



# GESUNDHEITSINFO

*Natürlich Gesund e.V.*



Akademie und Berufsverband für ganzheitliche Gesundheitsberufe



**„Gesundheit bekommt man nicht im Handel,  
sondern durch den Lebenswandel.“**

(Sebastian Kneipp, Pfarrer und Laienheilkundiger)

# Einleitung

## Wie Du Menschen in schwerer Krankheit begleitest

„Das wird schon wieder!“ – „Du musst nur an dich glauben!“ – „Wir schaffen das!“ Solche Sätze bekommen Kranke oft zu hören. Doch was als Aufmunterung oder Trost gemeint ist, drückt oft nur die eigene Hilflosigkeit aus und bewirkt das Gegenteil: Der oder die Kranke fühlt sich nicht ernst genommen oder unter Druck gesetzt. Schwerkranke brauchen keine schönen Worte, sondern Beziehung. Sie möchten mit anderen verbunden sein und sich öffnen können. Drücke mit Worten oder Gesten aus: „Ich möchte dich auf deinem Weg begleiten!“ Frage: „Wonach ist dir gerade?“ oder mit Bezug auf die Situation, z. B.: „Ich habe mitbekommen, dass der Arzt gerade bei dir war. Passt es, dass ich jetzt da bin?“ Greife im Gespräch immer wieder auf, was der Mensch dir gerade sagt, aber spiele nicht den Therapeuten.

Sogar Menschen, die wissen, dass sie sterben müssen, haben häufig noch Hoffnung. Sprich den anderen darauf an: „Was hoffst du für dich?“ Ganz gleich, wie die Antwort ausfällt, dämpfe die Hoffnung nicht, sondern unterstütze die Hoffnung, die dein Gegenüber selbst hegt. „Heilung ist möglich und du kannst immer etwas für dich tun“. Anregungen dazu findest du im Film unserer Mitglieder Carola und Stephan dazu: <https://www.dvd-wissen.com/produkt-kategorie/selbst-geheilt/>



Mit den besten Wünschen  
Joachim Wohlfeil, Laura Auel und Team

## THEMEN

- 03      Literaturempfehlung und Kurznachrichten
- 04      Lithium
- 05      So einfach geht es
- 06      Heilerde
- 07      Blasenschwäche
- 08      Und bald wird es wieder besser
- 09      Energieausgleich
- 10/11   Poster mit Weisheiten
- 12      Leicht- und Schwermetalle
- 13      Die wilde Yamswurzel
- 14      Surrogatgest
- 15      Somavedic
- 16      Silva Mind und Monochord
- 17      Beispiel Werbe-Postkarten
- 18      Gesundheitskonferenz & neue Ausbildung
- 19/20   Termine



### Gesundheitsstammtisch

Werbebeispiel:

Natürlich  
Gesund e.V.

- Thema:**            **Atmung und Meditation**  
**Termin:**           24.09.2024 von 19.00 - 21.00 Uhr  
**Ort:**                bei Christiane Steiner,  
Rheinfelden (D), Römerstraße 18  
**Kosten:**           auf Spendenbasis  
**Mitbringen:**   Schüssel für ein Fußbad,  
Handtuch, Hand-/Nagelbürste  
**Anmeldung:**   bei Maren Grundmann oder  
Christiane Steiner

### Impressum

Verantwortlich im Sinne des Presserechts:  
Natürlich Gesund e.V.  
Ködderitzsch 35, 99518 Bad Sulza  
0163-1731823, info@ngev.org, www.ngev.org

Die Artikel ohne Nennung eines Autors stammen vom Redaktionsteam. Bildnachweise können beim Herausgeber angefordert werden, die Freigaben der abgebildeten Personen liegen, soweit notwendig, vor.

Auflage: 3.600 Stück



### Björn Eybl: Die seelischen Ursachen der Krankheiten

Wir sind mit dem Autor überzeugt, dass Krankheiten mit unseren erlebten Konflikten zusammenhängen. Er stellt die Erkenntnisse von Dr. Hamer für jedermann begreifbar dar. Im Einführungsteil werden die fünf biologischen Naturgesetze als Grundlage zum Verständnis von Gesundheit und Krankheit erklärt. Die Erklärung geht weiter als die Inhalte der Gesundheitsberaterausbildung. Der Lexikon-Teil ist nach Organen gegliedert und beschreibt Ursache, Verlauf, Sinn und Therapiemöglichkeiten aller gängigen Erkrankungen. Viele Krankheiten kommen nicht zufällig auf uns zu, sondern haben einen tieferen Sinn. Dieser Sinn wird im Buch erläutert und es werden konkrete Ratschläge zum Wieder Gesund Werden gegeben. Ein unverzichtbares Handbuch, der Vorläufer des nächsten Buches zum gleichen Thema.



### Der Biokonflikt-Lösungskatalog von Dr. med. Peter Kern

Dr. Kern erläutert in seinem Werk die Zusammenhänge von Krankheitssymptomen, den Vorgängen im Körper und den dahinterstehenden Konflikten. Mit diesem Wissen brauchen wir nicht länger die Bakterien, Pilze und Viren (falls es sie überhaupt gibt) bekämpfen, sondern können mit ihnen Frieden schließen und sie als unsere Helfer bei der Lösung unserer eigenen Konflikte begrüßen.



Beide Bücher sind bei uns als PDF im Mitgliederbereich zu finden.

#### Bücher gebraucht kaufen:

<https://www.booklooker.de>, <https://www.zvab.com>, <https://www.amazon.de>



## KURZNACHRICHTEN

### Anfrage einer Gesundheitsberaterin

Nathaly hatte uns gefragt, ob sie einen Mann behandeln darf, dem die Hände stark kribbeln. Ihre Freundin, Krankenschwester und Physiotherapeutin hatte ihr gesagt, sie sollt nicht daran arbeiten, es könnte gefährlich sein, weil sie nicht wüsste, was der eigentliche Grund ist. Wir haben ihr gesagt, sie möge bitte nach Unfällen oder Verletzungen fragen und dann eine komplette Impulsbehandlung machen.

#### Hier ihr Bericht nach der Behandlung:

„Guten Morgen Joachim wollte nur ein kurzes Update geben....  
Kunde war ja am Dienstag da, im Vorgespräch habe ich mögliche Stürze, Verhebungen und Zerrungen abgefragt. Alles wurde mit nein beantwortet. Zuerst habe ich die Beinlängen korrigiert, dann mich vorsichtig die WS hochgearbeitet. Einige SP sanft ausmassiert. Dann die Breuss-Massage gemacht und mich dann an die Schulter/

Achselhöhle/Schlüsselbein gemacht. Faszien gelöst, SP ausmassiert und die Schulter mobilisieren (lassen). Außerdem alle Narben entstört. Im Unterarm gab es eine starke Verspannung, die habe ich mit dem Laser, Sauerstoff und Massage behandelt. Am Ende alles noch mit Schutzgeist „versiegelt“. Gestern kam er nochmal und sagte er habe die Nacht ohne Schmerzmittel geschlafen wie ein Baby. Das Kribbeln ist nicht weg, aber um ein Vielfaches besser. Natürlich habe ich ihn trotzdem noch zum Arzt geschickt. Vielen Dank für die Sicherheit, die du mir gegeben hast. Ich hoffe ich konnte ihm nachhaltig helfen.“

Liebe Grüße Nathaly Stark,  
0151-52412122, Bermatingen



# Lithium

## Nein, Lithium ist nicht verschreibungspflichtig, sondern frei verkäuflich!

Diese wird immer wieder behauptet, bezieht sich jedoch ausschließlich auf Fertigpräparate (Tabletten, Kapseln, Dragées, Tütchen, ...) mit Umverpackung, Beipackzettel, usw., die der formalen Definition eines Fertigarzneimittels entsprechen. Reinstoffe/Naturstoffe bleiben davon natürlich völlig unberührt und geben uns viel mehr Möglichkeiten in die Hand. Selbstverständlich ist Lithium ein Naturstoff, kommt schließlich in Salzlagerstätten vor, im Meer- und Thermalwasser und in unserem Körper.

