

Das Einfache ist das Geniale – und es ist zeitlos

Gesundheitspflege aus der Zeit für die Zeit
Mittel und Möglichkeiten bewährter Prävention

von Heilpraktikerin Maria Magdalene Edith Krebs und Renate Petra Mehrwald

© NetzWerkLiteratur SERAFINABOX 2008, 160 Seiten, € 12,-

Textauszug

Zurück in die Mitte - remedium

Als Zivilisationskrankheiten bezeichnete schwere Erkrankungen sind heute Folge fortgesetzter Verstöße gegen die Ordnungen in der Natur, wozu auch die Ordnung des menschlichen Organismus' gehört. Sie sind Ausdruck von chronischer Vergiftung und Selbstvergiftung (Intoxikation) sowie von Trägheit im Geist und im Körper.

Vielleicht lesen Sie ja gerade jetzt dieses Büchlein, weil Sie trotz medizinischer Behandlungen nicht zufrieden sind, immer noch mit Schmerzen und chronischen Dauerbelastungen leben müssen oder gar als ‚austherapiert‘ gelten? Danken Sie den Ärzten, denn nun endlich sind Sie vor sich selbst gestellt und dürfen den Zugang zum Wunder der Selbstheilung und in Ihre eigene Mitte finden. Denn darum geht es: In die eigene Mitte zu kommen. Das rechte Maß und die Mitte waren zentrale Themen einer früheren Medizin, in der das Heilmittel ‚*remedium*‘ genannt wurde – was ‚*zurück in die Mitte*‘ bedeutet. Den Erkrankten mithilfe geeigneter Mittel und Methoden, die keinesfalls schaden durften sondern unterstützen, wieder in die eigene Mitte zu bringen – das war einmal Intention und Anspruch der Ärzte früher.

Die beste Arznei für den Menschen ist der Mensch – die höchste Arznei ist die Liebe

Diese Wahrnehmung von *Paracelsus* bestätigt das alte Wissen, dass alles in allem enthalten ist (holistisch), alles Schwingung ist und alles wie es ist, auf Resonanzen beruht. In früheren Zeiten gab es in der Heiltradition *Priesterärzte*. Man wusste immer sehr wohl um die tiefgreifenden energetischen Kraftfelder von Gebeten, Segnungen und gemeinsamen Ritualen. Gebetsheilung ist holistische Medizin, ist ein metaphysisches Heilsystem, was heute durch die sog. Quantenphysik, zwar anders benannt, aber bestätigt wird. Das Gebet ist bewusstes, fokussiertes Arbeiten im übergeordneten ätherischen (Geist-) Feld und bewirkt in der Konsequenz emotional geprägte veränderte Strukturen. Das ist (Natur-)Gesetz.

Ärzte heute werden anders ausgebildet als Ärzte früher, die ihren Beruf in einem ganz anderen Bewusstsein ausübten, denn es galten als oberste Behandlungsprinzipien: ‚*Primum nihil nocere*‘ (‚In erster Linie niemals schaden‘) und ‚*Medicus curat natura sanat*‘ (‚Der Arzt behandelt, die Natur heilt‘). Der klassische Hausarzt und Landarzt vergangener Zeit (der ins Haus seiner Patienten ging und die ganze Familie betreute) wusste noch: Man kann am Patienten sehen und riechen, welche Störungen ihn plagen. Er horchte ihn ab, beherrschte Antlitz- und Zungendiagnostik, fühlte den Puls, tastete ihn ab, erkannte an Fingernägeln und Haaren Mangelsymptome usw.. Das ist heute alles ganz anders, was ein Mensch mit typischer Patientenkarriere aus eigener Erfahrung wird bestätigen können. Heute fasst der Arzt den Patienten in der Regel gar nicht mehr an, er bleibt hinter seinem Schreibtisch sitzen und ist konzentriert mit seinem (gesponserten) Computer beschäftigt, der ihm Therapie- und Verordnungsrichtlinien anzeigt, d.h. die Arztpraxis ist zu einer Verordnungspraxis mutiert, in der es nicht um Aufklärung sondern um Weitergabe von Drogen geht, denn nichts anderes sind diejenigen synthetisch konzipierten Präparate aus den Chemiekonzernen, die aufgrund ihrer Nebenwirkungen (siehe Beipackzettel) auf Dauer zu schwersten chronischen Schäden führen können, mitunter gleich zum

Kollaps. Weltweit wird heute ein besorgniserregender Krankenstand registriert, sog. Alterskrankheiten finden sich heute schon bei Kleinkindern.

