

ganzheitliche Medizin

Handlungsoptionen zu

Was ist Krankheit, was braucht der Körper? Wie erreichen wir die nachhaltige Gesundheit?

Wie senken wir die KK-Kosten? Wenn wir gesund sind und darum keine Leistungen beanspruchen. Die richtigen Fragen stellen! Wie bleibt und wird man gesund? Das ist die Hauptfrage.

Was ist Krankheit?

Ist sie aus unbekannten Ursachen unser Schicksal oder erworben aus Handlungen und Verhalten, weil wir vorgegebene Naturzusammenhänge mißachten? Definieren wir die Krankheit als Disharmonie der Lebensenergien in Körper, Seele und Geist.

Damit stoßen wir zur Gretchenfrage vor: was ist das Leben, der Körper, die Seele und der Geist? Wir brauchen bewußte Antworten darauf, um nachhaltig gesund und glücklich zu sein. Diese Fragen muß sich jeder Mensch stellen und es gibt einfache, nachvollziehbare Antworten.

Leben ist unendliches, unsterbliches Bewußtsein. Es manifestiert sich in einem begrenzten aber sonst perfekt organisierten Körper, um Erfahrungen zu sammeln. Der Körper ist ein Biocomputer (David Icke), die meisten Vorgänge steuert das Unterbewußtsein.

Wenn wir uns vom Leben und dem Bewußtsein entfernen handeln wir nicht im Einklang. Wir bewegen uns zu wenig, falsch, essen denaturierte Stoffe und Gifte, mißachten die Bedürfnisse und die Bedienungsanleitung für den Körper, versorgen ihn falsch. Der Sitz des Bewußtsein ist im Herzen. Es sagt uns, was richtig und zu tun ist. Krankheiten sind bewußt gewordene Mängel in der Versorgung und in der Reaktion mit der Umwelt.

Der Körper braucht ein Mindestmaß an Pflege und Unterhalt, damit er uns dienen kann.

Was braucht der Körper?

1. die bewußte Verbindung mit Seele und Geist als ihr Träger. Er braucht bewußte Entscheide für etwas. Das Bewußtsein greift in Funktionen ein. Es geschieht das, was wir wollen und glauben; (siehe Pierre Franckh, das Gesetz der Resonanz, 1.29h <https://www.youtube.com/watch?v=20fWaxXngfo> <https://www.pierre-franckh.de/> , meine Zusammenfassung PFResonanz). Darum ist Heilung aus jeder unmöglichen Situation möglich auch spontan, mehr bei Lissa Rankin: Warum Gedanken stärker sind als Medizin. Wissenschaftliche Beweise für die Selbstheilungskraft, meine Zusammenfassung LRGedanken.

2. Die Vorgänge basieren auf der Zufuhr von Wasser, aus dem er zu 76% besteht.

3. Lichtnahe, natürliche Nahrung mit allen wichtigen Stoffen. Es gibt Menschen, die leben ohne Nahrung. Alles Materielle ist verdichtete Energie, trägt Bewußtsein und Licht als Innerstes. Die Energie können wir bewußt mit der Atmung aufnehmen, mehr bei Yesudian-Haich, Hatha-Yoga. Er zeigt, wie die Energie ausgeglichen wird und mit welchen einfachen Übungen wir uns von Schlacken befreien und den Organismus wieder herstellen.

Im Körper wirken die Zellen mit Lichtenergie. Moleküle und Atome sind Träger von Informationen.

Das wird bei der Homöopathie verwendet; ist aber ein universelles Prinzip.

4. Der Körper braucht einen pH-Wert von 7-7,4 für seine Funktionen. Denaturierte Nahrung wie Zucker senkt den pH-Wert, ist Ursache für degenerative Krankheiten.

5. Der Körper regeneriert im Schlaf.

6. Mit Nahrungsentzug unterstützen wir ebenfalls die Selbstheilung. Das mit Fasten oder Intervallfasten, mehr bei Bruce Fife: Sehkraftverlust jetzt stoppen!, siehe meine Zusammenfassung.

7. Jede Therapie zur Behebung der Mängel muß das Problembewußtsein einbeziehen. Es braucht eine positive Grundhaltung, der Glaube an die Wiederherstellung.

Bauen wir diese grundlegenden Erkenntnisse in jede Therapie ein.

