



GESUNDHEITSINFO

Natürlich Gesund e.V.

Akademie und Berufsverband für ganzheitliche Gesundheitsberufe



**Poster „Säulen der Gesundheit“
zum Herausnehmen auf Seite 12 und 13**

Einleitung

von Joachim Wohlfeil

Unser Bewusstsein – Schlüssel zu echter Gesundheit

Gesundheit beginnt im Bewusstsein. Die Vorstellung, dass Geist und Bewusstsein der Form vorausgehen, ist keineswegs esoterisch, sondern Ausdruck eines ganzheitlichen Denkens. Sie bedeutet nicht, körperliche Ursachen zu ignorieren. Vielmehr geht es darum, die entscheidende Frage zu stellen: Welche innere Haltung, welches Erleben oder welche biografische Belastung hat dazu geführt, dass der Körper reagiert?

Nachhaltige Heilung entsteht nur, wenn wir die zugrunde liegenden Ursachen erkennen und transformieren. Heilung ist immer auch Bewusstwerdung und persönliche Entwicklung. Behandler sind dabei nicht nur Reparierer, sondern Begleiter im Entwicklungsprozess eines Menschen. Sie sind Begleiter auf dem Weg, Meister seines eigenen Lebens zu werden.

Voraussetzung dafür ist eine Haltung, die jenseits von Dogmen und starren Kategorien liegt – ein Sowohl - als - auch statt eines Entweder - oder, ein ganzheitliches Annehmen des Menschen, der zu uns kommt. Unser Anliegen als Gesundheitsverein dabei ist es, Methoden und über Jahrzehnte entwickeltes Wissen zugänglich zu machen und Menschen auf dem Weg zu einer neuen Gesundheitskultur zu begleiten.

Fazit: Heilung ist mehr als Reparatur

Wer nur die Warnlampe abschraubt, behebt nicht die Ursache. Wer Symptome bekämpft, ohne den Menschen dahinter zu sehen, schafft keine nachhaltige Gesundheit. Echte Gesundheit entsteht dort, wo Körper, Geist und Seele wieder in Harmonie finden – und wo der Mensch die Chance nutzt, aus Krankheit Erkenntnis zu gewinnen.

Dein Team von Natürlich Gesund

Impressum

Verantwortlich im Sinne des Presserechts:

Natürlich Gesund e.V.
Steinwaldstr. 33, 95688 Friedenfelds
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: 3.500 Stück



Themen

- 03 Knie und Leber in der TCM
- 04 Dorn - Impulsbehandlung am Knie
- 06 Die Leber
- 08 Heilung für die Leber
- 10 Buchvorstellungen
- 11 Die 12 Säulen der Gesundheit
- 12 Poster
- 14 Behandlungsübersicht „Säulen der Gesundheit“
- 15 Weihrauch bei Beschwerden
- 16 Tätowierungen
- 18 11 - Wochen Marketing
- 20 Streptokokkinum
- 22 Analysen helfen bei der Behandlung
- 24 Terminkalender

Spikeopathie, Long- oder Postvac-CoV2

Als Spikeopathie werden die negativen gesundheitlichen Auswirkungen von Spike-Proteinen durch Infektionen mit SARS-CoV-2 oder nach mRNA-Impfung bezeichnet. Zur direkten Behandlung wurde noch kein Weg gefunden, es stehen aber erfolgreiche naturheilkundliche Maßnahmen zur Wiederherstellung der Gesundheit zur Verfügung, die den Körper bei seinen Immunprozessen und der Entgiftung unterstützen. Leber, Darm und das Lymphsystem spielen hier eine wichtige Rolle. Wir haben festgestellt, dass wir bei diesen Problemen zunächst den gleichen Weg gehen müssen, um dann nach zwei Monaten nochmal zu schauen, ob noch mehr zu tun ist. In vielen Fällen haben die ergriffenen Maßnahmen aber schon ausgereicht.

Mittel

Die einzelnen Mittel werden so lange genommen, bis die von NHO gelieferte Menge aufgebraucht ist: Weihrauch, Biolith, BitterLust, Effektive Mikroorganismen-EM, Multivitamin-Mineralstoffkomplex, DMSO, NBMI, EDTA, Bärlauch, Löwenzahnextrakt.



Knie und Leber in der TCM von Joachim Wohlfeil

In der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) besteht ein enger Zusammenhang zwischen der Leber und den Knien – ein Gedanke, der für viele zunächst ungewohnt klingt. In der TCM wird der Körper als ein Netzwerk aus Energien, Meridian-Leitbahnen und funktionellen Zusammenhängen gesehen. So erklärt sich, warum Beschwerden im Knie ihren Ursprung manchmal weit entfernt vom eigentlichen Gelenk, nämlich in der Leber haben können. Sie spielt eine zentrale Rolle für die Geschmeidigkeit und Kraft der Sehnen, Muskeln, Knorpel und Bänder. Da das Knie besonders stark von diesen getragen wird, ist es auf eine harmonische Leberfunktion angewiesen. Wenn die Leberenergie aus dem Gleichgewicht gerät – etwa durch Stress, unterdrückte Emotionen oder ein unruhiges Lebensumfeld – kann sich das in Form von steifen, schmerzenden oder instabilen Knien zeigen. Auch Gefühle wie Ärger oder Anspannung wirken sich nach traditioneller Auffassung direkt auf die Leber aus und können dadurch Beschwerden im Kniebereich verstärken oder sogar auslösen.

Meridianverlauf

Ein weiterer Aspekt ist der Verlauf des Leber-Meridians, einer Energiebahn, die entlang der Innenseite des Beins direkt durch das Knie führt und an der Innenseite der Beine bis nach oben zu seinem Endpunkt verläuft, der sich zwei Finger unter der Brustwarze befindet. Wenn diese Leitbahn blockiert oder geschwächt ist, macht sich das genau dort bemerkbar, wo sie verläuft – oft in Form von ziehenden, drückenden oder wechselnden Knieschmerzen. Manche Menschen berichten sogar, dass die Beschwerden besonders an der Knieinnenseite auftreten, was genau diesem Verlauf entspricht. In der TCM heißt es außerdem, dass die Leber das Blut speichert. Dieses Leber-Blut „nährt“ im energetischen Sinne die Gelenke und sorgt dafür, dass sich Bewegung leicht und stabil anfühlt. Wenn ein Blutmangel vorliegt – etwa durch Erschöpfung, Schlafmangel oder hohe Belastungen – wirkt das auf das Knie wie ein Energiemangel. Betroffene empfinden die Gelenke dann oft als trocken, müde oder wenig belastbar. Besonders ältere Menschen oder Personen, die schnell erschöpfen, spüren diese Form des Mangels häufig zuerst in den Knien.

Behandlungsansätze

All diese Verbindungen führen dazu, dass TCM-Therapeutinnen und -Therapeuten bei Knieschmerzen nicht nur lokal behandeln, sondern auch die Leber energetisch einbeziehen. Ziel ist es, die Energie harmonisch zum Fließen zu bringen, den Meridian zu entlasten, Blut und Sehnen zu stärken und die emotionalen Belastungen abzubauen, die auf die Leber wirken. So entsteht ein ganzheitlicher Ansatz, der sowohl körperliche als auch seelische Aspekte berücksichtigt.

Behandlungen für sich selber oder für andere

Der Leber-Meridian verläuft an der Innenseite des Beins über das Knie bis unter die Brustwarze (siehe Zeichnung). Sanfte Streichmassagen vom Fußknöchel hoch bis zum Endpunkt können den Energiefluss in dieser Leitbahn unterstützen. Bitte den Bereich dieser Energiebahn mit APM eincremen und die Streichungen mehrmals wiederholen.

In der TCM gilt Kälte als häufiger Faktor, der die Gelenke „blockiert“. Wärmende Maßnahmen, wie ein warmes Kirschkernkissen auf dem Knie oder ein Wärmegürtel im Bereich unter dem rechten Rippenbogen (Leberregion), fühlen sich sehr wohltuend an (siehe auch die Beschreibung zum Leberwickel hier in dieser Gesundheitsinfo).

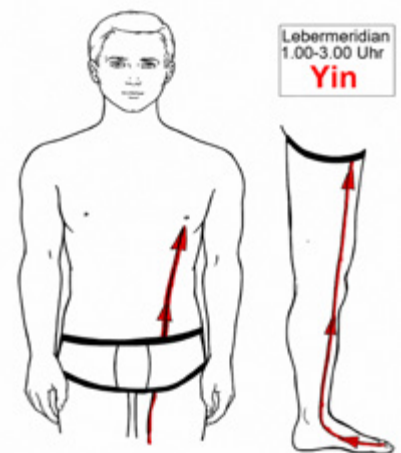
Akupressur-Punkte, die man selbst drücken kann:

Le 3 (Taichong):

„Das große Strömen“: Zwischen dem 1. und 2. Zeh, etwa eine Daumenbreite hinter dem Zehenansatz. Dieser Punkt wird oft genutzt, um Leber-Qi zu entspannen.

Le 8 (Ququan):

An der Knieinnenseite in der Kniekehle. Viele empfinden diesen Punkt als angenehm entlastend für Knie- und Leberenergie. Punkt wird zart gedrückt und einige Atemzüge gehalten.



In der TCM stärkt eine Ernährung, die die Leber nicht „belastet“, auch die Sehnen und Gelenke. Zu empfehlen ist viel grünes Gemüse (Farben des „Holz-Elements“ der Leber), warme, gekochte Speisen und Bitterstoffe (Rucola, Chicorée, Artischocken). Zu vermeiden sind zu viel Alkohol, stark Frittiertes und sehr scharfe Speisen. Da die Leber in der TCM stark auf Stress und unterdrückte Emotionen reagiert, wirken ruhige Atemübungen oft überraschend gut. „Langsam durch die Nase einatmen, dann bewusst länger ausatmen als einatmen. Beim Einatmen gedanklich „Weite“ im Brustkorb und im Bauchraum schaffen. Den Atem halten und dabei in Leber und Knie lenken. Dann wieder durch die Nase ausatmen.“

Alles, was deinen Alltag emotional beruhigt, ist indirekt auch „Kniepflege“: Spaziergänge, kreative Tätigkeiten, Tanzen, Musik hören und regelmäßiges Dehnen.

Dorn – Impulsbehandlung am Knie

von Joachim Wohlfel

Anwendung, Konzept, Evidenz und ergänzende Therapien

Unsere Impulsanwendung ist eine manuelle Technik, die Fehlstellungen von Becken, Wirbelsäule und Gelenken durch sanfte, patientenaktive Mobilisationen korrigiert. Bei Kniebeschwerden geht die Behandlung sowohl auf Probleme ein, die direkt mit dem Knie zusammenhängen als auch auf die Ketten- und Achsmechanik- also auf Beinlänge und Hüft-/Becken- ausrichtung. Diese können sekundäre Knieschmerzen auslösen.

Theoretische Grundlage und Zielsetzung

Wir gehen davon aus, dass funktionelle Fehlstellungen des Beckens und der Wirbelsäule wie z. B. Beckenschiefstand oder eine funktionelle Beinlängendifferenz die Statik der unteren Extremitäten verändern und über Muskel-Kettenmechaniken Schmerzen in Hüfte, Knie oder Fuß verursachen können. Die korrigierenden Techniken sind darauf ausgerichtet, mittels aktiver Bewegungen und Druck in das Gelenk durch den Behandler, die Verhältnisse zu normalisieren. Ziel der Behandlung beim Knie ist es also, eine direkte Optimierung des Kniegelenkes zu erreichen und Fehlstellungen, die die Belastungsverhältnisse im Kniegelenk ungünstig beeinflussen, zu beseitigen.

Wie wird das Knie praktisch behandelt?