**Nur Kranke nehmen Pillen.
Wenn sie keine Pillen mehr nehmen, sind sie nicht mehr krank... (☺)**

Den folgenden zusammengestellten einfachen bewährten Mitteln und Methoden können Sie ganz sicher etwas für Sie selbst Passendes entnehmen, denn niemand kann gesund gemacht werden außer durch sich selbst. Heilung setzt die Bereitschaft voraus, Bisheriges infrage zu stellen, (denn es führte ja ins Ungleichgewicht) und notwendige Veränderungen vorzunehmen. Jeder ist sein eigener Herr und entscheidet selbst.

Erste Schritte für eigenverantwortliche Vorsorge heute:

- Wahrnehmung von Eigenverantwortung und Hinterfragen von gewohnheitsmäßig Angenommenem
- Schaffung von Klarheit und Harmonie in sich selbst und um sich herum (verzeihen, loslassen, private ‚Kriege‘ beenden, ‚offene Kreise schließen‘)
- Verstehen von Lebens-Ordnung.

Das vorliegende Büchlein hat die Anwendung einfacher und bewährter Mittel und Methoden sowohl für den ‚schlimmsten Fall‘ wie auch für dauerhafte Gesunderhaltung als wirkliche Vorsorge zum Inhalt – auf die Arzt und Apotheker wenig bis gar nicht hinweisen. Das soll Sie aber nicht davon abhalten, diese trotzdem weiterhin zu konsultieren und auch gezielt zu befragen. Die Beispiele in diesem Büchlein stellen eine außergewöhnliche Auswahl aus einer sehr reichhaltigen Palette dar, für die jeder selbst lernen muss, den eigenen Blick zu schulen. Sie dienen der Anregung und Stärkung der Selbstheilungskräfte, ermöglichen Regeneration und schützen vor unnötiger Neuerkrankung. Es werden Impulse zur Selbsthilfe gegeben. Gleichbleibende Harmonie anzustreben und immer wieder in die eigene Mitte zu sich selbst zu kommen, sind gute Schritte in Richtung Gesundheitsvorsorge und zudem als Prophylaxe kostenlos.

Gesundheitspflege und wirkliche Vorsorge durch Umdenken, durch Neu-Denken – das ist der Trend des bewusst und selbstverantwortlich lebenden Menschen – der sich auch in der Verantwortlichkeit nachkommenden Generationen gegenüber sieht.

Kosmo-Logik und Gesundheitsvorsorge

„Der *Gesundheitsvorsorge* wird die Zukunft gehören... Wir brauchen echte Vorbeugung. Dazu aber wäre eine Philosophie in der Medizin vonnöten – die traditionelle des Westens wäre die von Paracelsus und von Hildegard von Bingen, die in der Hermetischen Philosophie ihre deutlichste Kristallisation findet. Eine solide Philosophie sollte nicht Beiwerk sondern integraler Bestandteil und eigentlich die Basis des Ganzen sein.“ (*Rüdiger Dahlke, siehe auch letzte Seite, Bausteine einer kommenden Medizin, CO'MED 11/07*)

Das Vertrauen in Wissenschaft, Politik, Medizin und Ärzte liegt auf dem Prüfstein. Nicht nur der Wähler, auch der Patient stimmt mit den Füßen ab. Den meisten Entscheidungsträgern heute fehlt der philosophische, geistige Hintergrund für ganzheitliches und beseeltes Wirken und somit für wirkliche Anleitungskompetenz. Schulmedizinisch ausgebildete Ärzte können nur nach Diagnostik- und Therapieleitfäden vorgehen, sie sind gar nicht geschult, ganzheitlich zu behandeln und den Menschen als Einheit von Körper, Geist und Seele zu betrachten. Der

oben von Dr. Dahlke angesprochene philosophisch-geistige Rahmen für eine neues ärztliches Ausbildungsmodell ist dringender Bedarf geworden. Übersichtlich zusammengefasst und verständlich beschrieben wird genau dieses Erkenntnis- und Arbeitsmodell Abendländischer Medizintradition (Hermetische Philosophie), das zugleich als Schlüssel dient zum immer gleichen Thema „*Warum wird der Mensch krank? Eine Antwortsuche seit Jahrtausenden*“ in: *Biéri/Mehrwald: Magie unsichtbarer Felder, SERAFINA BOX 2007, S. 19-38*).