Ich biete detaillierte Empfehlungen auf der Basis von Fachbüchern an bei Infektionen, Arthritis, Demenz, Depression, Diabetes, EMS, Fettabbau, Hashimoto und bei Bedarf auch mehr. Einige grundsätzliche Hinweise habe ich in THAllg aufgelistet.

rjw

aGS das alternative Gesundheitssystem, Grundlagen, Begriffe

Gegensatz: konventionelles Gesundheitssystem GS, es ist voll mit Nebenwirkungen und sehr teuer. Die Mafia führt es mit Kartellabsprachen zu Preisen, Medikamenten und Dienstleistungen (KVG, BAG), was eigentlich verboten wäre.

Das aGS basiert auf natürlichen, wirksamen, günstigen Mitteln und Eigenverantwortung, Selbstbestimmung und Transparenz. Betroffene verstehen die Zusammenhänge zu den Beschwerden und befreien sich durch Einsicht und wirksamen Maßnahmen. Um den Körper und seine Funktionen in bester Ordnung zu halten braucht es weniger als 1000.- im Jahr, täglich etwa 30 Minuten.

Die Krankheiten verstehen

Krankheiten sind ein Ungleichgewicht der Lebensenergien. Wenn wir ein Symptom behandeln und das ursächliche Problem bleibt ungelöst kommt sie erneut und möglicherweise mit einem anderen Symptom.

1. Herausfinden, was das eigentliche Problem ist. Fragebogen.
2. Maßnahmen ergreifen, es zu beheben und zu lösen. Individuell verschieden.
3. zur kurzfristigen Linderung die Symptome folgerichtig behandeln und auflösen.

Das Menschsein verstehen

Was macht uns als Menschen aus? Wir sind unsterbliches Bewußtsein, das sich in einem Körper manifestiert. Das Zentrum ist die Seele mit Sitz im Herzen. Darum folge dem Impuls des Herzens und beachte, was von hier kommt. Der Körper ist ein Werkzeug, um Erfahrungen zu sammeln und die Seele zu entwickeln, fest und entscheidungsfähig zu werden. Grundlage dafür ist positive Lebensenergie, Liebe.

Den Körper verstehen

Mit dem Körper verwirklichen wir Absichten der Seele. Das Hirn ist Sitz des Verstandes. Er sagt, welche praktischen Mittel zum Zweck dienen. Mit dem Herzimpuls kontrollieren wir den Verstand, ordnen die Tätigkeiten, steuern das Denken und die Bewegungen.

Alles andere im Körper untersteht nicht unserem aktiven Einfluß!! Atmung, Blutkreislauf, Verdauung, Zellteilung, Regeneration bei Krankheiten, Hunger, Durst, Entleerung sind Funktionen, die wir nicht bewußt steuern.

Die Medizin untersucht die körperlichen Funktionen und greift meist nicht zielführend ein, weil sie den Zusammenhang nicht versteht, nicht verstehen will.

Das Ganze sehen

Mit dem aGS zeigen wir, wie alles miteinander verbunden ist.

Das ist Grundlage, um das natürliche Gleichgewicht wieder herzustellen (heilen) und zu verstehen. Dann die richtigen Impulse setzen und in diesem Sinne tätig werden. Voraussetzungen für die Heilung schaffen. Heil ist der natürliche Zustand.

Unser Problem ist, wichtige Informationen sind unterdrückt oder zumindest nicht Allgemeingut. Nämlich, was kann ich persönlich tun, daß es mir gut oder noch besser geht? Das ist die aktive Vorsorge. Alles ist mit allem Verbunden. Als Teilbereiche des Biocomputers Körper erkennen wir das Blutgefäß-, Nerven-, Energie-, Organ- und Drüsensystem. Aber es funktioniert als Ganzes, als Einheit.

Jede Krankheit ist heilbar!

Krankheit ist eine Abweichung vom natürlichen Zustand. Wir schaffen Voraussetzungen, daß sich dieser wieder aufbaut mit natürlichen, wirksamen und kostengünstigen Mitteln.

Wenn wir die Einzelheiten und den Zusammenhang verstehen ist das möglich. Wir müssen die natürlichen Prozesse unterstützen und die schädlichen vermeiden. Die Heilung geschieht von selbst, im Schlaf, bei der Regeneration. Die positive Heilungskraft ist Grundlage unseres Lebens und unseres Bewußtseins. Es ist Zeit, sich damit ausführlich zu befassen! Wir selbst sollten über unseren Körper Bescheid wissen, seine Bedürfnisse erkennen und danach handeln. Damit fängt ein neues, selbstbestimmtes Leben an. Diese allgemeine Übersicht ist eine unverbindliche Starthilfe.

