



## **Bund für Gesundheit e.V.**

- gemeinnützig
- besonders förderungswürdig

Talstraße 34-44, D-  
52525 Heinsberg

- Tel: 02452-22678
- Fax: 101078
- Homepage: [www.BFGeV.de](http://www.BFGeV.de)
- e-mail: [BFGeV@t-online.de](mailto:BFGeV@t-online.de)

× Spendenkonto:  
Postbank Köln, BLZ 370 100 50,  
Kto 443905-503



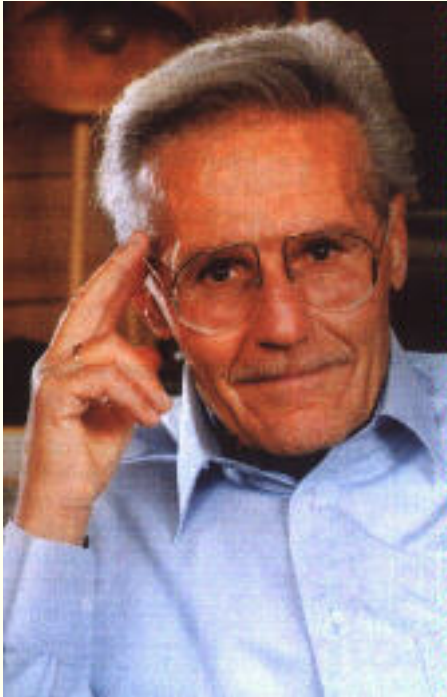
# **Franz Konz: Der Große Gesundheits- KONZ**

4. neu bearbeitete und aktualisierte Auflage April 1999

© Franz Konz 1999, alle Rechte vorbehalten

Ein kostenloser Service des [Bund für Gesundheit e.V.](http://www.BFGeV.de)  
in Zusammenarbeit mit [Antivivisektion e.V. / Tierversuchsgegner](http://www.Antivivisektion.de)  
[Rhein-Ruhr](http://www.Rhein-Ruhr.de)

× [mit Navigation laden](#) × [ohne Navigation laden](#) × [Buch bestellen](#)



Franz Konz

*Wenn nicht mehr Zahlen und Figuren  
sind Schlüssel aller Kreaturen,  
wenn die, so singen oder küssen,  
mehr als die Tiefgelehrten wissen,  
wenn sich die Welt ins freie Leben  
und in die Welt wird zurückbegeben,  
wenn dann sich wieder Licht und Schatten  
zu echter Klarheit werden gatten  
und man in Märchen und Gedichten  
erkennt die wahren Weltgeschichten,  
dann fliegt vor einem geheimen Wort  
das ganze verkehrte Wesen fort.*

Novalis (1772-1801)

× Stichwortsuche :

(Index vom 11.06.2000)

## Inhaltsverzeichnis

PROLOG				
I	<a href="#">Titelbild und Impressum</a>	13 kB	0	o
II	<a href="#">Der Verfasser leistet seinen Eid auf Hippokrates wie folgt</a>	2 kB	0	o
III	<a href="#">Empfehlung zum richtigen Lesen dieses Werks und Geleitwort</a>	9 kB	0	o

Kapitel 0: EINFÜHRUNG - So wirst Du völlig gesund				
0.1	<a href="#">Nur Du selbst kannst Dir helfen, gesund zu werden</a>	6 kB	23	o
0.2	<a href="#">Eine Medizin, die Dich 100%ig gesund macht: die UrMedizin</a>	3 kB	21	o
0.3	<a href="#">Was heilt die UrMedizin alles?</a>	5 kB	21	o
0.4	<a href="#">Die UrMedizin schlucken - das wird eine harte Nuß für Dich</a>	13 kB	21	o

»DIE GESCHICHTE«				
0.5	<a href="#">Die wahre Geschichte der Medizin: ein einziger großer Betrug am kranken Menschen</a>	2 kB	24	o
0.51	<a href="#">Dämonen waren die ersten Schuldigen an den Krankheiten der Menschen</a>	7 kB	21	o
0.52	<a href="#">Erde: vielleicht das erste und einzige Heilmittel</a>	6 kB	20	o
0.53	<a href="#">Wie es zu den allzeit modischen Kräutertees für Kranke kam</a>	21 kB	18	o
0.54	<a href="#">Was logisch klingt, muß nicht unbedingt richtig sein!</a>	11 kB	18	o
0.55	<a href="#">Das Ende der hippokratischen Denkweise in der Medizin</a>	9 kB	18	o
0.56	<a href="#">Heilmittel müssen schädigen, um wirksam zu sein?</a>	18 kB	18	o
0.57	<a href="#">Zuerst waren es die Weisen Frauen, welche die sanfte Medizin ausübten</a>	20 kB	18	o
0.58	<a href="#">Die Tricks, natürliche Vorgänge in Krankheiten umzustülpen</a>	42 kB	18	o
0.59	<a href="#">Diese unglaubliche Niederträchtigkeit der Schulmediziner</a>	50 kB	37	o
0.6	<a href="#">Bis auf eins waren die Menschen bereit, alles gegen das Kranksein zu tun</a>	21 kB	18	o
0.7	<a href="#">Krankheiten unbehandelt lassen ist das Beste!</a>	19 kB	18	o
0.71	<a href="#">Die Menschen sind stets nur auf Roßtäuscher hereingefallen?</a>	11 kB	18	o
0.8	<a href="#">Die Wahrheit: Impfungen erhöhten die Krankheits- und Todesraten</a>	25 kB	18	o
0.9	<a href="#">Warum es sinnlos ist, Diagnosen zu stellen</a>	10 kB	19	o

Kapitel 1: »DIE AUFKLÄRUNG« - Klarsehen: Es gibt keine Krankheiten				
1.1	<a href="#">Krankheiten sind kein Schicksal!</a>	6 kB	42	o
1.2	<a href="#">Es gibt keine Heilmittel! Oder die Entmystifizierung der Schulmedizin</a>	16 kB	227	o

1.3	<a href="#">Nur Du selbst kannst Dich gesund machen</a>	17 kB	29	o
1.4	<a href="#">Es gibt keinen irgendwo sitzenden Krebs - der ganze Körper ist verkrebst</a>	90 kB	21	o
1.41	<a href="#">Ernsthafte Professorenvorschläge: zur Vorsorge die Brüste amputieren</a>	52 kB	19	o
1.42	<a href="#">Angebliche Medizinersiege über den Krebs: das Nonplusultra des Für-Dumm-Verkaufens</a>	23 kB	24	o
1.43	<a href="#">Die angeblich heilbare Leukämie näher unter die Lupe genommen: nichts anderes als ein Blendungsmanöver</a>	23 kB	18	o
1.44	<a href="#">Eine Lanze für die guten Ärzte</a>	14 kB	18	o
1.45	<a href="#">Freiheit der Lehre in der Medizin? Welch eine Farce!</a>	7 kB	19	o
1.46	<a href="#">Der Blender-Trick, mit dem Schulmediziner Krebsheilungen vortäuschen</a>	18 kB	20	o
1.47	<a href="#">Zwecks Profit der Pharma-Schulmedizin-Verschwörung gegen den Kranken stehst Du unter ständigem Suggestivbeschuß</a>	38 kB	18	o
1.48	<a href="#">Über die angebliche Tapferkeit der Krebskranken</a>	8 kB	18	o
1.49	<a href="#">Das tust Du als erstes, um gesund zu werden</a>	17 kB	19	o
1.5	<a href="#">Die heutigen Behandlungsformen der Medizin schädigen Dich nur und bringen Dich vorzeitig ins Grab</a>	19 kB	19	o
1.51	<a href="#">Chemie macht die Erde kaputt - und Dich ebenfalls</a>	52 kB	18	o
1.6	<a href="#">Warum Du aus der Tierverbrechens-Medizin stammenden Medikamenten nie vertrauen darfst</a>	27 kB	18	o
1.61	<a href="#">Die Homöopathie aus Sicht der UrTherapie</a>	16 kB	18	o
1.62	<a href="#">So steht die wahre Klassische Naturheilkunde zum Hokusfokus von esoterischen und alternativen Lehren und Heilweisen</a>	20 kB	17	o
1.7	<a href="#">Paß gut auf Dich auf, wenn Du Dir ein Baby wünschst</a>	15 kB	17	o
1.8	<a href="#">Mißtraue am meisten von allen Menschen den Ärzten</a>	8 kB	17	o
1.81	<a href="#">Kurz unter die Lupe genommen: die Vitamine</a>	9 kB	17	o

1.82	<a href="#">Näher betrachtet: die Enzyme</a>	8 kB	17	0
1.83	<a href="#">Diese Schulmedizin des Grauens baut sich auf milliardenfachen Tierfolterungen auf</a>	10 kB	18	0
1.84	<a href="#">Wie sich die Mediziner beim Rheuma immer wieder an der Wahrheit auf Kosten der Kranken vorbeidrücken</a>	9 kB	18	0

## Kapitel 2: Lerne aus der schlimmen Puscherei der Ärzte

2.1	<a href="#">Wie logisch klingende Ratschläge der Mediziner Dir nur Verderben bringen</a>	15 kB	18	0
2.11	<a href="#">Operationen sind gefährlich und bringen bei Krankheiten nur Schaden statt Nutzen</a>	11 kB	17	0
2.2	<a href="#">Laß Dich nie in ein Krankenhaus einweisen, wenn Du krank bist oder ein Baby bekommst</a>	32 kB	18	0
2.3	<a href="#">Das ist der wahre Grund für die vielfachen Leiden der Menschheit</a>	14 kB	44	0
2.31	<a href="#">Befreie Dich reuelos von der nur schwächenden und schädigenden ärztlichen Behandlung</a>	17 kB	16	0
2.32	<a href="#">Auf Deine Wunde gehört weder ein Verband noch ein Pflaster!</a>	8 kB	17	0
2.4	<a href="#">Selbst schwere Verletzungen heilen oft besser, wenn Du die Ärzte nicht ranläßt</a>	10 kB	16	0
2.5	<a href="#">Es gibt kaum vernünftige medizinische Maßnahmen bei Krankheiten</a>	6 kB	16	0
2.51	<a href="#">Was ist dran an den ärztlichen Sprüchen?</a>	8 kB	16	0
2.52	<a href="#">Überprüfe auch das Geringste, was die Schulmedizin behauptet. Du kannst ihr nichts abnehmen!</a>	11 kB	16	0
2.6	<a href="#">Wie? Krankheiten könnten einen Sinn haben?</a>	21 kB	96	0

## Kapitel 3: Fühle Dich verantwortlich für Deine Leiden

3.1	<a href="#">Warum eine Behandlung durch den Arzt nur schaden kann</a>	10 kB	18	0
3.2	<a href="#">Kannst Du wenigstens zum Heilpraktiker gehen?</a>	24 kB	15	0

3.3	<a href="#">Die Ärzte sind mit ihrem System der Allopathie überfordert</a>	25 kB	15	o
3.4	<a href="#">Verhalte Dich dumm u. laß Dich von den Ärzten erst recht krank machen!</a>	29 kB	14	o
3.5	<a href="#">Was tun, wenn Du kurz vor dem Herzinfarkt stehst?</a>	13 kB	16	o
3.6	<a href="#">Diesen lebensrettenden Rat gibt Dir kein Arzt</a>	15 kB	15	o
3.61	<a href="#">Die Ärzte verschreiben Dir bedenkenlos Rattenvernichtungsmittel als Medikament</a>	14 kB	14	o
3.7	<a href="#">So wirst Du als Versuchskaninchen mißbraucht!</a>	12 kB	14	o
3.8	<a href="#">Ausblick in die medizinische Zukunft: noch mehr Schwindel, noch mehr Betrug!</a>	7 kB	14	o
3.9	<a href="#">Letzter Rat für alle Schwerkranken, die das Sterben der UrTherapie vorziehen</a>	8 kB	16	o
3.91	<a href="#">Kopfgeldjäger unter den Kinderärzten?</a>	6 kB	15	o
3.92	<a href="#">Der Gipfel medizinischer Perfidie: Erzwingen der Behandlung mit dem Kampfgas des 1. Weltkriegs</a>	21 kB	14	o

#### **Kapitel 4: »DIE LEHRE« - Lerne: von den Tieren der Wildnis und den Menschen der Urzeit**

4.1	<a href="#">Warum die UrMedizin die Mutter aller Medizinen ist</a>	3 kB	15	o
4.11	<a href="#">Das ist sie nun: die UrMedizin</a>	6 kB	15	o
4.12	<a href="#">Warum mit der UrMedizin fast allen Kranken geholfen wird</a>	8 kB	14	o
4.2	<a href="#">Warum sind Wildtiere meist immer so gut drauf?</a>	11 kB	14	o
4.3	<a href="#">Lege Deine Hochnäsigkeit als Mensch ab</a>	52 kB	20	o
4.4	<a href="#">Was haben wir unter der Urzeit zu verstehen?</a>	4 kB	14	o
4.5	<a href="#">Wie haben unsere urzeitlichen Vorfahren gelebt?</a>	4 kB	14	o
4.6	<a href="#">Das falsche Bild, das uns über unsere Ahnen vermittelt wird</a>	24 kB	14	o

4.7	<a href="#">Die Zahnärzte haben als löbliche Ausnahme mal keine Schelte verdient – trotzdem sind die meisten üble Beutelschneider!</a>	22 kB	14	o
4.71	<a href="#">Die Löcher einfach in den Zähnen lassen?</a>	19 kB	14	o
4.72	<a href="#">Laß Dich auch beim Zahnarzt möglichst nie röntgen!</a>	18 kB	14	o
4.73	<a href="#">Wie Du den Arzt bei Pfusch am besten verklagst</a>	7 kB	15	o
4.8	<a href="#">Keiner stirbt an AIDS - wenn er die UrMedizin nicht gar zu spät nimmt</a>	9 kB	16	o
4.81	<a href="#">Die Natur gibt alles, was Du zum Gesundwerden brauchst</a>	5 kB	14	o
4.82	<a href="#">Schadenwollende Mikroorganismen existieren nur in der profiterstrebenden Zweckfantasie der Mediziner, Forscher und Pharmazeuten</a>	50 kB	14	o
4.83	<a href="#">Falls es AIDS überhaupt gibt, stellt dies nur eine neue Antwort der Natur auf widernatürliche Lebensweisen dar</a>	8 kB	14	o
4.84	<a href="#">Ist Dein gesunder Menschenverstand noch intakt?</a>	22 kB	15	o
4.85	<a href="#">Zuerst muß Dein Denken gesunden</a>	19 kB	27	o
4.86	<a href="#">Die Hoffungsmache bei AIDS, um den Geldstrom für die Ärzte-Pharma-Kumpanei nie versiegen zu lassen</a>	8 kB	15	o
4.87	<a href="#">Was also soll ein AIDS- oder chronisch Kranker tun?</a>	18 kB	14	o
4.88	<a href="#">Wie Dein krankes Kind sofort gesund und nie wieder krank wird</a>	18 kB	14	o
4.9	<a href="#">Kann der Arzt auch mal zu etwas gut sein?</a>	19 kB	14	o
4.91	<a href="#">Hormone sind doch soo nützlich...</a>	26 kB	15	o
4.92	<a href="#">Schulmediziner: 's sind viele Wölfe im Schafspelz darunter</a>	31 kB	14	o
4.93	<a href="#">Die Nebenwirkungen der UrMedizin sind nur positiv</a>	10 kB	15	o
4.94	<a href="#">Sieh mich an! Sieh mich an!</a>	2 kB	14	o
4.95	<a href="#">Also doch: Brustkrebs durch die Pille</a>	5 kB	14	o

## Kapitel 5: Finde den Weg zur besten Ernährung für Dich: zur Urkost

5.0	<a href="#">»So ungesund lebe ich doch gar nicht!«</a>	4 kB	13	o
-----	--	------	----	---

5.1	<a href="#">So wirst Du dumme Gewohnheiten los</a>	52 kB	13	o
5.11	<a href="#">Rohes Sauerkraut soll ungesund sein?</a>	13 kB	14	o
5.12	<a href="#">Die große Mär vom Knoblauch: Schwindel, wohin Du auch blickst</a>	11 kB	13	o
5.13	<a href="#">Es ist doch alles verseucht!</a>	6 kB	13	o
5.14	<a href="#">Wissenschaftsgläubigkeit: die selbstbetrügerische Form von Dummheit</a>	24 kB	13	o
5.2	<a href="#">Die Klugheit hält Dich hoffentlich vom Essen dieses Giftstoffs ab</a>	5 kB	14	o
5.21	<a href="#">Zu wenig Jod als Schilddrüsenkranker? Lächerlich!</a>	9 kB	14	o
5.3	<a href="#">Was einen völlig neuen Menschen aus Dir macht</a>	7 kB	13	o
5.31	<a href="#">Mal für 'ne Zeitlang nichts essen?</a>	23 kB	14	o
5.32	<a href="#">Beim Erdfasten mußt Du tüchtig trinken</a>	18 kB	13	o
5.33	<a href="#">Das beste Großreinemachen Deines verschlammten und verschlackten Körpers, das Dir geboten wird</a>	12 kB	13	o
5.34	<a href="#">Wann ist Erdfasten besonders erfolgreich?</a>	15 kB	13	o
5.35	<a href="#">Warum lehnen die Ärzte das Fasten bei Krebs ab?</a>	11 kB	13	o
5.36	<a href="#">Wer sollte mit dem Erdfasten etwas vorsichtig sein?</a>	5 kB	13	o
5.37	<a href="#">Wo und wann erdfastet es sich am besten?</a>	4 kB	14	o
5.38	<a href="#">Was Medizinforscher so alles an Unsinn verzapfen</a>	16 kB	13	o
5.4	<a href="#">Erde essen gehört zur UrzeitTherapie</a>	20 kB	13	o
5.5	<a href="#">»Was meinst Du, wie ich danach reinhauen werde!«</a>	9 kB	13	o
5.6	<a href="#">Laß Dir dieses Fleisch gut schmecken!</a>	41 kB	13	o
5.61	<a href="#">Diese Mediziner sind mehr als verachtenswert</a>	13 kB	13	o
5.62	<a href="#">Die geschickten Tricks, Vitaminpillen an den Mann zu bringen</a>	9 kB	13	o
5.7	<a href="#">Warum bei Süß kein Kompromiß drin ist</a>	6 kB	13	o
5.8	<a href="#">Diese wunderbaren Topinambur!</a>	18 kB	13	o



