immunsystem sein. Daraus kann eine Schwächung, aber auch eine Überreaktion des Immunsystems resultieren. Die Therapie mit homöopathischen Mitteln spielt auch hierbei eine wichtige Rolle. Um einen möglichen Impfschaden oder eine Impfreaktion zu lindern oder zu heilen, hat die Homöopathie eine Reihe von bewährten Mitteln. Schon seit der Zeit Hahnemanns sind Impfschäden und Impfreaktionen bei den Homöopathen bekannt und werden erfolgreich behandelt. Die von uns empfohlenen homöopathischen Mittel für Impfreaktionen sind gegen die typische Abwehrschwäche mit häufig

wiederkehrenden Infekten. Auch Hautausschläge als Folge von Impfungen und sogar Krämpfe und Konvulsionen oder weitere Symptome lassen sich mit unserem Komplex gut behandeln. Grundsätzlich empfehlen wir, dass Impfungen so schnell wie möglich homöopathisch behandelt werden sollten. Unser speziell entwickeltes Komplexmittel ist dazu ein sehr guter Weg.

10. Essentielle Aminosäuren: In 31 Jahren Forschungsarbeit hat Prof. Dr. Lucà Moretti entdeckt, dass alle Lebewesen ein eigenes, ganz spezifisches Aminosäuren-Muster, ein so genanntes „Meister-Muster“ zur Erreichung der maximalen Proteinsynthese haben - auch der Mensch. Damit eine Körperproteinsynthese stattfinden kann, d.h. die Aminosäuren tatsächlich als Bausteine für den Zellstoffwechsel verwendet werden können, müssen alle 8 essentiellen Aminosäuren gleichzeitig und exakt gemäß der Zusammensetzung des spezifischen Aminosäurenmusters des Organismus vorhanden sein. Genau das braucht jeder Mensch zur Regeneration in besonderen Belastungssituationen. Sie spielen eine essentielle Rolle bei der Genesung nach Impfungen.

**Sorgen Sie mit unserem sorgfältig zusammengestellten Paket „beruhigt IMPFEN“ vor.
Erhältlich im Shop www.nho.international**

Alle im Paket enthaltenen Mittel sind für Erst- und Folgeimpfung ausgelegt und enthalten keine künstlichen Zusatzstoffe. Sie sollten über einen Zeitraum von zwei Monaten eingenommen werden. Eine detaillierte Einnahmeempfehlung finden Sie beiliegend im Paket.

Sollten Sie dennoch das Gefühl haben sie brauchen noch weiter Unterstützung wenden sie sich bitte an uns. Mit herzlichen Grüßen, Ihr NHO-Team



Warum macht uns Datenschutz das Leben so schwer?

Neues zu denken, in Wirtschafts- und Geldveränderung, fällt oder entsteht mit der Sicherheit und Persönlichkeitsrechte von Daten. Die Nutzung neuer Wirtschafts- und Geldsysteme braucht Schutz vor Überwachung. Eine automatisierte Geldabgabe oder der Bezug von Grundeinkommen ohne Schutz auf Zugriff, gewährleistet nicht eine Bedingungslosigkeitsgarantie. Ohne Bedingungslosigkeitsgarantie wird jede Reform eine Waffe, die zur Umsetzung einer Überwachungsdictatur dient. Systeme die kapitalstark die Macht besitzen, überwachen uns heute schon. Wir verändern die Machtverhältnisse nur durch anderes Sozialverhalten. Die Kriege der Zukunft werden nicht mit konventionellen Waffen geführt, sondern um das Wissen wie wir das Leben organisieren und die Wirtschaft gestalten. Wirtschaftlicher Wettbewerb wird durch Kultur entschieden. Wer die Fähigkeit besitzt, mit Wissen umzugehen, kann neue Möglichkeiten erkennen und ermöglichen. Die Produktionsregelungen der vergangenen Industrie- und Finanzwirtschaft funktionieren heute schon nicht mehr. Wir brauchen nicht mehr Dinge, wir brauchen Lösungen von Problemen.

Müssen wir Arbeit nicht neu definieren?

Digitalisierung setzen wir seit mehr als 30 Jahren für Produktivität um. Drohende Massenarbeitslosigkeit muss durch Gedankenarbeit ersetzt werden. Aber wie kann dies gestaltet werden, wenn die Zwischenstufe diskriminierende Armut bedeutet? Freiheit für freie Bürger kann nur durch einen freien Geist und Bildung erwachsen. Eine Möglichkeit ist das bedingungslose Grundeinkommen, geschützt von Kontrolle, Erniedrigung und Zwang von Systemen. Die Neuverteilung der Arbeit führt zu einer Eigendynamik von anderen Marktmechanismen der Wirtschaft. Wenn die Ressource, Arbeitsteilung mit neuem Wissen heißt, muss sich jedes Unternehmen nach diesen Knappheitskategorien ausrichten. Es wäre Potentialverschwendung nicht jedem Bürger die Möglichkeit zur Beteiligung anzubieten. Armut schafft nicht nur einen Mangel an Geld, sondern geht einher mit Mangel an Gesundheit und anderen Ausgrenzungen. Das bedingungslose Schöpfen aus einem Meer von Möglichkeiten gibt Fülle und damit Zuversicht. Es darf keinen Krieg um Daten zur Überwachung geben. Es muss der Glaube an ein Menschenbild mit Kooperationsfähigkeit sein, dass die Macht der Diktatur nicht braucht. Bewusstsein der Menschen ist die Lösung einer neuen Machtverteilung, das geht einher mit Änderung des Sozialverhaltens und einer Streitkultur. Das steht für Verantwortung jedes Einzelnen, um Demokratie von unten nach oben zu gewährleisten.

**Von unserem Mitglied Ilse Pforr, Möglichmacherin,
ilse.pforr@leistungen.de**

Die Bachblüten

Bachblüten wirken auf seelischer Ebene, wo sie für Harmonie, Ausgeglichenheit und Wohlbefinden sorgen sollen. Das ist der wichtigste Aspekt aller Betrachtungen zur Wirkung dieser alternativmedizinischen Methode. Sie zielt darauf ab, seelische Dysbalancen auf sanfte Weise ins Gleichgewicht zu bringen. Damit kommt auch Körper und Geist in einen harmonischen Zustand, da alles miteinander verbunden ist.