Zunächst wird die Beinlänge getestet und korrigiert. Ziel ist es, eine „funktionelle Beinlängensymmetrie“ zu erreichen. Dann folgt die Behandlung am Sprunggelenk, anschließend geht es ans Knie. Die Behandlung basiert auf einer dynamischen Bewegung des Knies, bei der der Patient das Gelenk aktiv durch leichtes Beugen und Strecken bewegt.

Diese aktive Mitarbeit ist ein zentrales Element und unterscheidet die Methode von rein passiven Techniken. Dabei kann der Behandler unterschiedlichen Techniken einsetzen.

Er kann zum Beispiel während der Bewegung mit einem sanften Druck von Daumen, Hand oder Finger auf das Kniegelenk arbeiten. Dieser Druck kann aber auch seitlich erfolgen, etwa bei Fehlstellungen der Kniescheibe oder im Bereich des Gelenks-

palts oder auch von vorne beziehungsweise hinten, wenn funktionelle Verschiebungen vorliegen. Ziel der Behandlung ist es, mögliche Fehlstellungen zu korrigieren und das Knie wieder in seine natürliche Achse zu bringen.

Die Kombination aus Bewegung und sanftem Druck kann mehrfach wiederholt werden, bis sich eine spürbare Verbesserung zeigt. Grundsätzlich wird dabei stets ohne Gewalt gearbeitet, ruckartige Bewegungen werden vermieden. Die aktive Mitarbeit des Patienten bleibt entscheidend. Zudem folgt die Methode einem ganzheitlichen Ansatz, da Kniebeschwerden häufig nicht isoliert betrachtet werden können, sondern auch mit der Funktion von Hüfte, Becken oder Fuß zusammenhängen. Alle Behandlungen können bei uns in der Ausbildung zum Gesundheitsberater erlernt werden.

Selbsthilfe Übung zum Knie

Das Knie wird im Stehen gebeugt, dabei wird eingeatmet. Nun wird mit einer Hand von hinten an die Wade gefasst, die andere Hand wird von oben auf die Kniescheibe gelegt. Die Hand, die auf der Kniescheibe liegt, gibt im Maximum der Bewegung einen Impuls gegen die Kniescheibe. Danach kehrt man ohne Druck in die Streckung zurück. Noch effektiver wird die Übung, wenn man das Bein etwas erhöht abstellt, z.B. auf einen Hocker.



Weitere Behandlungen

Wir kombinieren die Impulsgriffe mit einer Breuß-Massage, Faszien-Arbeit, Energieausgleichsbehandlungen, Muskelentspannungstechniken, dem Löschen des Schmerzgedächtnisses, emotionalen Harmonisierungen und anderen Methoden. In der Regel ist eine Behandlungsserie von 3–6 Sitzungen über 4–8 Wochen sinnvoll.

Begleitende Behandlungen

Übungsprogramm zur Kräftigung und Entspannung der Muskulatur, Gewichtsreduktion bei Übergewicht, Gabe von natürlichen Schmerzmitteln (siehe den Artikel dazu in diesem Heft).

Fazit

Unsere Impulsbehandlung bietet ein minimalinvasives und zugleich aktives Verfahren mit Fokus auf die Kettenmechanik und axiale Beziehungen.

Erfahrungen

„Der Arzt sagte damals nur: ‚Da ist nichts mehr – reine Knorpelglätze.‘ Ich war völlig frustriert. Als ich dann die Dorn-Impulsmethode ausprobierte, war ich ehrlich gesagt verzweifelt genug, um alles zu versuchen, auch zu einem Kurpfuscher zu gehen. Und dann passierte etwas, womit ich nicht gerechnet hatte: Diese Behandlung hat mir tatsächlich Erleichterung gebracht. Zum ersten Mal seit Monaten konnte ich mein Bein wieder belasten, ohne dass es mich sofort zusammenzucken ließ. Das war ein unglaubliches Gefühl. Jetzt lasse ich mich da weiterbehandeln.“

„Nach einigen Dorn-Behandlungen war mein Knie damals komplett beschwerdefrei. Vier Jahre lang! Als ich dann erneut Schmerzen im linken Knie bekam, war meine Angst riesig, wieder von vorn anfangen zu müssen. Doch als ich diesmal schneller reagierte, trat genau das ein, was ich mir so sehr gewünscht hatte: Die Beschwerden verschwanden. Beide Knie fühlen sich wieder großartig an – und ich bin so dankbar dafür.“

„Ich hätte nie gedacht, dass mein Rücken etwas mit meinem Knie zu tun hat. Als meine Wirbelsäule korrigiert wurde und ich anschließend die Breuß-Massage bekam, war ich einfach nur erschöpft, aber glücklich. Die Knieschmerzen hatten mich schon so lange begleitet. Als sie dann plötzlich nachließen, konnte ich es kaum glauben. Es war, als hätte jemand den Schmerzschalter einfach runtergedreht.“

„Nach der Behandlung war meine Schulter auf einmal schmerzfrei. Da war ich schon beeindruckt. Aber dass das dann in der nächsten Sitzung auch bei meinem Knie passierte, hat mich echt umgehauen.“

„In meiner Arbeit als Gesundheitsberaterin beobachte ich immer wieder, wie Menschen mit Knie- und Fußgelenksbeschwerden förmlich aufatmen, wenn sie die ersten Verbesserungen spüren. Besonders berührt es mich, wenn sie mir erzählen, dass die einfachen Übungen zuhause ihnen wieder Lebensqualität schenken. Diese Veränderungen mitzuerleben, ist jedes Mal etwas Besonderes.“

„Mindestens 98 Prozent der Menschen berichten mir direkt nach der Behandlung von einer deutlichen Erleichterung. Einige fangen fast an zu weinen, weil der Schmerz endlich nachlässt. Zu sehen, wie jemand nach einer oder wenigen Sitzungen wieder aufrecht, beweglich und erleichtert dasteht – das ist jedes Mal ein sehr emotionaler Moment.“



KURZNACHRICHTEN

**Neue Webseite von Dr. Rohit
in der Ayurvedaclinic aus Indien**
<https://www.ayurvedagoa.org>

**Mit einem Programm zur Feststellung
des eigenen Doshas**
<https://www.ayurvedagoa.org/mytrue-dosha>

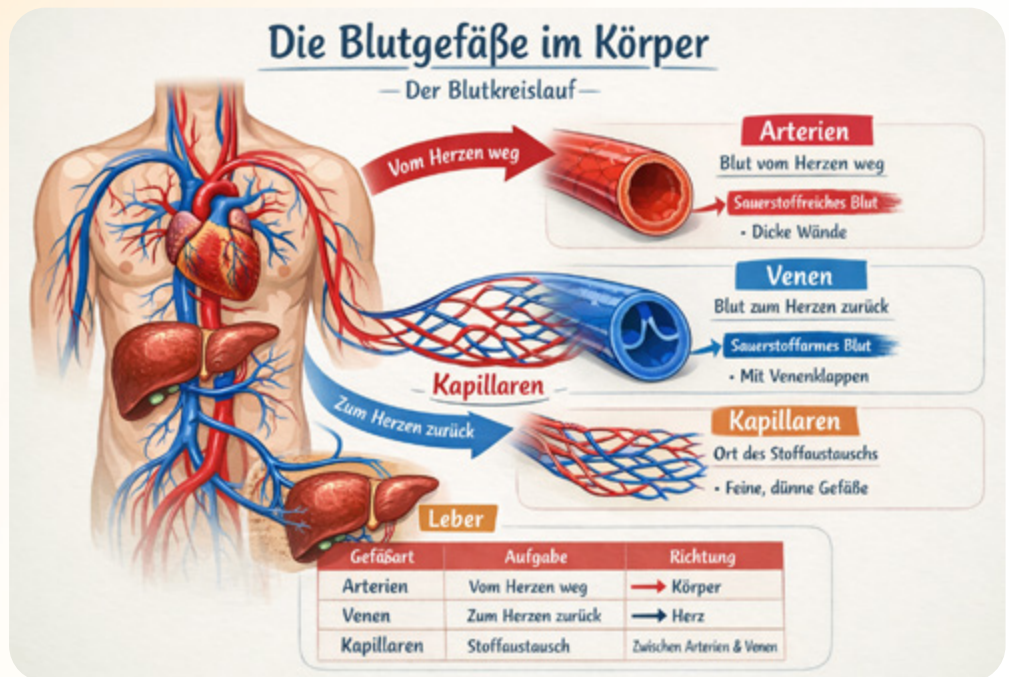
Entdecke Dein Wahres Selbst

Entfesseln Sie die alte Weisheit des Ayurveda. Diese 5.000 Jahre alte Wissenschaft des Lebens lehrt, dass wir alle einzigartige Mischungen aus den drei Bioenergien oder „Doshas“ sind: Vata, Pitta und Kapha. Das Verständnis Ihrer einzigartigen Konstitution (Prakriti) ist der Schlüssel zu optimaler Gesundheit, Balance und Vitalität. Warum ich selbst eine Bewertung mache? Weil das Dosha zu verstehen bedeutet, ein Benutzerhandbuch für Körper und Geist an die Hand zu bekommen. Es befähigt Sie, fundierte Entscheidungen für ein gesünderes und glücklicheres Leben zu treffen. Viel Erfolg dabei!!!

Die Leber

von Joachim Wohlfel

Die Leber ist unsere zentrale Stoffwechsel- und Entgiftungszentrale. Sie steuert den gesamten Kohlenhydrat-, Fett- und Eiweißstoffwechsel, speichert Vitamine sowie Spurenelemente und neutralisiert Schadstoffe, Medikamente und Toxine. Gleichzeitig produziert sie lebenswichtige Proteine, ist an der Hormonbildung beteiligt und spielt eine Schlüsselrolle bei der Regeneration des Körpers. Sie ist buchstäblich das Organ der Wandlung und Erneuerung.



PARACELSUS BRACHTE ES BEREITS AUF DEN PUNKT:

„Überfüttere die Leber mit Ärger –
und allem anderen – und du bist bald tot.“

Nichts zeigt deutlicher, wie sensibel dieses Organ
auf Belastungen reagiert.

Wenn du folgende Symptome bemerkst,
ist deine Leber möglicherweise überlastet:

- 1 Veränderungen von Haut und Nägeln:**
Eine gelbliche, blasse oder leicht bläuliche Verfärbung kann darauf hinweisen, dass der Körper Giftstoffe nicht mehr richtig abbaut und sich Bilirubin ansammelt.
- 2 Verdauungsprobleme:**
Blähungen, Verstopfung oder Fettunverträglichkeit entstehen, wenn die Leber zu wenig Galle produziert – der Darm wird schlechter geschmiert und Nahrung schlechter aufgespalten.
- 3 Schmerzen und Verspannungen:**
Eine gestresste Leber behindert die Versorgung von Muskeln, Sehnen und Bindegewebe. Die Folge: Schmerzen, Steifheit, trockene Augen und verminderte Beweglichkeit.
- 4 Müdigkeit und Erschöpfung:**
Die Leber arbeitet auf Hochtouren, um Schäden auszugleichen. Dadurch werden andere Systeme überlastet – tiefe Müdigkeit ist ein klassisches Warnsignal.

- 5 Dunkler Urin oder heller/dunkler Stuhl:**
Trotz ausreichender Flüssigkeit deutet ein ungewöhnlich dunkler Urin oder eine deutliche Veränderung der Stuhlfarbe auf eine beginnende Funktionsstörung der Leber hin.
- 6 Stimmungsschwankungen:**
Eine überlastete Leber beeinflusst den Neurotransmitterhaushalt. Gereiztheit, Wut, Ungeduld, depressive Verstimmungen oder emotionale Instabilität treten häufig auf. Auch geistige Starrheit, Aggressivität oder impulsive Ausbrüche können damit zusammenhängen.
- 7 Weitere Warnzeichen:**
Verschwommenes Sehen, Schwindel, Schlafstörungen, Ohrensausen, Allergien, Chemikalienempfindlichkeit, verringerter Sexualtrieb, Neigung zu Blutungen im Darm, Besenreiser oder unerklärliche Gewichtszunahme gehören ebenfalls zu den typischen Symptomen.