5.81	<a href="#">Der größte Gauner- und Verdummungstrick: Ärzte empfehlen eine ausgewogene, nicht einseitige Ernährung</a>	22 kB	14	0
5.82	<a href="#">Vollwertkost ist Nullwertkost, ist vollwertige Falschkost!</a>	17 kB	14	0
5.83	<a href="#">Und was gibt's Schönes zu trinken?</a>	27 kB	13	0
5.9	<a href="#">UrKost ist keine Rohkost, keine Sonnenkost, keine Instinktokost!</a>	15 kB	13	0
5.91	<a href="#">Wie kommst Du an echte biologische Nahrung u. Urkost?</a>	27 kB	13	0
5.92	<a href="#">Der einfachste und schnellste Weg, sich Rauchen und Süßeln abzugewöhnen</a>	10 kB	14	0
5.93	<a href="#">Das wisse, wenn Du süchtig bist</a>	7 kB	14	0
5.94	<a href="#">So wirst Du aller Süchte schnellstens Herr</a>	16 kB	13	0
5.95	<a href="#">So erkennst Du, ob Dein Kind süchtig ist</a>	5 kB	13	0
5.96	<a href="#">Wie gehst Du mit einem süchtigen Angehörigen am besten um?</a>	7 kB	14	0
5.97	<a href="#">Wer behandelt Dich besser: der Mediziner oder Gott?</a>	7 kB	13	0
5.98	<a href="#">Es gibt zum Glück auch noch aufrichtige, aufgeschlossene und mit weitem Horizont versehene Ärzte:</a>	3 kB	15	0

### **Kapitel 6: »DIE PRAXIS« - Einfach essen: wie in der Urzeit**

6.1	<a href="#">Weißt Du eigentlich, was Du da alles ißt?</a>	3 kB	46	0
6.11	<a href="#">Die Lebenskräfte der Wildpflanzen sind denen der Kulturpflanzen haushoch überlegen!</a>	13 kB	13	0
6.12	<a href="#">Vergleich der Lebensstoffe von Kultur- und Wildpflanzen</a>	18 kB	13	0
6.13	<a href="#">Kleiner Vergleich der Vitamin- u. Mineralstoffgehalte der Urpflanzen mit den Kulturpflanzen</a>	10 kB	13	0
6.2	<a href="#">Iß, um zu leben - aber lebe nicht, um zu essen</a>	15 kB	13	0
6.21	<a href="#">Wann soll der UrKöstler Nüsse essen?</a>	12 kB	13	0
6.22	<a href="#">Einzelheiten zur UrKost, die Du wissen solltest</a>	16 kB	14	0
6.23	<a href="#">Gute Ratschläge zur UrKost aus der praktischen Erfahrung</a>	18 kB	13	0

6.24	<a href="#">Eine neue Erkenntnis, die zum Umdenken zwingt</a>	9 kB	13	o
6.25	<a href="#">Welche Stufe an Lebensqualität willst Du für Dich erreichen?</a>	11 kB	13	o
6.3	<a href="#">Wie bereitest Du Dir Deine UrKost richtig zu?</a>	27 kB	13	o
6.31	<a href="#">Die UrKost bewahrt Dich vor dem Massenmenschendasein</a>	17 kB	14	o
6.4	<a href="#">Unwohlgefühle nach der UrKost: ein kurzes Fegefeuer</a>	14 kB	13	o
6.5	<a href="#">Deine Entschuldigungen durchschau' ich längst</a>	2 kB	13	o
6.6	<a href="#">Mahlzeitenvorschläge für all die unbeschwerten Tage, die jetzt auf Dich zukommen</a>	17 kB	13	o
6.61	<a href="#">Wie nähere ich denn mein Baby richtig?</a>	6 kB	14	o
6.62	<a href="#">Leitmengen für die Ernährung der Säuglinge mit Urzeit-Ersatzmuttermilch</a>	7 kB	17	o
6.63	<a href="#">Wie ein Kind wieder das einfache Denken lernen!</a>	4 kB	13	o
6.7	<a href="#">Fragen zur UrKost: Sammeln, Waschen, Keimen, Lagern, Babynahrung</a>	20 kB	18	o
6.71	<a href="#">Soll ich auf Tropenfrüchte nicht besser verzichten?</a>	10 kB	13	o
6.72	<a href="#">Warum fällt es nur so schwer, auf Urkost überzugehen?</a>	10 kB	13	o
6.8	<a href="#">Die Technik des langsamen Umsteigens auf bessere Lebensweisen</a>	8 kB	15	o
6.81	<a href="#">Du tust gut daran, zeitig umzusatteln</a>	3 kB	13	o
6.82	<a href="#">Rückfälle sind unvermeidbar</a>	17 kB	13	o
6.9	<a href="#">Was Du wenigstens tun solltest, wenn Du die UrzeitTherapie nicht aufgreifst</a>	7 kB	14	o
6.91	<a href="#">Mein eigenes Leben nach der UrMethodik</a>	22 kB	13	o

### Kapitel 7: Lerne: Dir endlich selbst zu helfen

7.0	<a href="#">Der Verfasser: kein einsamer Rufer in der Wüste...</a>	8 kB	13	o
7.1	<a href="#">Pflanzen der Urzeit bilden die Grundsubstanz der UrMedizin</a>	9 kB	13	o

7.2	<a href="#">So werden Wildpflanzen richtig von der Hand gegessen</a>	9 kB	14	o
7.21	<a href="#">Was ist unter wahrer, Klassischer Naturheilkunde zu verstehen?</a>	12 kB	15	o
7.3	<a href="#">Schreckliche Gefahren beim Essen von UrKost?</a>	26 kB	13	o
7.4	<a href="#">Wie? Dein Befinden bessert sich nicht trotz UrTherapie?</a>	18 kB	13	o
7.5	<a href="#">Später zurück zur Zivilisationskost?</a>	10 kB	13	o
7.6	<a href="#">Hilfe, ich bin freßsüchtig und werde nicht von der UrKost satt!</a>	17 kB	14	o
7.61	<a href="#">Gegen den Hunger Disziplin einsetzen?</a>	27 kB	13	o
7.7	<a href="#">Ist die UrTherapie überhaupt einem Kranken zumutbar?</a>	10 kB	13	o
7.8	<a href="#">Beschreibung der wichtigsten Urpflanzen Europas</a>	10 kB	13	o
7.81	<a href="#">Gefährliche Pflanzenarten in Europa</a>	22 kB	13	o
7.82	<a href="#">Weit verbreitete, eßbare Urpflanzen</a>	47 kB	13	o
7.9	<a href="#">So machst Du Dich in kürzester Zeit gesund !</a>	11 kB	13	o
7.91	<a href="#">So wird Dein Körper in den einzelnen Lebensabschnitten beschaffen sein:</a>	6 kB	13	o
7.92	<a href="#">Das wolltest Du eigentlich schon immer wissen, hast aber nie danach zu fragen gewagt: Wie forscht man nach neuen Medikamenten?</a>	4 kB	13	o

### **Kapitel 8: Lerne, Dich wieder richtig bewegen: urzeitgemäß!**

8.1	<a href="#">Sorge nicht nur für Deine inneren Organe - auch Dein Aussehen ist wichtig</a>	6 kB	13	o
8.2	<a href="#">Der äußere Körper muß den inneren unterstützen!</a>	53 kB	14	o
8.3	<a href="#">So sitzt Du, ohne Dir einen steifen Rücken zu holen</a>	7 kB	13	o
8.4	<a href="#">So gewinnst Du wieder eine gute Haltung und ein gelöstes Gehen</a>	8 kB	13	o
8.5	<a href="#">Steigere als Frau Deine Empfindungen und die Deines Partners</a>	10 kB	13	o
8.6	<a href="#">Was tun, wenn Du den Harn nicht halten kannst?</a>	6 kB	13	o

8.7	<a href="#">In welcher Art und Weise haben sich unsere Urahnen täglich bewegt?</a>	88 kB	22	0
8.8	<a href="#">Wann sind Massagen angebracht und nützlich?</a>	7 kB	13	0
8.9	<a href="#">So wirst Du alt und bleibst trotzdem beweglich</a>	13 kB	13	0
8.91	<a href="#">Zeichnerische Übersicht über die nötigsten UrBewegungen</a>	9 kB	13	0
8.92	<a href="#">Mit diesem Zusatztraining kriegst Du Deine Rückenschmerzen in den Griff</a>	5 kB	13	0

<b>Kapitel 9: Lerne zufrieden zu leben: einfach und urzeitnah</b>				
9.1	<a href="#">Durch Erwecken der menschlichen Urgefühle gesundet Deine Seele</a>	9 kB	16	0
9.2	<a href="#">Entgifte Deine Gefühle, so wie Du Deinen Körper entgiftet hast!</a>	29 kB	13	0
9.3	<a href="#">UrMethodiker haben nicht die Fülle, sondern den Mangel an Sonne zu fürchten</a>	9 kB	13	0
9.4	<a href="#">Wohlbefinden ist das Wichtigste für Dein Leben</a>	9 kB	14	0
9.41	<a href="#">Bring Dein Liebesleben in Ordnung!</a>	10 kB	14	0
9.42	<a href="#">Führe Deine Gefühle über den Körper zum Wohlbefinden</a>	8 kB	13	0
9.43	<a href="#">Gib Raum für die in Dir schlummernden Urgefühle</a>	12 kB	13	0
9.44	<a href="#">Kann Dir eine Psychotherapie nutzen?</a>	8 kB	14	0
9.45	<a href="#">Brülle Dir den ganzen Frust der Zivilisation aus dem Leib!</a>	5 kB	13	0
9.46	<a href="#">Arbeite aktiv an Deiner Gesundheit - auch im Bereich der Gefühle</a>	9 kB	13	0
9.47	<a href="#">UrMedizin für die Seele: Singen und Musik</a>	29 kB	13	0
9.48	<a href="#">Bereichere und vervollkommene Deine Seele mit dem höchsten Kick: der Poesie</a>	4 kB	13	0
9.5	<a href="#">Die UrTherapie hilft insbesondere dazu, unsere schöne Erde - mit ihren, die Herrlichkeit des Schöpfers preisenden Geschöpfen - zu retten!</a>	13 kB	13	0

9.6	<a href="#">Wann solltest Du als kluger Mensch damit anfangen, gesund zu leben?</a>	7 kB	14	o
9.61	<a href="#">Vom Verfasser empfohlene Bücher zur weiteren Vertiefung für sich weiter bilden Wollende</a>	48 kB	22	o
9.62	<a href="#">Patienten-Testament</a>	2 kB	13	o
9.63	<a href="#">Operationsbescheinigung</a>	1 kB	13	o
9.64	<a href="#">Impf-Bescheinigung</a>	2 kB	13	o
9.65	<a href="#">Patienten-Willenserklärung</a>	1 kB	46	o
9.66	<a href="#">Verschaff Dir durch das Unterbewußtsein stärkere Kräfte!</a>	22 kB	13	o
9.67	<a href="#">Schau Dich mal ganz objektiv im Spiegel an</a>	1 kB	18	o
9.68	<a href="#">Nachwort</a>	9 kB	13	o

»DIE VERTIEFUNG«				
9.7	Argumente des Verfassers zur Beweisführung	x		
9.71	<a href="#">Referenzen zur UrTherapie</a>	70 kB	15	o
9.72	<a href="#">Empfehlungen zur Heilerdebehandlung und Parcours-Errichtung</a>	6 kB	14	o
9.73	<a href="#">Urgesundheits-Selbsthilfegruppen</a>	12 kB	13	o
9.74	<a href="#">Das erleichtert es Dir, die UrTherapie durchzuhalten</a>	3 kB	14	o
9.75	<a href="#">Lesenswerte Mediziner- u. Alternativzeitschriften</a>	16 kB	15	o
9.76	<a href="#">Wichtige Adressen zur Durchführung der UrMedizin</a>	13 kB	13	o
9.77	<a href="#">Ärzte, die sich bemühen, im Sinn der UrTherapie zu behandeln</a>	32 kB	15	o
9.78	<a href="#">Empfehlenswerte Aktivitäten</a>	2 kB	14	o
9.79	<a href="#">Wer hilft Dir bei Ärztepfusch und Nikotinsucht?</a>	4 kB	14	o
9.8	<a href="#">Lebensstoffe unserer Nahrung</a>	1 kB	14	o
9.81	<a href="#">Bislang bekannte Hauptlebensstoffe der Urpflanzen</a>	34 kB	14	o
9.82	<a href="#">Bislang bekannte Hauptlebensstoffe der Tropenfrüchte</a>	31 kB	15	o

9.83	<a href="#">Reifungs- und Lagerliste von Tropenfrüchten</a>	19 kB	13	o
9.84	<a href="#">Bislang bekannte Hauptlebensstoffe der Kulturpflanzen</a>	52 kB	14	o
9.85	<a href="#">Bislang bekannte Hauptlebensstoffe der Früchte</a>	42 kB	13	o
9.86	<a href="#">Bislang bekannte Lebensstoffe der Nüsse</a>	17 kB	16	o
9.87	<a href="#">Anregungen zu Urzeitgerichten</a>	34 kB	15	o
9.88	<a href="#">Chemiefreie Zusatztherapie für den Zappelphillip</a>	4 kB	15	o
9.89	<a href="#">Die komplikationslose, sanfte Geburt nach der UrMethode</a>	53 kB	14	o
9.90	<a href="#">Hier kannst Du nachsehen, woher Deine Leiden kommen</a>	130 kB	34	o
9.91	<a href="#">Diese Schäden sind durch Labortests aufzudecken</a>	33 kB	16	o

»DIE LITERATUR«				
9.92	Quellen- u. Literaturverzeichnis mit Zitaten und Autoren-Anmerkungen dazu			x
9.92	Einführung			x
9.92	Allgemeines			x
9.92	Geschichte der Medizin			x
9.92	bis Mittelalter			x
9.92	ab Mittelalter			x
9.92	bis zur Neuzeit			x
9.92	Impfungen, allgemeines			x
9.92	Schäden durch Impfung			x
9.92	Statistiken			x
9.92	Krankheiten			x
9.92	Krankheiten im Vormarsch			x
9.92	Krebs, allgemein			x
9.92	Krebs wird durch was verursacht?			x
9.92	Vorsorgeuntersuchungen			x
9.92	Brustkrebs			x
9.92	Gehirntumor			x

9.92	Sonstige Krebsarten	×
9.92	Leukämie	×
9.92	Sinnlose Therapien	×
9.92	Nebenschäden von Therapien	×
9.92	Zweitkrebs	×
9.92	Therapie-Tod	×
9.92	Umstrittene Krebs-Therapien	×
9.92	Neue Krebstherapien	×
9.92	Bakterien/Viren/Keime	×
9.92	Fälschung, Wissenschaftlicher Wahnsinn, Zahnwurzel- und Wundbehandlung, AIDS	×
9.92	Kontroverse Wissenschaft bei AIDS	×
9.92	Gesang	×
9.92	Behandlungsversuche	×
9.92	Heilung von AIDS ist möglich	×
9.92	Andere Krankheiten und meine Zahnerkenntnisse	×
9.92	Ärzte / Operation / Bestrahlung / Fälschung	×
9.92	Ärzte, allgemeines	×
9.92	Ärzte: Ihre Ausbildung ist unter aller Kanone!	×
9.92	Ärzte schaden nur	×
9.92	Allopathie - der schlimme Triumph der Schadensbehandlung durch Vertuschen	×
9.92	Ethik	×
9.92	Die Halbgötter vom Olymp geholt	×
9.92	Wo stecken nun wirklich die Scharlatane?	×
9.92	Pfusch der Ärzte	×
9.92	Betrug durch Mediziner	×
9.92	Profitmaximierung	×
9.92	Gekaufte Forschung	×

9.92	Diagnostik	×
9.92	Ärztliche Kollegenkritik an der Schulmedizin	×
9.92	Ärzte und Pharmaindustrie	×
9.92	Zahnärzte - allgemeines	×
9.92	Zahnärzte-Pfusch	×
9.92	Behandlungsarten	×
9.92	Werkstoffe der Zahnärzte	×
9.92	Kinderärzte	×
9.92	Operationen, allgemein	×
9.92	Wirksamkeit von Operationen	×
9.92	Willkürliche Operationen	×
9.92	Schönheitsoperationen	×
9.92	Kosmetik	×
9.92	Bestrahlungen	×
9.92	Fälschungen der Wissenschaftler	×
9.92	Wissenschaftliche Verblödungsversuche	×
9.92	Patienten / Medikamente / Prothesen	×
9.92	Patienten, allgemein	×
9.92	Der Patient als Versuchsobjekt	×
9.92	Schaden und Tod nach Behandlung	×
9.92	Patienten und Arzt	×
9.92	Die feinen Zwangsmittel der Ärzte	×
9.92	Medikamente, allgemein	×
9.92	Giftige Medikamente	×
9.92	Antibiotika und Hormone	×
9.92	Schäden durch Medikamente sind unausbleiblich	×
9.92	Tod verursachende Medikamente	×
9.92	Zurückgezogene Medikamente	×
9.92	Genetik	×