Die Wechselwirkung von Körper, Geist und Seele

Um die Wirkung von Bachblüten genauer zu verstehen, ist es wichtig, zunächst das Menschen-Modell, das der Original-Bachblütentherapie zugrunde liegt, zu betrachten. Das Verfahren geht davon aus, dass der Mensch neben seinem physischen Körper auch eine Seele besitzt – ein Weltbild, das in Philosophien und Religionen der ganzen Welt Ausdruck findet.



Der Entdecker der Bachblüten, Dr. Edward Bach, sieht Gesundheit als „vollständige und vollkommene Einheit von Seele, Gemüt und Körper“, wobei Gemüt und Körper für ihn lediglich Instrumente zur Erfüllung unserer individuellen Seelenaufgabe darstellen. Diese besteht zum einen darin, auf unsere Seele zu hören, die sich durch unsere Intuition, Wünsche, Vorlieben und Abneigungen äußert. Zum anderen geht es darum, alles was wir tun, mit ganzem Herzen zu tun und zu lieben. Tun wir dies nicht, kommt es zu seelischen Störungen, die sich wiederum auf das geistige und körperliche Befinden auswirken können.

Wirkung auf unseren Gemütszustand

Für Bach hängt Gesundheit davon ab, dass wir in Harmonie mit unserer Seele sind. Diese Harmonie äußert sich in erster Linie in unserem Gemütszustand. Im Konzept der Bachblüten ist das Gemüt „der feinste und empfindlichste Teil des Menschen und zeigt den Beginn und Verlauf einer Krankheit viel deutlicher als der Körper“. Die Wirkung der Bachblüten zielt darauf ab, die Seele zu unterstützen, negative Gemütszustände zu überwinden. Denn Lebenseinstellung und Stimmung entscheiden über das eigene Wohlergehen. So kann etwa ein Mensch mit körperlichen Einschränkungen der glücklichste Mensch sein, während ein anderer an typischen Alltagsbeschwerden verzweifelt. Die Bach-

blütentherapie geht von 38 grundlegenden Gemütsverfassungen aus, die den Menschen aus seinem Gleichgewicht bringen. Und jedem dieser 38 Zustände ist eine Essenz zugeordnet. Mit Unterstützung der Bachblüten kann man diese der Seele entgegen gerichteten Eigenschaften selbst harmonisieren. Dadurch kann sich die Seele wieder nach ihrem ursprünglichen Plan in ihrer irdischen Existenz entfalten.

Bewusstseinsverändernde Wirkungen

Die Wirkung der Bachblüten drückt sich als Veränderung im Bewusstsein aus. Gewinnt beispielsweise eine zaghaft-ängstliche Person einen neuen Blick auf ihr emotionales Muster, kommt ihr wahres Naturell schneller zum Vorschein. Wie sich dies äußert, wird allerdings von ihrem Wesen bestimmt, nicht von den Bachblüten. Diese haben eine seelisch reinigende, befreiende oder auch entzerrende Wirkung und keine manipulative. Ob die Person dann einfach gelassener ist oder sich als mutiger Held entpuppt, hängt von ihrem individuellen Typ ab. Die Bachblüten fördern im Grunde das Bewusstsein der eigenen Wahrheit.

Wie wirken Bachblüten?

Wenn Bachblüten die Seele ansprechen sollen, stellt sich dem rationalen Verstand natürlich die Frage, wie dies funktioniert. Wer nicht an die Existenz der Seele glaubt, wird die Frage, wie Bachblüten wirken, mit „gar nicht“ beantworten. Wer jedoch erkennt, dass die Schöpfung geistigen Gesetzen unterliegt, die jenseits anerkannter physikalischer Gesetze wirksam sind, wird die potenzielle Effektivität von Bachblüten nicht in Frage stellen. Alles ist Energie und das ist alles. Gleiche die Frequenz an die Realität an, die du möchtest und du kannst sie bekommen. Es kann nicht anders sein. Das ist nicht Philosophie. Das ist Physik, nach Albert Einstein.

Bachblüten sind Schwingungsmuster

Alles hat seine eigene Schwingung oder energetische Signatur; so auch die Bachblüten. Zur Erklärung der Wirkungsweise von Bachblüten haben sich einige Vorstellungsbilder verbreitet, die hier nicht unerwähnt bleiben sollen. Beliebt ist vor allem das sogenannte Resonanzgesetz, das meist mit dem Stimmgabel-Prinzip beschrieben wird. Nimmt man zwei Stimmgabeln gleicher Frequenz und schlägt eine davon an, so wird die andere durch die Schallwellen angeregt, selbst zu

schwingen. Dem entsprechend wird die Seele durch die Bachblüten angeregt, wieder gemäß ihrer eigentlichen Ordnung zu schwingen. Eine weitere Analogie findet sich im Prinzip der destruktiven Interferenz. Diese besagt vereinfacht, dass eine Schwingung durch eine umgekehrte Schwingung ausgelöscht werden kann. Einigen Lesern mag dies z. B. aus dem Anwendungsbereich der Noise-Cancellation-Kopfhörer (Geräuschunterdrücker) bekannt sein. Nach dem Prinzip der destruktiven Interferenz löschen die Bachblüten also die Charakterchwächen durch die umgekehrte Information der Charakterstärke aus.

Bachblüten sind Überträger von Schwingungen

Mit Hilfe von Sonnenenergie werden die Schwingungen der Blüten auf die Essenz übertragen. Am besten bleibt man einfach bei der Beschreibung, dass die Bachblüten Balsam für die Seele sind. Sie wirken wohltuend auf unsere Stimmung wie eine schöne Melodie, ein gelungenes Kunstwerk oder ein Spaziergang in der Natur. Dabei hat jeder Mensch seine eigenen Bedürfnisse. Der eine liebt die Berge, der andere fährt an die See, um aus dem Alltagsstrott herauszukommen und Kraft zu tanken. Genau wie schlechte Laune bekanntermaßen ansteckend sein kann, können sich auch positive Schwingungen übertragen. Und für Bach waren die energetischen Schwingungen der von ihm verwendeten Pflanzen von besonderer Bedeutung für das seelische Wohlergehen.