„SIE WÄCHST MIT IHREN AUFGABEN“

Der Mythos der Entgiftung

Die Begriffe Entgiftung und Entschlackung werden heute inflationär verwendet. Oft entsteht der Eindruck, der Körper müsse regelmäßig von „Abfall- und Giftstoffen“ befreit werden, als würde er diese selbst nicht bewältigen können. Tatsächlich jedoch arbeitet die Leber ununterbrochen an der Entgiftung – 24 Stunden am Tag, ein Leben lang. Sie neutralisiert und verarbeitet Substanzen, die über Ernährung, Umwelt oder Medikamente in den Körper gelangen. Wir müssen uns nur um die übermäßigen und die neuartigen Belastungen, wie z.B. Leicht- und Schwermetalle, kümmern. Die Leber braucht dafür jedoch keine kurzfristigen und extremen Maßnahmen oder radikalen Diäten. Was sie wirklich benötigt, ist eine kontinuierliche Versorgung mit Nährstoffen, die ihren Stoffwechsel unterstützen. Dazu gehören vor allem der Schutz und die Regeneration der Leberzellen. Wir brauchen also eine sinnvolle Unterstützung der Leber in ihren Entgiftungsphasen, die Förderung des Gallenflusses für Fettverdauung und Toxintransport sowie der Stressabbau, denn Stresshormone belasten den Stoffwechsel der Leber.

Der Darm muss vor der Leber behandelt werden

Paracelsus sagte: „An 80 % aller Krankheiten ist der Darm beteiligt.“ Bevor man also über Leberpflege spricht, sollte man immer den Darm miteinbeziehen. Eine gestörte Darmflora produziert toxische Stoffwechselabfälle (z.B. Ammoniak, Alkohol, Entzündungsbotschaften), die direkt zur Leber gelangen und sie zusätzlich belasten. Ein gesunder Darm ist demnach die beste Voraussetzung für eine gesunde Leber. Darum: Vor der Leberkur immer zuerst eine Darmsanierung einplanen.

Hildegard von Bingen und die Kraft des Ysop

Bereits Hildegard von Bingen wusste, dass eine Kur mit Eisenkraut / Ysop sowohl körperliche als auch seelische Probleme bessern kann. Sie schrieb: „Die Kur hilft bei Traurigkeit, Melancholie und Leberleiden... Der Ysop reinigt die Leber und bewirkt so den Frohsinn.“ Der traditionelle Ysop-Kräutertrunk unterstützt Leber, Verdauung, Entzündungsregulation und Stimmungslage. Er enthält Ysop, Fenchel, Ceylon-Zimt und Süßholz. Zur Zubereitung braucht man 1 Liter Wasser, 3 gestrichene Esslöffel der Ysop-Kräutermischung und 50 g Honig.

Zubereitung & Anwendung

Für die Zubereitung des Ysop-Kräutertrunks wird ein Liter Wasser aufgekocht und anschließend die Kräutermischung hinzugegeben, die etwa fünf Minuten mitkochen sollte. Danach werden 50g Honig eingerührt und die Mischung noch einmal kurz aufgekocht. Sobald der Trunk abgekühlt ist, wird er abgefiltert, in eine Glasflasche gefüllt und im Kühlschrank aufbewahrt. Zur Anwendung trinkt man dreimal täglich nach dem Essen jeweils ein Likörglas, also etwa 20 bis 30 Milliliter. Die Kur wirkt stimmungsaufhellend, sie unterstützt die Verdauung und entlastet die Leber.

Bezugsquelle: <https://hildegard.center>



KURZNACHRICHTEN

Banerji-Protokoll bei Poliosis – frühzeitigem Ergrauen der Haare

Poliosis bezeichnet die Verminderung oder das Fehlen von Melanin (Farbpigmenten) in den Kopfharen, Augenbrauen, Wimpern oder anderen behaarten Körperbereichen.

Nach der Familie Dr. med. Banerji wird folgende Anwendung empfohlen:

- Lycopodium clavatum C1000 (flüssig): 5 Tropfen in 1 Esslöffel Wasser, jeweils dienstags und samstags einnehmen (bitte 20 ml bestellen).
- Calcarea phosphorica D6: 25 Globuli, zweimal täglich einnehmen (bitte 100 g bestellen).

Zusätzlich austesten, ob folgende Mittel ergänzt werden sollen:

- Natrium muriaticum D30: 25 Globuli, zweimal täglich einnehmen (bitte 100 g bestellen).
- Cuprum arsenicosum C200: 25 Globuli, zweimal täglich einnehmen (bitte 100 g bestellen).

Setze die Einnahme für mindestens drei Monate fort bzw. solange, bis sich die Symptome bessern. Halte bei allen Gaben einen zeitlichen Abstand von 30 Minuten zum Essen, Trinken und Zähneputzen ein. Wir empfehlen begleitend zu diesem Protokoll eine Haar-Mineralstoff-Analyse. Diese kannst du über die TORRE GmbH beziehen: Neunhofer Hauptstraße 78, 90427 Nürnberg, www.torre.de. Mit dem Hinweis auf eine Mitgliedschaft bei Natürlich Gesund e.V. erhältst du den Test zum günstigen Therapeutenpreis.

Heilung für die Leber

von Joachim Wohlfeil



Entgiftung, Unterstützung, Regeneration

Was die Leber braucht, ist wie bereits beschrieben, keine kurzfristige extreme Maßnahme, sondern eine kontinuierliche Versorgung mit geeigneten Hilfsstoffen. Die wichtigsten Faktoren sind der Schutz der Leberzellen, die Unterstützung aller Entgiftungsphasen und die Gewährleistung einer sicheren Ausscheidung.

Was der Leber hilft

Bitterstoffe regen die Produktion von Gallensaft an und aktivieren die Leber. Dadurch verbessert sich die gesamte Leberfunktion und die Verdauung wird entlastet. Besonders wirksam sind Bitterstoffe in Form von Bitterlust, eingenommen 15 bis 30 Minuten vor den Mahlzeiten.

Capsaicin wirkt als kraftvoller natürlicher Leberreiniger. Es schützt die Leberzellen vor schädlichen Stoffen, fördert ihre Regeneration und kann sogar fibrotische Prozesse – also die fortschreitende Vernarbung des Lebergewebes – verlangsamen oder stoppen. Empfehlenswert sind 1–2 Tropfen Chili-Tinktur in einem Glas Wasser, zwei Mal täglich eingenommen. Achtung: sehr scharf!

Essenzielle Aminosäuren (EAAs) sind unverzichtbar für die Reparatur und Neubildung von Gewebe. Eine ausreichende Eiweißversorgung ist lebenswichtig, liefert Energie und ermöglicht erst die Regeneration der Leberzellen. Ohne genügend Aminosäuren kann sich die Leber nicht erholen.

Basentee, wie der „7 × 7 Kräutertee“, unterstützt die Entgiftung sanft, reguliert den Säure-Basen-Haushalt und enthält viele traditionelle Leberkräuter. Zwei bis drei Tassen täglich sind empfehlenswert – gerne aber auch mehr.

Hepasedam ist ein pflanzlicher Extrakt zur Unterstützung der Leberregeneration. Das flüssige Präparat kombiniert hochwertige Pflanzenstoffe, die speziell für die Belastungen des modernen Lebens entwickelt wurden. Es eignet sich auch hervorragend bei entzündlichen Prozessen wie Hepatitis oder anderen Leberbelastungen. Bezug über NHO.

Und natürlich der Leberwickel – sanfte Wärme für ein starkes Entgiftungsorgan

Der Leberwickel zählt zu den ältesten naturheilkundlichen Anwendungen zur Unterstützung der Leber. Er wird bis heute in Kliniken für Naturheilkunde, in Fastenhäusern und von Heilpraktikern eingesetzt. Die Kombination aus feuchter Wärme und tiefer Entspannung verbessert nachweislich die Durchblutung im Oberbauchbereich, fördert die Gallensekretion und entlastet so die Verdauungsorgane. Gleichzeitig wirkt der Leberwickel beruhigend auf das vegetative Nervensystem – eine entscheidende Voraussetzung für die Regeneration und den nächtlichen Entgiftungsstoffwechsel der Leber.

Für einen klassischen Leberwickel benötigst du eine Wärmflasche, einen Waschlappen, ein großes Handtuch, Schafgarbe oder Heublumen sowie eine warme Decke. Laut traditioneller Organuhr ist die ideale Zeit für den Wickel zwischen 1 und 3 Uhr nachts – der Phase, in der die Leber energetisch am aktivsten ist. Alternativ eignet sich auch der späte Nachmittag, wenn der Körper zur Ruhe kommt und Wärme besonders gut verarbeiten kann.

Zuerst fülle die Wärmflasche mit heißem Wasser. Der Waschlappen wird ebenfalls in sehr heißes Wasser getaucht und gut ausgewrungen. Besonders wirkungsvoll ist eine Kräuterabkochung aus Schafgarbe oder Heublumen: Dafür die Kräuter etwa zehn Minuten ziehen lassen und den Waschlappen darin tränken. Beide Pflanzen sind bekannt für ihre krampflösenden, durchblutungsfördernden und leberstärkenden Eigenschaften. Lege dich danach bequem auf den Rücken. Platziere den heißen Waschlappen auf der Leberregion unterhalb des rechten Rippenbogens und lege die Wärmflasche darauf. Anschließend umwickle alles mit einem großen Handtuch und decke dich warm zu. Der Wickel sollte etwa 45 Minuten einwirken. Die feuchte Wärme öffnet die feinen Blutgefäße, entspannt die Leberkapsel und kann so Druckgefühl, Völlegefühl oder stressbedingte Verspannungen im Oberbauch lindern. Viele Menschen berichten danach von einem Gefühl tiefer Ruhe, verbessertem Schlaf und einer spürbaren Erleichterung im Verdauungstrakt.

Lebensmittel, die die Leber wirksam unterstützen

Knoblauch enthält zahlreiche schwefelhaltige Verbindungen wie Allicin sowie das wichtige Spurenelement Selen. Beide Substanzen spielen eine zentrale Rolle bei der Aktivierung der körpereigenen Entgiftungsenzyme, insbesondere der Glutathion-S-Transferasen. Diese Enzymgruppen schützen die Leber vor Zellschäden, neutralisieren Giftstoffe und fördern deren Ausscheidung. Schwefelverbindungen unterstützen zudem die Phase-II-Entgiftung, bei der toxische Stoffe wasserlöslich gemacht und über Nieren oder Galle ausgeschieden werden.

Grüner Tee ist reich an Catechinen, insbesondere Epigallocatechingallat (EGCG). Diese sekundären Pflanzenstoffe wirken stark antioxidativ, entzündungshemmend und schützen Leberzellen vor oxidativem Stress – einem der Hauptfaktoren bei der Entstehung von Fettleber, Hepatitis und Fibrose. EGCG verbessert nachweislich den Fettstoffwechsel, reduziert die Einlagerung von Triglyceriden in der Leber und kann so einer nicht-alkoholischen Fettleber (NAFLD) entgegenwirken.