9.92	Prothesenillusionen	×
9.92	Verletzungen	×
9.92	Hominiden	×
9.92	Primaten, allgemein	×
9.92	Bonobo (Zwergschimpanse)	×
9.92	Schimpanse	×
9.92	Gorilla	×
9.92	Orang-Utan	×
9.92	Durch Ärzte des Grauens gefoltete Tiere	×
9.92	Süchte	×
9.92	Süchte, allgemein	×
9.92	Abhängigkeit auf Rezept	×
9.92	Abläufe im Körper	×
9.92	Rauchen	×
9.92	Alkohol	×
9.92	Psychopharmaka	×
9.92	Ernährung	×
9.92	Ernährung, allgemein	×
9.92	Grundlagen richtiger Ernährung	×
9.92	Falsche Ernährung	×
9.92	Folgen schlechter Nahrung	×
9.92	Richtige Ernährung	×
9.92	Gesundmachende Ernährung	×
9.92	Ärztliche Empfehlungen zur Ernährung	×
9.92	Wogegen Ärzte sind	×
9.92	Naturheilmittel - was ist davon zu halten?	×
9.92	Belastete Nahrung	×
9.92	Vitamine - Mineralien	×
9.92	Wildpflanzen	×

9.92	Wildpflanzen	×
9.92	Bewegung	×
9.92	Bewegung, allgemein	×
9.92	Welche sportliche Aktivitäten sind zu empfehlen?	×
9.92	Andere Heiltherapien unter der Lupe	×
9.92	Naturheilkunde	×
9.92	Seele / Ratschläge / Empfehlungen / Nachträge	×
9.92	Seele / Seelenwohlgefühle erwecken	×
9.92	Geburt / Kind	×
9.92	Nette Briefe von den Lesern - Konz'sches böse Antworten	×
9.92	Forschung und Wissenschaft auf den Zahn gefühlt	×
9.92	Gefälschte Statistiken - die Regel in der Medizin	×
9.92	Körperliche Abläufe und Funktionen	×
9.92	Wohnung / Haus / Werkstoffe	×
9.92	Literatur	×
9.92	Ratschläge, Aufklärungen u. Erste Hilfe-Tips	×
9.92	Umwelt / Natur	×
9.95	Sachwortverzeichnis nach Randziffern u. Literaturverzeichnis-Nummern	×

***nnn* kB = Größe der Seite in Kilobyte**  
***n* = Anzahl der Seitenabfragen**

× = Seite noch nicht verfügbar!  
o = Seite wird noch überarbeitet!  
+ = Seite endlich fertig!

»Glanzbildteil«

9.96	Abbildungen: weit verbreitete, meist gutschmeckende Wildkräuter	×
9.97	Abbildungen: ungenießbare, dem Menschen nicht zugedachte Wildpflanzen	×

9.98	Sei auch Dein eigener Zahnarzt	×
9.99	Abbildungen: Anregungen zu UrKostgerichten	×
9.99	Myriams NaturTraining mit Mama und Papa	×
9.99	Checkliste / Wenn Dir die Klassische Naturheilkunde nicht geholfen hat	×

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [UrKostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ☒ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/> - **Update: 15.05.2000 03:14**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

Der Domainname ist eine Spende der  <a href="#">Transmedia GmbH</a>	× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr
--	---

# Prolog zu »DER GROSSE GESUNDHEITS-KONZ«

I Titelbild und Impressum

## Der GROSSE GESUNDHEITS- KONZ

*UrMedizin*

+++++++


*Krebs, Asthma, Rheuma, Fettsucht,  
Allergie, Multiple Sklerose,  
Herz- und andere chronische Leiden*

*...und hält für immer  
fit, schlank und gesund*

*Das Lehr- und Selbstheilungsbuch  
der Klassischen Naturheilkunde mit ihrer sanften Ganzheitsbehandlung  
Allein gesund mit den Kräften der reinen Natur*

*Dieses Buch widme ich meinem Sohn Achim*





*Liebe Leserin, lieber Leser*

*Dich*

*Dich ganz persönlich spreche ich hier in diesem Buch an.*

*Dich,*

*Dich ganz persönlich ermutige ich hier, endlich das Gesetz des Handelns in  
Deine eigenen Hände zu nehmen.*

*Dich,*

*Dich ganz persönlich fordere ich auf, nun die Verantwortung für Deinen  
Körper, Deine Gesundheit und Deine Zukunft selbst zu übernehmen.*

**Franz Konz**

# DER GROSSE GESUNDHEITS-KONZ

**UrMedizin**

+++++++

**Krebs, Rheuma, Fettsucht,**

**Allergie, Multiple Sklerose,**

**Herz- und andere chronische Leiden**

**...und hält für immer**

**fit, schlank und gesund**

**Das Lehr- und Selbstheilungsbuch**

**der Klassischen Naturheilkunde mit einer sanften Ganzheitsbehandlung**

**Allein gesund mit den Kräften der reinen Natur**

# **Das Anti-Schulmedizin-Buch**

**Universitas**

## **Der GROSSE GESUNDHEITS-KONZ**

Der erstmals die wahre Klassische Naturheilkunde kreiert und für die Praxis anwendbar macht

© 1985 INTERESSENGEMEINSCHAFT ZURÜCK ZUR NATUR, CH-7512 St.Moritz -Champfer, Via Suot, Chesas 8 B. Ab 1994 bei UNIVERSITAS Verlag, München, Thomas-Wimmer-Ring 11. Letzte umfangreiche Text- und Bildbearbeitung nach der dritten Auflage, Ausgeliefert November 1995.

Das Copyright bedeutet, daß der Verlag mit allen vom Verfasser übertragenen Rechten dieses Buch unzensiert und im Sinn freiheitlich-demokratischer Denkweise des Grundgesetzes veröffentlicht. Wofür ihm der Verfasser sowie die sich mit diesem Buch gesundmachenden Leser zu Dank verpflichtet sind.

Der Verfasser . . . . . hat - wie kaum ein anderer - keine noch so schwierigen Recherchen und Mühen gescheut, dieses Werk so gründlich, logisch, nachweisbar und provokativ zu schreiben, daß es die Götter in Weiß und die sie anbetenden kranken Menschen zum Nachdenken zwingt. Solches kann nur gelingen, wenn man sich nicht scheut, die volle Wahrheit zu sagen, und - sie zu dokumentieren vermag. Wie hier in diesem Werk geschehen.

Nachdruck, auch auszugsweise gestatten Verlag und Verfasser gerne, denn diese Wahrheit soll ja unters Volk. Damit möglichst viele davon profitieren. Aber gefragt werden möchten wir schon deswegen.

Die Fotos . . . . . zu diesem Buch stammen im UrTrainingsteil vom Verfasser, der selbige mit viel Freude geschossen hat. Allen meinen Freunden, die sich anboten, mir dabei zwecks Haltens einer Zweitkamera oder einer Aufhellungsleuchte zu assistieren, danke ich an dieser Stelle für ihre Hilfsbereitschaft; wenngleich ich sie auch ablehnen mußte... Verklemmte Leserinnen, die sich dabei Augenschmerzen holen, bitte ich, die sie störenden Stellen einfach zu schwärzen. Die Fotos im Pflanzen- und Rezeptteil hat der Verfasser - wie erkennbar - mit viel Liebe und Mühe gefertigt, um die Herrlichkeit der Natur und die Kostbarkeit alles Natürlichen dem Leser nahezubringen. Die Quellen der übrigen Fotos sind jeweils unter den Abbildungen angegeben.

Die Zeichnungen . . . . . medizinischen Inhalts sind von Frank H. Netter, M.D., einem englischen Perfektionisten gefertigt. Sie wurden mir in selten uneigennützig Weise, wohl da der textliche Inhalt dieses Buches unbekannt blieb, vom Chemiegiganten Ciba-Geigy zum Nachdruck freigegeben. Wofür der Verfasser seinen besonderen Dank ausspricht. Leistet die Pharmaindustrie damit doch

erstmalig etwas Gutes für die Menschen, statt sie mit ihren Medikamentengiften zu verzeuchen. Alle weiteren Zeichnungen stammen von dem Kunstmaler Walter Haehn, Köln, die Ideen dazu vom Verfasser.

Der Umschlagentwurf . . . . . stammt ebenfalls von Kunstmaler Walter Haehn, einem Könnler alter Schule. Druckgerecht aufbereitet von der Werbeagentur Haehn / Partner, Köln, in Zusammenarbeit mit dem Verfasser, der auch beim Umschlagbild von seiner Frau (die tapfer im Evakostüm an diesem eiskalten Septembertag am Meer aushielt) auf den Auslöser drückte.

Der Satz . . . . . des Buches wurde von meinem Sohn Achim Konz, Heinsberg, gestaltet, dem ich für seine klugen Ideen dabei zu danken habe. Ihm zur Seite standen Hartmut Jüllicher und bezüglich der Durchsicht nach Duden (unter Beiseitelassung der geplanten lächerlichen Rechtschreibreform): Karl Schäfer.

Das Lektorat . . . . . des schulmedizinischen Buchteils sowie des Literaturverzeichnisses führte Priv.Do. Dr.med. Horst Krüger durch. Das Lektorat des ernährungsphysiologischen und naturheilkundlichen Teils nahm der beste Spezialist dafür, Prof.Dr.med.Dr.theol. Otto Rutan, wahr. Das juristische Lektorat, das dem Werk prozessuale Folgen ersparen soll, lag in Händen der angesehenen Rechtsanwaltssozietät Beiten, Burkhardt, Mittl & Wegener, München.

Den Druck. . . . . des Buches fertigte die Druckerei Jos. C. Huber KG in Dießen.

Das Einbinden. . . . . besorgte die Großbuchbinderei Monheim GmbH in 86653 Monheim. Sollte wegen dem Umfang des Buches trotzdem eine Klebung einmal zu schwach erfolgt sein, so wende man sich an diese.

ISBN-Nr. 3-8004-1314-0

Dieses Werk eignet sich besonders als Geschenk für zu dick werdende Freunde, Freundinnen und Partner. Aber genauso gut für die so »innig geliebten«, uns oft so nervenden Verwandten und Bekannten, denen man ein schlechtes Gewissen machen will ...

Auflage: 5. 4. 3. Achtung: Die für die Mitglieder des Bund für Gesundheit e.V., 52525 Heinsberg, Talstr. 36 gedruckten Buchexemplare sind nicht käuflich, sondern nur durch Mitgliedschaft kostenlos beziehbar. (© Kapitel 9.74)

Printed in Germany

Zur rechtlichen Absicherung verlangen die Anwälte, daß hier gedruckt steht:

Achtung: Alle hier in diesem Buch aufgeführten Informationen sind lediglich Empfehlungen an den Leser. Diese wurden vom Verfasser nach bestem Wissen und Gewissen mit fachlicher Sorgfalt eruiert und zusammengestellt.

Dieses Werk wird durch eine Vielzahl von Quellenhinweisen belegt, vorzugsweise durch medizinische Fachbücher und Fachzeitschriften. Gleichwohl kann eine Garantie für die Ratschläge und dort ausgedrückten Meinungen nicht übernommen werden. Eine Haftung des Autors oder des Verlages ist ausgeschlossen.

Dieses Werk wurde vom Autor mit bestem Wissen

und mit aller fachlichen Sorgfalt zusammengestellt.

Für den Inhalt übernimmt der Verlag allerdings keine Haftung.

1. Auflage Juli 1995

2. Auflage August 1996

3. Auflage Januar 1998

4. neu bearbeitete und aktualisierte Auflage April 1999



© 1995 by Universitas Verlag in

F. A. Herbig Verlagsbuchhandlung GmbH, München

Alle Rechte vorbehalten

Leser, die aufgrund dieses Werkes Zuschriften senden, erteilen damit  
gleichzeitig die Erlaubnis diese ganz oder teilweise zu veröffentlichen.

Einbandgestaltung: Walter Haehn, Köln

Medizinische Bearbeitung: Priv.Doz.Dr.med. Horst Krüger

Naturheilkundliche u. ernährungsphysiologische Bearbeitung: Prof.Dr.Dr. Otto Rutan

Juristische Bearbeitung: RAe. Beiten, Burkhardt, Mittl & Wegener, München

Fotos: vom Verfasser, soweit nicht anders angegeben

Foto Titel: Verfasser

Zeichnungen: Walter Haehn und Frank H. Netter, M.D

Layout: Achim Konz, Heinsberg

Filme: DEM GmbH, Olpe

Druck: Jos. C. Huber KG, Dießen

Binden: Großbuchbinderei Monheim GmbH, 86653 Monheim

Printed in Germany

ISBN: 3-8004-1314-0

Unsere Erde, die Gesellschaft und die Menschen sind krank.

Wir sind voller Ängste, Süchte und innerer Leere.

Wir haben die Verbindung zu unserer gütigen Mutter Natur verloren. Dieses Buch weist uns  
auf den Weg zu ihr zurück.

Wir müssen diesem Weg folgen, wenn wir uns wieder wohlfühlen und unseren Nachkommen  
die Zukunft erhalten wollen.

Der Ruf zur Natur und Natürlichkeit schlummert auch in Dir.

Erwecke ihn wieder. Mit diesem Buch!

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/prolog/i.html> - Update: 9.05.2000 14:12

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# Prolog zu »DER GROSSE GESUNDHEITS-KONZ«

**|| Jedem Hauptkapitel dieses Werks wurde ein  
Lehrsatz des Hippokrates vorangestellt, auf  
dessen Grundsätze die Ärzte ihren Eid leisten.**



Ich will mit diesem Buch das Leiden in unserer Welt  
lindern

und gelobe hierdurch

gegenüber allen Kranken und gesunden Menschen,

dazu mein Bestes zu geben,

nur die volle Wahrheit zu sagen und die Wahrheit hinter  
dem schönen Augenschein zu suchen,

der uns bislang von der Schulmedizin vorgemacht wird.

Auch will ich damit den Verrat wieder gutmachen,

den die heutigen Ärzte an Dir begehen, edler

# Hippokrates.

\*\*\*

Ich gelobe, mit diesem Buch zu versuchen,  
die Menschen zu mehr Ehrfurcht vor der Schöpfung  
hinzuführen,  
damit der blaue Planet unseren Kindern, Kindeskindern  
und unseren Tierbrüdern und -schwestern erhalten bleibt.

\*\*\*

Ich will dabei anstreben, die Menschen zu einer  
einfachen, zufriedenmachenden, weitgehendst auf die  
Naturgesetze gegründete Betrachtungsweise ihres Lebens  
nach dem gesunden Menschenverstand hinzuführen.

\*\*\*

Ich gelobe weiter, den Kranken die besten natürlichen  
Heilweisen  
zu offenbaren, damit sie sich ohne Nebenschäden von  
ihren Leiden befreien können und will in gleicher Weise  
die Gesunden vor Krankheiten bewahren, sofern sie den  
Erkenntnissen dieses Buches folgen.

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Franz Konz', is centered at the bottom of the page. The signature is written in a cursive, flowing style.



× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × »[Der Große GESUNDHEITS-KONZ](#)« × »[Natürlich Leben](#)«  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/prolog/ii.html> - **Update: 4.02.2000 14:30**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

Der Domainname ist  
eine Spende der

[Transmedia GmbH](#)

× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch  
× [Antivivisektion e.V.](#)                      × [Für Vegetarismus!](#)  
- [Gegen Tierversuche](#) -                      [Vegi-Büro Schweiz](#)  
Tierversuchsgegner Rhein Ruhr

# Prolog zu »DER GROSSE GESUNDHEITS-KONZ«

## III Empfehlung zum *richtigen* Lesen dieses Werks und GELEITWORT

Liebe Leserin, lieber Leser,

dieses Buch ist in zwei Teile gegliedert: in den Schnellese-Teil und den Literaturverzeichnis-Teil. Zuerst lese den schnellen Teil. Bist Du davon angetan, dann nimmst Du Dir die besonders interessanten Themen nochmals vor und informierst Dich mit Hilfe der hochgestellten kleinen Nummern über die Quellen meiner Behauptungen und Recherchen im Literaturverzeichnis-Teil. Liegt Dir ein Thema besonders am Herzen (vielleicht, weil Du gerade mit diesem speziellen Leiden zu tun hast), so sieh im Sachwortverzeichnis nach, an welchen Stellen Du noch mehr darüber findest. Auf dieses Weise kannst Du Dich dann sachkundiger als die Ärzte machen, weil ich darin die besten internationalen Koryphäen der Medizin sprechen lasse.

Viele meiner Leser sagen, das Buch lese sich wie ein Krimi. Deshalb scheue Dich nicht vor seinem Umfang. Bewahre Dir die Spannung und sieh nicht sofort irgendwo hinten nach, um zu wissen, wie nun die UrMedizin zuzubereiten ist. Schrieb mir einer: Durch die einleitenden Vorkapitel kommt eine ganz besonders starke Motivation auf, die UrMedizin auch zu nehmen und die UrTherapie durchzusetzen.

So ist es: Du mußt *vorher* wissen, warum und wieso Dir die UrTherapie die Gesundheit bringen wird. Wenn Du nicht *vorher* vollkommen von deren gesundmachender Wirkung überzeugt bist, wirst Du - so ist meine Erfahrung - keinen Erfolg haben.