Unser Körper reguliert über das Immunsystem unsere Gesundheit und unser Gedächtnis. Lithium gilt als essentielles Spurenelement, um diese Körper-Funktion zu regulieren und Entzündungen zu reduzieren. Der Einsatz von Lithium zur Behandlung emotionaler Störungen lässt sich sehr lange zurückverfolgen. Der griechische Arzt Galen empfahl im 2. Jahrhundert n. Chr. seinen Patienten mit seelischen Erkrankungen das Trinken alkalischer Mineralwässer sowie Bäder. Intuitiv kam so bereits Lithium zur Anwendung, denn es war in diesen Wässern enthalten. Heute sagt Dr. med. Michael Nehls dazu: "... (Lithium) ist wichtig, weil Entzündungen im Gehirn mit Problemen wie dem 'Gehirnnebel' nach COVID in Verbindung gebracht werden". Lithium ist eine der sehr wenigen Möglichkeiten, die Alzheimer und Depressionen regenerieren kann und sogar die Lebenserwartung erhöht. Lithium aktiviert die „Autophagie“ und regt dadurch einen zell- und gewebeverjüngenden Prozess an. Es gibt Hinweise, dass dieser Autophagie-Prozess dazu dient, Virusbestandteile zu eliminieren bzw. die Schwere der Infektion zu reduzieren, neben den positiven Wirkungen bei schnellem Zellwachstum. Unterstützend wirkt hier intermittierendes Fasten und Kokosöl.

Studien haben gezeigt, dass auch bei Migräne und Clusterkopfschmerzen auf Lithiummangel zurückzuführen sind und erfolgreich mit Lithium behandelt werden können. Symptome wie Schwermut, Hoffnungslosigkeit, Antriebslosigkeit, Konzentrationsstörungen werden erfolgreich behandelt. Nach neueren Untersuchungen ist Lithium ebenfalls bei psychischen Belastungen wirksam und führt zur Minderung von aggressivem Verhalten.



Zudem haben Wissenschaftler festgestellt, dass das Alkalimetall Lithium zum seelischen Gleichgewicht und zur Steigerung der geistigen Leistungsfähigkeit beiträgt. Eine geringe Dosis Lithium trägt dazu bei, den Teufelskreis der Mikroentzündungen zu durchbrechen. Unsere Beobachtungen und Forschungsergebnisse deuten auch darauf hin, dass Lithium bei der Behandlung von COVID-19 positiv wirkt und die Dauer des Krankenhausaufenthalts halbieren kann. Dr. Michael Nehls hat ein Buch darüber geschrieben: „Das Schlüsselement gegen Hirnnebel, Langzeit-COVID/Post-Vac-Syndrom, chronische Müdigkeit, Depression und Alzheimer-Krankheit.“ Lithium hat sowohl hemmende als auch aktivierende Effekte auf neuronale Strukturen. Über zelluläre Mechanismen wird die Wirkung auf den Serotonin-, Noradrenalin- sowie Dopaminstoffwechsel und damit seine Wirkung erklärt.

Nicht nur ein Mangel an Vitamin D, sondern auch ein Mangel an Lithium war für die Entstehung der schweren bis tödlichen SARS-CoV-2-Verläufe verantwortlich. Seit Beginn der sogenannten Pandemie war bekannt, dass nicht das Virus selbst tötet, sondern ein überreagierendes Immunsystem. Von Anfang an haben wir eine Vitamin-D-Supplementierung als ein Mittel der Wahl vorgeschlagen. Das auch Lithium eine vergleichbare Rolle spielt, wurde uns erst jetzt bewusst. Damit nicht allein, immer mehr wissenschaftliche Publikationen wiesen darauf hin.

Es dauert oft mehrere Wochen, bis die volle therapeutische Wirkung des Lithiums spürbar wird. Das bedeutet, dass es sich nicht zur schnellen Linderung akuter manischer oder depressiver Symptome eignet. Es dauert oft mehrere Wochen, bis die volle therapeutische Wirkung von Lithium spürbar wird. Das bedeutet, dass es sich nicht zur schnellen Linderung akuter manischer oder depressiver Symptome eignet. Die tägliche sinnvolle Grundversorgung, die auch den essentiellen Bedarf deckt, ist etwa 1 mg reines Lithium. Es ist in etwa 25,7 mg Lithium-Orotat-Monohydrat enthalten. Eine höher dosierte Menge von 5 mg reinem Lithium (in etwa 128,5 mg Lithium-Orotat-Monohydrat) pro Tag ist sinnvoll, um bestehende Erkrankungen zu behandeln. Es könnte also helfen bei: Long-COVID, Post-Vac (Spikeopathie), chronischer Erschöpfung, Chronic Fatigue Syndrom, Burn-out und neurodegenerativen Krankheiten wie Depression, Alzheimer und Parkinson.

## Das Schüßler Salz Nr. 16

Lithium chloratum findet hauptsächlich Anwendung bei Beschwerden des Harnapparates, bei Blasen- und Nierenproblemen sowie bei Herz- und Schilddrüsenproblemen, bei Stein- und Grießbildungen genauso auch bei Entzündungen in den Harnorganen.

Weitere Anwendungsgebiete sind nervös bedingte Herzbeschwerden sowie Gelenks- oder Rückenbeschwerden. Lithiumchlorid unterstützt den gesunden Gewebeaufbau, kann deswegen bei Hautwucherungen und Narbengewebe, Neurodermitis und Ekzemen angewendet werden. Daneben gibt es gute Erfahrungen beim Prämenstruelles Syndrom (PMS), allgemeiner Abmagerung, Auszehrung und Erschöpfung sowie Sehstörungen, Schwachsichtigkeit, Augenschmerzen, Trockenheit der Bindehäute. Im Emotionalen zeigt sich ein Mangel an dem Mineralsalz in Form von Missstimmungen, Depressionen, Melancholie, Ängsten oder

in Form eines chronischen Müdigkeits- bzw. Erschöpfungssyndroms (CFS). Sie können einerseits weinerlich, verzagt und erschöpft, andererseits aber auch sehr nervös, ruhelos und angespannt sein. Die Beschwerden verschlimmern sich in der Nacht, bei feuchtem Wetter, bei Feuchtigkeit und Wärme, in warmen Räumen und warmer Kleidung sowie bei Bewegung.

### Einnahme

3- bis 5-mal täglich 2 bis 5 Tabletten oder Pastillen in der Potenz D12. Es ergänzt sich gut mit den Funktionsmitteln Nr. 1 (Calcium fluoratum), Nr. 2 (Calcium phosphoricum), Nr. 5 (Kalium phosphoricum), Nr. 8 (Natrium chloratum), Nr. 9 (Natrium phosphoricum) und Nr. 11 (Silicea). Neben der Einnahme des Lithiums als Stoff empfehle ich aber die energetische, homöopathische Komponente als Schüsslersalz dazu, damit es besser aufgenommen und verarbeitet wird.

# So einfach

Was für ein gutes gesundes Leben ideal ist.

von Owen Chow

Gehe früh ins Bett! (22 Uhr) - Stehe kurz vor 7 Uhr auf!

Mache den Qigong Unterricht von 7 Uhr bis 7.45 jeden Tag mit.

Gut essen. 5 Sorten von Gemüse, 2 Sorten von Getreide,  
2 Sorten von Hülsenfrüchten pro Tag.

Trinken immer warm, (Zitrone mit Schale, Jujube, Chrysanthemum) alle 5 Minuten ein Schluck für die erste Stunde, nachher alle 15 bis 25 Minuten den ganzen Tag.

Immer fröhlich bleiben.

Während der Arbeit stehen mit 3 verschiedenen Tiefen in die Knie.

Das ganze Haus strahlungsfrei machen und die Lebensenergie auf über 4000 Bovis. Geht auch mit Somavedic.

Wenn Du Fragen hast, am besten um 07:45 Uhr, sonst mit  
Whatsapp, Telegramm an Owen 015141945074  
oder E-Mail: owenchow1@gmail.com.  
Ich grüße von Mitglied zu Mitglied.