Bachblüten werden aus Pflanzen mit besonderer Wirkung hergestellt

Bach war bestens vertraut mit den Kräften der Natur und den besonderen Eigenschaften von Heilpflanzen. Als Homöopath forschte er nach neuen Möglichkeiten der „Heilkunst durch Pflanzen“ und stieß in der Natur durch intuitive Wahrnehmung auf die besonderen energetischen Qualitäten der in den Bachblüten verarbeiteten Pflanzen. Sein Modell von Persönlichkeitstypen veranlasste ihn, nach Pflanzen zu suchen, die als Antidote gegen die jeweiligen Charakterschwächen wirken könnten. Viele Bachblüten entdeckte er durch Experimente bei eigenen Leiden.

Die Seele der Pflanzen

Das Universum ist geprägt von Effizienz. Jedes Molekül, jedes Mineral, jeder Mensch – alles ist beseelt und alles hat seine Aufgabe, abhängig vom jeweiligen Entwicklungsstand. Das gilt auch für das Reich der Pflanzen. Sie reinigen die Luft, erfreuen uns mit ihrer Schönheit, bieten Tieren Schutz, halten das Erdreich zusammen,

dienen als Nahrung oder produzieren pflanzliche Arzneimittel.

Die Bachblüten-Wirkung als Ausdruck der pflanzlichen Form

Einen einzigartigen Beitrag zum Verständnis der Bachblüten-Wirkung hat der englische Bachblüten-Experte Julian Barnard mit seinem revolutionären Buch „Form und Funktion“ geleistet. Darin zeigt er auf, wie sich die Wirkung der Essenzen bereits im Habitus der jeweiligen Pflanze ausdrückt. Mit Blick auf die äußere Form und Gestalt zeigt sich auch auf grobstofflicher Ebene, welche feinstofflichen Eigenschaften den einzelnen Bachblüten innewohnen.

Hier einige Beispiele:

Ein gut nachvollziehbares Beispiel ist die Pflanze **Impatiens** mit ihren besonderen Samenkapseln. Wenn diese reif sind, werden die Samen mit explosiver Kraft weggeschossen. Somit symbolisieren sie den hektisch angespannten Charakter, der mit der Bachblüte Impatiens angesprochen wird.



Eine Blütenessenz, die aus **Gorse** hergestellt ist, wirkt auf eine Person in einer bestimmten Gemütsverfassung (hoffnungslos und verzweifelt) als Ansporn zur Erneuerung und Sprung in ein neues Leben. Der Ansporn und der Sprung zeigen sich im Habitus der Pflanze in aller Anschaulichkeit.



Gleichermaßen verbildlichen die Dornen von **Wild Rose** die Notwendigkeit eines Reizes, um in diesem Zustand die Apathie zu überwinden.



Ein Baum mit Symbolwirkung: Die imposante Eiche steht für Stärke, Standhaftigkeit und Langlebigkeit. Dementsprechend hilft die Bachblüte **Oak** dem unermüdlichen Kämpfer.



Bachblüten-Wirkung auf den Körper

Konkrete Zuordnungen von Bachblüten zu körperlichen Erkrankungen sind weder seriös, noch entsprechen sie den Grundsätzen der Methode. Eine Zuordnung ist gar nicht möglich, da ein- und dieselbe Krankheit auf verschiedene seelische Themen zurückgehen kann und Bachblüten ausschließlich seelische Themen reflektieren.

Bachblüten-Wirkung aus Erfahrung

Die positiven Rückmeldungen, die alternativ-medizinisch aufgeschlossene Ärzte, Laien-Heilkundige und Heilpraktiker von ihren Patienten täglich bekommen, sowie die persönlichen Erfolge, die Menschen im Alltag bei der Eigenanwendung von Bachblüten-Mitteln machen sind unsere Erfolgsgaranten! Wichtig ist der feine Unterschied, dass die Wirkung zwar nicht vom Glauben ausgeht, d. h. auf einem Placebo-Effekt beruht, jedoch vom Glauben beeinflusst werden kann. Skepsis gegenüber höherdimensionalen Heilkräften kann im System der Bachblütentherapie auch als einer der nachteiligen Charakterzüge betrachtet werden, die mit dieser Methode behandelt werden (s. Bachblüte Gentian).

Anders gesagt: Wer daran festhält, dass Bachblüten nicht wirken, wird Recht behalten. Denn schon diese Überzeugung kreiert eine Disharmonie zwischen seiner Persönlichkeit und der Schöpfung. Und Disharmonien sind die Ursache jeglicher individueller Problem-Thematiken. Die Erfahrung zeigt immer wieder, dass die Seele stets für die Umstände sorgt, die den eigenen Fortschritt optimal ermöglichen. Und wer bereit ist, die Wirkung der Bachblüten für sich zu nutzen, der wird dies intuitiv tun. Doch auch ein Skeptiker kann alleine durch die offene Bereitschaft, es einmal zu versuchen, eine positive Wirkung erzielen.

Bachblüten - Anwendung

Die Bachblüten gibt es in verschiedenen Varianten. Wir bevorzugen die Herstellung aus der Heimat, eines liebevollen Familienbetriebes, die deutsche Blütenmittel herstellt.

Das Set mit den 39 Blüten, hier 40 (Nr. 40 = Rescue) Blüten, können im Shop www.nho.international bestellt werden.

Wir testen in der Regel für Klienten drei Blüten aus. Dann notieren wir der Reihe nach die Nummer oder den Namen der ausgetesteten Bachblüten. Dann gehen wir mit den Klienten die Blüten durch und sagen ihnen, dass die erste Blüte ihre Situation wiedergibt.

Die zweite Blüte, die wir austesten, stellt das Ziel dar, das es zu erreichen gilt und die dritte Blüte das, was notwendig ist für den Weg, um das Ziel zu erreichen. Getestet werden kann mit allen kinesiologischen Testverfahren, Pendel, Biotensor, Elektroakupunktur o. ä.

Möglich ist aber auch den Klienten selber drei Bachblüten ermitteln zu lassen. Er kann aus den Blütenbildern drei auswählen, die ihn ansprechen. Eine Bilddatei mit Beschreibung, kann bei uns kostenlos angefordert werden. Man könnte aber auch einfach drei Fläschchen aus dem Set ziehen oder intuitiv drei Zahlen zwischen 1 und 39 nennen, die für die Bachblüten stehen.