Selbstregulierung durch Beachten der Ordnungen

Alles in der Natur ist auf perfekte Selbstregulierung angelegt – was man tun muss ist nur, beständig das ‚Feld‘ dafür zu pflegen. Im Bereich der Gesundheit heißt das, für Reinigung, Balancierung und Harmonie zu sorgen – dann geschieht perfekte Zellregeneration mit Naturintelligenz – selbstregulierend. Mit dem Potential vollkommener Selbstregulierung arbeitet auch die *Feinstromtherapie* (siehe auch *Kapitel 1*). Der körpergleiche Feinstrom sorgt für konstante Mikrozirkulation im lebenden Organismus (Mensch, Tier, Pflanze), er ist **Ordnungstherapie und vorbildliches Naturheilverfahren und in einfachster Weise zu Hause zu handhaben.**

Heilen ist keine Wissenschaft, Heilung ist ein Naturgesetz, ist kosmo-*logisch*. Wundersam erscheinende Heilungen setzen die Naturgesetze nicht außer Kraft – vielmehr geschehen sie im Einklang mit ihnen. Als Heilungswunder bezeichnete Ereignisse geschehen nicht im Widerspruch zu den Naturgesetzen sondern in vollendeter Harmonie mit ihnen.

Erfolgreiche Heilmethoden und -mittel stehen grundsätzlich im Einklang mit den Ordnungen in der Natur und sind kraft dieser Ordnung auf Dauer wirksam. Sie nutzen deren Gesetze bewusst (naturgesetzestreu) – weshalb sie zeitlos erfolgreiche Heilungsmodelle darstellen.

Natürliche Heilweisen wirken systemunterstützend, stärken die Selbstheilungskräfte und wirken perfekt ganzheitlich, so dass wirkliche Regeneration erfolgen kann. Außerdem sind sie völlig unkompliziert vom Anwender selbst zu handhaben und zu verstehen, was wesentliche Kriterien sind.

Das Leben ist komplex – in der Essenz jedoch einfach. Das Einfache ist das Geniale und es ist zeitlos. Das wirklich Sinnvolle und Harmonische funktioniert mit dem **geringsten Energieaufwand** – schwingend, gleitend, elegant – was moderne Wärmebildverfahren bestätigen.

Die Klarheit der Einfachheit – die Einfachheit der Klarheit

Alles Existierende lässt sich auf einige wenige Strukturen zurückführen und alles wirklich Geniale ist einfach – je einfacher umso klarer umso besser. Und so dient es dem Individuum im Sinne des Großen und Ganzen und damit dem Leben. Die einfachste Art zu handeln, ist die beste Art zu handeln und das höchste Prinzip aller sinnvollen Ordnung ist dabei das geistige Prinzip – weshalb wirkliche Heilung nur über den Geist geschehen kann (siehe auch *Biéri/Mehrwald: Magie unsichtbarer Felder, SERAFINA BOX 2007*).

Aus dem Inhalt „Das Einfache ist das Geniale“

Kapitel I: Schwingungssysteme:
Leben ist Schwingung – Gesundheit ist Schwingen in Harmonie

Feinstromtherapie als Hauskur – ganzheitliche Gesundheitsvorsorge und Therapie mit Mikrostrom

Haben Sie Schmerzen? Sind Sie chronisch krank? Gelten Sie als austherapiert?; Wollen Sie sich wieder gut fühlen und gesund werden? Dann machen Sie doch einfach das Einfachste, was es gibt...; Ordnungstherapie; Weil er gesetzestreu ist – Bio-Logik – Kosmo-logik; Alle Natur ist elektrisch; Verwechslungsmöglichkeiten; Naturheilverfahren Feinstrom – sanfte medizinische Anwendung; Moser Galvanotechnik – das Original seit 1896: der elektrische Hausarzt; Mikro-lymphatische Ordnung; Mikrostrom für Mikrozirkulation; Körperelektrizität – bioelektrische Körperenergien; Mikroströme als Harmonisierer und Zell-Bereiniger; Kleiner Exkurs – instrumentelle Biokommunikation; Die Brücke zum Schöpferischen; Krankheitsverhütung und Gesundheitspflege; Die Anwendung als Hauskur; Anwendungsbeispiele; Feinstrom in der Alten- und Krankenpflege; Schlankheitskuren mit Mikrostrom; Entschlacken – entgiften – entsäuern; Renommierete Ärzte über die Wirkung galvanischer Feinströme; Fallbeispiele; Anwendungsgebiete; Ein historisches, aber erstaunlich aktuelles Zitat; Heilung durch Resonanzbereitschaft