# Heilerde

## Ein altes fast vergessenes Heilmittel

von Joachim Wohlfeil

Dreimal täglich einen Löffel feinen Lehm gegen Sodbrennen, wer empfiehlt das denn heute noch? Schon vor über 3000 Jahren nutzten mit dieser Anweisung die alten Ägypter die heilende Kraft von gemahlener Erde bei vielerlei Erkrankungen. Berühmte Naturheilkundige wie Pfarrer Sebastian Kneipp, Pastor Immanuel Felke, der dafür den Spitznamen „Lehmpfarrer“ erhielt, und der Kneipp-Schüler Adolf Just sorgten im ausgehenden 19. Jahrhundert dafür, dass fast jedermann die Heilkraft der Erde kannte. Die klassische Heilerde ist getrockneter und gemahlener Lehm, der in Deutschland oder Österreich aus eiszeitlichen Ablagerungen abgebaut wird. Je nach Herkunft hat er eine andere Färbung, die vom typischen Hellbraun über Gelb, Rot bis sogar ins Grünliche reichen kann. Grundsätzlich enthalten Heilerden außer Jod alle lebenswichtigen Mineralstoffe und Spurenelemente, wenn auch in unterschiedlicher Zusammensetzung; etwa Bor, Chrom, Eisen, Fluor, Kalium, Kalzium, Kupfer, Magnesium, Mangan, Selen, Silicium (Kieselsäure) und Zink. Dabei fungiert Kieselsäure als „Träger“, das bedeutet die Meisten Bestandteile sind an die Kieselsäure gebunden (Silikate). Die fein gemahlene Heilerde hat eine ungeheuer große Oberfläche und damit eine hervorragende Aufnahme- bzw. Bindungskapazität für zahlreiche gesundheitsschädliche Stoffe.

## Wie unterstützt die Erde Ihre Gesundheit?

Aus der Erfahrungsheilkunde wissen wir, dass Säuren, Fette, Schwermetalle, Bakterien, Pilze sowie Gärungs- bzw. Fäulnisgase von Heilerden aufgenommen und abgebunden werden. So können sie dann gut ausgeschieden werden. Wir wissen das Mineralstoffe und Spurenelemente zugeführt werden und der Stoffwechsel angeregt und harmonisiert wird. Die Haut wird besser durchblutet.

### Anwendung der heilenden Erde

Nahrungsfett wird gebunden und schneller wieder ausgeschieden. Darüber hinaus vermindert Heilerde den Appetit. Sie hilft bei Durchfall, Sodbrennen, Blähungen und Magenbeschwerden, denn sie neutralisiert Magensäure und reguliert die Darmflora. Heilerde hilft bei Bluthochdruck, verdorbenem Magen, Mundgeruch



und Zahnfleischentzündung. Sie wurde erfolgreich gegeben bei Magenschleimhautentzündung durch Übersäuerung, Magen- und Zwölffingerdarmgeschwüre, zur allgemeinen Entgiftung und Entsäuerung. Auch bei Haar- und Hautstörungen, z. B. unreine Haut, Haarausfall, weiche oder spröde Fingernägel sind Erfolgsberichte vorhanden. Muskel- und Gelenkerkrankungen, z.B. Prellungen, Quetschungen, Verstauchungen, Muskelrheuma und Arthritis sind weitere Anwendungsbereiche.

### Wieviel nimmt man?

Die übliche Dosis für die innere Anwendung beträgt dreimal täglich einen Teelöffel. Bei akuten Beschwerden wie Durchfällen, heftigen Blähungen oder starker Säurebildung kann man mehrmals täglich einen Esslöffel einnehmen. Als Appetitzügler nimmt man ein bis zwei Teelöffel Heilerde in Wasser, Tee oder Saft und verührt den Drink gründlich, damit sich die Erde auflöst. Am besten ist es, wenn man den ersten Trank morgens nüchtern gleich nach dem Aufstehen zu sich nimmt, sowie jeweils rund 30 Minuten vor den Mahlzeiten. Heilerde kann auch mit Wasser (warm oder kalt), Essig, Kamillentee oder Heilkräutern zu einem Brei verührt und auf die Haut aufgetragen werden. Besser kalt damit die Verdunstungskälte den Stoffwechsel noch besser anregt. Darüber kommt ein feuchtes Baumwolltuch, das wiederum mit einem trockenen Wolltuch überdeckt wird. Bei eiternden und blutenden Wunden wird das Heilerdepulver trocken aufgetragen. Die Erde nimmt das abfließende Sekret, Bakterien und Zersetzungsprodukte auf. Heilerde fördert die Bildung von Krusten und die bessere Durchblutung der Haut. Die mineralischen Bestandteile der Heilerde sorgen dafür, dass sich das Hautgewebe rascher erholt. Auch Entzündungen der Haut heilen rascher ab.

### Die Heilerde, die wir empfehlen heißt Biolith.

Es ist ein natürliches extrafein gemahlene Gesteinsmehl, das die notwendigen basischen Mineralstoffe natürlicherweise enthält. Nur Magnesium wird beige-mischt. Da wir in unserer Zeit hier stark unterversorgt sind. Wegen Krämpfen gehen die meisten Menschen zum Arzt. Der tägliche Bedarf an Magnesium ist für einen Erwachsenen etwa 400 mg.

# Blasenschwäche

## Naturheilkundliche Massnahmen

von Joachim Wohlfeil



Natürlich ist Beckenboden-, Blasen- und Toilettentraining das Erste und Wichtigste. Dazu findest du bei Google und YouTube jede Menge Anregungen. Ich schlage natürliche Maßnahmen zur Vorbeugung und Behandlung von Harnproblemen vor:

### 1. Magnesium

Magnesium wirkt beruhigend auf eine überaktive Blase. Da im Alter die Muskeln nachlassen, ist eine ausreichende Magnesiumversorgung gerade dann wichtig.

### 2. Vitamin D

Bei der Sichtung der Forschungsergebnisse durch israelische Wissenschaftler von 2021 wurden 6 Studien gefunden, die eine Verbindung zwischen Vitamin-D-Mangel und dem Auftreten sowie der Schwere der Symptome von Harninkontinenz aufzeigen. Die Vitamin-D-Ergänzung stellt eine wirksame Behandlung der Blasenschwäche dar.

### 3. Blasenfreundlich essen und trinken

Bestimmte Getränke, wie Kaffee, Schwarztee, Getränke mit Kohlensäure und Alkohol verstärken die Blasenschwäche. Auch gezuckerte Getränke und Süßstoffe sowie Aspartam können die Harnblase reizen und die Inkontinenz dadurch verstärken. Aber auch Brennneseltee, Spargel, Fenchel und viele weitere Lebensmittel wirken harntreibend. Man darf sie essen aber kann sich darauf einstellen, was dann an Wirkung kommt.

### 4. Kürbiskernöl

Kürbiskernextrakt und Kürbiskernöl wirken entspannend auf eine überaktive Blase und ihre Erkrankungen. 10 g Kürbiskernöl pro Tag sind empfehlenswert. Es wirkt auch gut auf die Prostata.

### 5. Soja

Die Inhaltsstoffe in Sojaprodukten wirken positiv auf den Hormonhaushalt. Die enthaltenen Isoflavone sind dem menschlichen Östrogen ähnlich.

### 6. Wasser trinken

30 Milliliter stilles Wasser pro Kilogramm Körpergewicht. Um die Nachtruhe nicht zu stören, sollte man einen Großteil davon über den Tag trinken und gegen Abend bzw. vor dem Zubettgehen weniger. Das weiß man ja aus Erfahrung. Aber bitte tagsüber viel Trinken, denn das spült Keime und Bakterien aus der Harnblase und beugt so auch Harnwegsinfekten vor.

### 7. Schüsslersalze

Folgende Schüssler-Salze werden innerlich gegen Blasenschwäche eingesetzt: Nr. 5, 9 und 10. Bei Inkontinenz Nr. 1, 3 und 5. Wie oft, wie lange, wie viele wird kinesiologisch ausgetestet

### Und zu guter Letzt

Du brauchst dich nicht zu schämen! Es kann jeden treffen und bei den meisten bekommt man es gar nicht mit. Ich hoffe, ich konnte weiterhelfen, und Mut machen.



## KURZNACHRICHT

### Mögliche Ursache für den plötzlichen Kindstod erkannt

„Ein scheinbar gesundes Baby, das einschläft und nicht mehr aufwacht, ist der Albtraum aller Eltern“, sagt Carmel Harrington, Biochemikerin am Children's Hospital Westmead in Sydney, Australien, deren eigener Sohn vor 29 Jahren am plötzlichen Kindstod starb. In der Zeitschrift eBioMedicine wurde eine Forschungsarbeit von ihr veröffentlicht. Schon seit längerem geht man davon aus, dass bei den gestorbenen Babys ein Erregungsdefizit vorlag, das dazu führte, dass sie nicht aus ihrem Schlaf erwachten, obwohl sie sich in Lebensgefahr befanden. Normalerweise würde ein Baby wach werden und schreien. Was die Ursache dafür ist, war unbekannt. Dr. Harrington und ihr Team stellten fest, dass bei den gestorbenen Babys die Werte des Enzyms Butyrylcholinesterase (BChE) niedriger als in den Kontrollgruppen waren. Überprüfungen von BChE wären genauso sinnvoll wie die Ergänzung von essentiellen Aminosäuren bei Mutter und Kind. Enzyme werden aus EAAs gebildet.