**Erste Blüte: Wiedergabe der Situation
Zweite Blüte: Das Ziel der Person
Dritte Blüte: Das notwendige für den Weg, zum Ziel**

Anschluss mischen wir die Bachblüten in ein neues Fläschchen zusammen. Danach wird ausgetestet, wie oft die Bachblütenmischung eingenommen wird. Wie viele Tropfen? Wie viele Monate? ... Wochen? ... Tage? 1, 2, 3, 4, 5, 6, usw.
Wie oft am Tag? 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, usw.

Wir wünschen Ihnen eine wertvolle und verändernde Wirkung durch ihre persönliche und individuelle Blütenmischung.

„Natürlich Gesund Unterfranken“ in Giebelstadt bei Würzburg stellt sich vor:

Liebe Gesundheitsinteressierte,

ich bin Andrea Kraus. Bei Fragen, Anregungen oder Tipps bezüglich ganzheitlicher Gesundheit bin ich für Sie da.

Auch zu Ihren Fragen bezüglich der Aus- und Weiterbildungen durch den Verein, informiere ich Sie gerne.

**Telefonsprechzeiten von Montag bis Freitag,
von 09.00 bis 12.00 Uhr und
von 16.00 bis 17.00 Uhr
unter 0157-92372931,
sowie per Mail unter
deinegesundheit@gmx.net.**

Ich bin Michael Zinnen, geboren 03.02.1960 (Wassermann/Ratte/Otter), Abitur, Chemie Studium (abgebrochen), Gesundheitsberater und Mitglied von Natürlich Gesund.

Seit 40 Jahren selbständig vorwiegend als Handwerker und Händler (erzgebirgische Volkskunst). Mit Anfang 50 psychosomatisch schwer erkrankt, Rehas und Therapien. Erste meditative Klangerfahrungen während der Reha und dann,



2014, kam der Klang in Form eines Monochords aktiv in mein Leben. Kurz danach meine Ausbildung zum Gesundheitsberater und Massagepraktiker. Seitdem widme ich mich dem Instrumentenbau und der Klangmeditation.

Der Artikel ist der erste Teil einer Serie. Heute beschäftigen wir uns mit dem Phänomen KLANG. Der nächste Artikel wird sich mit dem RITUAL beschäftigen, an sich und vor allem in Verbindung mit KLANG. Der letzte Artikel beschäftigt sich mit dem Thema HEILUNG (durch KLANG). Da geht es dann um Frequenzen, Planetentöne, Solfeggio aber auch um Inhalte wie Fremdheilung / Placebo/Selbstheilung.

KLANG

Angefangen hat alles mit einem Ritual, nämlich mit einer Klangreise, zu der ich eingeladen war. Während der Meditation wurde ich plötzlich schlagartig wach. Aufmerksam geworden, durch den Klang eines Instrumentes, welches ich nicht kannte, schaute ich kurz auf die Bühne, nahm wahr und verschwand wieder in der Versenkung. Nach der Reise erkundigte ich mich nach dem Instrument und schaute es mir an. Es war ein Monochord, in diesem Fall eine „Elfenharfe“, vom Erbauer so genannt. Bereits 14 Tage später hatte ich mir mein erstes eigenes Monochord nach Anleitungen aus dem Internet gebaut und begann mich, zunächst mehr von der „wissenschaftlichen“ Seite aus, mit dem Instrument zu beschäftigen. Ich baute weitere Instrumente, veränderte die Bauart, die Größe, machte eine Zeit lang einige Experimente. So weit so gut.

Schon nach sehr kurzer Zeit fiel mir auf, dass die Instrumente, oder besser das Spiel auf den Instrumenten, der erzeugte KLANG, langsam, aber sicher unser Leben veränderte. Aus dem spielerisch experimentellen, durchaus schon täglichen Umgang mit den Instrumenten wurde ein täglicher, geregelter, regelmäßiger

und später auch sehr bewusster, ritueller Einbau des Spiels in das tägliche Leben. Was war passiert? Was ist so besonders an diesem KLANG, den ein Monochord und andere OBERTON Instrumente erzeugen?

Obertoninstrumente machen keine MUSIK, im Sinne von Rock, Pop, Schlager oder klassischer Musik. Das Monochord z.B. ist im extremen Fall mit nur einem Ton besaitet, aber das direkt auf 20 oder 30 oder noch mehr Saiten. Streiche ich nun mit der Fingerkuppe über diese Saiten so mache ich, im Grunde so oft wie Saiten da sind, immer den gleichen Ton.

DONG - DONG – DONG – DONG – DONG ... und das 30 Mal oder öfter. Na toll.

Interessanter Weise, höre ich aber nicht 30-mal den gleichen Ton, sondern ich höre Töne, klar und deutlich, die das Instrument NICHT wirklich spielt. Natürlich, der Grundton, das, was die Saiten tatsächlich AUCH, sogar bevorzugt, abgeben, ist immer hörbar, aber er verändert sich ständig. Er kann erklingen wie eine Geige, eine Flöte, ein Chor. Tonfolgen, Akkorde, ganze Melodien ..., gar Symphonien erschließen sich dem geneigten Zuhörer, obwohl nichts von dem beabsichtigt gespielt wird. Also nochmal die Frage: Was passiert da?

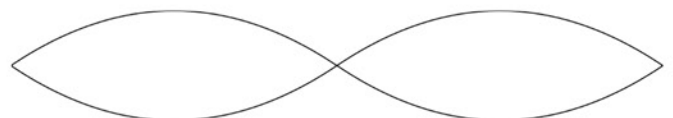
Betrachten wir eine einzelne Saite und zupfen sie an, so hören wir klar und deutlich den Ton, den GRUNDTON, den sie erklingen lässt. Schauen wir auf einen Monitor, der uns den TON / KLANG sichtbar macht, so sehen wir, dass die Saite keine reine Frequenz abstrahlt, sondern ein Frequenzgemisch; bestehend aus dem Grundton und den sogenannten OBERTÖNEN zum Grundton. Warum?