Dieses Buch wurde von mir hauptsächlich für die chronisch Leidenden und Schwerkranken geschrieben. Ich als Krebskranker war einst einer von ihnen und weiß um deren Leid, deren Qualen, deren stille Verzweiflung. Und deren sehnlichstes Begehren, davon erlöst zu werden. So ist es für Dich als *nicht* leidender, noch gesunder Leser viel schwerer, Zugang zu diesem Werk zu finden.

Nun, ich als Verfasser dieses Buches bin weder Guru noch Priester einer Kirche, der die Menschen zu einem bestimmten Glauben bekehren will. Mehr als einen Zündsatz sehe ich mich nicht, mit diesem Werk ein neues gesundes Denken auszulösen. Und wenn Dich das ärgerlich und noch so wütend über mich macht - ich kann Dir nur ans Herz legen:

**Laß Dir Deinen Blick für die Wahrheit und die harten Wirklichkeiten des Lebens durch moralische, ideologische oder aus Vorurteilen geborenen Wunschvorstellungen nicht verstellen. Du wirst hier lernen, was das einzig Richtige ist, Deine Krankheiten selbst zu heilen und bis an Dein Lebensende gesund zu bleiben.**

**Ich mute Dir aber als halbwegs oder völlig gesundem Menschen nicht im geringsten zu, die nicht einfachen Ratschläge der hier dargelegten UrTherapie zu verwirklichen, oder gar die mindestens fünfmal täglich einzunehmende, anfangs wirklich widerlich schmeckende UrMedizin zu schlucken.**

**Wenn Du Dich für gesund hältst, dann bitte ich Dich nur, beim Studium dieses Buches zu versuchen, Dich in einen Krebskranken oder einen von schwerstem Rheuma geplagten Menschen hineinzusetzen, der schon bei der kleinsten Bewegung aufschreit, dessen Finger so versteift sind, daß er sich nicht mal einen Salat zurechtmachen kann.**

**Oder denk nur an einen schwer an Asthma Leidenden, der ständig von Erstickungsanfällen gepeinigt wird! Ja, stell es Dir richtig vor, keine Luft mehr zu bekommen! Bei diesen Ärmsten brechen dann die meisten der von ihnen aufgebauten Zukunftspläne und Luftschlößer zusammen: ein gesellschaftlicher Aufstieg, ein Fortschritt in der Karriere, Einkommenszuwachs, Bau eines eigenen Hauses, das Ideal langer Attraktivität und Gesundheit, das Vorbildsein gegenüber den Kindern und, und, und - alles geht für sie verloren.**

**Du als Gesunder stehst nicht unter dem ungeheuren Leidensdruck eines chronisch Leidenden, der als Folgeerscheinung seiner Krankheit zu allem meist auch noch das verliert, was ihm bislang die meiste Freude bereitete: sein Sexualleben. Für ihn besitzt das Wiedererlangen seiner Gesundheit einen ganz anderen Stellenwert als für jemanden, der noch keine Krankheiten kennt.**

**Unter diesem Gesichtspunkt wirst Du meine Ratschläge dann schon ganz anders ansehen und besser verstehen.**

**Trotzdem lohnt es sich auch für Dich als gesunder Mensch, dieses Buch zu lesen, um davon zu profitieren. Dann nämlich, wenn Du - das kann schneller passieren als es Dir lieb sein mag - krank werden solltest, zum Arzt oder zum Zahnarzt mußt. Oder wenn Du Dir eine Verletzung zuziehst. Oder vor einer Operation stehst. Dann bist Du sicherlich froh, darauf zurückgreifen und Dich bestens und seriös über alles informieren zu können.**

**Die klugen Gesunden werden sich jedoch sagen: Ich schluck' die UrMedizin schon gleich - dann werd' ich erst gar nicht krank! Und verliere nicht weiter meine mir so wertvollen Zähne. Und rieche nicht mehr aus dem Mund. Und habe vor allem stets eine tolle Verdauung. Und brauch kein Viagra ...**

**Wenn hier schon mal harte Worte gegen die Schulmediziner fallen, dann meine ich damit**

**nur die miesen, routinemäßig und mit viel Chemie behandelnden, ausschließlich an ihren Profit denkenden Mediziner, die keine guten Ärzte sind.**

**Auch Dir, kranker Leser, wird nicht alles zusagen, was ich Dir im folgenden nahebringe. Bedauerlicherweise kann die Wahrheit aber nun mal nicht jedem gefallen. Eines aber, so hoffe ich, erhältst Du mit Sicherheit aus diesem Buch: Klarsichtigkeit darüber, was im Leben eigentlich gespielt wird. Ich will Dich das Leben begreifen und richtig zu leben lehren. Wenn mir das nicht gelingen sollte, so hoffe ich, Dich mit diesem Werk wenigstens doch zum Nachdenken angeregt zu haben...**

**Wenn Du allerdings gewillt bist, beim Lesen voll Deine fünf Sinne zu gebrauchen, dann liegst Du hier bei mir richtig. Ich verspreche Dir nicht zuviel:**

**Wenn Du diese Wahrheiten verinnerlichst und ihnen folgen solltest, dann wird Dein Leben wieder licht und voller Freude sein.**

**Übrigens, ich rede Dich hier deshalb mit dem freundschaftlichen »Du« an, weil es mir menschlicher erscheint als das kalte »Sie«. Unter dem Entzug von Zuwendung und Anteilnahme leidest Du als Kranker ja besonders stark bei der heutigen Apparatedizin und den kaum Zeit für Dich habenden Schulmedizinern.**

**Einer meiner einfacher strukturierten Leser in einer großen Behörde, der dachte, damit auch mehr Menschlichkeit in die Bürokratie bringen zu können, sich aber laufend bei Beförderungen übergangen sah, fand das besonders ansprechend. Und sprach bei seinem erneut vorgetragenen Wunsch auf Höherstufung den Leitenden Regierungsdirektor seines Amtes nur noch mit »Du« an. Der gute Mann wartet leider bis heute noch auf die Erwiderung des »Du« durch seinen Chef - und auf seine Beförderung...**

**Der Verfasser**

*Ich habe meinen besonderen Dank auszusprechen meinem Freund und heißen Diskussionspartner Helmut Wandmaker als kämpferischen, verdienstvollen Verfechter des 'Natural Hygiene'-Gedankenguts in Deutschland; Prof. Dr. Claus Leitzmann vom Institut für Ernährungswissenschaft der Justus-Liebig-Universität Gießen, der die erste Studie über Physiologie und Psyche der unbehandelte Nahrung Essenden aufgenommen hat; Prof. Dr. Michael Lukas Moeller, den unsere alternative Gesundheitsbewegung früher aktiv fördernden Ordinarius der Goethe-Universität Frankfurt am Main; der Professorin Dr. Williamson, University of Stirling, die mich, wie auch die Professorin Jane Goodall, mit speziellem Forschungsmaterial ausstattete; Prof. Dr. Fritz Popp, Leiter des Instituts für Biophysikalische Zellforschung in Kaiserslautern für das lebenswerte Zurverfügungstellen seines immensen Fachwissens nebst Bildmaterials zur Biophotonen-Analyse. Weiterhin Herrn Prof. Frans B.M. de Waal, Emory University Atlanta, für seine Unterstützung und Überlassung der Bonobo-Fotos und letztlich Prof. Dr. Sabater Pi, Universitat de Barcelona, der durch seine neue Expedition auf die Insel Ferdinand Póo mit gezielter Primaten-Verhaltensforschung dazu beitragen will, noch offene Fragen für die UrTherapie zu klären.*



*Diese Ergebnisse werde ich in dieses Werk aufnehmen, sobald sie vorliegen.*

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/prolog/iii.html> - **Update: 13.01.2000 18:03**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a>                    × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> -                    <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# 0. Kapitel. So wirst Du völlig gesund

## 0.1 Nur Du selbst kannst Dir helfen, gesund zu werden

*»Die Natur ist die Heilerin der Krankheiten« (Hippokrates)*



Das vorab:

Du wirst in diesem Buch viel an Betroffenheit herunter zu schlucken haben. Denn der Verfasser besaß den Ehrgeiz, Dich nur mit noch nie Gehörtem oder Gelesenem zu konfrontieren. So wirst Du im folgenden keine einzige Seite lesen, die Dich nicht überraschend trifft oder nicht zum Nachdenken zwingt.

Du wendest Dich mit diesem Buch einer anderen Art der Medizinbehandlung zu: der Naturmedizin als Widersacherin der Chemie-Schulmedizin. Weil erstere nur von vernünftigen Leuten vertreten wurde, blieb sie zwangsläufig ziemlich unbekannt. Zudem ist sie nicht so bequem zu handhaben wie ihre gewichtige Gegenspielerin, der hier erstmals der Fehdehandschuh hingeworfen wird. Einmal, weil man bei der Naturheilkunde mitdenken muß, während Du bei der Schulmedizin andere für Dich denken läßt. Außerdem kannst Du Dich bei ihr nicht bequem zurücklehnen und warten, bis man Dich behandelt - bei der Naturmedizin behandelst Du Dich nämlich selbst.

Wenn Du gesund werden und bleiben willst, dann kannst Du nicht länger mit der Masse trotten; denn die ist unkritisch, denkt nicht, lauscht am liebsten ihren Verführern und sucht ihr Unvermögen und ihre Nöte stets zu verbergen<sup>1006</sup>. Ich bin aus der Masse früh ausgeschert. Als ich als Krebskranker immer schrecklicher litt, war ich es eines Tages satt, mich in Fragen meines eigenen Körpers von anderen bevormunden zu lassen, und habe mich gefragt, was wohl wäre, wenn es keine Medikamente, keine Ärzte und keine Spitäler gäbe - so wie das vor Urzeiten bei unseren Ahnen einmal war. Und wie sich die Menschen da geholfen haben mögen, wenn sie krank waren. Ich forschte nach und kam dabei zu dieser Erkenntnis:

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Nur Du selbst kannst Dir helfen, gesund zu werden. Jede Fremdhilfe ist von Übel.**

**Heilung heißt aktiv werden, heißt: selbst handeln im Sinne der Natur - nicht gegen sie.**

Wer nur behandelt werden will, dem kann dieses Buch nicht helfen.

Du sollst aber wissen: Dieses Buch ist der Zeit um vielleicht 100 Jahre voraus. Es erweckt daher heftigste Proteste in Dir. Nun: Du bist frei, das neue Gedankengut, das ich Dir hier vortrage, zu nutzen oder zu verwerfen. Das ist Deine ureigenste Entscheidung. Vielleicht fühlst Du auch, daß Du Dich jetzt noch nicht meinem Dein bisheriges Weltbild völlig umwerfenden Vortrag zu öffnen vermagst. Doch ich hoffe, Du gehörst nicht zu den Lesern, die Angst vor dem eigenen Denken haben. Vielleicht reift aber der in Dich getragene Samen eines späteren Tages. Dann laß Dir Zeit damit und greife, wenn Du dessen nötiger bedarfst, später noch einmal zu diesem Buch.

Glaube nicht, Du kannst nun einfach die UrMedizin nehmen und alles käme wieder in Ordnung, so wie Du das von jedem anderen Medikament auch erwartest. Die UrMedizin ist kein Heilmittel. Sie ist eine Weltanschauung mit möglicherweise gesellschaftsveränderndem Potential.

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Es ist Dein Verstand, besser, Dein gesunder Menschenverstand,  
der sich der Krankheiten Deines Körpers entledigt.**

Überdies bringt die UrTherapie Dich auf einen positiven Lebensweg mit neuem Wohlgefühl. Weil ich dieses Buch aber nicht in der Form üblicher medizinischer Sachbücher, sondern ganz für den kranken Leser und, so hoffe ich, etwas spannender als einen Beipackzettel für Valium verfaßt habe, könntest Du trotzdem mit der Zeit daran Spaß haben. Vor allem muß ich Dir klarmachen, daß Du, wenn krank, nicht von einer einzigen Methode - nämlich der Schulmedizin - abhängig bist, um gesund zu werden. Es gibt noch eine andere, bessere Methode, nämlich die der Naturmedizin, die Dich sanfter und dauerhafter von Deinen Krankheiten befreien kann. Und diese vertritt das vorliegende Buch am konsequentesten und ohne Duldung von Halbheiten. Das ist der Grund dafür, daß Du sicher darauf vertrauen kannst, wieder für immer gesund zu werden.

**Noch ein Grund, weshalb das Buch so sehr unserer Zeit voraus ist: Es hat sich das unmöglich erscheinende Ziel gesteckt: Dir Klassische Naturheilkunde anstelle menschenverachtender Chiemedizin nahezubringen.**

Doch nur wer Unmögliches verlangt, kann das Mögliche erreichen.

Trotzdem: **Mein Unterfangen in diesem Buch ist das schwierigste, was man sich auferlegen kann: Dich zu lehren, das für das Schlimmste anzusehen, was Du bislang für das Beste gehalten hast ...**

»Warum bezeichnest Du die UrTherapie "Klassische Naturheilkunde"? «

**Ich bezeichne sie deshalb als KLASSISCHE NATURHEILKUNDE, weil die griechische**

und römische Klassik im 5. bis zum 4. Jahrhundert v.Chr. ihren Höhepunkt erreichte - in der Zeit, in der auch Hippokrates lebte. Auf dieser ethisch fundierten Tradition des unentgeltlichen Daseins für die Kranken baute ich die Klassische Naturheilkunde auf. Hier suchte man nach Harmonie und Einklang zwischen dem Leiblichen und dem Geistig-Seelischen. Was sich in einer zeitlosen Kunst, einer klarsichtigen Literatur und reinem Schönheitsempfinden ausdrückte. Klassisch bedeutet: für immer mustergültig, grundlegend und wahrhaftig.

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/0/1.html> - **Update: 13.01.2000 15:35**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a>                      × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> -                      <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# 0. Kapitel. So wirst Du völlig gesund

## 0.2 Eine Medizin, die Dich 100%ig gesund macht: die UrMedizin

Ich habe zuerst eine Frage an Dich: Wenn Du genau wüßtest, daß Du durch eine ganz bestimmte Medizin, die völlig frei von schädlichen Nebenwirkungen und fünfmal täglich einzunehmen ist, nie im Leben krebskrank werden könntest - würdest Du eine solche Medizin regelmäßig nehmen?

»Aber ja. Darauf kannst Du Dich verlassen«, antwortest Du.

Das freut mich zu hören. Immerhin sterben inzwischen 25% der Menschen bei uns an Krebs. Und wenn Du genau wüßtest, daß Du durch eine Medizin nie ein Herzleiden, einen Herzinfarkt ein Kreislaufleiden oder dergleichen bekämost, würdest Du auch eine solche Medizin nehmen? Auch wenn sie ziemlich bitter für Dich wäre? Und würdest Du sie hundertprozentig genau nach meinen Anweisungen einnehmen?

»Aber klar doch!«

Das ist gut zu wissen. Immerhin sterben bei uns 60% aller Menschen an den zuletzt genannten Leiden. Und wenn ich Dir noch eine weitere Medizin zu nennen wüßte, die Dich von Rheuma, Arthritis, Arthrose, Krampfadern, offenen Beinen und Durchblutungsstörungen heilte und Dich ein Leben lang davon freihielte, dann würdest Du auch diese Medizin ganz sicher zu Dir nehmen, nicht wahr? Immerhin leiden 25% aller zivilisierten Menschen daran. Würdest Du auch all diese Medizinen auf einmal nehmen? Selbst wenn es sich um alte, längst vergessene und längst aufgegebene handelte?

»Nichts, was ich lieber täte! So könnte ich ja so gut wie immer gesund bleiben. Her mit dieser Wundermedizin«, sagst Du.

Dann sei froh, daß Du dieses Buch in Händen hältst. Darin beschreibe ich sie Dir! Nur ist es keine chemische Medizin, sondern eine ganz schlichte, einfache.

**Es handelt sich um eine Medizin aus der Urzeit der Menschen, die gemeinsam mit einer Methode aus der Urzeit der Menschen angewandt wird.**

Du wirst sehen: Die schlimmsten Krankheiten verschwinden oder werden erträglich. Du wirst erleben: Du wirst so gesund, daß Deine Freunde und Bekannten gar nicht mehr wissen, über was sie sich mit Dir noch unterhalten sollen.

»Trotzdem - ich kann mir gar nicht vorstellen, daß schwere Leiden so leicht zu heilen sind, wie

Du sagst. Nimm doch nur einmal einen stark gichtkranken Menschen, dessen Hände schon von harten Knoten gezeichnet sind. Wie soll das noch mal weggehen?«

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × »[Der Große GESUNDHEITS-KONZ](#)« × »[Natürlich Leben](#)«  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) (Important note!) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ⌘ = externe Datei · [Disclaimer / Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/0/2.html> - **Update: 13.01.2000 15:35**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# 0. Kapitel. So wirst Du völlig gesund

## 0.3 Was heilt die UrMedizin alles?

Es geht weg, verlaß Dich drauf! Es verschwinden dicke Knoten, es erneuert sich das Gewebe, es heilen jahrelang offene Wunden, es kräftigen sich halbtote Organe, es festigen sich auflösende Knochen und Gelenke, es verschwinden Krebswucherungen. Herz-, Magen- und andere Leiden werden auskuriert. Aber auch Arthritis, Neurodermitis und Allergien werden durch die UrMedizin behoben.