# Und bald wird es wieder besser...

von Joachim Wohlfeil

Sind die Beine zu schwach oder ist der Gang unsicher, dann ist eine oder sind mehrere Impulsbehandlungen angesagt. Und dann wird geübt. Was viele nicht wissen: Muskeln können wir im höheren Alter genauso gut aufbauen wie in jungen Jahren.

## ÜBUNG 1

**Achterkreisen im Einbeinstand, das verbessert das Gleichgewicht und die Koordination.**

Man hebt im Stehen ein Bein an, (das Standbein ist im Kniegelenk leicht gebeugt), streckt die Arme seitlich aus und findet für sich einen sicheren Stand. Mit dem angehobenen Fuß schreibt man eine Acht in die Luft. Etwa 30 Sekunden lang. Dann die Seite wechseln und mind. 3-mal wiederholen.

## ÜBUNG 2

**Hüfte strecken, um die Muskulatur der Beinrückseiten, des Gesäßes und des unteren Rückens zu trainieren.**

Man stellt sich aufrecht hinter eine Stuhllehne, die Arme sind fast ausgestreckt, die Hände liegen locker auf der Stuhllehne. Die Beine stehen hüftbreit, das linke Standbein ist im Knie leicht gebeugt. Jetzt bewegt man das rechte Bein langsam gestreckt nach hinten. Der Oberkörper und das Standbein bewegen sich dabei nicht mit. Die Bauchmuskulatur ist bewusst anzuspannen, um Bewegungen des Beckens zu verhindern. Nach 10 Wiederholungen wechselt man die Seite. Nun mache die Übung 10-mal mit dem linken Bein. Insgesamt zwei Durchgänge.

## ÜBUNG 3

**Trippeln auf wackeligem Untergrund, um das Balancegefühl und den Gleichgewichtssinn zu verbessern.**

Starke Muskeln bringen nur wenig, wenn die Koordination nicht funktioniert. Für die Übung eignen sich Wackelbretter, spezielle Balance-Kissen oder einfach ein Sofakissen bzw. eine zusammengefaltete Decke oder auch weicher Sand.

Mit beiden Beinen z. B. auf ein Balance-Kissen stellen. Langsam, abwechselnd das rechte bzw. linke Bein belasten. Langsam von rechts nach links und zurück. Bewege dabei die angewinkelten Arme gegengleich wie beim Laufen. Am besten jeden Tag ein paar Minuten lang (während des Zähneputzens)!



# Energieausgleich

**Einzelbehandlung mit Selbsthilfe Übungen und Chi-maschine**  
von Joachim Wohlfeil und Nilgün Roßdeutscher

## Vorbereitung

Der Gesundheitsberater und der Klient kommen zusammen und schaffen eine ruhige und entspannte Umgebung für die Sitzung. Dies kann das Dimmen der Lichter, das Spielen beruhigender Musik sein, um eine unterstützende Atmosphäre zu schaffen.

## Absichtserklärung

Der Gesundheitsberater begrüßt den Klienten und erklärt den Zweck der Sitzung. Gemeinsam setzen sie eine Absicht für die Behandlung, die darauf abzielt, das energetische Gleichgewicht im Körper des Klienten zu fördern und etwaige Blockaden oder Störungen im Energiefluss zu lösen.

## Energiebewertung und Befundaufnahme

Der Gesundheitsberater kann den Energiefluss im Körper des Klienten durch den Muskeltest bewerten. Dies kann dazu beitragen, Bereiche mit übermäßiger Energie, Energiestauungen oder Mangel an Energie zu erkennen. Er befragt den Menschen, der bei ihm ist nach Narben und Operationen.

## Energieausgleich

Der Gesundheitsberater arbeitet dann daran, das energetische Gleichgewicht im Körper des Klienten wiederherzustellen, indem er Blockaden auflöst, den Energiefluss anregt und den Körper in einen Zustand des Wohlbefindens und der Harmonie bringt. Methoden sind der Energieausgleich und die Narbentstörung aus der Ausbildung und Elemente aus der Breußmassage.

Eigene Methoden können mit eingebracht werden. Wenn emotionale Blockaden vorhanden sind, die den Energiefluss stören, können sie umprogrammiert werden. Am Anfang der Behandlung oder am Schluss kann auch mit einer Chi-Maschine gearbeitet werden.

## Feedback und Integration

Nach dem Energieausgleich teilt der Gesundheitsberater seine Beobachtungen und Empfindungen mit dem Klienten. Der Klient hat die Möglichkeit, Feedback zu geben und seine Erfahrungen während der Sitzung zu teilen. Der Gesundheitsberater kann auch Ratschläge geben, wie der Klient das Gleichgewicht im Alltag aufrechterhalten kann.

## Selbsthilfe und Hausaufgaben

Den großen Meridianenergieausgleich, Trockenbürsten nach Jentschura mit einer Kupferbürste, Narbenpflege mit APM-Creme, Einmassieren des Körpers mit Mandelöl, Tiefenatemtechnik.



**Autorin**

**Nilgün Roßdeutscher**  
41540 Dormagen  
0176-66675545



## KURZNACHRICHT

### Banerji-Protokoll für Hashimoto-Thyreoiditis

Hashimoto T. ist die Bezeichnung für eine chronische Schilddrüsenentzündung. Sie gilt als Autoimmunerkrankung, bei der das körpereigene Immunsystem die Schilddrüse angreift. In den 5 biologischen Naturgesetzen sehen wir das natürlich anders. Im Verlauf der Krankheit löst sich die Schilddrüse über Jahre hinweg auf. Allerdings kann es auch zum Stillstand der Krankheit kommen. Ganzheitliche Maßnahmen können genau das bewirken: den Stillstand oder die Regeneration und das Verschwinden der lästigen Symptome.

Die Krankheit muss also keineswegs zu lebenslangem Kranksein und dauerhafter Medikamenteneinnahme führen. Neben dem Lösen der traumatischen Konflikte, siehe die Tabelle aus der Ausbildung und mehreren Behandlungen mit dem Impulsprogramm empfehlen wir homöopathische Mittel nach Dr. Banerji.

Bromium C 6 und Lycopodium Clavatum C 30 jeweils 25 Kügelchen, zweimal täglich verabreicht. Bitte je 100 gr. Kügelchen bestellen in der Altstadt Apotheke Amberg. Nehme die Mittel mindestens 3 Monate lang ein und überprüfe dann den Zustand der Schilddrüse anhand eines Blutbildes durch einen Arzt oder die Symptome. Beende die Einnahme, wenn die Werte normal sind.

# Weisheiten

Natürlich Gesund e.V.

„Gesundheit ist nicht alles, aber ohne Gesundheit ist alles nichts.“  
(Arthur Schopenhauer)

„Jede Krankheit ist heilbar - aber nicht jeder Patient.“  
(Hildegard von Bingen)

„Zu wissen, dass wir geliebt werden können, wie wir sind, gibt uns die beste Möglichkeit dazu, zu einem der gesündesten Menschen zu werden.“  
(Fred Rogers)

„Gesundheit ist kein Zustand des Körpers, sondern des Geistes.“  
(Mary Baker Eddy)

„Es ist der Geist, der sich den Körper baut.“  
(Friedrich Schiller)

„Eine Seele fühlt sich in einem tanzenden Körper besser als in einem versteiften.“  
(Manfred Wollinger)

„Gesundheit bekommt man nicht im Handel, sondern durch den Lebenswandel.“  
(Sebastian Kneipp)

„Die Zeit ist ein guter Arzt, aber ein schlechter Kosmetiker.“  
(William Somerset Maugham)

„Da es sehr förderlich für die Gesundheit ist, habe ich beschlossen, glücklich zu sein.“  
(Voltaire)

„Gesundheit: Immer auf die Signale deines Körpers hören. Wenn's im Ohr pfeift, dann den Teekessel von der Herdplatte nehmen.“  
(Elmar Hörig)