Eine beliebige Saite hat mehr als nur eine Möglichkeit zu schwingen. GRUNDTON, das ist die Frequenz, der ganzen schwingenden Länge der Saite. Darüber hinaus kann die Saite aber noch in der Frequenz schwingen, die ganzzahlig in ihre Länge passen.

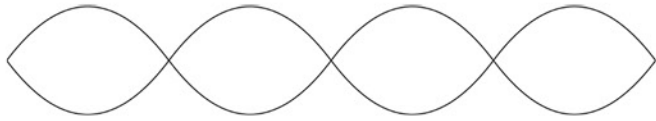
Grundton(G0), die ganze Länge der Saite schwingt



1ste Oktave des Grundtons (G1), die schwingende Saite hat EINEN „Knoten“, in der Mitte, ZWEI Bäuche, halbe Saitenlänge, doppelte Frequenz



2te Oktave des Grundtons (G2), DREI Knoten, VIER Bäuche, 1/4 Saitenlänge, 4-fache Frequenz, usw.



Die sogenannte ganzzahlige Saitenteilung, funktioniert, wie gesagt, mit allen ganzen Teilern der Saite. Von Interesse sind aber nur die ersten 12 bis 16 Teiler. Die 12 ist interessant, weil diese Zahl die 2er und die 3er Serie vereint, $1/3 = 4/12$ bzw. $1/4 = 3/12$. Die 16 ist halt die 4te Oktave zum Grundton.

Zusätzlich zu den Obertönen kommt es beim Anspielen des Monochords zu PHASENVERSCHIEBUNGEN durch das hintereinander versetzte Anspiel der Saiten. Es kommt zu Resonanzen im Instrumentenkörper. Und alleine durch die Haltung der Fingerkuppe oder den Einsatz des Fingernagels eröffnen sich mannigfache Möglichkeiten und selbst die Geschwindigkeit, mit der ich die Saiten spiele, verändert den Klang. Wer da genaueres wissen möchte, der kann mich ansprechen.



Der Artikel ist „nur“ Teil einer Ausarbeitung zu diesem Thema. Alles Weitere ist allerdings sehr viel Wissenschaft, Technik, Erfahrungen, Philosophie und spätestens beim Kapitel HEILUNG sind wir auch und stark in spirituelle, religiöse, esoterische Betrachtungen vertieft.

Zurück zu der Frage „was passiert da“, zurück zum Phänomen KLANG. Ich habe eben schon erwähnt, dass die Zuhörer eines solchen Klangs sehr verschiedene, teils sehr real anmutende Wahrnehmungen haben. Natürlich habe ich als Monochord Spieler einen gewissen Einfluss auf den entstehenden Klang, aber im Wesentlichen ist es das Gehirn des Zuhörers, das aus dem eher homogenen Miteinander und Nebeneinander der angebotenen Obertöne assoziativ etwas gestaltet. Das, was das Gehirn da gestaltet, das ist für den Zuhörer eine perfekte Möglichkeit in sich hineinzuschauen:

Zurück zu der Frage „was passiert da“, zurück zum Phänomen KLANG. Ich habe eben schon erwähnt, dass die Zuhörer eines solchen Klangs sehr verschiedene, teils sehr real anmutende Wahrnehmungen haben. Natürlich habe ich als Monochord Spieler einen gewissen Einfluss auf den entstehenden Klang, aber im Wesentlichen ist es das Gehirn des Zuhörers, das aus dem eher homogenen Miteinander und Nebeneinander der angebotenen Obertöne assoziativ etwas gestaltet. Das, was das Gehirn da gestaltet, das ist für den Zuhörer eine perfekte Möglichkeit in sich hineinzuschauen:

- Du kannst einfacher einschlafen
- Vielleicht entspannst Du Dich, fühlst Dich wohl, Wellness
- Du kannst über Körperwahrnehmung Schwachstellen und Blockaden aufspüren
- Du kannst eine Reise machen in ein Paradies Deiner Träume
- Vielleicht erlebst Du etwas, was direkt mit Deinem

momentanen Leben zu tun hat, erkennst ein Problem, erkennst eine Lösung, siehst einen Schritt.
- Selten, aber manchmal kann es zu Vorlebenserfahrungen kommen, zu Kontakt mit anderen Welten, zu Kontakt mit „anderen“ Wesen (Engel, Naturgeister, und deren „dunkele“ Freunde).

NICHTS ist planbar. Du lernst zu navigieren und zu steuern. Aber „Aufregendes“ passiert selten.

Bis hierhin habe ich nur vom Klangerlebnis, vom wirklichen Hören gesprochen. Schon das unterscheidet sich wesentlich von den Erlebnismöglichkeiten anderer Techniken, die das Unterbewusstsein ansprechen. Ob AT oder NLP oder Familienstellen, oder das Gespräch beim Psychologen. In meinem Klangraum bin ich mit mir alleine, ich werde weder geführt noch gefragt, meine Vernunft wird nicht angesprochen, noch werden mir Ideen oder Bilder ans Herz gelegt.

Doch KLANG kann noch mehr

Vom reinen Instrument zum Behandlungswerkzeug war es beim Monochord nur ein kurzer Schritt. Einmal auf einer guten und gut gespielten Klangliege zu liegen, ist weit mehr als ein Klangerlebnis. Insbesondere die tiefen Töne (Frequenzen unter 100 Hz) werden über den Instrumentenkörper, auf dem Du ja direkt liegst, intensiv „IN“ den Körper gebracht. Verspannungen werden durch diese Frequenzen regelrecht aufgeweicht und „weggebrummt“. So ist ein Körpermonochord auch ein Massagewerkzeug, ein Klangmassage Werkzeug und ein Blockaden Finder / Löser.

Ihr merkt, es geht auch immer wieder um das Monochord, um das Instrument, das Werkzeug, das diese Klänge erzeugt. Ja, das Monochord: Du musst es nicht lernen, es erklärt sich von selbst. JEDER kann Monochord spielen, jedes Spiel ist eine Meditation.



DU tust DIR was Gutes, und jedem der zuhört auch.

Im nächsten Artikel geht es mit Yoga, Sonnengruß, ne halbe Stunde Monochord spielen, dabei tönen Monochord und Ritual weiter.