Avocados enthalten Glutathion-Vorstufen, gesunde Fette und antioxidative Pflanzenstoffe. Studien zeigen, dass regelmäßiger Verzehr (etwa ein bis zwei Avocados pro Woche über einen Monat) die Regeneration geschädigter Leberzellen fördern kann. Die in Avocados enthaltenen einfach ungesättigten Fettsäuren senken zusätzlich entzündliche Prozesse und stabilisieren die Leberzellmembranen, wodurch die Entgiftungsleistung verbessert wird.

Walnüsse liefern Omega-3-Fettsäuren, Arginin und Polyphenole, die Entzündungen hemmen, den Fettstoffwechsel regulieren und die Durchblutung der Leber verbessern. Omega-3-Fettsäuren reduzieren die Einlagerung von Fett in die Leber und verringern gleichzeitig oxidativen Stress. Walnüsse fördern außerdem die Bildung von Glutathion und unterstützen damit die Regeneration der Leberzellen.

Grüne Smoothies, reich an Chlorophyll, Bitterstoffen und Ballaststoffen, entlasten die Leber gleich mehrfach: Sie fördern die Darmgesundheit (was entscheidend für die Ausleitung von Toxinen ist), verbessern die Gallentätigkeit und liefern Antioxidantien, die freie Radikale neutralisieren. Eine gesunde Darmbarriere reduziert gleichzeitig die Belastung der Leber durch bakterielle Endotoxine.

Ernährung als Basis jeder Leberregeneration

Kohlenhydrat- und zuckerarme Mahlzeiten entlasten den Stoffwechsel und reduzieren die Bildung von Fett in der Leber. Insbesondere Fruktose – oft aus Softdrinks, Säften oder Fertigprodukten – wird fast ausschließlich in der Leber verstoffwechselt und kann dort sehr schnell eine Fettleber fördern. Der vollständige Verzicht auf Alkohol und Nikotin ist für jede Form der Leberreparatur essenziell, da beide Substanzen direkt lebertoxisch wirken und Entzündungsprozesse verstärken. Trinke viel zuckerfreien Kräutertee oder Wasser. Kräutertees mit Mariendistel, Löwenzahn, Fenchel oder Brennnessel unterstützen die Leber- und Nierenfunktion und verbessern die Ausscheidung von Stoffwechselprodukten. Verzichte auf Softdrinks, Cola, Limonaden, Energydrinks und auch auf vermeintlich „natürliche“ Fruchtsäfte.



KURZNACHRICHTEN

Gemeinsam Wissen teilen: Unsere neue PDF-Bibliothek braucht dich!

Auf unserer Vereins-Webseite entsteht gerade etwas Besonderes: Wir bauen eine digitale Bibliothek für ganzheitliche Gesundheit auf. Unser Ziel ist es, eine wahre Schatzkiste voller Wissen zu schaffen – mit kostenlosen E-Books, Skripten und Manuskripten im PDF-Format, die für alle Mitglieder frei zugänglich sind.

Und hier kommst du ins Spiel!

Hast du wertvolle Unterlagen, selbst geschriebene Skripte, lizenzfreie Bücher oder Texte zu Themen wie Naturheilkunde, Ernährung, Achtsamkeit oder alternativen Heilmethoden in deiner „digitalen Schublade“ liegen?

Wenn du Dokumente besitzt, die du der Gemeinschaft kostenlos zur Verfügung stellen möchtest, schicke sie uns einfach per E-Mail zu. Egal ob kurzes Protokoll oder umfangreiches Manuskript – jeder Beitrag hilft uns dabei, das Wissen über ganzheitliche Gesundheit weiter zu verbreiten.

Wichtiger Hinweis zum Urheberrecht:

Bitte achte darauf, dass du nur Dokumente einreichst, an denen du selbst die Urheberrechte hältst oder die ausdrücklich als lizenzfrei (z. B. Public Domain oder passende Creative Commons Lizenzen) gekennzeichnet sind. Mit der Zusendung bestätigst du uns, dass wir diese Inhalte kostenlos auf unserer Vereins-Webseite für die Mitglieder bereitstellen dürfen. Danke!

Buchvorstellungen



Das Jugendbuch „Mission Emotion“: Was Jugendliche fühlen – und oft für sich behalten!

Sechs Jugendliche, sechs Geheimnisse – und eine Einladung, die alles verändert.

Nick, Nina, Chayenne, Eolan, Leandro und Jules haben wenig gemeinsam, außer Themen, über die sie mit niemandem sprechen. Eine geheimnisvolle Nachricht bringt sie zusammen. In einem ungewöhnlichen VR-Spiel begegnen sie nicht nur einander, sondern auch sich selbst – ihren Gefühlen und dem, was sie bisher verborgen gehalten haben.

Was folgt, ist eine Reise durch Themen wie Mobbing, Ausgrenzung, Leistungsdruck, familiäre Belastungen, Selbstzweifel, Scham und unterdrückte Wut. „Mission Emotion“ zeigt nicht nur, was Jugendliche erleben, sondern wie es sich innerlich anfühlt – und warum sie ihre Gefühle oft nicht teilen.

Im Verlauf der Geschichte lernen die Jugendlichen eine einfache Klopftechnik und Übungen zur emotionalen Selbstregulation kennen, die ihnen helfen, mit ihren Gefühlen anders umzugehen. Ergänzend vermittelt das Buch verständlich, wie Stress und Emotionen im Körper entstehen und warum Veränderung nicht allein durch Denken gelingt.

Das Buch richtet sich an Jugendliche und an Erwachsene, die einen Zugang zur inneren Welt junger Menschen suchen.

Simone Jahn lebt in Hessen und ist Mitglied von Natürlich Gesund. Durch ihre eigene Biografie und die Arbeit mit Pflegekindern entwickelte sie ein besonderes Interesse für emotionale Entwicklung und Selbstregulation. Sie absolvierte Ausbildungen zum Meridian-Energie-Technik-Master-Coach bei Rainer Franke sowie zum Matrix Reimprinting Professional bei Eva Gerigk.

Taschenbuch bei Amazon 16,99 €

ISBN-13: 979-8249954994

oder direkt bei Simone bestellen unter:

feel_tap_change@web.de

Würfelmagie - Ein Begleiter zur sanften Auflösung innerer Blockaden.

Dieses Buch lädt dich auf eine spielerische, tief transformierende Reise zu dir selbst ein. Mithilfe zweier Würfel offenbaren sich dir Themen, Störfelder, Blockaden und vieles mehr – nicht mit dem Verstand, sondern intuitiv, geführt durch Energie und Resonanz. Der Wurf ist ein Impuls und bringt genau das Thema an die Oberfläche, das jetzt bereit ist, angeschaut und erlöst zu werden.



Mit zwei einfachen Würfeln öffnest du ein Tor zu deinem inneren Wissen. Du brauchst keine komplizierten Rituale – nur die Bereitschaft zu vertrauen, dich einzulassen und dich liebevoll zu begleiten.

Die beiden Autorinnen Andrea Köhler und Beate Bender-Bies gehen gemeinsam den Weg der Heilung, der Transformation und des Wachstums. Unsere Verbindung ist gewachsen und hat sich in einer tiefen Freundschaft verankert, die uns in all unseren Projekten und Visionen trägt. Sie schreiben über sich: „Wir haben uns weitergebildet – unter anderem als Impulsbehandlerinnen und Gesundheitsberaterinnen bei Natürlich Gesund e.V., was unser Verständnis von ganzheitlicher Heilung und Gesundheit noch weiter verstärkt hat. Es ist uns ein Herzensanliegen, unseren Klienten nicht nur Methoden und Techniken zu vermitteln, sondern sie individuell zu begleiten und auf ihre einzigartigen Bedürfnisse einzugehen. Unsere Berufung hat uns so stark miteinander verbunden, dass unser erstes Buch „Würfelmagie“ entstanden ist. Dieses Buch ist nicht nur eine Sammlung von Wissen, sondern ein Leitfaden, den wir auch in unseren Kursen einsetzen, um Menschen auf ihrem eigenen Weg zur Heilung und Klarheit zu unterstützen. Unsere Arbeit basiert auf Vertrauen, Achtsamkeit und einer tiefen Verbindung zu uns selbst und zu unseren Wegbegleitern. Wir freuen uns, ein Teil auf deinem Weg sein zu dürfen – sei es durch eine Sitzung, ein Buch, oder in einem unserer Kurse.“

Das Buch 25,00 € - zzgl. Versand und wird hier bestellt:
<https://energiewirkt.de/Shop/>

Die 12 Säulen der Gesundheit

Beschreibung zum Poster

Krankheiten sind kein zufälliges oder biologisches Geschehen, sondern die Folge von Ungleichgewichten in 12 zentralen Lebensbereichen. Die Bereiche und damit auch die Heilungsansätze sind an der TCM-Meridianuhr orientiert. Sie bilden die Grundlage für eine ganzheitliche, erfolgreiche Behandlung.

12 Uhr: Nahrungsergänzungen - Psyche

Ein massiver Mangel an Mikronährstoffen schwächt die Zellfunktion. Hochwertige Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente füllen leere Depots auf. Synergien aus Heilkräutern und Heilpilzen (wie Reishi) wirken zusätzlich regulierend und stärken den Körper, den Geist und die Psyche.

14 Uhr: Darmregeneration

Darmprobleme und Parasiten belasten das Immunsystem durch Toxine. Eine gezielte Darmreinigung und Milieuanierung entzieht Krankheitserregern den Nährboden. Durch natürliche Mittel und hochwertige Probiotika wird die Barrierefunktion gestärkt und Entzündungen gelindert.

16 Uhr: Entschlackung – Ausleitung

Nach Peter Jentschura entstehen Krankheiten durch die Ablagerung von Neutralsalzen (Schlacken). Die Lösung liegt im „Dreisprung der Entschlackung“: Schlackenlösung durch Kräutertee, Neutralisierung mittels mineralstoffreicher Kost/Nahrungsergänzungen und Ausleitung über basische Körperpflege. So wird das Säure-Basen-Gleichgewicht wieder hergestellt. Die Ausleitung wird unterstützt durch die Breußmassage, die Honigmassage, Detox-Bäder und andere Verfahren.

18 Uhr: Schlafplatz, Zähne, Wasser

Störfelder am Schlafplatz (Elektrosmog, Wasseradern, Handy) oder tote Zähne (chronische Entzündungsherde) belasten das Immunsystem dauerhaft. Eine Schlafplatzuntersuchung, sowie eine ganzheitlich zahnmedizinische Sanierung, schalten diese Stressoren aus und ermöglichen echte Regeneration. Trinkwasser muss wirklich „sauer und energiegeladen“ sein.

20 Uhr: Basische Lebensweise

Eine falsche Ernährung schwächt den Körper und fördert Entzündungsprozesse. Zur Normalisierung des Stoffwechsels empfiehlt sich eine besondere Kost. Klar ist, dass Zucker, Weißmehlprodukte und Schweinefleisch nicht dazu gehören. Basische Anwendungen mit Bädern oder Wickeln, gehören zur basenüberschüssigen Lebensweise, genauso wie Selbsthilfebungen und Bewegung.

22 Uhr: Traumata und Emotionen

Diese sind oft tiefliegende Krankheitsursachen. Zur Heilung helfen eine Traumaharmonisierung, die das Nervensystem sanft reguliert, Bachblüten zur Balance der Gefühlszustände oder Familienaufstellungen.

24 Uhr: Energie

Narben, Entzündungen und andere energetische Blockaden führen zu „Belastungen“. Heilung ist nur möglich, wenn der Mensch wieder in seine eigene Energie findet und der Fluss der Energien ermöglicht wird.

2 Uhr: Entgiftung – Stoffwechsel

Ein wesentlicher Krankheitsfaktor ist die Ansammlung von Giftstoffen durch Umwelt, Nahrung oder Medikamente, die das Immunsystem überlasten. Eine systematische Entgiftung ist daher zentraler Bestandteil des Weges zurück zur Gesundheit.