Sie befreit Dich von Deinen Wechseljahres-Beschwerden, von Kopfschmerz, Migräne, Heuschnupfen, Allergien, Schlaflosigkeit, Parodontose, Kreislaufschwäche, krankhafter Blutdruck, Verstopfung, Impotenz, Akne, Prostatabeschwerden, Wund- und Gürtelrose, eitrige Mittelohrentzündung, Anämie, Wasser in den Beinen, Asthma, Herpes, AIDS, Angina pectoris - einerlei ob sie von Herzmuskelentartung oder Kranzarterienverstopfung herrührt - müssen nicht länger Schicksal sein. Leukämie und Diabetes brauchen allerdings manchmal neun Monate, bis sie endgültig überwunden sind. Und bei manchen Krebsarten muß man oftmals ein Jahr Geduld haben, bis die Wucherungsinformation umgeleitet ist. Aber: Diese Einschränkungen Deiner Genesungsmöglichkeit will ich deutlich herausstellen:

**Geheilt werden kann nur das, was noch nicht zerstört, was noch vorhanden ist. Eine vom Alkohol oder von Medikamentengiften ruinierte Leber, ein vom Star völlig zerstörter Sehnerv, ein vom Krebs zerfressener Darm kann nicht geheilt werden. Wohl aber ein sich im Anfangsstadium auflösender Hüftknochen, ein offenes Bein, Krampfadern, Asthma, Bronchitis oder schwindende Bandscheiben. Vor allem verschwinden bald alle Schmerzen.**

Aber: Ich kann Dir nur Heilung von Krankheiten versprechen, soweit die Zustände, welche die Krankheit hinterlassen haben, noch behebbar sind. Hat die multiple Sklerose bereits die Markscheiden der Nervenzellen völlig zerstört, ist keine völlige Heilung, sondern nur noch Stillstand der Krankheit zu erwarten.

Die UrMedizin kann leider nur selten und dann auch nur langsam Hämorrhoiden kurieren, wenn die sich erst einmal bei Dir gebildet haben. Sie verhütet aber, daß sie Dich weiter plagen. Sie hilft auch nicht gegen bereits eingelagerte Altersflecke. Sieh zu, daß sich diese erst gar nicht bei Dir bilden können. Wie, das erfährst Du bald. Deshalb verstehe das Gesagte so:

Gesundheitsgesetz

**Die UrMedizin heilt bei Organstörung und bessert bei Organzerstörung.**

Auch ein nur zur Hälfte zerstörtes Organ kann, nach meinen Erfahrungen mit den Kranken, es manchmal nicht mehr schaffen. Ich stecke in keinem drin, weiß nicht mal bei mir selbst, wie

lange mein halb vom Krebs zerfressener Magen mich noch meiner Familie erhält.

Die UrMedizin wirkt als Ganzheitsmedizin: Auf die Art der Krankheit kommt es nicht an! Was Du auch für ein Leiden hast - es ist völlig gleichgültig! Auch Depressionen, Schizophrenie und gewisse Geisteskrankheiten sind besserungsfähig.

»Das wäre ja schon ein Wunder!« antwortest Du.

Das ist kein Wunder, es ist ein ganz normaler Vorgang, daß ein Körper wieder zu seinem normalen, gesunden Zustand und zur Schmerzlosigkeit zurückkehrt - wenn er der zerstörenden Chemiemedizin entsagt und er der Natur wieder zu ihrem Recht verhilft.

Und: Nicht zu helfen ist den Menschen, die jede Verantwortung für ihr Tun ablehnen, die Hilfe nur von anderen erwarten, oder nur Alibis für ihre Entschlußlosigkeit suchen und ständig Worte im Mund führen wie: »Was würde ich nur tun, wenn ich Dich nicht hätte!« Oder: »Sie sind meine einzige Rettung, Herr Doktor!« Oder: »Ich setze meine ganze Hoffnung auf die neu entwickelten Medikamente/Geräte/Verfahren...« Oder: »Kein Mensch hat mehr Mitleid mit mir!«

Entweder Du übst Selbsterkenntnis und stellst abrupt dieses kindliche Denken ein oder Du klappt gleich das Buch zu.

Und ich muß Dich darauf hinweisen, daß alle meine Aussagen nur dann zutreffen, wenn Du strengstens und peinlichst genau meine Anweisungen befolgst, die mit dem Einnehmen der UrMedizin verbunden sind. So ganz allein mit dem Herunterschlucken ist es nämlich nicht getan.

»Kann ich mir denken«, sagst Du, »das ist doch bei jeder Medizin so. Die beste nutzt nichts, wenn ich die dazu gegebenen Vorschriften mißachte. Schließlich wünsche ich mir nichts sehnlicher, als geheilt zu werden«, sagst Du.

Dieser Entschluß freut mich natürlich. Denn nun steht Deinem völligen Gesundwerden nicht mehr viel im Wege. Trotzdem:

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!



**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ☒ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/0/3.html> - **Update:** 13.01.2000 15:35

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# 0. Kapitel. So wirst Du völlig gesund

## 0.4 Die UrMedizin schlucken - das wird eine harte Nuß für Dich

Für viele wird das sogar die schwerste Aufgabe ihres Lebens. Das kostet schon allerhand Überwindung, sich diese bittere Medizin einzuverleiben. Und damit allein ist es ja nicht getan. Es kommt noch einiges hinzu, bis alle Bedingungen erfüllt sind, welche die UrTherapie zur Heilung aller Leiden an Dich stellt. Letztere gesellt sich zur UrMedizin. Und dazu tritt noch die Erschwernis, von anderen, ja selbst vom Lebenspartner, ein paar Monate lang für verrückt gehalten zu werden, weil Du Deine Heilung selbst in die Hand genommen hast.

Ich will Dir sagen, warum Dich die anderen nur ein paar Monate scheel ansehen: Weil danach eine derartige Wandlung mit Dir vorgegangen sein wird, daß auch diejenigen, die nicht gerne die Wahrheit sehen wollen, an Deiner plötzlich wiedergekehrten Gesundheit, Deinem frischen Lachen, Deinem Wohlergehen, Deiner neu erwachten Lebenslust, Deinem unwahrscheinlichen Tätigkeitsdrang, Deinem aus Dir strahlenden Glück nicht mehr länger vorbeiblicken können und erkennen müssen, daß es nicht Verrücktheit von Dir war, was Dich zu den in ihren Augen abwegigen, unzeitgemäßen urzeitgemäßen Methoden trieb, sondern ein einsichtiger, klar denkender Verstand, gepaart mit etwas Kraft und Ausdauer. Sicher wird es schwer für Dich, wenn Du keine andere Unterstützung hast als mein Buch oder die Urzeit-Selbsthilfegruppen. Aber am schwersten wird es für die, welche ihre Vorurteile gegen einfache Wahrheiten nicht ablegen können oder wollen.

»Wenn ich zu dieser Gruppe Menschen gehören sollte - warum mutest Du mir dann noch zu, mich mit diesem Buch befassen?«

Aus keinem anderen Grund als der Tatsache, daß die UrMedizin die einzige Medizin ist, die Dich ohne Nebenschäden völlig gesund machen wird, und weil Du früher oder später doch auf sie angewiesen sein wirst - willst Du nicht frühzeitig ins Gras beißen oder elendiglich an Deinen Krankheiten und Schmerzen eingehen...

Merke:

Um gesund zu werden und zu bleiben, brauchst Du nichts anderes als die Bereitschaft, umzudenken.

Dieses Denken in neuen Kategorien kommt Dir letztlich voll zu Gute. Du gewinnst doch sehr damit, wenn sich Dein Horizont weitet und Du das Tun der Menschen einmal aus einem anderen Blickwinkel siehst, und Du Dich dabei schon mal in Frage zu stellen hast.

»Na, da bin ich ja mal gespannt. Woher kommt die UrMedizin eigentlich ?« fragst Du.

Es gibt heutzutage über 200.000 verschiedene moderne Medizinformen und Medikamente in der Welt. Bei uns allein sind es über 60.000. Die UrMedizin aber ist so alt, daß niemand sie aufzeichnen konnte, weil die Menschen zu jener Zeit noch keine Schrift kannten. Sie stammt aus der Urzeit.

»Und wie bist Du daran gekommen?«

Ich hab' sie mit meinem gesunden Menschenverstand entdeckt. Obwohl sie also so alt ist, stellt sie doch etwas völlig Neues für uns heutige Menschen dar, denn bisher ist noch niemand auf die Idee gekommen, sie für Gesundheits- und Heilzwecke einzusetzen.

»Und wann kann ich mit den ersten Gesundheitszeichen rechnen, wenn ich sie einnehme?«

Im allgemeinen nach zwölf Wochen. Das ist so ein Mittelwert. Doch ich möchte dazu ein Wort sagen: Von leichten Krankheiten bist Du oft schon befreit, wenn Du die ersten vier Wochen hinter Dir hast. Mittelschwere Krankheiten sind vielfach schon nach acht Wochen UrTherapie verschwunden. Bei den schweren Krankheiten sieht es unterschiedlich aus. Je nach Stadium und Alter machen selbst Allergien und Rheuma dem Körper nach zwölf Wochen UrMedizin keine Schwierigkeiten mehr. Bei Knochenerkrankungen dauert es meist etwas länger. Ein sich auflösendes Hüftgelenk benötigt meist 40 Wochen bis zur Festigung. Bei den gefährlichen Gehirntumoren liegen mir keine Erkenntnisse vor. Bei Drogensucht, AIDS und bereits metastasierendem Krebs habe ich weniger Erfahrungen sammeln können, bin aber gewiß, daß auch hier ein längerer Weg bis zur Gesundung vor den Kranken liegt. Es kommt auf die Ursachen an. Lungenkrebs, der durch Rauchen entstanden ist, oder Krebs, der durch Benzol, Asbest oder andere Chemie verursacht wurde, ist nur in seltenen Ausnahmefällen kurierbar. Verkrebung, an der eine Fehlernährung die Schuld trägt, ist in ca. zwei Jahren aus dem Körper zu bringen. Das gilt nicht, wenn durch eine Chemotherapie, bzw. eine radioaktive Bestrahlung, das Immunsystem des Körpers kaputtgemacht wurde.

Dies sind Durchschnittszahlen aus meiner Erfahrung. Jeder spricht anders an. Jeder hat eine andere Konstitution, eine bessere oder eine schlechtere Erbmasse. Der eine fühlt sich bereits nach vier Wochen gesund, der andere braucht ein Jahr dafür. Besonders Kranke, die als Kind wenig Liebe empfangen, tun sich mit der UrTherapie wegen mangelnden Selbstvertrauens schwer...

Die Heilung erschweren kann es ebenfalls, wenn die Mediziner Dir die Gaumen- und Rachenmandeln weggenommen haben, oder wenn Du langfristig mit Medikamenten behandelt worden bist - vielleicht wegen vermuteter Epilepsie, wegen Diabetes, wegen Hyperaktivität oder anderer Leiden. Und wer zigjahrelang Asbest-Nachtspeicheröfenstaub atmete und Quecksilber im Mund trug wie z.B. ich, dem kann auch nicht gesagt werden, was deshalb noch alles auf ihn zukommt. Denn:

**Ich bin nicht der liebe Gott. Ich weiß nicht, wie sehr Deine Organe bereits geschädigt oder gar zerstört sind. Und jeder hat seine ihm eigenen, mehr oder weniger stark oder schnell reagierenden Heilkräfte. Bei dem einen ist der Lebensmotor gut reparabel, beim**

**anderen weniger.**

Ich weiß ja leider nicht, wie irreparabel schwer die ärztlicherseits verordneten Gifte (Medikamente, Spritzen, Chemotherapien, Amalgamfüllungen in Zähnen) Deinen Körper bereits zerstört haben; besonders, wenn wegen Krebs bestrahlt wurde. Dadurch wird gesundes Zellgewebe aufs stärkste geschädigt und das Abwehrsystem des Körpers weitgehend für sehr lange Zeit, wenn nicht gar für immer, lahmgelegt: UrMedizin heilt nur zuverlässig, wenn sie früh genug genommen wird!

**Der durch die Alzheimersche Krankheit bedingte Zerfall von Gehirnzellen ist auch durch die UrMedizin nicht wieder reversibel zu machen.<sup>3674</sup> Denn für diese Therapie braucht man einen intakten Geist. (Weshalb Du Dir möglichst schnell die UrMedizin einverleiben solltest!) Wer jahrelang Kopfschmerz- oder Beruhigungstabletten eingenommen und sich damit die Nieren zerstört hat, der kann sie durch die UrMedizin nicht wieder in Hochform bringen. Auch derjenige, dem die Ärzte Antibiotika verordnet haben, hat es schwerer damit, daß die UrMedizin sofort bei ihm anschlägt. Deren schlimme Spätfolgen sind schwer aus dem Körper zu bringen.**

**Es gibt keine Wunder. Und auch die UrMedizin vermag keine zu vollbringen.<sup>9923</sup> Sie kann keine Querschnittgelähmten wieder gehend machen, keine 90jährigen vom Totenbett holen, keinen zerstörten Sehnerv und kein impfgeschädigtes Kind wiederherstellen, keine vererbten Defekte ausheilen oder mongoloide Kinder in normale zurückverwandeln. Und auch Erleiden wie die Mukoviszidose und andere kann sie nicht heilen, aber doch erträglich machen. Und wenn Dein Krebs dadurch verursacht wurde, daß Deine Mutter Medikamente (z.B. das Hormon Styloböstrol) schluckte oder Du zu viel Glas- oder Mineralwollefasern oder Holzschutzmittel-Giftdämpfe mitbekamst, dann kann auch die UrMethode Dir nicht mehr helfen.**

Und mit der UrMedizin den Tod aufzuhalten versuchen, wenn durch Asbest- oder radioaktive Verseuchung verursachter Krebs bei Dir ausgebrochen ist, das ist leider auch nicht drin. Und wenn ein Kind seine Leukämie durch das Benzol der Autos erlitt, weil Du in oder an einer stark befahrenen Straße wohnst, dann kann Dir die UrMedizin natürlich nicht so gut helfen, falls Du Dir nicht schnellstens eine andere Wohnung - möglichst auf dem Land suchst. Aber schon bei einem jüngeren Menschen, der an Multipler Sklerose leidet, bestehen gute Aussichten, wenn das Leiden nicht bereits zu viele Körperfunktionen lahmgelegt hat. Vor allem: Den beiden Kranken, dem Querschnittgelähmten und dem an Multipler Sklerose Leidenden, wird es bei gewissenhafter Einnahme dieser Medizin auf jeden Fall viel wohler als bisher ergehen. Weil allein die durch die Lähmung bedingten körperlichen Mißstände durch ein besseres Allgemeinbefinden und wieder funktionierende Verdauung leichter zu ertragen sind. Und weil die bei solchen Krankheiten leicht aufkommenden zusätzlichen Leiden vorbeugend ausgeschaltet werden.

»Daß Multiple Sklerose zu heilen ist, das kann ich Dir nicht abnehmen. Immerhin werden durch diese Krankheit die Nervenzellen zerstört - und die lassen sich nicht mehr regenerieren.«

Nicht durch chemische Medikamente der Schulmedizin! Doch in der UrMedizin sind alle bekannten (und sogar die bisher noch nicht entdeckten Lebensstoffe und Vitamine) in der richtigen Menge und in der richtigen Zusammensetzung vorhanden. Das ist entscheidend! Durch die Vitamine der B-Gruppe (B<sub>1</sub>, B<sub>6</sub>, B<sub>12</sub>) werden sogar *Schmerzen* als nicht so schlimm empfunden und können beschädigte Nervenzellen in ihrem Aufbau unterstützen. (Und jetzt schau mal schnell unter LV 9983 nach – da hast Du's schwarz auf weiß.) Und auch diese Vitamine vermittelt Dir die UrMedizin schnellstens - und es sind keine künstlich hergestellten, sondern rein natürliche!

Aber ich will Dir noch etwas mehr darüber sagen, wie ich diese UrMedizin entdeckt habe:

Mir half dabei diese Erkenntnis: Wenn die Menschen trotz angeblich bester und fortschrittlichster Medizin immer kränker werden - inzwischen suchen bereits 98,9% in den Zivilisationsstaaten meist laufend Ärzte auf, bei uns zusätzlich jährlich 40.000 Kranke wegen medizinisch verursachten Schäden -, dann müssen alle vorangegangenen Medizinarten besser gewesen sein als die neuen. Und am besten mußte die älteste Medizin für die Menschen gewesen sein! Und nach der forschte ich dann.

»Und warum ist die UrMedizin allen anderen überlegen?«

- **Weil sie vor Gebrauch frisch zubereitet wird.**
- **Weil sie die Ur-Wirkstoffe des Lebens lebend in sich trägt.**
- **Weil sie *reine* Natur ist.**

»Und aus was setzt sie sich zusammen?« fragst Du.

Gemach, gemacht. So weit sind wir noch lange nicht.

Die kannst Du nicht mit ein paar Schluck einnehmen. Sie muß immer neu und immer ganz frisch zubereitet werden. Und darauf mußst Du Dich zuerst gründlich geistig und gefühlsmäßig vorbereiten, damit Du völlig davon überzeugt bist, daß Du das einzig Richtige gegen Dein Leiden tust.

Sonst nimmst Du die UrMedizin höchstens ein paar mal und hältst nicht durch. Oder siehst deren Notwendigkeit nicht ein. Sie ist ja keine gewöhnliche Medizin von einem Arzt, die Du nach einiger Zeit wieder aufgibst. UrTherapie soll Dich Dein Leben lang als treue Gefährtin begleiten. Meine Aufgabe ist es, Dich darauf einzustimmen.

Weshalb Du Dir einen sehr schlechten Dienst erweist, wenn Du dieses Buch nicht Seite für Seite liest. Denn der Druck der meist neidischen Gesellschaft um Dich herum ist nur dann zu überwinden, wenn Du stabile Überzeugungen in Dir aufbaust. Laß mich also dafür zuerst einmal sorgen und Dich fest an die Hand nehmen.