Kontakt Daten: ELMI Klangkunst, Elke und Michael Zinnen, August Bebel Str. 37, 09579 Grünhainichen, 0152 0346 7860, Info@elmi-holzkunst.de, www.elmi-holzkunst.de

Gute Gründe, keine Milch zu trinken

1. Milch ist nicht mehr das, was sie war

Es beginnt damit, dass die heutige Milch nicht mehr die ist, die sie mal vor 60 Jahren war. Dies liegt an der „Ernährungsumstellung“ der industriell gehaltenen Kühe. Denn die müssen jetzt in ihren Stallungen Fischmehl und Mais, statt Gras und Blätter verdauen. Und das hat einen negativen Einfluss auf die Qualität der produzierten Milch. Als Konsequenz nehmen die Omega-3-Fettsäuren in der Milch ab, zugunsten der Omega-6-Fettsäuren. So fördert man mit dem Milchkonsum auftretende Entzündungen.

2. Mit Milch nehmen Sie gefährliche Viren auf

Milch enthält biologische Botenstoffe (Hormone), die für die Entwicklung des neugeborenen Kalbs wichtig sind. Diese sind für Menschen vollkommen kontraproduktiv! Milch enthält Exosome, die in vieler Hinsicht vergleichbar mit RNA-Viren (siehe Covid-19) sind. Ein dauerhafter Genuss von virenartigen Kuh-Exosomen fördert Entzündungsreaktionen im Körper.

3. Milch macht krank!

Studien zeigen, dass Milch Krebs und Herzinsuffizienz fördert. Auch konnte nachgewiesen werden, dass Milchkonsum bei Männern mit einer Vergrößerung der Prostata einhergehen kann. Es gibt sogar Hinweise darauf, dass ein dauerhafter Milchkonsum die Wahrscheinlichkeit für Diabetes erhöht.

4. Milch macht süchtig!

Milch enthält morphinähnliche Substanzen, welche während der Verdauung zu Casomorphin umgewandelt werden. Dieses Casomorphin ist vergleichbar mit der Wirksamkeit von verbotenen Suchtsubstanzen (nur dass es hier in einer deutlich geringeren Konzentration vorliegt). ACHTUNG: Auch in dieser geringeren Konzentration können die negativen Wirkungen eintreten. Die Wirkung von Rauschgiften kann in einer abgemilderten Form auftreten. So kann regelmäßiger Milchkonsum das Verlangen nach Milch und Milchprodukten fördern.

5. Milch schädigt Ihr Gehirn

Tierversuche haben gezeigt, dass eine hohe Konzentration von Casomorphin bei Ratten die Hirnregionen verändert. Diese Hirnregionen sind beim Menschen typisch für die Entwicklung von Schizophrenie und Autismus.

6. Milch hemmt die Wirkung von Medikamenten

Besondere Vorsicht ist geboten, wenn Medikamente eingenommen werden. Denn Milch kann die Aufnahme der Medikamente stören. Bekannt ist dies für Thyroxin (bei Schilddrüsenunterfunktion). Untersuchungen für andere Medikamente sind bislang viel zu selten.

7. Milch verkürzt das Leben

Studien haben gezeigt, dass ein zu hoher Milchkonsum die Lebenserwartung verkürzen kann. Milch enthält zu viel Fett und ist keine gute Quelle für Calcium. Diese gefährliche Kombination kann das Risiko für Herzinfarkte erhöhen.

8. WICHTIG! Warum man niemals pasteurisierte Milch trinken sollte!

Pasteurisierte Milch bringt noch weitere Nachteile mit sich! Diese Milch enthält mehr Chemikalien und Toxine und stammt zumeist aus der Massentierhaltung. Pasteurisierte Milch ist bekannt für erhöhte Konzentrationen von Antibiotika, Wachstumshormonen und Glyphosat. Die Pasteurisierung ist mit einem Verlust von essenziellen Nährstoffen verbunden. Hier werden nicht nur schlechte, sondern auch gute Bakterien abgetötet und einige nützliche Proteine zerstört. Kuhmilch enthält auch Vitamin C, das durch die Pasteurisierung ebenfalls verloren geht. Und das noch enthaltene Calcium in pasteurisierter Milch kann von Ihnen nicht aufgenommen werden. Damit ist pasteurisierte Milch keine Calciumquelle.

**Webshop für ein gesundes Leben -
alternative Medizin und Gesundheits-
mittel www.nho.international**

Durch unser Zusammenwirken mit der englischen gemeinnützigen Charity „Natural Health Organisation“ finden Sie im Webshop alle Produkte, die wir für ein gesundes Leben empfehlen.

Die Menschen, die zu einem von uns Ausgebildeten Gesundheitsberater kommen, können über einen Bestellblock einige Produkte bestellen. Alle anderen Produkte finden Sie im Webshop, diese können unter Anmerkungen auf dem Bestellblock mitbestellt werden. Auf unsere Anregung hin, wurde der Bestellblock so gestaltet, wie das „grüne Rezepte“ für Nahrungsergänzungsmittel und anderes, das von Ärzten empfohlen wird. Auch eine Eintragung als Wiederverkäufer im Webshop ist möglich.

Ein Bericht zum psychosozialen Lebensberater mit der neuen Quantenphilosophie

Erster Tag:

Freudig aufgeregt war ich schon, als das Seminar begann. Ich wollte wissen, ob das was ich zu Hause geübt habe auch richtig war. Nach einer kurzen Vorstellungsrunde ging es auch gleich los. Felder wurden erstellt und viel diskutiert. Dieses Mal war ich nicht so verwirrt, denn ich wusste ja was auf mich zu kommt. Durch das Üben wurde ich immer sicherer und hatte mit der Zeit richtig Spaß dabei. Die Seminarleitung strahlte Ruhe und Wissen aus, was fühlbar war. Viele Fragen wurden geduldig beantwortet und beim Nachmessen der Feldenergie unterstützt.