„Die Kunst des Heilens kommt von der Natur, nicht vom Behandler. Daher muss der Arzt von der Natur aus beginnen und einen offenen Geist haben.“  
(Paracelsus)

„Ein starker Rücken kennt keinen Schmerz.“  
(Joachim Wohlfeil)

„Der Wunsch, geheilt zu werden, war schon immer der halbe Weg zur Gesundheit.“  
(Lucius Annaeus)

„Heilung ist eine Frage der Zeit. Manchmal ist es aber auch eine Frage der günstigen Gelegenheit.“  
(Hippokrates)

„Schmerzen sind der Schrei des Körpers nach fließender Energie.“  
(Unbekannt)

„Die besten Ärzte der Welt sind: Dr. Ruhe, Dr. Diät und Dr. Fröhlichkeit.“  
(Jonathan Swift)

„... wieder ganz gesund zu werden und nicht wieder zu erkranken.“  
(Medizinischer Dienst der Krankenkassen)

„Wahrheit ist eine widerliche Arznei; man bleibt lieber krank, ehe man sich entschließt, sie einzunehmen.“  
(August von Kotzebue)

Natürlich Gesund e.V.  
Köderritzsch 35, 99518 Bad Sulza  
0163-1731823, info@ngev.org, www.ngev.org  
Akademie: Ausbildungen zum Gesundheitsberater, Behandler, Massagepraktiker, Systemischer Aufsteller  
Berufsverband: Beratung & Betreuung, Rechtsvertretung

www.ngev.org

# Leicht- und Schwermetalle

Gut für die Industrie, problematisch für die Gesundheit

von Joachim Wohlfeil

Es geht um die toxischen Metalle, dazu gehören die Schwermetalle, hier allen voran Quecksilber, Cadmium, Blei und Gadolinium sowie das Leichtmetall Aluminium. Diese giftigen Substanzen sind in unserer Umwelt weit verbreitet und können zahlreiche gesundheitliche Probleme entstehen lassen.

## Auswirkungen auf die Gesundheit

Wenn eine chronische Belastung mit diesen Metallen nicht entdeckt wird bzw. nicht behandelt wird, kann dies fatale Folgen für die Gesundheit haben. Schwermetalle sind Akkumulationsgifte, das heißt, sie reichern sich über einen langen Zeitraum im Körper an und werden nur sehr, sehr langsam wieder ausgeschieden. Die Halbwertszeit von Quecksilber liegt zum Beispiel zwischen 18-28 Jahren, die Halbwertszeit von Blei ist größer als 20 Jahre. Das ist der Grund, warum oft eine langjährige Aufnahme niedriger Konzentrationen toxischer Metalle zu gesundheitlichen Problemen führen kann.

Mögliche Folgen von Metallbelastungen: Infektanfälligkeit, Autoimmunerkrankungen (z.B. Rheumatische Erkrankungen, Multiple Sklerose, CFS, u.a.), Allergien, Chronische Entzündungen, Anämie (Blutarmut), Gedächtnis- und Konzentrationsstörungen, Erschöpfung und chronische Müdigkeit, Schlafstörungen, Kopf- und Gliederschmerzen, Schwindel, Übelkeit, Erbrechen, Durchfall, Schädigung der Leber, Niere und Lunge (z.B. Lungenentzündung), Psychische Störungen, Bewusstseinsstörungen, Depressionen, Neurodegenerative Erkrankungen (Alzheimer, Morbus Parkinson), Neurologische Erkrankungen (Polyneuropathien, u.a.), Krebs, Schlaganfälle und Herzinfarkte, Chronische Entzündungen oder Mikroentzündungen, Schäden an den Mitochondrien.

## Metallbelastung bei Impfschäden und Long COVID

Bei den meisten Fällen hatte eine Überprüfung ergeben, dass eine leicht-/Schwermetall Belastung zusätzlich vorlag. Es liegt nahe zu vermuten, dass die Vorbelastung die zusätzlichen Belastungen durch Corona noch verstärkt haben. Die Metall Überprüfung und Ausleitung empfehlen wir jetzt in diesen Fällen fast standardmäßig.

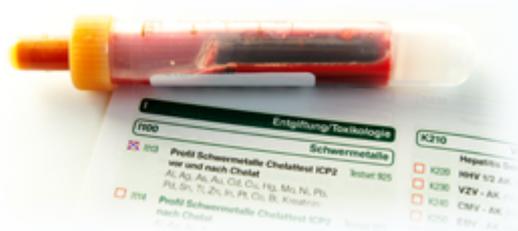
## Metalle durch Haaranalysen finden

Schon 1979 veröffentlichte die amerikanische Umweltbehörde EPA eine 195-seitige Studie zu Haaranalysen. Man wertete 400 Proben aus und kam zum Schluss, dass menschliches Haar und menschliche Nägel geeignete Gewebe seien, um die meisten giftigen Metalle zu überprüfen. Im Gegensatz zu Blut- oder Urintest, die nur die momentane Situation, Belastung aufzeigen, sind bei Haaranalysen, die seit langem eingelagerten Stoffe zu finden. Die Analyse kann jeder selbst in die Wege leiten. Man schneidet sich dazu einfach eine kleine Menge Haare direkt am Haaransatz ab (1 TL) und sendet die Probe in einem Briefumschlag ein. Nun wird die Probe auf Schadstoffe überprüft. Nach wenigen Tagen kommt das Ergebnis per Mail. Die Preise liegen um die 60 € und die Adressen dieser Institute sind leicht bei Google zu finden. Hier ein Beispiel: <https://www.mineral-check.com/products/schwermetall-test/>

Zur Behandlung bewähren sich seit Jahrzehnten Chelattherapien. Wir benutzen dazu EDTA und NBMI, den einzigen fettlöslichen Chelator. Die Entgiftung mit EDTA/NBMI ist ein sicherer Weg. In Studien vor allem aus den USA, wurde festgestellt, dass es keine schweren Nebenwirkungen gab.

Indikationen für Chelatbehandlungen sind auch alle Formen der Durchblutungsstörungen der Schlagadern, also Arteriosklerose. Dazu gehören auch Herzkranzgefäß-Verengung, Verengung der Beinarterien, Verengungen der Halsschlagadern und der kleinen Blutgefäße des Gehirns sowie allgemeine Arteriosklerose und als Vorbeugung all dieser Verschlussproblematiken. Stants dagegen nutzen am meisten den Herstellern. Dem Patienten würde eine Chelatbehandlung in Kombination mit Angiosedam viel mehr bringen. Das Ausleitungs paket mit EDTA und NBMI und Angiosedam, findest du unter [www.nho.international](http://www.nho.international).

## SCHWERMETALL VERGIFTUNG



# Schwermetallausleitung mit Panchakarma-Kur

Während der optimalen Kurzeit November bis März ist in Indien fast nur Sonnenschein, auch das unterstützt die Kur. Unser Freund und Leiter der Ayurclinic, Dr. Rohit Borcar, ist vor Ort und behandelt jeden einzelnen auf besondere Art. Erfahrene Therapeuten sorgen für den bestmöglichen Erfolg. Es ist Zeit zum Laufen, für Yoga, Atemübungen und zur Regeneration, der Geist kommt zur Ruhe.

Die gesamte 3-wöchige Panchakarma-Kur kostet für Mitglieder ca. 2.000 € inkl. Flüge, Transfers, aller Behandlungen, Kost und Logis. Zurzeit sind die Flüge zum neuen Flughafen GOX (Mohar – Goa Nord) günstig. Wer eine etwas bessere Unterkunft wünscht, bezahlt etwas mehr. Alle Informationen mit einer 25-seitigen ausführlichen Beschreibung zum Kuraufenthalt, Flug, Visa usw. und den Investitionskosten findest du auf der Webseite [naturalparadiseayurveda.online](http://naturalparadiseayurveda.online).

Mitglieder von Natürlich Gesund e.V. erhalten einen Rabatt auf die Kur. Bei Fragen zu Indien und Kur kannst du Laura Auel jederzeit erreichen, unter 0176-22876044 oder [laura@ngev.org](mailto:laura@ngev.org)

## Wir unterstützen den Körper bei der Entgiftung und speziell die Ausscheidungsorgane mit:

- Bindegewebsausleitung mit Bärlauch
- Nervenzellausleitung mit Koriander
- Omega 3 aus Fischöl, um die Entzündungen abzubauen
- Maumasil zur Versorgung mit Enzymen und Spurenelementen und als Heilungsbeschleuniger
- Essentielle Aminosäuren zur Energieunterstützung und für enzymatische Prozesse
- Und auf jeden Fall: Detox Fußbäder, die nach Dr. Klinghardt besonders geeignet sind.