»Warum soll ich Neider zu fürchten haben, wenn ich mit diesem Buch gesund werden oder gesund leben will?« fragst Du.

Weil Du Dich ihnen gegenüber überlegen zeigst.  
Du erweist Dich bald als viel stärker als sie, weil  
Du nicht mehr mit der von Ärzten abhängigen  
Masse trottest, sondern selbst aktiv wirst.



Zu dieser Einstimmung auf die UrMedizin gehört  
vor allem ein kleiner, vergangenheitsbezogener  
Überblick, wieso es eigentlich dazu kommen  
konnte, daß wir heute zu bange sind, uns selbst zu  
helfen und das Heil nur bei uns völlig fremden  
Menschen suchen: den Ärzten.

Zum nebenstehendem Bild: Schon immer haben Ärzte liebend gerne kranke Menschen  
verbrannt (® Bilder Rz 58 u. 164). Das hat sich – wie fast alles in der ärztlichen Kunst – bis  
heute nicht gewandelt. Es wurde nur kaschiert mit »kalten« Verbrennungen, wie  
Röntgenbestrahlungen oder radioaktiven Krebsbestrahlungen, die schwerste innere  
Verbrennungen und Gewebeerstörungen bewirken.

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ☼ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/0/4.html> - **Update: 13.01.2000 15:35**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a>	× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr
--	---

# 0. Kapitel. So wirst Du völlig gesund

## 0.5 Die wahre Geschichte der Medizin: ein einziger großer Betrug am kranken Menschen, 0560

Das nimmst Du mir noch nicht ab - aber es ist so:

**Früher wie heute: Kranke Menschen wurden schon immer beschwindelt und ausgebeutet<sup>0500,0501</sup>: Denn Kranke kommen in einem Zustand der körperlichen Schwäche zu den Ärzten. Körperlich Geschwächte sind auch seelisch und geistig geschwächt und äußerst hilfsbedürftig - daher leicht und schnell ausnutzbar.**

Der Mensch ist seit Jahrmillionen auf dieser Erde und lebte wie ein Tier mit den Tieren, bis er vor etwa 10.000 Jahren das urzeitliche Leben in der Natur aufgab, sich über Gebühr vermehrte, plötzlich seine eigenen Artgenossen bekämpfte und daneben immer mehr auch noch seine Brüder: die Tiere. Und es wird nicht mehr lange dauern, bis er sie alle - bis vielleicht auf Schweine und Kühe - ausgerottet haben wird.

Aus Kampf und Seßhaftigkeit wuchsen Haß und Gier in ihm. Ein den Urzeitmenschen unbekannter Begriff, nämlich der des persönlichen Eigentums, kam auf. Doch das Empfinden für eigenen Besitz hatte nie Eingang in seine Gene gefunden. Damit kam und kommt er bis heute noch nicht zurecht. Stets waren die Menschen frei. Niemand war Sklave oder Herr oder König. Jeder erhielt von der Natur ohne Arbeit stets genug zu essen. Nun erklärte man gefundenes Gold oder Edelsteine als eigenen Besitz, schuf Schmuck und behängte sich mit Fellen oder Stoffen, züchtete Kulturpflanzen und hielt sich Haustiere.

Plötzlich war die Natur dem Menschen nicht mehr gut genug!<sup>3118</sup> Jetzt lebte er nicht mehr wie früher nur mit und von der Natur. Und erste Krankheiten schlichen sich in seinen Körper ein. Und da er zuvor (wie alle wildlebenden Tiere) nie von Leiden geplagt worden war, wurde er davon besonders hart betroffen. Wenn dann einer so hilflos daliegt und niemand von seinen noch halb steinzeitlichen Gefährten weiß, was man da tun soll - wie ist dann das Unerklärliche zu erklären?

Man gibt Geistern die Schuld.

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/0/5.html> - **Update: 13.01.2000 15:35**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a>                      × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> -                      <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---



# 0. Kapitel. So wirst Du völlig gesund

## 0.51 Dämonen waren angeblich die ersten Schuldigen an den Krankheiten der Menschen

Die Schuld für ihre Qualen bei sich zu suchen, das fiel den Menschen schon immer schwer. Da Gott oder die Götter allgemein als gute Wesen galten, konnte das also nur etwas Böses sein, das den Menschen Unwohlsein und Schmerzen brachte. Ein Dämon! Oder mehrere Dämonen. Das Christentum machte aus den Dämonen dann später den Teufel.<sup>0502, 0507, 9602</sup>

Ganz besonders Schlaue behaupteten nun, über besondere Kräfte zu verfügen, womit sie die krankmachenden quälenden Geister aus dem Körper vertreiben könnten. Was sich die Kranken und deren Angehörige natürlich hoffnungsfroh und gegen Zahlung eines guten Entgelts zu gerne weismachen ließen. Damals waren die Krankheiten wohl auch noch nicht so schlimm wie die heutigen Leiden und heilten sicherlich recht schnell wieder aus, weil die Menschen noch ziemlich einfach und natürlich lebten.

Mit der Zeit kamen dann den Medizinmännern immer bessere Ideen, die Menschen zu verschaukeln. Und an Einfällen solcher Art hat es ihnen bis heute nie gemangelt. So steckte sich der Medizinmann etwa unbemerkt ein paar Steinchen in den Mund, nahm ein Rohr und saugte - einige Zauberformeln murmelnd - unter den ehrfürchtigen Blicken aller dem damals wie heute immer gutgläubigen Kranken das Leiden aus dem Leib, das böse Dämonen dort hineingetragen hatten.<sup>0553</sup>

»Seltsam, die alten Tricks bringt man von Zeit zu Zeit immer mal wieder an den Mann!«

Du spielst auf die Wunderheiler in Südostasien an, die mit bloßen Fingern aus dem Bauch des Kranken blutige Gewächse hervorholen, die angeblich die Krankheit des Patienten verursachten. Wo dann anschließend nicht mehr das geringste vom Eingriff zu sehen ist. Nun - das kann oft sogar segensreich sein. Besonders bei eingebildeten Krankheiten. Und wenigstens für eine kurze Zeit. Ein alter Hut übrigens, schon die hippokratische Schrift »Epidemien« ereifert sich über Kurpfuscher, die einen Wattebausch in der hohlen Hand verbergen und dann glauben machen, ihn aus dem Ohr des Patienten zu entfernen, um seine Ohrenschmerzen zu heilen. Allerdings sind die Asiaten nicht so naiv dabei wie wir: Weder Patient noch Arzt glauben an die Echtheit des extrahierten Objekts.

Damit die symbolische Handlung vollkommen ist, muß nur die Zauberaktion fehlerfrei ausgeführt werden; d. h. der Fremdkörper mußte unsichtbar beim Heiler versteckt gewesen sein. Keiner durfte die Manipulation bemerken, damit eine Placebowirkung eventuell eintreten konnte<sup>0650, 3491</sup>.

Doch die Tricks verbrauchten sich schnell, und so mußte man immer wieder neue erfinden.

Gab es keine äußerlich erkennbaren Anzeichen von Kranksein, dann nahmen die römischen Ärzte früher an, daß dies nur von stinkenden Gasen im Kopfinnern herrühren könnte. Bei den Maya-Ärztepriestern waren wiederum die Dämonen dafür verantwortlich. Und um diese entweichen zu lassen, meißelten die Ärzte den Kranken große Löcher in die Schädeldecke.



Den australischen Eingeborenen machte ihr Koradgee<sup>0635</sup> weis, jede Krankheit, jeder Schmerz sei auf den bösen Einfluß eines Feindes zurückzuführen, und nur er als Mediziner habe die Macht, mittels Nierenfett, Menschenkot und Bergkristall davor zu schützen.

Früher wie heute stand immer die handwerkliche Geschicklichkeit im Vordergrund der chirurgisch tätigen Mediziner - niemals die Gesundung des Kranken. Halte das mal gut im Gedächtnis: Überlebte der Patient, so war's der Arzt. Starb er, so war's das unabänderliche Schicksal. Oder die gar zu große Macht der Dämonen, der Geister, des Teufels. Oder später der Wille Gottes.

**Die Mediziner des Mittelalters dagegen hielten von Löchern im Kopf nicht so viel. War doch zu befürchten, daß dann auch die von Gott eingehauchte Seele daraus entweichen könnte. Weshalb man den Teufel, der damals noch für viele Krankheiten den Schuldigen darstellte, lieber mit viel Weihwasser und Beschwörungen austrieb.**

Nun vermag man auch heute den einfältigen Menschen - besonders den kranken - noch immer weiszumachen, daß Gott für ihre Leiden verantwortlich sei: alles liege in Gottes Hand oder im unerfindlichen Ratschluß des Allmächtigen. Doch so stark ist der Glaube an die Möglichkeit des Entweichens von Gottes eingehauchter Seele aus einem lebenden Körper zur Zeit nicht mehr. So können es sich die Ärzte von heute wieder erlauben, diese bestens bezahlte, aber selbst von ihren Kollegen als grober Unfug bezeichnete Meißelarbeit am Kopf, erneut aufzunehmen, um dieser Tätigkeit unter dem besser klingenden, modernen Namen »Neurochirurgie« unbestraft nachzugehen. Dir fällt ein solcher Irrwitz - der des Herumstocherns in Deinem Gehirn - nur nicht mehr auf, weil man Dir statt eines Dämons eine wissenschaftlich klingende Bezeichnung als Grund für den Eingriff nennt. Und statt eiserner Haken nunmehr mit einem beeindruckenden Laserstrahl Gehirngewebe verdampft, statt es wie

früher herauszupuhlen. (©337)

Es war der englische Professor Walter Jackson Freeman, auch genannt »Jack the Brainslasher«, der - stets in chronischen Geldnöten befindlich - damit wieder anfang, nachdem der Glaube an die beflügelte Seele für einige Jahrhunderte die Kopfaufhämmerer um ihr Salär gebracht hatte. Und dem dazu folgende hilfreiche Idee kam: nämlich zu behaupten, bei Schizophrenen genau die Stelle im Gehirn bezeichnen zu können, welche ebendiese Krankheit verursache. Anschließend wurde diesen dann über dem Auge ein keilförmiges, einem Eispickel ähnliches Instrument sieben Zentimeter tief durch die Schädeldecke ins Gehirn getrieben. Durch Kreisbewegung seines Leukotoms suchte Professor Freeman dann möglichst viel Gehirngewebe zu zerstören.

Von der Schizophrenie wurde zwar damals wie heute niemand geheilt. Doch, wie berichtet wird, litten 53% der Operierten später unter Fallsucht, der Rest ging um einige Gramm Gehirnmasse und einen Beutel voll echter Taler erleichtert wieder nach Hause. Wenn sie nicht gleich im Operationsstuhl ihr Leben ausgehaucht hatten.

Übrigens, aus der Tatsache daß die Mediziner den Menschen mehr Schaden zufügten als Nutzen, zog bereits Perserkönig Kyros I. 550 v. d. Ztr. seine Konsequenzen: Er befahl, daß alle seine Ärzte die ersten zwanzig Jahre ihres Berufslebens in einem feindlichen Land zu praktizieren hätten...

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/0/51.html> - **Update: 13.01.2000 15:35**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a>	× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr
--	---

# 0. Kapitel. So wirst Du völlig gesund

## 0.52 Erde: vielleicht das erste und einzige Heilmittel

In Griechenland gab es die Priester-Heiler. Sie verstanden sich als Mittler, als Medium zwischen dem Gott Asklepios und den Patienten. Von ihnen wollten Kranke und ihre Angehörigen keine genauen Diagnosen, sondern nur Prognosen, also Voraussagen über Heilmöglichkeiten. »Von oben«, also von den Göttern, kam dann die Inspiration, die Eingebung für die jeweils notwendige Therapie. Verantwortung für ihre Behandlung mußten die Priester-Ärzte nicht übernehmen. Sie konnten sich ja auf Asklepios berufen. Das war der Stand der Heilkunst *vor* Hippokrates.

Die frühen griechischen Ärzte waren zum Glück für ihre Patienten noch nicht so verbildet und arrogant, daß sie einen Blick in die Natur oder zu den Tieren unter ihrer Würde fanden. Sie hatten z. B. die Vorliebe des Federviehs für Erde beobachtet. Sie wußten, daß viele Tiere ihre Wunden und Schwären in feuchtem Erdreich wälzten. Sie bekamen auch Kunde davon, daß die Ägypter die fette Erde vom Schwemmland des Nils zu Schlammbädern gegen Rheuma nutzten. Bekannt war ihnen auch, daß die Erde von Lenno gegen Pest, Schlangenbisse sowie bei Knochenbrüchen angewandt wurde. Homer besang die Heilkraft dieser Erde später sogar in seinen Epen. Doch da Hippokrates - im Gegensatz zu seinen Epigonen von heute - mehr auf die Selbstheilungskraft des Körpers setzte, die er durch Diäten zu unterstützen suchte, verordnete er nur sparsam die Einnahme von Erde. Doch dann wurde das plötzlich modern, und deshalb verschrieben die nachfolgenden Ärzte immer mehr das Einnehmen von Erde.

Warum? Nun, man hatte inzwischen eine Möglichkeit entdeckt, die Erde in eine Art Medikament zu verwandeln, die sie in den Augen der Kranken als etwas Besonderes und gar Wundersames erscheinen ließ: Wenn man die Erde auf einem Porphyr zerrieb und danach mit Wasser vermengte, erhielt man eine feine, schleimige Masse, die sich gut in Förmchen füllen ließ. Deckte man sie mit Leinen ab und ließ sie an der Luft trocknen, so konnte man nach einigen Stunden darauf sogar ein aus Holz geschnitztes Stempelzeichen einprägen.

Und wenn mystische Formen, Wappen und später Muttergottesreliefs in die Erdklümpchen eingedrückt wurden, dann war das nun keine einfache Erde mehr, sondern eine Zauber-Arznei von höchst heilungsphysiologischem Wert. Und wenn sich der Mediziner dann aus grüner Vulkanerde dreieckige Stückchen mit Runen und aus roter Erde runde Kugeln mit dem Malteserkreuz fertigen ließ, dann konnte er seinen Patienten sagen, daß diese Erdarten aus fernen Landen auf verschlungenen Pfaden unter großen Gefahren zu ihm gebracht worden seien und wahre Heilwunder vollbringen würden. Oder er konnte in christlicheren Zeiten behaupten, daß es sich z. B. bei der Terra Sigilata Hierosolymitica um die vielgepriesene »Marienmilch-Erde« aus der Höhle von Bethlehem handele, in der die Heilige Mutter Gottes höchstselbst ihren Sohn genährt und dabei Tropfen ihrer Milch in den Boden ebendieser Höhle vergossen habe.

So waren nicht nur die Kranken beeindruckt, es war auch damit ein erkleckliches Honorar zu erzielen - für nichts anderes als bloße Erde! Das war der Ursprung der ersten Tabletten und, in Rundform gepreßt, der ersten Pillen. Versteht sich, daß sie später noch mit Kräutern, Gold, Mineralien, Rosenöl, Essig, Wein usw. gemixt und verkauft wurden. Bis später der Anteil der Erde immer mehr zurückging und die Tabletten sich dem jeweiligen Trend der Zeit anpaßten. Was jeweils »in« war, das wurde so lange angeboten, wie es verkäuflich blieb. Zwar hätten damals die Menschen sich auch irgendwo ein Loch graben und einfach die reinliche Erde daraus essen können - aber fürs »In-Sein« gab man ja schon immer gerne Geld her. Doch die Erde als ein Heilmittel und Medikament wurde dann doch vergessen: Mineralien, Öle, Gold und Kräuter spielten sich immer mehr in den Vordergrund.



Als im späten Mittelalter die ersten Lehrstühle für Medizin eingerichtet wurden, wollten sich die neuen Professoren natürlich profilieren und sich von den bis dahin üblichen Heilmitteln und der Volksmedizin abgrenzen. Und wieder kam es zu neuen »Entdeckungen« im Sektor Heilmittel der orthodoxen Medizin: tierische Exkreme, Fette, Knochen - vor allem aber Gifte.

**Jedenfalls wollen wir festhalten: Die Menschen von damals waren mit Erde noch nicht mal so sehr betrogen. Denn einmal half sie wirklich ein wenig und erzeugte ein gewisses Wohlgefühl - vor allem aber schädigte sie die Kranken in keiner Weise. Denn es handelte sich ja um nichts anderes als um etwas rein Natürliches. Und da der Körper bekanntlich das stärkste Vermögen zur Heilung in sich selbst besitzt, wurden die Menschen damals auch**

**meist rasch wieder gesund.**

»Aber Erde ist doch voller Bakterien!«

Eben! Gerade die brauchen wir doch für unsere Gesundheit!

Gäbe es die nicht mehr, käme sofort alles Leben zum Erlöschen.

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service** : [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen** :

**Kontakt** : [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ☒ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL** : <http://www.bfgev.de/dggk/0/52.html> - Update: 13.01.2000 15:35

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# 0. Kapitel. So wirst Du völlig gesund

## 0.53 Wie es zu den allzeit modischen Kräutertees für Kranke kam

Die schlaun Mediziner bemerkten auch, daß bei den Menschen das Wissen um die Wildpflanzen immer mehr zurückging. Was man an Pflanzlichem aß, das wurde meist in Gärten gezogen. Aus Wäldern und Hainen erntete man höchstens noch wohlschmeckende Beeren. Die Wildpflanzen kannte daher kaum jemand. Nur noch die alten Kräuterweiblein wußten davon und die sich mit der Heilkunde Befassenden, die damals begannen, die Pflanzen in dicke Folianten einzuzeichnen.