Hindernisse

Hindernisse zur Heilung sind falsche Glaubensvorstellungen, Mängel in der Versorgung des Körpers, ungeeignete Produkte wie Zucker und Transfette und auch Auswirkungen von Giften und schädliche Einflüsse wie Mikrowellen. Diese Hindernisse erkennen und beseitigen.

alternative Gesundheitspflege

1. positive Grundhaltung, Gedanken geordnet, Verstand vom Herzen kontrolliert, Liebe als Lebensgrundlage, die täglichen Probleme verarbeitet mit einer Meditation.
2. genug Wasser zum richtigen Zeitpunkt trinken.
3. ausgeglichene gute Nahrung möglichst naturnah produziert.
4. genug Schlaf nachts, 22-6h, dem Körper Zeit zur Erholung geben.
5. aktiv bleiben, tägliche Bewegung, wenn möglich in der Natur.
6. Mängel mit Nahrungsergänzungen ausgleichen, regelmäßig entgiften und fasten, soziale Kontakte pflegen.
7. mit der Atmung und den Hatha-Yoga-Übungen die natürliche Ordnung im Körper wiederherstellen.
8. die schädlichen Einflüsse vermeiden, besonders Mikrowellen aus Mobilfunk, Erdstrahlen, Gifte.

sein eigenes, individuelles Programm erstellen

Mit diesen oben beschriebenen Grundlagen das umsetzen, was selbst möglich ist, eins nach dem anderen.

Sich weiterbilden über diese Zusammenhänge, den Austausch pflegen mit seinen Nächsten.

Was ist das Problem?

Die meisten Menschen der westlichen Welt leiden an einer oder mehreren chronischen Krankheiten hervorgerufen durch:

1. zu wenig Wasser getrunken,
2. schlechte Nahrung gegessen, Transfette aus ungesättigten Fetten,
3. zu wenig Bewegung,
4. falsche Vorstellungen über den eigenen Zustand und das Leben verhindern den Weg in die Besserung,
5. keine positive Lebensgrundlage,
6. sich unnötigen Gefahren ausgesetzt von Mikrowellen, Ablenkungen.

Es ist mehr als ein Punkt und die Besserung kann an einem dieser Punkte einsetzen.

Das bewußt mit gutem Vorsatz angehen und dann weiter aufbauen.

praktische Umsetzung

Theorie ist eines, praktische Anwendung ein zweites. Jede neue Entscheidung braucht Mut und Umsicht. Im Kleinen beginnen mit ersten Schritten. Wir können uns zu nachbarschaftlichen Netzwerken zusammenschließen und bei einem freundschaftlichen Treffen die Ergebnisse und Probleme besprechen. Die Gewißheit, auf dem richtigen Weg zu sein verstärkt die eigenen Anstrengungen, sein Leben neu zu ordnen und ganz bewußt in die lebenswerte Zukunft auszurichten.

Diese Bewegung lebt vom Austausch untereinander. Wir sind selbst Experte für unser Leben, bilden uns weiter und greifen auf den reichen Erfahrungsschatz ausgebildeter Mediziner und Therapeuten zurück.

Mehr in der Abteilung Dienstleistungen.

unsere Datenbank

Darin stellen wir ausgewählte Fachbücher als kurze Zusammenfassung zur Verfügung und daraus abgeleitete Therapieempfehlungen. Das wird ständig erweitert. Zur Zeit ist darin der Inhalt von rund 40 wichtigen Büchern bereit.

Bücher zu Gesundheitsfragen, Übersicht, zusammengefaßt von rjw, Ausgabe 2025, 40 Hinweise

1. **Arthur Firstenberg: die Welt unter Strom** (der unsichtbare Regenbogen) zeigt die gesundheitlichen Folgen von Strom, em-Felder, Strahlung von Radio, Radar, Mikrowelle, Mobilfunk. Dokumente aus 300 Jahren Gesundheitsgeschichte. Siehe auch 23. JMemf, er zeigt, wie man sich schützt durch Abstand oder Schutzkleidung mit Metallfaden.
2. **Leo Angart: wieder lesen ohne Brille**, einfache Übungen bei Altersweitsichtigkeit (Presbyopie) ist unabhängig vom Alter! Nach den Übungen sollte man wieder ohne Brille lesen können!
3. **Anton Styger, Gebete für die Seele**. Anrufungen, Gebete, Ablösungs- und Befreiungsrituale. Es geht um die mentale Gesundheit, Befreiung von alten Verpflichtungen, Deprogrammierung. Siehe dazu auch David Icke, die Wahrnehmungsfalle und 13. Claus Walter, Fremdenergie und Anja Stöbel 4.
4. **Anya Stöbel: Sprachmagie. Die Macht der Worte**. Worte beeinflussen unser Leben, jedes Wort! Das gilt für alle Aspekte des Lebens. Durch die Sprache können wir uns selbst und andere beeinflussen - positiv oder negativ.
5. **Brant Cortright: das bessere Gehirn**. Die Hirnzellen erneuern sich lebenslang, wir können damit unsere Lebensqualität verbessern, dies mit Ernährung, Bewegung, Beziehung und Bewußtsein. Der Prozeß wird durch die Lebensweise stimuliert und angeregt, der Alterungsvorgang wird verändert.