# Die wilde Yamswurzel

## Hormonvorstufe zur Behandlung von Joachim Wohlfel

Die weiblichen Ureinwohner Amerikas nutzten die wilde Yamswurzel früher vor allem als Heilmittel gegen alle Frauenleiden, während die Männer auf ihre verjüngende und stärkende Wirkung schworen. Im Jahr 1942 gelang es dem amerikanischen Chemiker Russell Marker, weibliche Hormone aus der Yamswurzel zu gewinnen. Er isolierte den Stoff Diosgenin - eine Vorstufe des Progesterons: Damit wurde die Yamswurzel zum ausgleichenden Mittel bei Östrogendominanz.

### Probleme durch zu viel Östrogen

Das ist nicht nur ein Problem von Frauen in den Wechseljahren. Vielmehr handelt es sich um eine sehr weit verbreitete, aber leider oft unerkannte Ursache vieler Frauenbeschwerden, die oft das ganze Leben belasten. Zu viel Östrogen ist ein sehr häufiges Problem bei Frauen fast jeden Alters, und nicht selten auch bei Männern. Denn Chemikalien haben eine östrogenähnliche Wirkung, so dass wir alle von Östrogenen oder Stoffen, die die Wirkung von Östrogenen nachahmen können, umgeben sind. Viele Symptome hängen damit zusammen:

Migräne, Spannungsgefühle in den Brüsten, Depressionen und starke Stimmungsschwankungen, Schlafstörungen, Müdigkeit und verminderte Leistungsfähigkeit, Wassereinlagerungen, Myome und Zysten, verkürzte Zyklen und Schmierblutungen in der 2. Zyklushälfte, Menstruationsbeschwerden, Unfruchtbarkeit, Hautprobleme wie Akne, Haarverlust.

Unser Vertrauensarzt hat sehr gute Erfahrungen mit "Magic Yams" gemacht. Frauen mit prämenstruellen Beschwerden und Wechseljahresbeschwerden hatten Besserungen bei fast allen Symptomen und auch bei Osteoporose.

### Anwendung

Frauen im "gebärfähigen Alter" tragen die Creme einmal täglich auf die Innenseite der Oberschenkel beider Beine auf. Vom 12. bis zum 26. Tag des Zyklus 5 Hübe der Yamscreme. Zarte Frauen 3 Hübe. Frauen in den Wechseljahren täglich. Wenn die Wirkung noch nicht wie gewünscht eintritt, dann 2x täglich auf die Innenseite jedes Oberschenkels auftragen.



# Surrogattest

## Was machen, wenn ich jemanden mit dem Muskeltest nicht testen kann?

### Wann wird der Surrogattest angewendet?

Lebewesen, die auf Aufforderung beim Muskeltest nicht gegenhalten oder auch die Fragestellung nicht verarbeiten können, werden über eine Surrogatperson getestet. Dies ist der Fall bei Tieren, Säuglingen, Kindern bis ca. 5 Jahren oder auch Menschen, die aus körperlichen emotionalen oder geistigen Gründen dem Tester den Arm nicht angespannt hinhalten können. Manchmal funktioniert es aber auch bei anderen Personen nicht. Dann nehmen wir den Surrogattest.

„Surrogat“ „Ersatz“, jemanden anstelle eines anderen nehmen. Die Person, die sich als Surrogatperson zur Verfügung stellt, ist ein Vermittler. Bei dem kinesiologischen Test wird ihr Muskel getestet, während sie in körperlichem Kontakt zur zu testenden Person stehen. Es reicht wenn die Person leicht berührt wird. Bei Tieren kann es jemand sein, der mit dem Tier vertraut ist, bei Menschen ein Familienmitglied oder jemand mit dem man gut testen kann.



Zahnärzte nehmen oft eine Arzthelferin, da die Patienten auf dem Stuhl so aufgeregt sind, dass eine Testung schwierig ist. Die Hilfsperson bildet mit dem zu testenden Wesen eine Einheit und so werden die Informationen wie bei einer elektrischen Verbindung weitergegeben.

### Umprogrammierung

Ich mache die Umprogrammierung in der Regel direkt am Betroffenen. Wenn es ein scharfer Hund ist und ich Angst habe, gebissen zu werden, kann die Umprogrammierung auch direkt an der Surrogatperson durchgeführt werden. Auch, wenn das zu testende Wesen nicht anwesend ist, lässt sich ein Surrogattest durchführen. Die Surrogatperson berührt nicht den zu Testenden, sondern hält Haare, Federn oder ein Foto in der Hand. So wird dann auch die Umprogrammierung durchgeführt. Ich finde es wichtig direkt an der Person zu arbeiten, auch damit sie selber alles fühlen kann. Nur wenn es nicht anders geht, ist ein Surrogat einzuschalten.



## MITGLIEDERSTIMMEN

Liebe Laura, lieber Joachim, liebes Natürlich Gesund - Team, ich möchte mich herzlichst für diese wunderschöne Woche in Lörrach bei euch bedanken. Es hat super viel Spaß gemacht und es war schön, euch und die anderen tollen Menschen kennen zu lernen und mit allen zu arbeiten. Ich habe in der Ausbildung sehr viele, neue Dinge gelernt, die ich jetzt nach und nach an mir und an den lieben Menschen, die zu mir kommen, einsetzen möchte. Die Produkte, die ich bestellt habe, sind echt super, vor allem die Traktionsliege. Ich habe schon an einigen Menschen gearbeitet und sie waren alle sehr positiv überrascht, da sie mit einer normalen Massage gerechnet haben.

Ein tolles Feedback möchte ich gern mit euch teilen, das habe ich einen Tag nach der Behandlung

von eines Freundes erhalten: „Hey Sarah, vielen Dank nochmal für die Behandlung. Ich glaub ich hab heute gar keine Rückenschmerzen mehr“.

Ich kann die Ausbildung jedem empfehlen, egal ob man damit arbeiten möchte oder nicht. Es ist für jeden selbst schon eine so große Bereicherung. Mir persönlich geht es nach der Ausbildung so gut wie schon lange nicht mehr. Es wird jeden Tag besser und besser. Allein das war mir der Preis der Ausbildung schon wert. Mein absolutes Highlight bei der Ausbildung war Silva Mind Control. Ich finde es der absolute Hammer und ich hatte noch nie im Leben so viel Glück wie in den letzten paar Monaten, seit ich Silva Mind Control anwende. Daher kann ich es jedem nur ans Herz legen, sich das anzueignen. Danke euch Allen für Alles.

Liebe Grüße Sarah, 66687 Wadern, 0171-8098989.

# Somavedic

## Erfahrungen

„Ich liebe mein neues Amber Somavedic Gerät und als professioneller Biohacker liebe ich es, die Veränderungen meiner Herzratenvariabilität (HRV) von der ersten Nacht an zu spüren. Großartiges Gerät das wirklich einen Unterschied in Produktivität und Schlafqualität macht.“

*Jill c. carnahan. MD*

Experte für funktionelle Medizin

„Als Praktiker für funktionelle Medizin kenne und verstehe ich, welche Auswirkungen, die elektromagnetischen Felder (EMF) auf den Körper haben können, aber das Ideal alle EMF emittierende Technologie zu vermeiden ist nicht möglich. Deshalb liebe ich es, einen Somavedic auf meinem Schreibtisch zu haben, um meinen Körper wieder in sein natürliches Gleichgewicht zu bringen. Dies ist ein Muss für jeden, der sich häufig in der Nähe von EMF-emittierenden Geräten befindet.“

*Dr. Will Cole*

Praktiker Funktionelle Medizin

„Der Somavedic ist eine unglaubliche einfache Lösung um Ihren Körper vor den schädlichen Auswirkungen von EMFs in Ihrem Zuhause zu schützen. Wir können die gesundheitlichen Schäden, die EMFs im menschlichen Körper verursachen, nicht länger ignorieren. Somavedic-Geräte sind Teil der neuen Welle des Gesundheitswesens und gehörten eigentlich in jeden Haushalt.“

*Dr. Mindy Pelz*

Experte für Ernährung und funktionelle Medizin



### Somavedic-Ritual

Der Erfinder von Somavedic, Ivan Rubinsky berichtet von tausenden von Menschen, die mit dem Morgenritual wieder gesundgeworden sind und gesund bleiben.