Dieses Mal war der Schwerpunkt auf die Arbeit mit Klienten gerichtet. Wie können Felder erstellt werden, um Klienten anzuziehen und dass die Arbeit mit dem Klienten erfolgreich für beide Seiten sind. Wie können wir Klienten unterstützen, wenn sie mit einem Problem kommen? Zuerst wurde nochmals auf die Raumreinigung eingegangen, denn nur in einem gereinigten Raum, kann die wertvolle Arbeit gelingen. Der Klient sollte sein Ziel selbst formulieren, denn nur dann ist es auch wirklich sein Ziel. Dann wurden viele hilfreiche Möglichkeiten der Klientenbetreuung aufgezeigt und diskutiert.

Ich fand dies sehr spannend und vor allem die Erfahrungen der Seminarleitung waren beeindruckend.

Zweiter Tag:

Erkenntnisse von der Wahrheit hinter dem Problem, dass sich nicht lösen wollte, wurden durch tiefgreifende Gespräche erörtert. So kam es bei einigen zu einem AHA- Effekt. Alle Teilnehmer/ innen wurden in der Anwendung immer sicherer. Dabei wurde auch gelacht und eine gewisse Heiterkeit im Raum fühlbar. Es ist bemerkenswert, wie einfach, logisch und erfolgreich die Erstellung und Anwendungen der Quantenfelder sind. Wie viele Möglichkeiten es gibt, um sein eigenes Leben leichter, gesünder und fröhlicher gestalten zu können, hätte ich nicht gedacht.

Viele neue tiefe Erkenntnisse des Lebens, der Schöpfung und die vielen Möglichkeiten nahm ich mit nach Hause. Herzliche Freundschaften entstanden aus diesem Seminar und die Vorfreude auf das nächste Treffen. Ein herzliches Dankeschön an die Menschen, die ihre Erfahrungen mit allen Neugierig-bewusstwerdenden teilen.

Bericht zum Kurs am 26./ 27.09.20 von Lieselotte Weisel, Teilnehmerin.

Mitgliedsantrag - Natürlich Gesund e.V. - Berufsverband & Wettbewerbsverband

Vor- und Nachname:

Straße:

PLZ / Ort:

E-Mail:

Mobil:

IBAN:

BIC/SWIFT:

Kontoinhaber:

Aktuelle Tätigkeit:

Geburtsdatum:

Hiermit stelle ich den Antrag auf Fördermitgliedschaft, mit dem Jahresbeitrag von 88,00 EUR.

Ort, Datum

Unterschrift

Datenschutzrechtliche Einwilligungserklärung

Die Erhebung, Speicherung und Verwendung (z.B. für die Ladung zu Mitgliederversammlungen) obiger Daten ist für die funktionale Wirksamkeit der Verwaltung des Vereins unumgänglich. Mit nachfolgender Unterschrift willigen Sie in freier Entscheidung ein, dass der Verein die obigen persönlichen Daten von Ihnen erheben, speichern und dem Vereinszweck und der Vereinssatzung entsprechend verwenden darf.

Versicherungen

Für alle Mitglieder von „Natürlich Gesund e.V. - Berufsverband und Wettbewerbsverband“ besteht ein Betriebshaftpflichtschutz über die Saarland-Versicherung. Die Prämien werden vom Verein bezahlt. Alle Versicherungsbedingungen können vom Verein angefordert werden oder finden sich auf der Webseite des Vereins. Hier befindet sich auch die Datenschutz Erklärung des Vereins. Eine Berufshaftpflichtversicherung und Rechtsschutzversicherung können über uns, zu sehr preiswerten Gruppentarifen, abgeschlossen werden. Näheres auf Nachfrage.

SEPA-Basis-Lastschriftmandat

Ich ermächtige Natürlich Gesund e.V. – B. u. W. Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, auf mein Konto gezogene Lastschriften einzulösen. Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

* Ich bin damit einverstanden, dass mein Name, mein Wohnort und meine Telefonnummer auf einer Mitgliederliste auf der Webseite von „Natürlich Gesund e.V. – B. und W.“ aufgeführt wird.

Büro: Frau Laura Auel, Ködderitzsch 35 in 99518 Bad Sulza
Sitz: Winkelhaid
Ihren Antrag können Sie uns postalisch an die obenstehende **Adresse** zuschicken oder als **E-Mail** an:
info@natürlich-gesund.international oder laura_auel@yahoo.de

Lebensmittel: Was die Angaben „ohne ...“ wirklich bedeuten

Lebensmittel mit dieser Werbeaussage sprechen Kunden an, die auf Geschmacksverstärker wie Glutamat verzichten wollen. Zahlreiche Produkte, die laut Werbung ohne diesen Zusatzstoff auskommen, enthalten dennoch Glutamat: Es versteckt sich in anderen Zutaten, insbesondere im „Hefeextrakt“, aber auch in „Sojaprotein“, „Tomatenpulver“ oder „Würze“. Den Begriff „Glutamat“ oder die entsprechenden E-Nummern (E620 bis E625) findet man nicht auf der Zutatenliste.

Glutaminsäure bzw. ihre Salze, die Glutamate, stecken natürlicherweise in vielen Lebensmitteln, z. B. in Käse oder Tomaten. Auch dein Körper selbst bildet täglich erhebliche Mengen der wichtigen Aminosäure. Natürliches freies Glutamat und das als Geschmacksverstärker eingesetzte Mononatriumglutamat werden vom Körper gleich gut aufgenommen und verstoffwechselt.

Bei empfindlichen Menschen kann das Würzmittel zu allergieähnlichen Reaktionen führen. Man spricht hier auch vom „China-Restaurant-Syndrom“, da Glutamat ein fester Bestandteil der asiatischen Küche ist. Anzeichen sind ein rotes Gesicht, Schwäche, Schwitzen, Herzklopfen und Kopfschmerzen. Wer regelmäßig Brühwürfel, Hefeextrakte und Tütensuppen verwendet oder täglich Pizza und Kartoffelchips frisst, nimmt hohe Mengen von über 1 Gramm Glutamat auf.

Als Geschmacksverstärker regt es den Appetit an und macht beim Essen Lust auf mehr. Das ist zum Beispiel ein Grund, warum es oft so schwerfällt, die angebrochene Chipstüte aus der Hand zu legen. Bedenklich stimmt auch, dass sich die Glutamatproduktion und damit der Verzehr seit den 1970-er Jahren verfünffacht haben.