Trampolintherapie – Gesundheitsvorsorge mit Spaß und ungewöhnliche therapeutische Maßnahme

Rebounding auf der kleinsten Wellnessinsel; Minis, Maxis, Garten- und Wassertrampoline; Erfolgsmodell in der Präventologie; Geheimnisse des Lymphsystems; „Geht nicht“ – gibt's nicht und „Dafür bin ich doch zu alt“ – zählt auch nicht; Übungsbeispiele; Rückenschule und Muskeltraining; Trampolintherapie; Übergewicht und Inaktivität; Mobilisations- und Gleichgewichtstraining im Alter; Zusammenfassung – Überblick in Stichworten

Kapitel II: Das Einfache ist das Geniale

Erde als Heilmittel

Hinwendung zu Mutter Erde; 300 Jahre Heiltradition mit Erde, Wasser, Licht und Luft; Tradition; Wissenswertes Historisches; Braune und grüne Erden; Löß – wissenschaftlich betrachtet; Gesunde Schleimhäute – gesunder Darm – gesunder Mensch; Innerliche Anwendungen; Fasten – Entgiften – Entschlacken; Äußerliche Anwendungen; Hautkrankheiten; Kosmetische Anwendung; Bewährtes durch Anwendung nutzen und würdigen

Kreide als Heilmittel

Seelentherapeut Kreide – Wellness-Zeitgeist; Kostenübernahme durch Krankenkassen; Eintauchen in einen 70 Millionen Jahre alten Schatz – die ganzheitliche Wirkweise; Calciumcarbonat in der Homöopathie; Kreide; Strenges Qualitätsmanagement für Rügener Heilkreide; Anwendungen für Gesicht, Hals, Dekolleté; Heilkreide gehört zu den wertvollsten Naturprodukten; Harmonie im Säure-Basen-Haushalt; Badekur bei Psoriasis; Die Heilkreidekur zu Hause; Prophylaktisch von hohem Wert; Ökologisch nachhaltig; Wohlfühl Tipp: Eintauchen in das Urbewusstsein

Brottrunk – Geheimitipp und Jungbrunnen

Was Brottrunk mit Hoffmannstropfen und Pumpnickel zu tun hat; Altes Hausmittel hat auch heute Gültigkeit; Runderneuerung und Defizitausgleich durch eine Trinkkur; Brottrunk als probiotisches Diätetikum und Lebensmittel; Herstellung, Inhalte und Verwendungsempfehlung; Anwendungsempfehlung bei Sanierung/Umstimmung; Suchterscheinungen – süchtige Mikroorganismen – süchtiger Mensch – Suchtbehandlung durch Brottrunk; Medizinisch dokumentierte Genesungsfälle; Anwendungen für Haut und Organe; Brottrunk und Fermentgetreide für Natur, Tier und Pflanze; Rezepte

Kapitel III: Aus der einheimischen Natur-Apotheke

Un-Kräuter – unsere grünen Verbündeten

Keine Angst vor wilden Pflanzen!; Bei der Krankheit wächst die Arznei (Paracelsus); Duftender Frühlingsbote Veilchen; Noch ein ‚duftender‘ Frühlingsbote: Bärlauch; Ganzjährige Ernte; Auswahl und Beschreibung verschiedener Un-Kräuter; Säfte gewinnen; Der Weg des machbaren Einfachen; 7-Kräuter-Bitterpulver; Wildkräuterführung

Aronia – eine einheimische Geheimwaffe

Die Aroniabeere – auch Apfelbeere genannt; Im Mittelpunkt aktueller Forschungsprojekte; Die Aronia als Einzelstrauch oder Hecke – Standorte und Anpflanzung; Nachgewiesener hoher prophylaktischer und therapeutischer Wert - Wissenschaftliches; Antioxidatives Potential dunkler Beerensorten; Beerenstarke Natur – der Gesundheitsfaktor; Bioaktive Pflanzeninhaltsstoffe