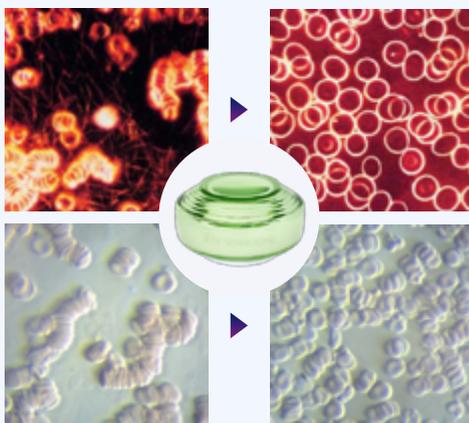
**Beginnen Sie Ihren Tag gleich nach dem Aufwachen mit einem Ritual, das die Harmonisierung Ihres Körpers erheblich fördert.**

- 1 Pressen Sie nach dem Aufwachen ein Viertel einer Zitrone in einem 2 - 3 Deziliter Glas aus, übergießen Sie es mit Wasser, das durch Somavedic harmonisiert wurde, und trinken Sie es ohne weitere Zusätze.
  - 2 Um die maximale Wirkung zu erzielen, warten Sie nach dem Trinken von Zitronenwasser 20 Minuten mit der Einnahme von Speisen, Getränken, Medikamenten oder Nahrungsergänzungsmitteln.
  - 3 Nehmen Sie eine Flasche mit harmonisiertem Wasser mit, wenn Sie das Haus verlassen, und halten Sie ein gutes Trinkverhalten ein.
  - 4 Praktizieren Sie dieses Ritual jeden Tag und Sie werden bald positive Veränderungen spüren, die Sie angenehm überraschen werden.
- TIPP** Hängen Sie diese Karte an einem gut sichtbaren Ort auf (z. B. am Kühlschrank), damit Sie dieses wirksame Ritual nicht vergessen.

Somavedic

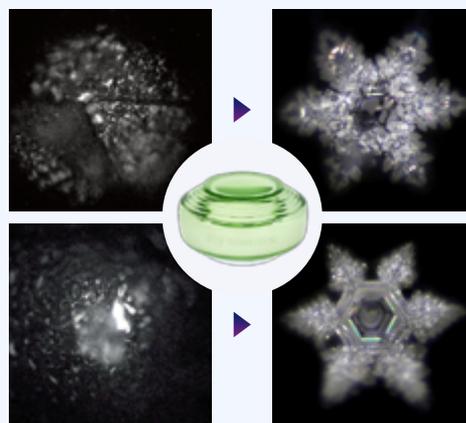
## Wirkungen sichtbar gemacht

**Analyse eines Blutstropfens unter dem Mikroskop vor und nach der Wirkung von Somavedic.**



Links sieht man das Blut vor der Einwirkung von Somavedic. Es kommt zu deutlich sichtbaren Ansammlungen roter Blutkörperchen (sog. Gledrollenbildung). Auf der rechten Seite sehen Sie das Blut nach 90 Minuten Einwirkung von Somavedic. Rote Blutkörperchen bewegen sich frei und verklumpen nicht (sogenanntes vitales Blut). Alle Modelle ermöglichen diesen Effekt.

**Gefrorene Leitungswasserkristalle unter dem Mikroskop vor und nach der Somavedic-Behandlung.**



Auf der linken Seite sehen Sie einen Kristall aus gefrorenem Leitungswasser vor der Einwirkung von Somavedic, wo eine gestörte Struktur deutlich sichtbar ist (sog. totes Wasser). Auf der rechten Seite sehen Sie einen gefrorenen Kristall eines Wassertropfens nach 20 Minuten Einwirkung von Somavedic, platziert in einem Abstand von 20 cm. Ein solcher Wasserkristall hat eine hexagonale Struktur (sogenanntes lebendiges Wasser). Die Wasserstrukturierung wird durch die Modelle Uran, Vedic, Amber und Gold ermöglicht.

# Das Silva Mind Seminar

## Anstatt der Seminar Ausschreibung heute mal ein Bericht von unserem Mitglied Conny

„...ich wollte Dir nur mal kurz was berichten. Ich habe mir ja schon ganz viele Videos von dir angeschaut und wirklich auch schon ziemlich viel von den Lehrbriefen bearbeitet, durchgearbeitet, aber diese Silva-Mind-Methode finde ich ja megatoll. Ich hatte jetzt gerade vorhin eine Gesichtsbehandlung, unter anderem mit einer Gesichtsmassage. Während der Massage habe ich dran gedacht und angefangen und mich quasi währenddessen „in Trance“ runtergezählt, also wirklich bis in diesen Raum. Dann war es ganz komisch, ich hatte plötzlich, also so richtig aus dem Nichts, wie einen Kloß im Hals, also wirklich einen Druck an der Schilddrüse. So plötzlich wie er gekommen ist, war er auch wieder weg, und das Wort Schilddrüse kam in meinen Kopf. Ich habe danach ganz nochmal weitergearbeitet und mich noch weiter reingefühlt, aber ich konnte leider nicht mehr spüren. Das war das einzige. Nach der Behandlung habe ich meiner Kundin kurz erklärt, was ich gemacht habe und was dabei geschehen ist und gefragt, ob sie wirklich Probleme mit der Schilddrüse hat.

Und ja, sie hat Probleme und sie nimmt L-Thyroxin. Die Schilddrüse arbeitet anscheinend so gut wie nicht mehr. Das ist doch ein Hammer. Das wollte ich nur erzählen, weil es für mich gerade so krass war, bei mir so gefletscht hat, also so wow. Es ist eine Kleinigkeit, aber plötzlich dachte ich – wow, meine Intuition lässt mich tatsächlich nicht im Stich. Und dann diese Erfahrung zu machen, dass es tatsächlich so ist, wie du sagst, dass das Wissen auf den Behandler übertragen wird. Das wollte ich nur mal berichten und Dir einen wunderschönen Tag wünschen. Conny

Dies und noch vielmehr geht wie von selbst. Das nächste Seminar für die Silva-Mind-Methode veranstaltet Sonja Messner, ganzheitliche Gesundheitsberaterin, in ihren Räumen, in 78647 Trossingen, vom 25.10. – 27.10.2024, jeweils nachmittags. Preis: 240,00 € inkl. ausführliche Seminarunterlagen. Tel.: 07425/21513, E-Mail: s.messner@studiodyn.de

Weiter Termine werden auch 2025 angeboten. Diese findest du von Sonja in den Newslettern. Von Natürlich Gesund findet einer im Frühjahr statt.

# Das Monochord

von Laura Auel

Mit eigenen Händen und mit Hilfe von Michael, entstand mein eigenes Instrument. Die Schwingung der harmonischen Töne, die eine wunderschöne Klangebene erschaffen, kann ich hören und fühlen. Als Behandlung meiner Kunden, auf den Bauch gelegt, geht die Schwingung mit dem Erdjahreston durch den ganzen Körper und füllt die Stellen aus, die Energie und Schwingung brauchen.

Du kannst selbst wählen, welcher Ton zu dir passt und welche Holzarten, für das bauen verwendet werden. Selbst muss man keine Noten oder andere musikalische Erfahrungen haben. So einfach ist es mit dem Monochord.

Weitere Artikel von Michael Zinnen findest du in folgenden Gesundheitsinfos:  
Nr. 4 von 2021  
Nr. 13 von 2024



Laura baut ihr Monochord mit Michael Zinnen  
„So entsteht ein Monochord“  
<https://youtu.be/AH2ei3-z400>

# Werbe-Postkarten

Fünf Beispiele für Werbe - Postkarten  
und ein Beispiel für die Rückseite



Rückseite



**Druckkosten** bei SAXOPRINT für 300 gr. Papier, glänzend mit UV-lack, bei 2500 Stück 66 €, bei 5000 Stück 96 €, bei 7500 Stück 143 €, bei 10000 Stück 186 €, ohne UV-Lack ca. 20 % günstiger. Empfehlung: Verteile 10.000 Stück!

01. - 04. Mai 2025

im Schloss Lichthof  
bei Naumburg.