4 Uhr: Atmung

Krankheiten entstehen oft durch Sauerstoffmangel und mangelnde Bewegung. Sie lassen sich durch gezielte Atemtherapie, zum Beispiel Pranayama, zum Positiven wandeln. Ergänzend ist moderate Aktivität an der frischen Luft nötig. Beides kurbelt die Oxidation in den Zellen an und verhindert, dass sich Schlacken ansammeln. Eine Ayurvedakur ermöglicht es.

6 Uhr: Geistige Zusammenhänge

Hier wird an der seelischen Wurzel angesetzt. Durch spirituelle Heilarbeit oder Gebete werden Selbstheilungskräfte aktiviert. Besonders bei psychosomatischen Leiden, chronischen Schmerzen, Ängsten oder Erschöpfung liegen oft geistige Ursachen vor.

8 Uhr: Manuelle Behandlungen

Sie lösen Blockaden an der Wurzel: Die Impulsbehandlung korrigiert sanft Fehlstellungen der Wirbel, während Faszienarbeit verklebtes Gewebe befreit. Die Honigmassage entgiftet tief über die Haut und die Ayurveda-Massagen bringen den Energiefluss ins Lot.

10 Uhr: Stärkung der Lebenskraft

Mehrwertiger Sauerstoff, CDL oder energetische Anwendungen stehen für einen ganzheitlichen Ansatz zur Aktivierung der Lebensenergie. Sie sollen den Organismus dabei unterstützen, innere Balance zu finden und die natürlichen Regenerationsprozesse anzuregen. Für viele Menschen sind sie ein Baustein auf dem Weg zu mehr Vitalität, Wohlbefinden und Lebensfreude.



Natürlich Gesund e.V.

Akademie: Ausbildungen zum Gesundheitsberater,
Behandler, Massagepraktiker, Systemischer Aufsteller
Berufsverband: Beratung & Betreuung, Rechtsvertretung

www.ngev.org



Literatur	Titel / Autoren	Meridiane	Behandlungsansatz	Bemerkungen & Empfehlungen
	Broschüre Beschreibung und Einnahme von Nahrungsergänzungen Joachim Wohlfeil & Laura Auel	12 Uhr Herz Meridian	Nahrungsergänzungen - Psyche Vitamine, Mineralstoffe, Kräuter, Strophanthin, Traumalösung Familienstellen u.a.	
	Broschüre Darm Reinigung & Sanierung Joachim Wohlfeil & Laura Auel	14 Uhr Dünndarm Meridian	Darmregeneration Darmreinigung, Darmpflege, Darmflora Aufbau, Parasiten, Darmkurpaket u.a.	
	Broschüre Gesund durchs Leben I Joachim Wohlfeil & Laura Auel	16 Uhr Blase Meridian	Entschlackung - Ausleitung Schlackenlösung, Basische Körperpflege, Breuß-Energie-Massage, Mineralstoffzufuhr u.a.	
	Buch Gesund Wohnen Gesund Schlafen Joachim Wohlfeil	18 Uhr Nieren Meridian	Schlafplatz – Zähne - Wasser Entfernen von Störungen, Wasseroptimierung, Tote Zähne, Weisheitszähne, Harmonisierung Wohnumfeld u.a.	
	Broschüre Basische Gesundheit Joachim Wohlfeil & Laura Auel	20 Uhr Kreislauf Sexus Meridian	Basische Lebensweise Basische Anwendungen Gesunde Ernährung, Lebensstil Selbsthilfeübungen, Bewegung u.a.	
	Buch Die seelischen Ursachen der Krankheiten Björn Eybl	22 Uhr Dreifach Erwärmer Meridian	Trauma – Emotionen Familienstellen, Bachblüten Traumaharmonisierung Konfliktfindung u.a.	
	Broschüre Energetische Behandlungen Joachim Wohlfeil & Laura Auel	24 Uhr Gallen Meridian	Energetische Behandlungen Belastungen aus dem Körper ziehen Narben-/Meridianbehandlungen Energieausgleich	
	Broschüre FAQ - Wir beantworten Ihre Fragen Auel, Wohlfeil & Weiß	2 Uhr Leber Meridian	Entgiftung - Stoffwechsel Schwer-/Leichtmetallausleitung, Impfungen, Stoffwechsoptimierung, Detoxanwendungen, Spike u.a.	
	Broschüre Natural Paradise Ayurclinic Natürlich Gesund e.V. & Dr. Rohit Borcar	4 Uhr Lungen Meridian	Atmung - Selbsthilfeübungen Atemtechniken, Spiralmuskeltraining, Yoga, Tai-Chi, Traktionsliege u.a.	
	Broschüre Placebo, Selbstheilung & Geistheilung J. Wohlfeil & L. Auel	6 Uhr Dickdarm Meridian	Geistige, spirituelle Heilung Vertrauen, Hoffnung, Glaube, Selbstregeneration, Heilgebete, emotionale Gesundheit, u.a.	
	Buch Handbuch für sanfte Hilfe für Rücken und Gelenke Joachim Wohlfeil	8 Uhr Magen Meridian	Manuelle Behandlung Dornimpulsbehandlungen Faszienarbeit, Honigmassage Ayurvedamassage, Aufrichtung u.a	
	Broschüre Gesund durchs Leben II Joachim Wohlfeil & Laura Auel	10 Uhr Milz Pankreas Meridian	Stärkung der Lebenskraft Mehrwertiger Sauerstoff, energetische Mittel, Bitterstoffe, CDL, Lebensbejahung u.a.	

Alle empfohlenen Literaturangaben findest Du kostenlos zum Download auf der Webseite von Natürlich Gesund e.V.
www.ngev.org unter der Rubrik Medien – Bücher / Broschüren / Materialien.

Weihrauch bei Beschwerden des Bewegungsapparates

von Joachim Wohlfeil

Chronische Beschwerden des Bewegungsapparates wie Arthrose, Wirbelsäulensyndrome oder muskuläre Schmerzen stellen für viele Betroffene eine erhebliche Einschränkung der Lebensqualität dar. Nicht immer führen konventionelle Therapien wie Schmerzmittel, Physiotherapie oder Injektionen zu einer ausreichenden und nachhaltigen Besserung. Pflanzliche Präparate mit entzündungshemmenden Eigenschaften gewinnen daher zunehmend an Bedeutung. Weihrauch (*Boswellia serrata*) wird seit langem in der Naturheilkunde eingesetzt und zeigt in Studien entzündungshemmende Effekte. Die folgenden Fallbeispiele aus der Praxis zeigen, wie Weihrauchkapseln unterstützend bei unterschiedlichen chronischen Beschwerdebildern eingesetzt werden konnten.

1. Fallbericht

Ein 60-jähriger Mann litt seit dem Jahr 2019 unter zunehmenden Schmerzen im linken Kniegelenk, insbesondere bei Belastung wie Gehen, längerem Stehen und beim Autofahren. Die Beschwerden schränkten seine Mobilität und Lebensqualität deutlich ein. Eine MRT-Untersuchung ergab den Befund einer fortgeschrittenen Kniearthrose dritten bis vierten Grades. Aufgrund des Schweregrades der Arthrose wurde dem Mann eine operative Versorgung empfohlen. In den folgenden Jahren wurden verschiedene konservative Therapieverfahren durchgeführt, darunter Physiotherapie, Magnetfeldtherapie und Akupunktur. Unter diesen Maßnahmen kam es zwar zu einer leichten Reduktion der Schmerzen, insgesamt blieben die Beschwerden jedoch weiterhin deutlich spürbar und belastend.

Im weiteren Verlauf begann der Mann eine Behandlung mit Weihrauchkapseln in einer Dosierung von zweimal täglich zwei Kapseln. Bereits nach einiger Zeit zeigte sich eine ausgeprägte Besserung der Symptomatik. Die zuvor bestehenden Schmerzen nahmen in allen Belastungssituationen deutlich ab. Durch die nachhaltige Reduktion der Beschwerden war eine operative Behandlung schließlich nicht mehr erforderlich. Der Mann konnte seine Alltagsaktivitäten wieder weitgehend schmerzfrei ausüben und berichtete über eine deutlich gesteigerte Lebensqualität.



2. Fallbericht

Eine 57-jährige Frau befand sich aufgrund chronischer Schmerzen im Schulter-, Nacken- und Kreuzbeinbereich bereits in Frührente. Die Beschwerden strahlten bis in das Becken aus und bestanden seit vielen Jahren. Zusätzlich war bereits vor etwa 15 Jahren eine Arthrose

im Hüftgelenk diagnostiziert worden. Begleitend litt sie unter Reizdarmbeschwerden mit Übelkeit und Bauchschmerzen, Gangunsicherheit sowie ausgeprägter Müdigkeit. Die Lebensqualität war stark eingeschränkt. Sie befand sich in neurologischer Behandlung und nahm unter anderem Vitamin D ein.

Nach Beginn der Einnahme von Weihrauchkapseln in einer Dosierung von zweimal täglich zwei Kapseln zeigte sich innerhalb von etwa zwei Monaten eine deutliche Besserung. Die Muskelschmerzen gingen deutlich zurück, die Müdigkeit verschwand weitgehend und auch die Darmbeschwerden besserten sich spürbar. Aufgrund der positiven Wirkung nimmt sie den Weihrauch weiterhin ein, um den erreichten Zustand zu stabilisieren und weiter zu verbessern.

3. Fallbericht

Ein 75-jähriger Mann litt unter starken Schmerzen im Schulterbereich und in der Lendenwirbelsäule mit Ausstrahlung in das linke Bein. Es wurde eine Spinalkanalstenose auf Höhe LWK 3–4 diagnostiziert. Zusätzlich bestanden Schmerzen im Arm- und Ellenbogenbereich bei diagnostiziertem Impingement-Syndrom, bestätigt durch MRT. Zuvor hatte er unter anderem Diclofenac, Akupunktur und Physiotherapie erhalten, jedoch jeweils nur mit kurzfristigem Erfolg.

Die Behandlung erfolgte mit zweimal täglich zwei Weihrauchkapseln sowie zusätzlich vier Impulsbehandlungen bei „Natürlich Gesund“.

Unter dieser Therapie verschwanden die Schmerzen in den Beinen und im Rücken vollständig. Die Beschwerden in Schulter und Arm verbesserten sich um etwa 80 Prozent. Aufgrund des sehr guten Erfolges wird die Behandlung in vierwöchigen Abständen fortgeführt. Als nächster Schritt ist eine entzündungsreduzierende Ernährungsumstellung geplant.

Weiterlesen auf Seite 16

4. Fallbericht

Ein 64-jähriger Mann befand sich aufgrund chronischer Schmerzen bereits im vorzeitigen Ruhestand. Er litt unter Ischiasbeschwerden, starker Tagesmüdigkeit sowie Krämpfen in den Beinen und Wadenschmerzen. Im Röntgenbild zeigte sich ein deutlicher Verschleiß der Hüfte. Bereits zuvor nahm er Omega-3-Fettsäuren und Vitamin D ein.

Die Therapie bestand aus der Einnahme von zweimal täglich zwei Weihrauchkapseln sowie begleitenden Impulsbehandlungen durch die Gesundheitsberaterinnen auf manueller, energetischer und emotionaler Ebene. Im Verlauf kam es zu einer deutlichen Reduktion der Tagesmüdigkeit und zu einer starken Abnahme der Ischiasschmerzen. Der Mann fühlt sich insgesamt deutlich besser und wird weiterhin therapeutisch begleitet.