**Früher wie heute ging es den Medizinnern darum, der Allgemeinheit kaum bekannte Stoffe oder geheimnisvoll anmutende Mischungen seltener Pflanzen, Mineralien usw. zu finden, um sie dann als »Heilmittel« den zu allen Zeiten gläubig-zutraulichen Kranken andrehen zu können.**<sup>0501</sup>



Das funktioniert einfach: Wenn man zerstampften Senfsamen auf die Haut legt, dann brennt die bestrichene Hautstelle ein wenig und rötet sich stark, und wenn man eine Handvoll Sennesblätter mit Wasser übergießt und nach ein paar Stunden trinkt, dann rumort es kurz darauf ganz gewaltig im Bauch, und man kommt von der Toilette kaum noch runter. Mit sowas vermochte man damals als Arzt einen Kranken doch sehr zu beeindrucken. Besonders, wenn man ihm weismachte, seine Krankheit säße im Darm. Und in der Tat: Wer verstopft ist, den erleichtert ein Abführtee sogar sehr. Nur gesund macht er ihn nicht. Im Gegenteil. Der Darm wird immer schwächer, immer ausgelaugter - trotz des Sennesblätter-Naturtees! Was aber das wichtigste ist: Dem Patienten kann man damit das Gefühl geben,

ihm werde geholfen!

Darum ging es und geht es noch heute. Und wenn andere, seltene Kräuter nicht stark wirkten, dann genügte und genügt zur Selbstberuhigung vieler Patienten der Gedanke, mit diesem Mittel etwas gegen das Kranksein getan zu haben.

So wurde es Brauch, den Menschen getrocknete, seltene Pflanzenarten zu verschreiben, um sich daraus heiße Brühen zuzubereiten, die man schlürfen mußte.

**Früher wie heute war der Glaube an die Hilfe durch einen Fremden und an**

## **geheimnisvolle fremde Mittel angenehmer für die Menschen, als sich selbst Gedanken über die eigene Krankheit zu machen.**

In früheren Zeiten sammelten die Mediziner die von ihnen zu »Heilkräuter« gestempelten Wildpflanzen noch selbst, denn zu ihrem Glück waren die meisten Menschen damals noch nicht so dumm, sich wegen ihrer Krankheiten von Ärzten behandeln zu lassen: So blieb den Mediziner mangels Patienten viel Zeit zu Spaziergängen und zum Sammeln. Um dann später ihre »Heiltrünklein« daraus brauen zu können. Das wuchs sich - je mehr Menschen auf die Doctores hereinfließen, vor allem Reiche, denen es nichts ausmachte, Geld für Unsinn auszugeben - immer mehr zu einem profitablen Geschäft für sie aus, was anderen klugen Leuten nicht unbekannt blieb. Entnehme ich doch aus einem älteren Traktat »Über die kluge Lebensweise« den »vortrefflichen Rath«: Vertu deine Zeith nit mit Arbeit, geh lieber in den Wald und sammle Kräuter und verkauff sie als Heilmittel. Trotz der falschen Annahmen über die Arbeitsweisen von Herz, Gehirn, Leber und Milz waren die Behandlungsergebnisse der griechischen Ärzte besser als die der heutigen Mediziner. Denn ihre Vier-Säfte-Theorie war einfach, und sie standen der Natur und so dem Heilen weitaus näher als die heutigen.

Die Methode der hippokratischen Ärzte spiegelte ihre Grundeinstellung zum Leben wieder: Den ganzen Körper, nicht aber einzelne Teile davon zu behandeln.<sup>0583, 3016</sup>

Wovon, wie Du aus der ärztlichen Behandlung am eigenen Leibe sicher schon erfahren hast, die heutige Schulmedizin früher wie heute nichts hält.<sup>0577, 0601</sup> Vor lauter überkandidelter Gelehrsamkeit erkennt sie nicht das, was sich auch dem dümmsten, unbebrillten Auge zeigt: daß der Körper ein zusammenhängendes organisches Gebilde ist. Die Doctores aber behandeln ihn als eine Disk-Sammlung, bei der jede Platte ihre eigene Musik abgibt. Damit nicht genug, sind sie heute vom Körper selbst bald völlig abgekommen und versenken sich fast nur noch ins Studium von Kleinstlebewesen, die sich in ihm befinden. Und sie vergessen beim Entdecken und Bekämpfen neuer Bakterien oder Viren darüber den Menschen.

Vor allem waren die hippokratischen Ärzte der Meinung, die Natur in ihrem Heilprozeß unterstützen, nicht aber ihr Gewalt antun zu müssen.<sup>2205</sup> Bei kranken Menschen war die Säftemischung im Körper nicht mehr harmonisch - so nahmen sie an - und nun versuchte die Natur selbst, die Heilung wiederherzustellen. Was die alten Ärzte dann mit einer Diät unterstützten.<sup>0566</sup>

»Das war tatsächlich vernünftig.«

Das waren damals die Ärzte auch noch. Weil sie weniger wußten, aber um so mehr erkannten und alles einfacher sahen. Hippokratischer Grundsatz war: Der Arzt sei nur der Unterstützer der Natur, der Patient selbst aber der Arzt. Zudem erließ er das strikte Gebot, Unheilbare nicht zu behandeln - was ich ebenfalls für ein unbedingtes Muß erachte.<sup>0503, 0567, 9455</sup>

»Wie kannst Du nur so sprechen! Hilflose Kranke einfach ihrem Schicksal zu überlassen!«



Gewöhne Dir ab, moderne Ansichten für besser oder richtiger als alte zu halten.

### Gesundheitsgesetz der Natur:

**Durch das Behandeln von unheilbaren Krankheiten verschlimmert man das Leiden des Patienten und schädigt ihn nur. Zumindest hält man den Kranken davon ab, selbst etwas für sich zu tun.<sup>2194</sup>**

Würden Ärzte von heute doch nur das einleuchtende Gesetz ihres angeblichen Lehrmeisters Hippokrates achten: Nichts tun, wo nicht zu helfen ist. Sonst werden unerfüllbare, unwahre Hoffnungen erweckt.<sup>9455</sup> Denn heute gibt es keine Medikamente mehr ohne schädliche Nebenwirkungen. Wenn nicht zu heilen ist mit der Schulmedizinmethode - warum dann noch zusätzlich die Kranken quälen und schädigen? Der Grundsatz des Hippokrates - primum non nocere (vor allem schadet nicht) - wird heute von den Medizinern mit Füßen getreten. Im Kapitel der Krebsbehandlung durch die heutigen Ärzte werde ich Dich das noch klarer sehen lassen.

Hippokrates übernahm damit ein Prinzip der alten ägyptischen Medizin mit ihren klugen Diagnosen, die der Arzt vor der Behandlung festzustellen hatte:

1. Handelt es sich um eine heilbare Krankheit? 2. Ist der Ausgang zweifelhaft? Oder: 3. Ist die Krankheit unheilbar? So ging er kaum Risiken in der Therapie oder den Verlust seines Ansehens ein, wenn er bei den ersten beiden Diagnosen behandelte und bei der letzten jedes Behandeln zur Schädenvermeidung ablehnte. Hippokrates weigerte sich auch zu recht, Krankheiten irgendwo zu lokalisieren oder den Sitz der Krankheit gar dort zu suchen, wo sich Schmerzen oder körperliche Veränderungen auftraten. Er (besser gesagt seine Jünger, die seine Gedanken niederlegten) schrieb im Corpus Hippocraticum, daß der Kranke als ganzer Mensch krank sei. Weshalb er es als sinnlos ansah, spezifische Einzelkrankheiten zu erforschen und abzugrenzen. Zu seiner Zeit, um 500 v.Chr., galten die Körpersäfte als Träger von Gesundheit und Krankheit. Kranksein wurde als die Folge einer Verderbnis der »Humores«, als einer Verschiebung im Säftegleichgewicht angesehen. Daß diese Ansicht völlig verkehrt war, wie wir heute wissen, das machte nicht die Bohne. Im Gegenteil, es wirkte sich nur zum Vorteil des Kranken aus, die Behandlung blieb somit allgemeiner, sanfter, menschenzugewandter.

**Das einzelne Organ wurde damals überhaupt nicht in die medizinischen Überlegungen einbezogen. Das war eine wirkliche Ganzheitstherapie, der die Schulmedizin heute nur nachtrauern kann.**

Die UrTherapie folgt konsequent diesem Gedanken und sieht sich so als wahre Nachfolgerin hippokratischen Geistes an, während die heutige Schulmedizin, trotz hippokratischer Eidesleistung, diesen Geist schon sehr früh verriet. Für Hippokrates besaß jeder Mensch also seine ihm eigene Krankheit, die kein anderer ganz genau so haben konnte. Fast alles, was bis dahin Gültigkeit hatte, warf er über den Haufen. Die Heiltherapie »von oben« mit ihren magischen oder religiösen Elementen erklärte er erstmals für Humbug und entwickelte eine solche, die auf Beobachtung und Erfahrung aufbaute. Er brach völlig mit der von den Knidiern

stammenden Ansicht, daß es sich bei den Krankheiten um unbeeinflußbare Mächte oder Dämonen handelte. Weshalb es auf den Menschen dabei gar nicht ankomme. Es gelte nur, die Dämonen auszutreiben oder unschädlich zu machen. Und genauso halten es die Ärzte von heute auch: Deine Krankheit halten sie nicht für Deine Sache, sondern nur für ihre und die ihrer Medikamente. Dazu muß der Kranke dumm gehalten werden.

Du erkennst: Die Schulmedizin von heute hat längst die hippokratische Lehre verleugnet.

Das hängt damit zusammen, daß Hippokrates in der Hauptsache ein Priester war, der lediglich Spenden erhielt, aber keine Drachme für seine Behandlung verlangte. Er wurde also erst bezahlt - und das aus Dankbarkeit - wenn seine Ratschläge geholfen hatten. Das war ehrlich und recht. Die späteren Ärzte folgten seinen Lehren jedoch nicht mehr und konnten deshalb keinen Erfolg bei ihren Patienten verbuchen. Sie waren daher gezwungen - um dennoch den Kranken Geld abjagen zu können - ihren Lohn *vor* der Heilung zu verlangen. Machte man nun fremde Mächte für die Krankheiten verantwortlich, dann enthub man den Kranken seiner Verantwortung für sein Kranksein und er mußte selbst keinen Finger rühren, um gesund zu werden. Was überaus bequem war.

**Und was zudem leichter eingänglicher war als die Lehre des Hippokrates, daß der Arzt nicht heilen, sondern nur helfen könne. Und daß Gesundwerden die alleinige Aufgabe des Kranken sei.**<sup>0581</sup>

So teilten sich die Ärzte damals in zwei Gruppen: in die koischen und die knidischen Ärzte. Den letzteren wandten sich immer mehr diejenigen Ärzte zu, die mehr ihren Vorteil, denn den ihrer Kranken im Auge hatten. Denn Hippokrates verlangte von seinen Anhängern außerdem, sich in der Kunst der Prognostik zu üben: um dadurch in der Lage zu sein, diejenigen Kranken abzuweisen, welche die Natur nicht gesundmachen konnte.

Das war für die nach Reichtum und Anerkennung strebende Ärzte jedoch nicht akzeptabel. Denn jemanden abzuweisen und nicht zu behandeln, das hieß nichts anderes für sie, als viele, fast schon auf dem Wege ins Säckel befindliche Goldstücke wieder entwischen zu lassen. Und dazu den Kranken noch das Eingeständnis zu liefern, daß man nicht zu Heilen imstande war. Sicher - man kann nicht von jedem menschliche Größe und Demut verlangen, wie dies die hippokratischen Wanderärzte nach ihrer Lehre praktizierten. Aber wir sollten uns darüber klar werden - und das wird uns für das tiefere Verstehen der UrTherapie hilfreich sein - worauf sich Wissen und Ideale der heutigen Schulmedizin gründen: auf Verachtung der Menschen als integrale Persönlichkeiten und Nacheifern der profitorientierten knidischen Krankheitsauffassung - dabei täuschend vorgebend, sich der edlen hippokratischen Lehre zu bedienen.

»Das ist mir ein bißchen zu abstrakt«, sagst Du.

Nun, nach der naturwissenschaftlich-klinischen Lehrmeinung der Schulmedizin handelt es sich z.B. bei Krebs um ein exakt abgegrenztes Geschehen. Und der Mensch ist für sie nichts anderes als ein Tumorträger. Hippokrates hätte sich dieser Auffassung - und damit der

praktischen Lehre, wie Krebs zu heilen sei - energisch widersetzt und statt dessen von einem krebskranken Menschen gesprochen. Weil der Krebs nicht nur einen Teil, sondern den ganzen Menschen befällt. Und er hätte dementsprechend den ganzen Menschen behandelt und nicht nur den Tumor. Wenn überhaupt! Denn Unheilbares behandelte er ja nicht. Und die Heilmethode mit UrMedizin war ihm, wie allen Ärzten, noch nicht bekannt.

150 Jahre nach Beginn der Zeitrechnung trat dann der römische Arzt Galen<sup>0566</sup> auf, der die angeblich »Wissenschaftliche Medizin« begründete. Doch bis heute blieb sie eine reine Pseudowissenschaft - allenfalls eine Kunst, wie wir noch sehen werden.

Die von ihm in ein umfassendes Prinzip gebrachte und von Avicenna lehrbuchmäßig erfaßte Humoralpathologie wurde bis ins 19. Jahrhundert als die Grundlage der Medizin angesehen. Sie prägt zum Teil auch heute noch das Denken der Ärzte. Sie beruht auf dem Prinzip des *contraria contrariis curantur*. Das meint: dem Körper Stoffe (Arzneien) zuzuführen, die der Krankheit entgegengesetzt sind. Wenn Du schärfer darüber nachdenkst, muß auch Dir dieser bis heute noch gültiger Behandlungsgrundsatz zumindest suspekt erscheinen.

Was tat der Grieche Galen so Besonderes? Er seziierte und verschaffte sich und den anderen Ärzten mehr Wissen über den menschlichen Körper.

»Das war doch gut und fortschrittlich«, meinst Du.

Trotzdem zog er falsche Schlüsse. So lehrte er zum Beispiel, daß die Nährstoffe vom Gedärm in die Leber fließen, die sie in Blut verwandeln würde. In seinen Heiltheorien stützte er sich auf die Zweckgerichtetheit jeder Entwicklung im Universum, an die er glaubte. Nun - Galen war wenigstens ein um die Wahrheit bemühter Mensch. Allerdings fand er sie nicht für die Medizin, wohl aber für die Wissenschaftler von damals und heute. Schrieb er in seinem Werk *Methodos medendi*:

»Niemand sucht die Wahrheit selbst, sondern nur ihren Schein... Wir vermögen nicht mehr als fünf Männer aufzutreiben, die lieber gelehrt sein, denn gelehrt scheinen wollen.«

Zudem: Je tiefer die Ärzte in die körperlichen Abläufe eindringen, desto leichter irren sie, und umso mehr falsche Diagnosen sind möglich.<sup>0551, 2405, 2408, 2414ff,</sup>

Zur Zeit Galens kam man darauf, aus Mineralstoffen Derivate zu gewinnen. So aus Kupfer Grünspan, Ustum, Los, Verugo oder Vitriol. Aus Blei ließ sich Psimythium, Bleiweitz und Bleiglätte ausfällen. Das war für die Menschen damals etwas ganz Neues. Und allem, was bislang unbekannt war, haftet die Glorie des Fremden, des Besseren, des Geheimnisvollen an.

Das ließ sich in der Medizin bestens verkaufen. Damit ließen sich Könige, Fürsten, Reiche und Arme, Dumme und Schlaue hereinlegen. Damals wie heute.

Das Treiben seiner Kollegen wurde selbst Galen zuviel, und so klagte er scheinheilig: »Warum ist unter den Ärzten keiner mehr zu finden wie Hippokrates! Man kann nicht gleichzeitig

Geschäfte machen und die Heilkunst ausüben.«

»Warum scheinheilig?« fragst Du.

Weil die Ärzte von der Art seiner Beutelschneiderei so viel gelernt hatten, daß damals der mittelalterliche Spruch umging: »Pat Galenus Opes« (Galenische Heilkunst bringt das große Geld).<sup>0620</sup> Und so gelang es dem pfiffigen Galen, wissend, wieviel Hoffnung in kranken Menschen auf Erfüllung wartet, Metalle und deren Verbindungen den Menschen der damaligen Zeit als »Heilmittel« teuer zu verkaufen, die er in seinem Werk »De simplicium medicamentorum temperamentis et facultatibus« neben pflanzlichen und tierischen Medikamenten beschrieb. Galen selbst war damals einer der reichsten Männer seiner Zeit.

Die Mediziner waren schon zu seiner Zeit soweit kommerzialisiert, daß auf dem Markt der Weltstadt Rom gefälschter Krokodilskot - der als Heilmittel ersten Ranges angepriesen wurde - blühenden Umsatz erbringen konnte.