6. **Bruce Fife: Kokosöl, das Geheimnis gesunder Zellen.** Kokosöl hilft in allen Bereichen gesund, fit und leistungsfähig zu bleiben.
- 6a. **Bruce Fife: Sehkraftverlust jetzt stoppen!** Zusammenhang von Ernährung, Transfetten und Zucker.
7. Brigitte Hamann: Chia Samen, Superfood der Extraklasse
8. Brigitte Hamann, Heilen mit Gold. Kolloidales Gold und weitere Goldarzneien
9. Brigitte Hamann: Haarausfall ist heilbar! Der natürliche Weg zu vollem Haar. Es geht um richtige Ernährung, basische Verhältnisse. Siehe dazu 29. MSNatron und auch 22. JLHeilkraft mit einem Rezept für Haarwuchsmittel.
10. Brigitte Hamann: Tinnitus natürlich heilen. Erfolgreiche Therapien gegen Ohrgeräusche, die nennt auch Arthur Firstenberg oben 1. als Folge von Strahlung in Kapitel 15. Morton Walker 36. nennt Erfolge bei Behandlung mit DMSO.
11. **Charles Mraz: Bienen für unsere Gesundheit.** Es geht um die Bienenstichtherapie. Damit wurden Zivilisationskrankheiten erfolgreich behandelt.
12. **Cynthia B. Olsen, die Teebaumöl Hausapotheke.** Ein natürliches Antibiotikum.
13. **Claus Walter: Fremdenergien.** Es geht um negative Einflüsse im Leben und wie man sie wieder los wird. Siehe oben ASGebete und ASSprach. Siehe auch DI Wahrnehmung 11. und ferner 1. RG6Sinn und DSMagie.
14. **Claus Walter: Herz-Resonanz-Coaching.** Wie man sich neu programmiert und schlechte Einflüsse vermeidet. Dazu auch RSHerzmagnet 44.
15. **Denise Linn, die Magie des Wohnens.** Ihr Zuhause als Ort der Kraft, der Kreativität und der Zuflucht. Wie man Energien neu ausrichtet.
16. **Eberhard J. Wormer: Eisen, das Lebenselement.** Wie ein Mangel oder Überfülle die Gesundheit bedroht.
17. **Eberhard J. Wormer: Hashimoto. Schilddrüsen Unter-/Überfunktion, Symptome erkennen.**
18. **Faridum Batmanghelidj: Rückenschmerzen & Arthritis, das Selbsthilfebuch** im Zusammenhang mit genügend Wasser trinken und welche Übungen helfen.
19. **Faridum Batmanghelidj: Wasser, die gesunde Lösung, ein Umlernbuch.** Fehlendes Wasser ist eine Hauptursache vieler Beschwerden, sehr klare und gute Einführung.
20. **Hartmut P.A. Fischer, das DMSO-Handbuch.** Verborgenes Heilwissen aus der Natur siehe auch unten 36 Morton Walker mit der Sammlung von Anwendungen. DMSO ist organischer Schwefel mit über 30 therapeutischen Wirkungen.
21. **Felix Sigel: Schuld ist die Sonne.** Das Fachbuch zu einer vergessenen Wissenschaft: Heliobiology. Die Sonnenenergie ist Grundlage für alles Leben. Siehe auch RG6Sinn und JLHeilkraft und oben Arthur Firstenberg. Leben wird von elektromagnetischen Feldern gesteuert, auch kulturelle und psychologische Entwicklungen. Stichworte Magnetbiologie, Heliobiologie.
22. **Jakob Lorber: die Heilkraft des Sonnenlichts.** 11 Rezepte gegen alle Krankheiten.
23. **Joseph Mercola: EMF elektromagnetische Felder. Schützen Sie sich jetzt vor den heimlichen Gefahren,** die von 5G, WLAN und Mobiltelefonen ausgehen! Mit Abstand oder Schutzkleidung.
24. **Joseph Mercola: Keto-Fasten.** Eine Schritt-für-Schritt-Anleitung, um mit der ketogenen Ernährung gesund und fit zu werden. Siehe dazu oben 6. und 6a BFKokosöl und sein Ketokochbuch.
25. **Lissa Rankin: Warum Gedanken stärker sind als Medizin.** Wissenschaftliche Beweise für die Selbstheilungskraft. Es gibt keine unheilbaren Krankheiten.
26. **Ilse Triebnig: der Stein des Lebens, Zeolith entgiftet** und macht basisch.
27. **Michael Nehls: Alzheimer ist heilbar.** Rechtzeitig zurück in ein gesundes Leben. Es geht um richtige Ernährung und die Übersäuerung zu vermeiden. Siehe auch 29 MSNatron und oben 5. BCGehirn.
28. **Mark Sircus: Transdermale Magnesiumtherapie mit Magnesiumöl.** Löst viele Probleme.
29. **Mark Sircus: Natrium Bicarbonat, Krebstherapie für jedermann, macht den Körper basisch.**
30. **Natalie Lauer: Wasserstoffperoxid, Heilmittel und universelle Wunderwaffe.** Wirkungsvolles Mittel gegen Bakterien, Viren, Pilze und Schimmel, zum Entgiften.
31. **Das CDL Handbuch, Gesundheit in eigener Verantwortung** von Dr.med. Antje Oswald
32. **Das MMS-Handbuch, Antje Oswald.** MMS ist die alte Formel von CDL, ein Mittel zum entgiften und entkeimen wie 30. Wasserstoffperoxid, wirkt 2-4h.
33. Paul Hudson: 20 Jahre länger leben bei bester Gesundheit. Besser oben bei 5. BCGehirn.
34. **Petra Neumayer: Multitalent Zink,** gesund, schön und ausgeglichen mit dem lebenswichtigen Spurenelement.
35. **Ralph Stief: Die Zellrevolution. Ein Heilungsweg** für Krebs, Glaukom... wie 25. Lisa Rankin. Wir steuern das Leben und seine Vorgänge selbst, wenn wir wollen. Auch oben ASSprach und andere. Ferner auch Pierre Franckh, das Gesetz der Resonanz.
36. **Morton Walker: DMSO, das Heilmittel der Natur,** eine Literaturrecherche. Siehe oben 20. Fischer.