Der Schlehdorn – ein lieber Vertrauter

Die nachwachsende Apotheke Gottes; Schlehdornhecken bieten Schutz und Nahrung; Traditionelle Verwendung; Was uns der Schlehdorn über sich verrät; Beispiele für Verwendung und Anwendung; Aberglaube und Bauernweisheit

Kapitel IV: Herz, Hirn und Hand – das älteste Kompetenzteam

Seelen streicheln – die Macht der Berührung und deren Seelenheilwirkung

Vom Herzen durch die Hände zum Herzen zur Seele; Streicheleinheiten sind heilende Magie; Das Kuschel- oder Liebeshormon Oxytocin; Vom Herzen durch die Hände zum Herzen – wissenschaftlich erklärt; Gefangen in der Emotionsfalle; Kinder-Seelen streicheln; Senioren-Seelen streicheln; Tiere streicheln ist Seelentherapie; Heilstreicheln für Selbstanwender – erste Schritte zur Selbsthilfe

Der Gott der kleinen Dinge – Aufmerksamkeit im Alltag

Von Herz zu Herz – Seelenklang; Sehen und wahrnehmen; Das Normale als das Besondere sehen; Erwartungen schränken ein – Offenheit erlaubt Ausdehnung; Die Bedeutung einer Botschaft liegt in der Antwort, die sie hervorruft; Selbstmotivation und kleine Anregungen; In die Mitte zu uns selbst; Der stille Baumeister im Alltag; Aphorismen von Jörg Mehrwald

- Zusammenfassung -

„Das Einfache ist das Geniale“

– und es ist zeitlos. Bewähren sich Mittel und Methoden über viele Generationen hinweg oder gar seit Menschengedenken, dann gehören sie zum großen Schatz der Erfahrungsheilkunde und zu den erfolgreichsten Heil- und Regenerationsmethoden. Hierzu zählen aufgrund ihrer hochenergetischen Eigenheiten Heilgebete und andere bioenergetische Heilmethoden, des weiteren Heilpflanzen und sog. Un-Kräuter sowie auch die klassische galvanische Feinstromtherapie für die Anwendung zu Hause (seit 1896). Diese Beispiele sanfter Zellregenerierungsmedizin finden sich neben anderen in diesem Büchlein.

Entscheiden Sie sich für die Eigenverantwortung, so nehmen Sie Ihr natürliches Recht auf Gesundheit und Wohlergehen wahr – bis ins hohe Alter. Sie finden den Weg heraus aus Ängsten und Abhängigkeit. Die einfachsten und bewährten Mittel und Methoden sind es, die Ihnen hierbei wirkliche Hilfe zur Selbsthilfe sind und mit dem einfachsten kommt der Organismus am besten klar.

Nehmen auch Sie Vorsorge, Gesundheitspflege und Regeneration in die eigenen Hände und werden Sie selber

GESUNDHEITSKOMPETENT.

Erleben Sie, wie Sie sich selbst helfen und heilen können und sich wieder in (die) Ordnung bringen können.

Indem Sie bewährte Naturheilverfahren bei sich selber erfolgreich anwenden und deren Heilungseigenschaften kennen lernen, werden Sie kompetent, sie auch anderen Leidenden empfehlen zu können – und was ist schöner, als jemand anderem in seinen gesundheitlichen Nöten helfen zu können. So werden Sie sowohl Träger wertvoller erfahrungsheilkundlicher Tradition wie auch Ihr eigener kompetenter Arzt – und Mitgestalter einer Neuen Volksgesundheit.

„Selbsthilfe war zu früheren Zeiten das A und O. Wer sich auf alt bewährte Methoden (...) verlässt, findet sicheren Halt und eine enorm wirkungsvolle und obendrein noch billige Möglichkeit, Körper, Geist und Seele zu reinigen und zu klären (...). Der Gesundheitsvorsorge wird die Zukunft gehören.“ (siehe auch Dr. Rüdiger Dahlke ‚Bausteine einer kommenden Medizin‘ CO‘MED 11/07 und ‚Das große Buch der ganzheitlichen Therapien‘, Integral 2007)