Fazit

Die dargestellten Fallbeispiele zeigen, dass Weihrauchpräparate bei unterschiedlichen chronisch-entzündlichen und degenerativen Beschwerden des Bewegungsapparates eine sinnvolle unterstützende Therapieoption darstellen können. Insbesondere bei Patienten, die auf klassische konservative Maßnahmen nur unzureichend ansprechen, kann der Einsatz von Weihrauch zu einer spürbaren Reduktion von Schmerzen und zu einer Verbesserung der Lebensqualität beitragen. Trotz der positiven Erfahrungen ersetzen solche Fallberichte jedoch keine kontrollierten klinischen Studien. Sie verdeutlichen jedoch das therapeutische Potenzial von Weihrauch als begleitende Maßnahme in einem ganzheitlichen Behandlungskonzept.

Tätowierungen aus

von Esther Himmel

Seit Urzeiten begleiten uns Zeichen, die der Mensch unter der Haut trägt. Unsere Vorfahren trugen diese Tätowierungen aus unterschiedlichsten Gründen. Diese Muster und Symbole haben einen faszinierenden Zweck, der von Schutz, Schmuck bis hin zu Heilsymbolen reicht. Auf diesen kleinen Exkurs nehme ich euch mit, um das allgemeine, oberflächliche Bild von Tattoos tiefgründig zu erweitern.

Wer bin ich?

Mein Name ist Esther Himmel, ich bin seit fast 25 Jahren Profi-Tätowiererin und durfte durch diese Hautkunst schon viel von der Welt sehen und zahlreiche wunderbare Menschen kennenlernen. Als ich vor einigen Jahren meinen Horizont erweiterte und die Ausbildung zur Gesundheitsberaterin bei Joachim und Laura absolvierte, entdeckte ich immer mehr Parallelen zwischen der Körperkunst und der Heilkunst – Parallelen, die ich euch hier näherbringen möchte.

Tattoos und Heilkunde

Zu Beginn meiner Karriere fiel mir ein Buch in die Hände, das die Glaubensgeschichte eines polynesischen Inselvolkes beschreibt. Dort ließ man sich Bilder von heilenden Kräutern tätowieren, da man glaubte, dass diese im Reich der Toten leuchten und ihnen den Weg durch die Dunkelheit über die Brücke weisen. Betrachtet man das mit dem heutigen Wissen, dass alles eine eigene Frequenz hat, wird klar: Auch diese tätowierten Kräuter konnten durch ihre Symbolik und den Glauben an Heilung wirken. Die ersten Farben bestanden aus Holzkohle, Asche und anderen natürlichen Materialien. Der römische Arzt Aetius hatte ein Rezept für Tattoo-Farbe, das aus Kiefernrinde, korrodierter Bronze, Essig, Insekteneiern und Vitriol bestand.

Selbst Ötzi, die Gletschermumie, trug 61 Tattoos auf seinem Körper. Leider kann er uns nicht mehr verraten, welche Bedeutung die Striche und Kreuze hatten. Die Platzierung dieser Tattoos ist für die Wissenschaft sehr interessant, da sie auf Akupunkturpunkten lagen. Eine medizinische Studie aus dem Jahr 2012 zeigte sogar, dass Tätowierungen auf Akupunkturpunkten durchaus heilende Wirkung haben. Seit Jahrhunderten und quer durch alle Kulturen fällt auf, dass Tätowierungen mit ihrer Symbolik und Technik durch die Verletzung der Haut das Immunsystem herausfordern und dadurch die Gesundheit stärken.

ganzheitlicher und spiritueller Sicht

In Regionen von Ägypten bis Südafrika wurden Tattoos sogar als eine Art Impfung gestochen. Bei den Berbern und den Völkern Samoas ließ man sich gegen Rheuma tätowieren. Auch die Inuit nutzten tätowierte Symbole als Schutz vor Krankheiten.

Anlässe zum Tätowieren

Ebenso interessant sind die Anlässe, aus denen Menschen sich tätowieren lassen. Es gibt natürlich unzählige Gründe, doch kulturell begleiten uns Tätowierungen vor allem bei Lebensabschnitten wie freudigen Ereignissen und Initiationsriten – besonders häufig aber auch im Umgang mit Trauer. Tätowierungen, die aus Trauer angefertigt werden oder an einen geliebten Menschen oder ein verstorbenes Tier erinnern, helfen vielen Menschen auf seelischer Ebene, besser damit umzugehen. Oft höre ich nach dem Abheilen eines Tattoos, wie sehr es meinen Kunden dabei hilft, ihren Frieden mit dem traurigen Ereignis zu machen. Es ist mir deshalb wichtig, hochschwingende Symbole und Motive anzufertigen. Ich fühle eine Verantwortung, positive Bilder zu gestalten, die dem Träger ein gutes Gefühl geben – auch wenn sie einen schweren Lebensabschnitt symbolisieren. Tattoos können Mut schenken, Kraft geben oder Träume sichtbar machen. Andere Hautbilder erzählen Lebensgeschichten der Träger oder zeigen Bilder der Schöpfungsgeschichte.

Wer hat früher tätowiert?

Früher durften Tätowierungen oft nur von Schamanen, Priestern oder Eingeweihten gestochen werden. Aus diesem Grund lege ich großen Wert auf den Prozess, sich bewusst für ein Motiv zu entscheiden, mit dem man sich wohl fühlt und welches künstlerisch einmalig ist, etwas ganz Besonderes eben. Eine Begegnung im Sommer 2025 mit einer interessanten Frau aus Ungarn bestätigte mich in meiner Wahrnehmung. Sie hatte die Gabe, die Energie von Tattoos zu spüren bzw. zu fühlen und sagte mir, dass sie sogar spüren könne, ob ein guter oder schlechter Mensch das Tattoo gestochen hat. Das von ihr zu erfahren, machte mich sehr glücklich und erweiterte meinen Horizont.

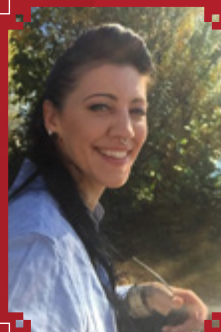
Der Prozess eine Tätowierung anzufertigen ist für mich eine Art Ritual, bei dem mir ein Mensch sein Vertrauen schenkt und ich für diejenige/denjenigen mit all meinem Können ein Wunschmotiv auf der Haut umsetze. Auf diesem Weg führe ich die Person gelassen durch den Schmerz, damit er/sie am Ende stolz ein wertvolles Hautbild trägt.

Die Parallele, die ich auch zu meiner Heilarbeit mit Himmelskraft spüre, ist die, dass ich Menschen auf ihrem Lebensweg voller Vertrauen begleiten darf, sei es durch ein Hautbild oder durch meine energetische Arbeit. Alles im Universum ist miteinander verbunden – und so auch diese beiden Berufe.

Ich hoffe, ich konnte euch einen kleinen Einblick in die Welt der Körperkunst geben. Mein Himmelsblut-Atelier sowie mein Heilraum Himmelskraft liegen am Waldrand in einem liebevoll und ökologisch sanierten Tiny House.

Bei Interesse an einer individuellen Tätowierung oder an meiner Heilarbeit könnt ihr mich gerne unter folgender Nummer kontaktieren oder schaut euch gern meine Instagram-Profil an:

@esther_himmel & @himmelskraft_heilenergie
Esther Himmel, 02306-978669
www.himmelsblut.art



Autorin

Esther Himmel

Mitglied von Natürlich Gesund

Tätowierungen und Kunstgalerie

Tel.: +49 (0)2306-978669

www.himmelsblut.art

Sichtbar werden, ohne sich zu verbiegen

von Joachim Wohlfeil

**Wir freuen uns auf den Start
am 12. September 26 mit Dir!**

Das ist kein üblicher Marketingkurs. Vor allem brauchst Du später nicht verkaufen müssen. Wir zeigen Dir einen strukturierten Weg, wie Du unternehmerische Klarheit gewinnst, lernst Deine Arbeit sichtbar zu machen und Schritt für Schritt in eine stabile, planbare Zukunft hineinzuwachsen, ohne Dich zu verbiegen und ohne rechtliche Grauzonen. Das Kursziel ist mit einem Zeitaufwand von 5 – 7 Stunden die Woche mit den im Kurs enthaltenen Informationen erfolgreich umsetzbar. Du wünschst Dir dennoch mehr Begleitung? Du kannst uns jederzeit kostenpflichtig hinzubuchen. Ein Marketingkurs für Mitglieder, Behandler und Gesundheitsberater. Lerne von Claudia Hönig, wie kluges Marketing funktionieren kann, wie erfolgreiches Marketing in Gesundheitsberufen geht!

Die Besonderheiten an diesem Kurs!

- Du bekommst einen Bewerbungsbogen für Deine Klarheit
- Nur 16 TN pro Kurs – nur so ist individuelle Begleitung möglich
- Kickoff Tag – wir legen fest, was Du wirklich brauchst
- Feedback in der gemeinsamen Gruppe
- Eigener Kursbereich mit vielen Videos
- Geringer Preis – Du kannst jederzeit Unterstützung dazu buchen

S. Heilpraktikerin Psychotherapie

„Der Marketing Kurs bei Claudia, war für mich ein entscheidender Schritt an einer Weggabelung in meiner Praxis Selbstständigkeit. Obwohl ich schon 10 Jahre selbstständig arbeite, ist es mir bisher nicht gelungen meine Praxis stabil und profitabel aufzustellen. Claudias Klarheit zu Strukturen und Ausrichtung, sowie ihr geübtes Gespür für das ‚was geht und was nicht geht‘, haben mir geholfen klarer zu sehen, was für mich dran ist. Die klare Aufschlüsselung der jeweils nächsten Schritte und die kleinschnittige Begleitung durch die tollen Videos für die Umsetzung, haben mir sehr geholfen alles aktiv anzugehen. Ich fühle mich sehr gut begleitet und unterstützt und weiß, dass es jetzt auf jeden Fall was wird.“

Dein
11 Wochen-Start
ins Marketing

N. Heilpraktikerin Psychotherapie

„Liebe Claudia! Zuerst wünsche ich dir und deiner Familie frohe Ostern. Und dann möchte ich dir sagen, dass ich tief beeindruckt von den Inhalten deines Kurses bin. Er übersteigt meine Erwartungen bei weitem. Ich auch bin überrascht, was du alles auf den Schirm hast-Inhalte, die mich sehr abholen und die ich teilweise bisher noch gar nicht so in Worte fassen konnte. Die Videos sind kurz, knackig, leicht verständlich und die Themen prima aufgearbeitet. Durch deine Leichtigkeit macht es richtig Spaß, sie an zu schauen, auch wenn es psychisch natürlich stark arbeitet. Wirklich toll! Vielen Dank dafür!“

Wenn du dabei sein möchtest melde dich einfach bei Claudia Hönig. Sie wird mit dir besprechen, ob dieser Kurs das Richtige für Dich ist. Du kannst diesen Kurs alternativ auch als reinen Selbstlernkurs buchen. Wenn Du teilnehmen möchtest, bekommst Du vor unserem Gespräch einen Bewerbungsbogen. So können wir einschätzen, was am besten für Dich geeignet ist und auf Deine Bedürfnisse im Kurs individuell eingehen.



Unternehmensberatung
für Heilberufe

Claudia Hönig

info@erfolg-in-heilberufen.de
www.erfolg-in-heilberufen.de

Kursablauf und Inhalt

Aufmerksamkeit erreichen – Menschen gewinnen, begeistern und halten

Kick-Off Tag am 12.09.2026 / 9:00 Uhr – 16:00

Zoom für Fragen:

15. September 2026 / 17:30 - 19:30 Uhr

Deine Webseite:

22. September 2026 / 17:30 - 19:30 Uhr

Google Unternehmensprofil:

29. September 2026 / 17:30 Uhr – 19:30 Uhr

Psychische Herausforderungen:

06. Oktober 2026 / 17:30 - 19:30 Uhr

Offline bekannt werden:

13. Oktober 2026 / 17:30 - 19:30 Uhr

Zoom für Fragen:

20. Oktober 2026 / 17:30 - 19:30 Uhr

Bonus: Google Ads:

27. Oktober 2026 – 17:30 - 19:30 Uhr

Zoom für Fragen:

03. November 2026 & 10. November 2026 /
17:30 - 19:30 Uhr

Abschlussfeier:

17. November 2026 / 17:30 - 19:30 Uhr

Deine Investition

899 € inkl. Umsatzsteuer (143 € für das Finanzamt)
– einmalig. Ratenzahlung möglich.