- 37. Wernard Bruining: Hanf heilt.** Die Wiederentdeckung einer uralten Volksmedizin. Wirkt bei 75% der Menschen als Mittel, den Alltag zu bewältigen und um dann die Ursachen der Beschwerden leichter anzugehen mit CBD-ÖL oder THC-ÖL.
- 38. Thomas E. Levy: Praxisbuch Methylenblau,** 2023, 96 S. beseitigt Viren, Bakterien, Entzündungen, viele Krebsarten, Schmerzen, Depression, kognitive Störungen, Demenz, neurologische Störungen. Verbessert den Stoffwechsel, die Zellatmung und damit die Leistungsfähigkeit, wirkt wie Vitamin C, ist fett- und wasserlöslich, starkes Antioxidans 100 ml 20.- bei Kopp.
- 39. Sundaro Köster, Berndt Rieger: Krampfadern schonend und natürlich** entfernen mit Kochsalzlösung.
- 40. David A. Sinclair, das Ende des Alterns,** die revolutionäre Medizin von morgen. Altern ist eine Krankheit, man besiegt sie mit je 1 g NMN, Resveratrol und Metformin täglich.
- 41. Selvarajan Yesudian und Elisabeth Haich, Sport + Yoga.** Mit Atmung und einfachen Übungen den natürlichen Gesundheitszustand wieder herstellen. Bestes Buch für den Einstieg.
- 42. Paul Watzlawick, Anleitung zum Unglücklichsein.** PW zeigt die Fallen im eigenen Glaubenssystem.
- 43. Pierre Franckh, das Gesetz der Resonanz,** <https://www.youtube.com/watch?v=20fWaxXngfo> . Film 2010, 1.29h, mit weiterführenden Hinweisen.
- 44. Rüdiger Schache, das Geheimnis des Herzmagneten.** Das erste Buch in einer Reihe von 7. Eigene Strategien und Konzepte im Leben. Weitere Hinweise zum Thema Wasser und Verschwörung, rund 56 Hinweise.

Die Mittel und Bücher sind beim Kopp-Verlag erhältlich, ca 2 Wochen für den Versand.

<https://www.kopp-verlag.de/>.