So schummelt die Industrie: Geschmacksverstärker

Damit wirbt der Hersteller	Das darf nicht enthalten sein	Das steckt trotzdem oft in den Lebensmitteln
ohne Geschmacksverstärker	Konservierungsstoffe wie Sorbinsäure (E 200), Benzooesäure (E 210)	Zutaten mit geschmacksverstärkender Wirkung wie Hefeextrakt, Sojaproteinhydrolysat, Maisproteinhydrolysat, Würze, Sojasoße, Sojasoßenpulver, Tomatenpulver
ohne geschmacksverstärkende Zusatzstoffe ohne künstliche Geschmacksverstärker	geschmacksverstärkende Zusatzstoffe wie Glutamat (E620 bis E625) oder Inosinat (E630 bis E633) geschmacksverstärkende Zutaten wie Hefeextrakt	

Der Gesetzgeber unterscheidet nicht zwischen künstlichen und natürlichen Geschmacksverstärkern.

Am besten einfach generell auf solche Produkte verzichten.

Warum Mitglied werden bei Natürlich Gesund e.V.

Du kannst bei uns Mitglied werden, wenn du Gesundheitsinteressiert bist oder eine Tätigkeit mit Gesundheitsbezug ausübst.

Unser Ziel:

Menschen wünschen sich auch ganzheitliche, naturheilkundliche Behandlungen, um gesund zu werden und um ganz gesund zu bleiben. 60 bis 70% aller Patienten in Europa verwenden, mit und ohne Wissen Ihres Arztes, naturheilkundliche Arzneimittel und Methoden aus der komplementären Medizin, neben der konventionellen Behandlung. Wir gehen einen Schritt voran, auf dem Weg zur ganzheitlichen Gesundheitsförderung, mit unseren Gesundheitsberatern und Mitgliedern.

- Wir unterstützen Sie -

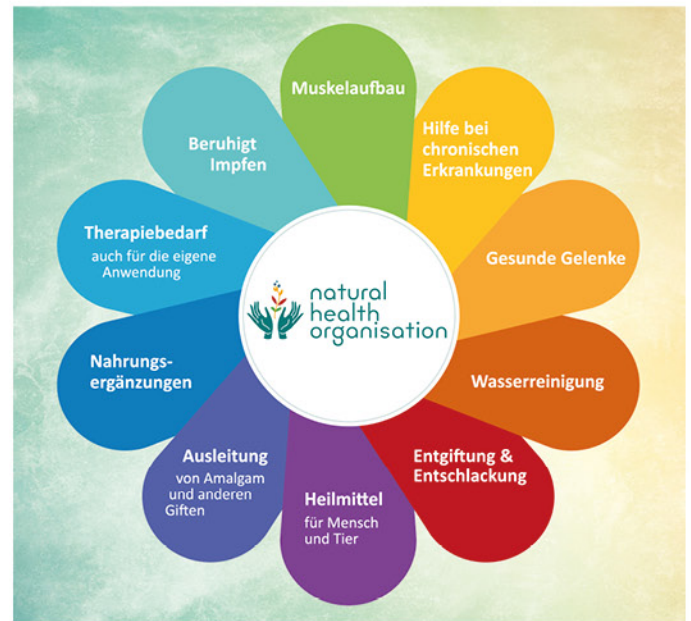
Was wir für alle Menschen tun:

Förderung und Unterstützung der Naturheilkunde
 Aus- und Fortbildung in der Ausübung der Naturheilkunde
 Behandlung und Beratung durch unsere Gesundheitsberater
 Hilfe und Beratung in allen Krankheitssituationen
 Vermittlung von kompetenten medizinischen Fachleuten in allen Erkrankungen
 Aktuelle Informationen aus dem Gesundheitswesen
 Unterstützung im Umgang mit Ämtern
 Rechtliche, inhaltliche Unterstützung in Marketing und Kommunikation
 Zugriff auf ein etabliertes Partner-Netzwerk uvm.

Termine 2021 – Natürlich Gesund Akademie

Von der Regierung Mittelfrankens anerkannte Ausbildungsakademie

Mai	
07.05.-09.05 Seminar	Lesen im morphischen Feld Wiggensbach
26.05.-30.05. Ausbildung	Gesundheitsberater & Massagepraktiker Gräfelfing/München
16.05. Ausbildung	Regionalmarketing und Kinesiologie Langerringen/südl. Augsburg
Juni	
02.06.-06.06. Ausbildung	Gesundheitsberater & Massagepraktiker Pommoissel/südl. Hamburg
Juli & August Sommersemesterpause	
September	
11.09.-12.09 Seminar	Psychosozialer Lebensberater Augsburg
29.09.-03.10. Ausbildung	Gesundheitsberater & Massagepraktiker Gräfelfing/München
Oktober	
22.10.-24.11. Ausbildung	Gesundheitsberater & Massagepraktiker Teil 1 Bad Sulza/Weimar
November	
06.11.-07.11. Seminar	Psychosozialer Lebensberater Augsburg
12.11.-14.11. Ausbildung	Gesundheitsberater & Massagepraktiker Teil 2 Bad Sulza/Weimar



Jetzt Impfpaket bestellen
unter www.nho.international



Änderungen der Termine sind möglich, bitte kontaktieren Sie uns. Alle Grundkurse, Ausbildungen und Seminare schließen mit einem Zertifikat oder einer Teilnahmebestätigung ab. Bei Interesse, Fragen oder Anmeldung, wenden Sie sich bitte an uns.

Stand 22.04.2021

Joachim Wohlfeil

Vorsitzender, Leiter der Akademie,
Dipl. Rel. Pädagoge, Baubiologe, Privatdozent

Telefon: 0163 – 173 18 23

E-Mail: joachim@natuerlich-gesund.international

Laura Auel

Leiterin - Berufsverband und Akademie, Kassenwart
Lehrerin in Erwachsenenbildung, ayurvedische
Beratung, Schöpferin in der Quantenebene

Telefon: 0176 – 22 876 044

E-Mail: info@natuerlich-gesund.international

Ayurveda-Kurreisen: Wenn uns neue Möglichkeiten zum Verreisen offenstehen, werden wir vom November 2021 bis April 2022 die erfolgreiche AYURVEDA-KUR in Indien wieder vermitteln.