Häufige Fragen

Kann ich mir den Kurs leisten?

Du hast so viel Geld in Deine Ausbildungen investiert. Es wäre eine große Tragödie, wenn Du dann am Praxismarketing scheiterst. Deshalb haben wir diesen Kurs ins Leben gerufen. Unser Ziel ist es, dass Du Deinen Traum verwirklichen kannst. Dieser Kurs wird Dich voranbringen und Dir die Umsetzung Deiner Vision ermöglichen. Eine Kundin meinte mal: Ich kann mir nicht leisten, diesen Kurs nicht zu buchen.

Ich kann nicht bei allen Lives dabei sein

Alle Lives werden aufgezeichnet. Deine Fragen kannst Du vorher in der Gruppe stellen. Ich gehe dann im Live darauf ein.

Wie viel Zeit brauche ich pro Woche?

Reserviere Dir pro Woche etwa 5–7 Stunden. Du brauchst die Zeit für die Videos und deren Umsetzung. Manchmal braucht es auch Zeit zum Nachdenken und für Deine Vision.

Für wen ist dieser Kurs?

Dieser Kurs ist perfekt, wenn Du in der Gründungsphase bist, gerade gegründet hast, oder Deine Patienten fehlen. Nutze das kostenfreie Bewerbungsgespräch, um für Dich herauszufinden, ob der Kurs das Richtige für Dich ist. Mir ist wichtig, dass es für Dich passt.

Was mache ich, wenn ich Fragen zu den Videoeinheiten habe?

In der Gruppe ist immer Platz für all Deine Fragen. Profitiere auch von den Antworten und Fragen Deiner Kolleginnen und Kollegen.

Wie viele Videos und Arbeitsblätter sind enthalten?

Mein stetes Bemühen ist, Dir die Informationen so kurz und knackig wie möglich zu liefern. Alles, was Du brauchst, ohne dass es Dich überfordert und unnötig Zeit kostet.

Streptokokkinum

– der homöopathische Gamechanger

von Aleksandar Stefanovic

Bei Ängsten, Blockaden, Konflikten, Traumata, Ausgeschlossenensein, toxischen Beziehungen, Frustrationsdauerschleifen... - ein homöopathisches Mittel als Wegbereiter

Dr. A. Tilch konnte mit dem Homöopathikum STREPTOKOKKINUM und der neuen Zubereitung dieses Mittels STREPTOKOKKINUM-P-T. sehr vielen Patienten helfen. Diese wenig bekannte Nosode hat sich als eine Art Breitspektrum-Homöopathikum, sowohl für körperliche als auch für geistig-seelische Themen verschiedenster Art erwiesen. Die Ähnlichkeitsbeziehung, aufgrund derer Streptokokkinum vielen Menschen Türen öffnen und Wege ebnen helfen kann, ist überindividuell und setzt an der Wurzel unseres „Betriebssystems“ an: Den Urängsten vor dem Leben in bedrohlich erlebter Umgebung – als Folge des Geburtstraumas, das jedem Menschen unbewusst innewohnt und als unterschwelliger „Störfaktor“ unsere Lebenserfahrung in einengender Weise prägt, sowie Beschwerden und Konflikte verursacht. Patienten berichten, dass sie mit Hilfe dieses Homöopathikums zurück zu Harmonie und Flow gefunden haben – raus aus Frust und Unzufriedenheit - sowohl im persönlichen als auch im Familienleben.

Streptokokkinum-P-T: Was ist neu am weiterentwickelten Homöopathikum?

Mit Streptokokkinum-P-T (auch Streptococcus pyogenes Tilch C5) wurde in den letzten Jahren eine weiterentwickelte Form des klassischen homöopathischen Mittels Streptokokkinum eingeführt. Der Ausgangsstoff, das Bakterium, ist derselbe, der entscheidende Unterschied liegt jedoch in der Art der Herstellung. Während das frühere Streptokokkinum in der Regel direkt flüssig potenziert wurde, beginnt die Herstellung von Streptokokkinum-P-T mit einer fünffachen Handverreibung des Ausgangsmaterials mit Milchlucker (C5-Trituration). Erst danach wird das Mittel in weiteren flüssigen Potenzstufen verarbeitet. Nach homöopathischem Verständnis schließt die zusätzliche Verreibungsphase den Ausgangsstoff tiefer auf. In der Praxis wird Streptokokkinum-P-T daher als grundlegender, stabilisierender und in seiner Wirkung breiter beschrieben als die frühere Zubereitung.

Anwendung bei Infekten

Ursprünglich wurde Streptokokkinum in der Homöopathie hauptsächlich für körperliche Beschwerden eingesetzt. Mit diesem Homöopathikum wurden Entzündungen behandelt, insbesondere Streptokokken-Halsentzündungen. Aber auch allgemeine Infektanfälligkeiten, fieberhafte-, grippale und ähnliche Infekte, Infekte der oberen Atemwege, allergisches Asthma und Heuschnupfen haben oft sehr gut auf dieses Mittel reagiert. Auch Folgezustände nach Infekten konnten erfolgreich mit Streptokokkinum behandelt werden. Dazu zählen auch postvirale Erschöpfungssyndrome sowie Impffolgen.

Reduzierung der Stressbereitschaft

Eine wichtige Erkenntnis und Beobachtung aus der Anwendung bei vielen Patienten war die Reduzierung der Stressbereitschaft nach Anwendung von Streptokokkinum. Dies wirkt sich sowohl auf innere Anspannung und Stresszustände aus als auch auf Zustände von ständigem Alarmgefühl und Angststörungen. Außerdem zeigt es sich wirksam bei Furcht vor Krankheit, Panikzuständen, Prüfungsangst, Depressivität, Anpassungsstörungen, Gefühl fehlender Wertschätzung und vielem mehr.

Erfahrungen mit psychischen Beschwerden

Zum Behandlungsspektrum und erfolgreich mit diesem Mittel behandelten Beschwerden zählen außerdem: Mangel an Selbstvertrauen, Folgen von negativen Lebenserfahrungen bis hin zu Gewalt und Missbrauch, unterdrückte Wut, Ängste, persönliche Unsicherheiten, posttraumatische Belastungsstörungen sowie Folgen von Unfällen und Verletzungen.

Harmonisierung des Familienlebens

Streptokokkinum hat vielen Familien aus dem Teufelskreis von Frust und Unzufriedenheit herausgeholfen, weil sich innere Spannungen lösen und sich die Familienmitglieder viel entspannter begegnen. Dr. Tilch hat die Beobachtung gemacht, dass sich die „Frustrationsdauerschleife“ in den Familien mittels Streptokokkinum auflösen konnte. Er hat damit bereits mit Hunderten von Familien wunderbare Erfahrungen gemacht! Bei gleichzeitiger „Behandlung“ der Familienmitglieder kann sich das Familiensystem beruhigen. Die einzelnen Familienmitglieder finden zurück zu mehr Gelassenheit und innerer Ruhe, sehen die Probleme klarer, finden zu neuen Erkenntnissen, können sich plötzlich besser abgrenzen u.ä. Harmonie und Flow kehren endlich wieder zurück ins Familienleben!

Weniger Ängste, mehr Lebenskraft und Urvertrauen

Es hat sich gezeigt, dass Streptokokkinum in vielen Fällen zur Auflösung von Traumata beitragen konnte und heilsame Prozesse endlich in Bewegung kommen konnten. Patienten berichten von starken Entwicklungs-, Befreiungs- und Selbstheilungsprozessen, die dieses außergewöhnliche Breitspektrum-Homöopathikum anstoßen kann. Außerdem hat sich vielfach gezeigt, wie sich die kollektive Anwendung positiv auf Harmonie und Verbundenheit in Familie und anderen Beziehungen auswirken kann und wie bei den Familienmitgliedern aus dem Gefühl von Getrenntsein ein Gefühl des Angekommenseins und der Zugehörigkeit entsteht.

Feedbacks

Unternehmer mit Terminstress: „Wenn der Stress überkocht und sich die Termine überschlagen, dann kann ich die Wände hochlaufen, nichts beruhigt mich, alle Alarmlampen sind dann an! Aber jetzt, mit STREPTOKOKKINUM ist es, als ob der „Schalter zum Hochkochen“ nicht mehr anspringt. Hab viel mehr Abstand zu den Dingen, bin ruhiger und mit gesunder Distanz. Das Leben ist leichter, transparenter, stress- und angstfreier! Habe zuvor schon viele homöopathische Mittel im Laufe des Lebens bekommen, die auch oft sehr gut gewirkt haben, auch bei wirklich schweren Zuständen und Beschwerden, aber dieses Mittel ist ein echtes Phänomen!“

Eine Heilpraktikerin: „Mir persönlich hat das Mittel wieder einen tiefen, erholsamen Schlaf geschenkt. Herausforderungen kann ich mit Gelassenheit angehen, weil ich mir selbst vertrauen kann. In der Beziehung zu meinem Mann ist in kritischen Situationen mehr Verständnis und Großherzigkeit entstanden. Bei meinen Patienten sind wahrlich Wunder geschehen. Was oft lange stagniert hat, ist in eine gute Bewegung gekommen.“

Aufbau des Selbstvertrauens: Ein IT-Ingenieur, 60 Jahre, berichtet: „Ich habe STREPTOKOKKINUM-P-T. 7.78 M fast täglich eingenommen. Es geht mir damit sehr gut, habe keine Ängste mehr. Ich drücke jetzt aus, was mir auf den Lippen liegt ... früher war das anders. Aber jetzt habe ich den Mut, es zu sagen, wenn mir etwas nicht passt. Und das verändert in meinem Alltag die Dinge zum Positiven!“

Eine Mutter berichtet: „Seit wir STREPTOKOKKINUM nehmen, sind wir alle viel mehr in unserer Kraft. Bei unserer Ältesten sind die großen Ängste um uns Eltern und die ständigen Nachtschreckzustände völlig verschwunden. Der Kleine ist selbständiger, löst sich mehr und geht jetzt auch alleine spielen. Auch seine körperliche Unruhe ist verschwunden.“

Schreinermeister, 53 Jahre: „Im Gegensatz zu meiner Familie bin ich ja nicht so der Globuli-Fan und vertraue eher auf die Schulmedizin. Aber das STREPTOKOKKINUM hat mir unheimlich viel Ruhe gegeben. Wir hatten eine ganz stressige Zeit mit der ganzen Familie durchgemacht ... haben dann eine Woche lang täglich die 1.3 M Potenz eingenommen. Es war fast schon beängstigend, wie gut nach dem Mittel alles gelaufen ist und wie leicht mir alles von der Hand gegangen ist. Von Streptokokkinum bin ich ein echter Fan und nehme es seither immer wieder gerne ein!“

Fazit

Natürlich behauptet niemand, dass nicht auch andere Therapien, Homöopathika oder sonstige Arzneimittel erforderlich sind oder sein können. Doch dabei hat sich gezeigt, dass andere Therapien, im Wechsel mit Streptokokkinum, oft deutlich besser wirken oder überhaupt erst Wirkung entfaltet haben. Niemand kann versprechen, dass sich die Beschwerden einzelner Personen bei Einnahme dieses Breitspektrum-Homöopathikums positiv entwickeln. Aber der grundsätzliche Tenor geht in diese Richtung – so die Erfahrungsberichte vieler Anwender. Seine Erfahrungen mit Streptokokkinum, wie er zu diesem außerordentlichen Mittel und auch zu dem neu entwickelten Homöopathikum STREPTOKOKKINUM-P-T. gekommen ist – und wie dieses anzuwenden ist – sowie viele Patientenfälle beschreibt A. Tilch in seinem Buch **VON DER URANGST ZUR VERBUNDENHEIT, Streptokokkinum – der homöopathische Wegbereiter**, 388 Seiten; geb., erhältlich im Similimum Verlag für homöopathische Literatur, www.similimum.de



KURZNACHRICHTEN

Juhu, ich kann mein Gewicht halten!