Mit dem Auto von Hamburg  
4 Std., von Berlin 3 Std.,  
von München 4,5 Std.

# Gesundheit stärken mit Yoga & Naturheilkunde

## Natürlich Gesund veranstaltet mit der Yoga Akademie Berlin eine Gesundheitskonferenz

Wir konnten fachkundige Referenten wie Prof. Dr. Uwe Reuter, Dr. Mona Meyer, Dipl. Ing. Ivan Rybjansky und viele andere gewinnen. Als Referent kannst auch du noch mitmachen, hierzu wende dich bitte direkt an [info@ngev.org](mailto:info@ngev.org). Und auch als Teilnehmer bist Du herzlich willkommen auf unserer Gesundheitskonferenz. Neben den fachlichen Aktivitäten und dem kollegialen und persönlichen Austausch, wird es auch die Möglichkeit geben, das schöne und idyllische Burgenland um Naumburg und Freyburg kennen zu lernen.

Alle Details gibt es bei Natürlich Gesund e.V. unter Termine: [www.ngev.org](http://www.ngev.org). Da die Teilnehmerzahl auf 60 Personen begrenzt ist, empfehlen wir eine schnelle Online-Anmeldung. Nach der Anmeldung erhalten die Teilnehmenden eine Anmeldebestätigung per E-Mail.



Neu im Jahr 2025  
in unserer Akademie

## Qualifikation zum Massage- und Wellnesstherapeuten

Wir haben die Erfahrung gemacht, dass ein umfassendes medizinisches Wissen eine wesentliche Voraussetzung für mehr Akzeptanz, Vertrauen und Ansehen im explodierenden Gesundheitsmarkt ist. Diese Fortbildung ist geeignet für Kolleginnen und Kollegen, die in einem Heilberuf ohne staatlichen Berufsabschluss arbeiten, aber auch für alle, die neu in einen nicht einheitlich

regulierten Gesundheitsberuf einsteigen wollen. Die Ausbildung zum Massage- und Wellnesstherapeuten beschäftigt sich intensiv mit den Themen Anatomie,



Physiologie, Kontraindikationen und Biomechanik, um eine fachliche Grundlage für alle Behandlungen am Menschen zu schaffen, sei es ergänzend für die Impulsbehandlungen, die Dornmethode oder viele andere naturheilkundliche Praktiken und Methoden.

Voraussetzung ist u.a. eine Ausbildung im Bereich Naturheilkunde oder Wellness von mindestens 120 Stunden, wie sie z.B. die Impulsbehandler, Gesundheitsberater und Massagepraktiker von Natürlich Gesund haben.

Die Ausbildung umfasst die Vermittlung von Kenntnissen über den Bewegungsapparat, das Nervensystem, Herz, Kreislauf und Atmung. Hinzu kommen Kenntnisse über Bauch- und Beckenorgane, weitere Massage- und Wellnessbehandlungstechniken sowie Befunderhebung, Dokumentation und Notfallmaßnahmen. Ein kleiner Teil der Ausbildung beschäftigt sich mit Lerntechniken, Rechtskunde und Arzneimittelkunde. Die entsprechende Abschlussprüfung wurde mit Ärzten abgestimmt. Die Gesamtbildungszeit beträgt 120 Stunden und setzt sich aus 30 Stunden Präsenzunterricht, 60 Stunden Online-Unterricht und 30 Stunden Hausarbeit zusammen.

Das Ausbildungsteam besteht aus Clara-Sophia Ehrhardt, Joachim Wohlfeil und Laura Auel. Alle Details unter Akademie auf unserer Seite [www.ngev.org](http://www.ngev.org)

# Termine

An unserer berufsbildenden Ausbildungsakademie brauchst Du keine Vorkenntnisse.  
Wir schließen grundsätzlich mit einem Zertifikat oder einer Teilnahmebestätigung ab.



## 2024

---

### Oktober

25.10.	<b>Emotionen und Bewusstsein</b> – Fortbildung	Ebern/Bamberg
26.-27.10.	<b>Meridian-Behandlung</b> – Ausbildung	Ebern/Bamberg

### Live - Webinare **kostenfrei 19:00 - 20:00 Uhr**

08.10.2024, 15.11.2024

## 2025

---

### Februar

26.02.-02.03.	<b>Gesundheitsberater, Impulsbehandler</b> – Berufsausbildung & <b>Massagepraktiker</b>	Dresden
---------------	--	---------

### März

29.03.	<b>Familienaufstellung</b> – Aufstellungsnachmittag	Mellinghausen/Bremen
30.03.	<b>Emotionen und Bewusstsein</b> – Fortbildung	Mellinghausen/Bremen

### April

03.-06.04.	<b>Systemaufstellung und Familienstellen</b> – Ausbildung	Mellinghausen/Bremen
12.04.	<b>Silva Mind Seminar</b> – Fortbildung	Geltendorf/Landsberg
13.04.	<b>Emotionen und Bewusstsein</b> – Fortbildung	Geltendorf/Landsberg
18.04.	<b>KoMit</b> – Info- & Kollegentreffen	Gräfelfing/München
19.04.-23.04.	<b>Gesundheitsberater, Impulsbehandler</b> – Berufsausbildung & <b>Massagepraktiker</b>	Gräfelfing/München

### Mai

01.05.-04.05.	<b>Gesundheitskonferenz</b>	Schloss Lichthof
23.05.	<b>Emotionen und Bewusstsein</b> – Fortbildung	Geltendorf/Landsberg
24.05.-25.05.	<b>Meridian-Behandlung</b> – Ausbildung	Geltendorf/Landsberg

### Juni

04.06.	<b>KoMit</b> – Info- & Kollegentreffen	Mellinghausen/Bremen
05.06.-09.06.	<b>Gesundheitsberater, Impulsbehandler</b> – Berufsausbildung & <b>Massagepraktiker</b>	Mellinghausen/Bremen
19.06.	<b>Familienaufstellung</b> – Aufstellungstag	Ebern/Bamberg
20.06.	<b>Emotionen und Bewusstsein</b> – Fortbildung	Ebern/Bamberg
21.06.-22.06.	<b>Meridian-Behandlung</b> – Ausbildung	Ebern/Bamberg

Fortsetzung auf der Rückseite >

# Natürlich Gesund e.V.

## Berufsverband und Akademie



www.  
ngev.org



## Termine 2025

---

### September

11.09.-14.09.	<b>Systemaufstellung und Familienstellen</b> – Ausbildung	Ebern/Bamberg
24.09.-28.09.	<b>Gesundheitsberater, Impulsbehandler &amp; Massagepraktiker</b> – Berufsausbildung	Gräfelfing/München

### Oktober

03.10.-05.10.	<b>Gesundheitsberater, Impulsbehandler</b> – Berufsausbildung	Bad Sulza/Weimar
17.10.-19.10.	<b>&amp; Massagepraktiker</b> - Teil 1 & Teil 2	
18.10.	<b>KoMit</b> - Info- & Kollegentreffen	Bad Sulza/Weimar
30.10.-02.11.	<b>Systemaufstellung und Familienstellen</b> – Ausbildung	Geltendorf/Landsberg

### November

19.11.-23.11.	<b>Gesundheitsberater, Impulsbehandler &amp; Massagepraktiker</b> – Berufsausbildung	Dresden
---------------	--	---------

---

## Ayurveda-Kur

Ayurvedakur in Indien ab Oktober bis April.  
[www.naturalparadiseayurveda.online](http://www.naturalparadiseayurveda.online)



## Live - Webinare **kostenfrei 19:00 - 20:00 Uhr**

13.03., 10.04., 12.05., 15.06., 05.09., 08.10.

Themen zu den Webinaren, findest Du auf unserer Webseite unter Termine.  
Die Aufzeichnungen für jedes Webinar, findest Du im Mitgliederbereich.

**Alle Termine und Anmeldemöglichkeiten findest Du auf unserer Webseite unter Termine, wir freuen uns auf deine Anmeldungen.**

**Materialien, weitere Gesundheitsinfos und die erweiterte Neufassung von Gesund durchs Leben, kann über uns angefordert werden. Plakate können auf [www.nho.international](http://www.nho.international) bestellt werden.**

Auf Anfrage von Kursen/Seminaren/Ausbildungen/Aufstellungen als Seminarleiter, kommen wir auch zu Dir.  
Preise und Konditionen werden persönlich mit uns abgesprochen.