Hallo liebe Mitglieder, ich möchte heute ein kleines Morgenritual mit euch teilen, das mir seit einiger Zeit sehr dabei hilft, mein Gewicht ganz entspannt und ohne Nebenwirkungen zu halten: meinen Bullet Proof Coffee. Jeden Morgen gieße ich mir eine Tasse frisch gebrühten Kaffee in einen kleinen Krug. Dann gebe ich einen Esslöffel MCT-ÖL und einen Esslöffel Kokosnussöl (statt Butter) dazu und mixe alles mit dem Zauberstab schön schaumig. Anschließend gieße ich den Kaffee wieder zurück in meine Tasse – fertig ist mein cremiger Start in den Tag. Was für mich besonders gut funktioniert: Nach diesem Kaffee esse ich für etwa 3–4 Stunden keine Kohlenhydrate – oft sogar gar nichts. Ich fühle mich in dieser Zeit angenehm satt und habe gemerkt, dass ich so mein Gewicht ganz natürlich und ohne Verzicht halten kann. Falls ihr neugierig geworden seid: Unter dem Stichwort „Bullet Proof Coffee“ findet ihr auf YouTube viele Videos und weitere Ideen zur Zubereitung.

Herzliche Grüße Christiane Riedel,
christiane_riedel@gmx.net

Analysen helfen bei der Behandlung

Vitalstoff,- sowie Körper- und Stoffwechselanalyse *von Diana Halter*

Wer kennt das nicht? Blutuntersuchungen beim Arzt, bei denen die Kosten für die meisten wichtigen Werte wie Vitamin D3 oder Magnesium, Omega3 oder die Belastung auf Schwermetalle von den Krankenkassen nicht übernommen werden und man als Patient trotz Eigenleistung nicht selten mit dem Arzt darüber diskutieren muss, warum diese Werte trotzdem bestimmt werden sollen. Vor allem weiß ich aus meiner Gesundheitspraxis was für ein müßiger Weg das beim Frauenarzt ist, wenn man nach seinem Hormonstatus fragt und diesen gern bestimmen lassen möchte.

Hier kommt das Bio Quanten Analyse System ins Spiel.

Mein Name ist Diana Halter. Ich habe im Jahr 2022 bei Natürlich Gesund e.V. die Ausbildung zur Gesundheitsberaterin gemacht. Seither arbeite ich in dem kleinen Städtchen Spalt im fränkischen Seenland als Gesundheitsberaterin. Gerade als ich mein Angebot erweitern wollte, bin ich über ein anderes Mitglied unseres Vereins auf Susanne Pälchen gestoßen. Meine Bekannte war wegen gesundheitlicher Probleme bei Susanne in München. Sie erzählte mir von einer tollen Methode, ihr Körpersystem zu analysieren und einer anschließenden unfassbar intensiven Ernährungsberatung. Ihre Beschwerden seien innerhalb kürzester Zeit nach dem Einhalten der Empfehlungen verschwunden. Neugierig auf diese Methode sowie die tolle Ernährungsberaterin rief ich noch am selben Tag bei Susanne an. Wir verstanden uns sofort und sie lud mich zu einer Demonstration des Gerätes nach München ein. Mit meinen aktuellsten Blutwerten im Gepäck war ich verblüfft über die Genauigkeit des BQAS. Die Abkürzung steht für Bio Quantum Analyse System. Obwohl das BQAS seine Werte in der Zelle ermittelt, also lange bevor „Missstände“ im Blut sichtbar werden, waren meine bekannten Mängel oder Schwermetallbelastungen aus meiner Blutanalyse mit den BQAS vergleichbar.

Susanne schreibt über das BQAS

Ich heiße Susanne Pälchen, lebe und arbeite in München. Als Gesundheits- und Ernährungsberaterin sowie psychologische Beraterin führe ich dort seit einigen Jahren eine kleine Praxis. Seit 2019 arbeite ich mit dem BQAS-System, einem ganzheitlichen Analyseverfahren, das mir dabei

hilft, Menschen individuell und umfassend zu beraten. Dieses System zeigt energetische Zusammenhänge im Körper und liefert wertvolle Hinweise, wie man durch Ernährung, Lebensweise und Entspannung die Auswirkungen von Belastungen und gesundheitlichen Defiziten im Alltag minimieren oder sich sogar davon befreien kann.

Ich sehe darin ein wunderbares Werkzeug, um Menschen nicht nur kurzfristig, sondern auch anhaltend ganzheitlich zu begleiten – besonders in Lebensphasen, die mehr Kraft, Ausgeglichenheit oder Veränderung erfordern. In den letzten Jahren durfte ich vielen Klienten helfen, durch gezielte Anpassungen ihrer Ernährung und ihres Lebensstils mehr Wohlbefinden zu erreichen. Die Rückmeldungen sind häufig sehr positiv – einige berichten sogar, dass ihre Ärzte erfreuliche Verbesserungen im Gesundheitszustand und den Blutwerten feststellen konnten. Natürlich ersetzt meine Beratung keine schulmedizinische Diagnose. Wenn ich bei einer Analyse erkenne, dass bestimmte energetische Werte stark abweichen, empfehle ich auch schon mal bei Bedarf den Besuch beim Arzt. Das hat sich in meiner Praxis vielfach bewährt. Ein Beispiel möchte ich gerne erzählen: Ein über siebzigjähriger Mann, sportlich, schlank und grundsätzlich gesund, kam zu mir, weil er unter wiederkehrenden Durchfällen, Schmerzen und Kraftlosigkeit litt. Laut BQAS zeigte sich unter anderem eine energetische Auffälligkeit im Bereich der Bauchspeicheldrüse. Ich riet ihm, seinen Arzt aufzusuchen. Das tat er und die anschließenden Untersuchungen bestätigten eine beginnende Bauchspeicheldrüsenentzündung und eine leichte Insuffizienz. Zum Glück wurde das früh genug erkannt und gut behandelt. Für mich war das ein eindrückliches Beispiel, wie wichtig es ist, ganzheitliche Methoden mit schulmedizinischer Betreuung zu verbinden, wenn das nötig ist.





Ich freue mich, wenn ich Menschen mit meiner Arbeit unterstützen kann – sei es durch eine optimierte Ernährung, achtsamen Umgang mit sich selbst oder einfach durch das gute Gefühl, den eigenen Körper besser zu verstehen. Denn Gesundheit beginnt immer damit, dass maninhört – auf sich selbst und auf die feinen Signale des Körpers.

Gesundheit ist unbezahlbar – Prävention nicht!

Das Bio Quantum Analyse System ermittelt ohne Blutabnahme und schmerzfrei, 41 gesundheitlich relevante Körperfunktionen und über 250 Parameter, z.B.: Herz-Kreislauf-System, Magen- Darmfunktion, Knochenwachstum, Homotoxine, Blutfette, Immunsystem, Aminosäuren, Vitamine, Spurenelemente, Schwermetalle, Allergien, Menstruationszyklus, männliche Sexualfunktionen, Spermien-Samen, ADHS und vieles mehr.

Das ist einzigartig!

Das Gerät ist mit modernster Elektronik ausgestattet, die bereits in der Skalar-Medizin erforscht und entwickelt wurde. Die Messungen werden auf der Zellebene ausgeführt, entwickelt für die russische Raumfahrt. Angelehnt an die Zellkommunikation im Körper ist es mit BQAS gezielt möglich, Erkenntnisse über körperliche Zustände, Mängel und Systemüberschüsse zu erlangen. BQAS speichert die analysierten Daten ab, ermittelt den aktuellen Gesundheitsstatus, zeigt so den körperlichen Soll und Ist Stand auf und dokumentiert festgestellte Risikofaktoren. BQAS Analyseergebnisse sollte man, insbesondere wenn angezeigte Grenzwerte (Roter Bereich) überschritten sind, mit dem Arzt, Therapeuten oder Heilpraktiker des Vertrauens besprechen, damit gemeinsam gezielte Therapiemaßnahmen eingeleitet werden können.

Das Bio-Quantum-Analyse-System soll keinesfalls einen Arztbesuch ersetzen. Im Gegenteil, es soll bestimmte Defizite in den Körpersystemen aufzeigen, die man sonst eventuell nicht so früh erkennen würde.

Die Messung

Zur Durchführung der Messung hält der Patient 2 Elektroden in den Händen. Nach nur 60 Sekunden ist die Analyse beendet und kann abgespeichert werden. Anschließend schauen wir uns die Ergebnisse gemeinsam an und besprechen, wie eventuelle Versorgungslücken durch eine Anpassung der Ernährung, kleine Veränderungen im Alltag oder die Einnahme von bestimmten Nahrungsergänzungsmitteln wieder aufzufüllen sind.



Vital Konzept

Susanne Pälchen

Tel.: +49 152 - 089 14 044
 Fatimastraße 15, 81476 München
www.vital-konzept-münchen.de



Ganzheitliche Gesundheitsberatung

Diana Halter

Tel.: +49 151 – 290 009 50
 Böhmerwaldstraße.14, 91174 Spalt
www.gesund-halter.de



Termine 2026

Juli

19.07. Familienstellen

TAG Bamberg

August

21.08.-25.08. Gesundheitsberater, Impulsbehandler - Berufsausbildung
& Massagepraktiker

Gräfelfing/München

September

02.09.-06.09. Gesundheitsberater, Impulsbehandler - Berufsausbildung
& Massagepraktiker

Bamberg

06.09. Der Stirnstrich - Ausbildung nach Heinrich Zeeden

Bamberg

26.09. Familienstellen

TAG Rastenberg

Oktober

01.-04.10. Systemaufstellung und Familienstellen - Ausbildung

Geltendorf bei Landsberg/Lech

09.10.-11.10. + Gesundheitsberater, Impulsbehandler - Berufsausbildung
& Massagepraktiker Teil 1 & Teil 2

Bad Sulza/Weimar

10.10. KoMit - Info- & Kollegentreffen

Bad Sulza/Weimar

Live - Webinare

kostenfrei von 19:00 - 20:00 Uhr

Die Aufzeichnungen für jedes Webinar findest Du im Mitgliederbereich.

17.06. Behandlungen an der Hüfte

15.10. „Gesunder Zucker“

18.11. Entgiftung und Entschlackung

www.ngev.org

Alle Termine und Anmeldemöglichkeiten findest Du auf unserer Webseite unter Termine, wir freuen uns auf deine Anmeldungen. Gerne kannst du dich auch persönlich bei uns Anmelden.

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

Materialien, weitere Gesundheitsinfos und FAQ's können über uns angefordert werden. Plakate können auf 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.

Ayurveda-Kur

Jetzt zur Ayurvedakur nach Indien,
heile deinen Körper und Seele.

Mehr zur Kur und zu deiner Reise erfährst du in der neuen Eco-Resort-Broschüre und auf der Webseite.

www.naturalparadiseayurveda.online

Telefon: 0176-22876044