Solche »Medikamente« und die damals praktizierten Behandlungsmethoden waren allerdings weitgehend harmloser Art, wie Aderlaß, Schröpfen, Klistiere. Noch immer aber waren die Kranken bei Galen verhältnismäßig gut aufgehoben, da er der Ansicht war, daß Vorbeugen dem Behandeln vorzuziehen sei. Und er empfahl dazu Bäder, Massagen und Kuren in frischer Luft, wobei er sich auf die Heilkraft der Natur berief. Jedoch fing die Arroganz des ärztlichen Berufsstandes mit ihm an. Galen bildete sich doch tatsächlich ein, daß er als Arzt ein Viertel aller Krankheiten zu heilen imstande sei. Er meinte nämlich:

Der beste Arzt ist die Natur, denn sie heilt drei Viertel aller Krankheiten und sagt nie etwas Böses über den Kollegen... Heute, da die Natur bei den Ärzten nichts mehr gilt, bilden sich unsere Mediziner ein, 99% aller Krankheiten heilen zu können. Entsprechend noch ist der Stand ihrer Arroganz. Anzunehmen ist, daß dies von den Alchimisten her rührt, die durch eine Feuerbehandlung »das Unreine zum Reinen bringen« wollten. Mit Alchimie führe man Unvollendetes zur Vollendung - weshalb die so gewonnenen Mittel durch die damit vollzogene Läuterung am besten für Kranke wären... Du erkennst am Ausspruch: Die von Gott erschaffene Natur ist für Kranke unvollkommen und kann nur durch Alchimie verbessert werden

Die humanen, diätetischen und hygienischen Vorschriften des Hippokrates wurden von Jahrzehnt zu Jahrzehnt seltener angewandt. Eine neue Klasse von Scharlatan-Ärzten trat auf. Und die war nicht mehr idealistisch gesinnt wie Hippokrates, der zu einfacher, frugaler Kost und Reinlichkeit geraten hatte. Einige Heilungsgrundsätze des Hippokrates habe ich hier im Buch und im Literaturverzeichnis verstreut. Du wirst erkennen, daß sie einfach und klar<sup>0571-0573</sup> und nicht auf persönlichen Profit für ihn oder die Ärzte ausgerichtet waren.

**Doch die Ärzte wollten an den Kranken verdienen, mußten deshalb den Kranken etwas vorheucheln und mußten ihnen schön tun, mußten Heilweisen anbieten, die angeblich nur sie beherrschten oder durchführen konnten. Sie mußten das Heilen als *ihr* Verdienst herausstellen, mußten die Menschen glauben machen, daß sie im Besitz spezieller Mittel**

dafür seien und für jede Krankheit ein anderes dieser speziellen Mittelchen nötig und erfolgreich sei, und daß dies nur der Arzt richtig zu beurteilen und anzuwenden wisse.

Und daß Ärzte somit stets zu studieren, zu forschen, lebendige Tiere zu martern und tote Menschen zu sezieren hätten, um Krankheiten fachgerecht behandeln zu können. Der klardenkende Hippokrates hatte für diesen faulen Zauber und Schwindel der Ärzte nichts übrig.

Doch die Menschen bis hinauf zu den Fürsten und Herrschern glaubten - und das ist bis heute so geblieben - nun mal lieber an Wundermittel und an Versprechungen angeblicher Fachleute als an sich selbst und ihren eigenen Verstand. Ich möchte sogar behaupten, daß unser ganzes Leben ein beständiges Hereinfallen auf falsche Versprechen anderer Menschen darstellt...



»Im frühen 16. Jahrhundert brachte dann der berühmte Paracelsus (1493 - 1541) frischen Wind in die Medizin, nicht wahr? Er soll seine Tätigkeit als Professor der Medizin bekanntlich damit begonnen haben, die Bücher von Galen öffentlich zu verbrennen«, sagst Du.

Nun, auch die Bücher des Theophrastus Bombastus von Hohenheim stecken aus heutiger Sicht voll Größenwahn, Prahlerei, Unsinn, übergossen mit einer Soße schwärmerischer Religiosität. Paracelsus sah die Krankheiten von Geistern, Sylphen und Nymphen beeinflusst. Doch ein Gedanke in seiner ansonsten konfuse Ideenwelt gibt Anlaß zum Nachdenken: Paracelsus verachtete die sachliche menschliche Vernunft:

Diese zersetze und wolle nur die Macht der Natur brechen. Weil die anmaßenden Menschen glaubten, letztere sich aneignen zu können... Exakt auf mein Buch hier paßt jedoch sein Spruch: »Behandelt aber den Geist - dann wird der Leib gesunden.«

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service** : [English!](#) (Important note!) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen** :

**Kontakt** : [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL** : <http://www.bfgev.de/dggk/0/53.html> - **Update: 13.01.2000 15:35**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

Der Domainname ist  
eine Spende der

[Transmedia GmbH](#)

× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch  
× [Antivivisektion e.V.](#) × [Für Vegetarismus!](#)  
- [Gegen Tierversuche -](#) [Vegi-Büro Schweiz](#)  
Tierversuchsgegner Rhein Ruhr

# 0. Kapitel. So wirst Du völlig gesund

## 0.54 Was logisch klingt, muß nicht unbedingt richtig sein!

Was die Heilkräuter betraf, so war die Lehre des Paracelsus dazu sehr einfältig. Aber es war wohl ein wenig zu einfach, wenn er sagte: Schöllkraut heilt wegen seines gelben Saftes (zusammen mit Anis und Weißwein) Gelbsucht.

Paracelsus nahm auch an, daß Gott durch die Gestaltung und Farben der Pflanzen einen Hinweis auf bestimmte Organe und Leiden gegeben habe. An diese sog. Signaturlehre glaubten damals die Ärzte und deren Patienten so felsenfest wie heute an die Lehre der Schulmedizin. Du krankst an einem Umläufer am Finger, der wie ein Wurm aussieht - also binde man einen Regenwurm darauf... So setzte Paracelsus Walnuß gegen Gehirnkrankheiten, Johanniskraut (weil dessen Blätter lanzettförmig aussehen) gegen Stichwunden ein. Gegen Knochenerweichung empfahl er den Sud ausgekochter Knochen, bei einem schwachen Herz riet er, Kalbsherzen zu essen, und bei Augenleiden wurde ein Sud aus dem augenförmigen Pflänzlein Augentrost verabreicht.

»Hat man ihm das abgenommen?«

**Nimmt man heutzutage einem Universitätsprofessor etwa nicht alles ab, was er so von sich gibt? Die heutigen drücken sich nur wissenschaftlich verbrämt aus. Was wegen seiner nebulösen Verschwommenheit leider nur viel schwerer als hohles, nichtssagendes Geschwafel zu erkennen ist.**

»Ja, heute! Heute wissen die auch viel mehr als früher«, meinst Du.

Ja, wissen tun sie mehr, aber wissen sie auch das Richtige? Denn doch nur darauf kommt es schließlich an, oder? Wenn im Mittelalter die Ärzte einem Kranken weiße Pflanzensäfte eintrichterten, weil er bleichsüchtig war, dann konnte ihm das kaum schaden. Wenn aber heute ein Professor die sofortige Operation befiehlt, wenn ein Patient an Krebs leidet, dann kann das dessen Leidensvergrößerung oder Todesurteil sein: weil er damit den Krebs auszustreuen hilft. Wenn heute ein Frischzellen-Mediziner alten Menschen zerkleinertes Hodenfleisch von Schafen injiziert, um damit die Libido des betreffenden wieder zu verjüngen, wenn in unseren Tagen die Neurochirurgen Hirn eines Toten ins Hirn eines Lebenden einspritzen, dann bedeutet das nichts anderes, als die einfältigen Therapien des Mittelalters (mit diesmal wissenschaftlich klingenden Scheinargumenten) in modern aufgemachter Form zu wiederholen. Und das wird von modern denkenden Menschen den modern behandelnden Professoren wie selbstverständlich abgenommen.<sup>2050+, 2090+</sup> Denn nun steht ja kein ewig nach Fusel stinkender und in stets verdreckter Bekleidung auftretender Paracelsus mehr vor ihnen, sondern ein sehr gepflegter, sich sehr gewählt und unverständlich ausdrückender Gott in Weiß vor ihnen.

Paracelsus nahm also eine altarabische Medizinerpraxis wieder auf, erkrankte menschliche Organe durch den Verzehr entsprechender Innereien eines Tieres zu behandeln. Das fand in den deutschen und französischen Ländern soviel Anklang, daß alle, die es sich leisten konnten, damals die Innereien von Tieren schon vorsorgehalber in großen Mengen verzehrten. So haben wir den verhängnisvollen Fleischverzehr (denk an BSE!) letztlich den Medizinern zu verdanken!

Der bei leichtgläubigen Menschen so pfiffige Gedanke des Paracelsus, daß Ähnliches das Ähnliche heilen könne, diente später dann in bekannter Form wiederum der Homöopathie als Basis ihrer Lehre. Was sich Dich erkennen läßt, wie sich geschickt formulierte Dummheit von Generation zu Generation fortpflanzt.

Später bekam Paracelsus Krach mit seinen Mediziner-Kollegen, weil er ihnen vorwarf, daß sie zu viele Mittel zusammen mixten:

*»Was aber ist es dem Kranken nützlich, daß ihr schrejet, ihr hättet ein gewisses Rezept, so doch nur ein Rezept und Methodus böser geflicket ist, denn eines Bettlers Rock. Ich will ein schlichtes Gewandt für den Kranken, darin er heil wird. Die Erfahrung tuet und nicht das Summieren und Addieren von 40 und 50 Simplicia, daß die Augen übergehohlet. Fullet üeuch aber den Büttel voll.«*

Dann stieß er seine Kollegen noch nachdrücklicher vor den Kopf (ich übersetze ins Hochdeutsche): »Nur derjenige, der seine Erfahrungen aus der Natur erhält, ist ein Arzt, und nicht jener, der mit dem Kopf und mit erklügelten Gedanken wider die Natur und ihre Eigenart schreibt, redet und handelt.« Leider hielt er diesen Grundsatz später selbst nicht ein. Zuerst behandelte er noch sehr einfach: Gegen fehlende Manneskräfte Urin vom Stier. Gegen entzündete Augen verordnete er das Einblasen von zerstäubtem Zebethum Occidentale, auch Menschenkot benannt. Wie er vermied, daß seinen Patienten von solcherart Heilkunst die Augen davon aufgingen, sagte er in seinen "Artzneybüchlein" allerdings nicht. Wohl aber: *»Ich gelobe zu widersprechen aller falschen Arzeney und Lehre; keine Hoffnung auf die Meynungen der Hohen Schule zu setzen, noch auf die Doctor - Baretleins, auch denselben keinen Glauben zu geben.«*

Die humanen, diätetischen und hygienischen medizinischen Vorschriften des Hippokrates wurden jedenfalls von Jahrzehnt zu Jahrzehnt weniger angewandt, gerieten immer mehr in Vergessenheit.

**Für Hippokrates war noch »die Natur der beste Arzt der Kranken, und man erzielt nur dann einigen Erfolg, wenn man ihre Wirkungen bevorzugt in Anspruch nimmt«; und: »Der Körper ist ein harmonisches Ganzes, dessen Teile sich in gegenseitiger Abhängigkeit halten und dessen Bewegungen aufeinander abgestimmt sind. Der Ausgangspunkt der Medizin liegt für mich in der Beschaffenheit der ewigen Dinge. Denn man kann unmöglich das Wesen der Krankheiten kennenlernen, das doch den Forschungsgegenstand unserer Kunst bildet, wenn man nicht die Natur selbst und den in**



**ihrer Entwicklung sich manifestierenden Urgrund kennt«.**

Doch mit solcher Lehre waren für die Mediziner keine Goldsäckel zu füllen, weshalb die neue Ärztegeneration ihre Heilkünste mittels magischer Sprüche, astrologischer Weissagungen, dem Verkauf von Amuletten und dem Werfen von Steinen<sup>0553/5</sup> darbot. Das war populärer, als Mithilfe und Engagement vom Patienten zu verlangen und ihm seine Eigenverantwortung beim Bekämpfen seiner Leiden klarzumachen. Da man die hygienischen Lehren des koischen (von Kos stammenden) Hippokrates später auch noch als Aberglaube verleumdete, hatte man so leichtes Spiel.

**Aber - im Gegensatz zu heute erkannte Hippokrates noch richtig, daß Krankheiten nicht von außen durch Entzündungen oder Bakterien verursacht werden, sondern daß sie im Inneren des Körpers durch schlechte Säfte (Lymphe, Blut) entstehen. Dies war der Grund für die meisten frühen Ärzte, besonderen Wert auf die Brech- und Abführmittel zu legen, weil man dadurch eine Reinigung des Körpers erzielen wollte: »Fehlt es über dem Zwerchfell, so gib ein Brechmittel. Fehlt es unter dem Zwerchfell, gib ein Abführmittel«.**

Die Medizin des Mittelalters wurde stark geprägt durch den »Canon des Avicenna«. Dem gewalttätigen und kriegerischen Denken des Islam in der Religion entsprach auch die Behandlung in der Medizin. Man führte alsbald die Schwefelsäure, das Glaubersalz, Ätzkali, das Salmiak und das Sublimat, das rote Präzipitat, das Königswasser und die Salpetersäure in die Krankenbehandlung ein.

Paracelsus war übrigens auch einer von den Medizineren - arabische Ärzte hatten damit angefangen - der mit den giftigen Metallen Quecksilber, Wismut, Antimon, Kupfervitriol, Arsen, Blei und ihren Verbindungen sowie den Harzen Mastix, Kampfer, Colofonium usw. behandelte. Mit seiner Bauernschläue hatte er erkannt, daß nach einer solchen Behandlung die Patienten immer weiter zu ihm kommen mußten. Weil sie dann an den Folgen der ihnen verordneten giftigen Mittel litten...

Bei Galen begann bereits das »Anti-Denken« der Medizin durch dessen Humoralpathologie. Was hieß: Den Körper mit Gegensätzlichem zu behandeln. War der Körper warm, sollte das Mittel kalt sein. War der Körper kalt, sollte das Mittel warm sein. (Opium wurde z.B. als im vierten Grad kalt, Pfeffer als im zweiten Grad warm eingeteilt.) Paracelsus, der als erster giftige Substanzen in großem Umfang gegen die »ursächlichen Krankheitssamen« verwandte, setzte diese Ansichten mit seiner iatrochemischen Lehre fort. Diese sah die Krankheit als eine Vergiftung des Körpers an - was zutreffend war - die man mit einem Gegengift - was Wahnsinn war! - ausmerzen könne. Das hat sich - man kann es kaum glauben! - bis heute erhalten. Man hat ihr nur einen »wissenschaftlichen« Namen gegeben: Man nennt sie heute: Allopathie.

Besonders beliebt war es - selbstverständlich nur bei der reichen Klientel und in Fürstenhäusern -, feine Goldplättchen in Tinkturen zu geben - gewiß ein Placebo ersten Ranges<sup>0556, 2000</sup>, aber ein dazu schädliches obendrein, das sich bis heute noch in der

Rheumabehandlung erhalten hat.<sup>3251, 3606, 9744</sup>

Zum großen Glück für sie selbst verachten die einfachen Menschen damals mehr oder weniger das Tun und Treiben der Ärzte. Im Mittelalter und selbst danach betrachtete man Krankheit immer noch als Strafe Gottes. Um geheilt zu werden, mußte man sich folglich an Gott wenden. Gebete, Beschwörungen und die Berührung von Reliquien standen denn auch in größerem Ruf als die medizinischen Ratschläge. Schließlich waren die Ärzte gezwungen, wollten sie ihr Brot aus behandelnder Tätigkeit verdienen, sich nur an Reiche heranzumachen oder in Fürstenhöfe einzuschleichen. Im Gegensatz zu dem Leitsatz der chinesischen Ärzte, erst zu kassieren, wenn sie den Kranken gesund gemacht hatten, wurde dabei zu ihrem Grundsatz: »Cum dolet accipe, post morbum medicus olet« (Nimm, solange er Schmerzen hat, nach der Krankheit stinkt der Arzt). Oder wie es das Flos Medicinæ Salernitanum aus dem elften Jahrhundert beschreibt: »Nicht umsonst hab ich studiert, während noch der weise Hippokras' / seine Kranken auf der Straß / ohne jeden Lohn kuriert.«

Damals wie heute war auch das Tun und Lassen des ärztlichen Konkurrenten jedem Mediziner ein Dorn im Auge. Für sie wurde das »Figulus figulum odit« (Ein Töpfer haßt den anderen) als Sprichwort vom Volk gebraucht. Aber schon Plato hatte sich seinerzeit im Kriton gefragt, ob die Ärzte mehr zum Geldverdienen oder zum Behandeln da seien...

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** e-mail : [Report an Webmaster](#) ☒ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/0/54.html> - Update: 13.01.2000 15:36

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# 0. Kapitel. So wirst Du völlig gesund

## 0.55 Das Ende der hippokratischen Denkweise in der Medizin

Im Jahre 1215 verbot das IV. Lateranische Konzil den kirchlichen Ärzten, chirurgische Eingriffe vorzunehmen, weil dies ein blutiges Schächerhandwerk sei. Man überließ dies deshalb denjenigen, die weder Gelehrte waren noch als feine Herren galten, nämlich den Barbieren oder Zahnziehern, die sich später dann doch Magistri in chirurgia nennen durften. Andere Länder, andere Sitten:

Friedrich II. von Hohenstaufen, seines Zeichens römisch-deutscher Kaiser, war den knidischen Scharlatan-Ärzten mehr zugetan, die ihre einträglichen medizinischen Geschäfte noch immer durch die hippokratischen Heiler bedroht sahen. Denn letztere hielten durchaus nicht mit der Wahrheit zurück. So schafften es die knidischen Quacksalber-Ärzte durch Verleumdungen, daß der Kaiser ein Edikt erließ, wonach nur *den* Ärzten die Heilbehandlung erlaubt sei, welche eine »Approbation« dazu besaßen.

Damit begann die unheilvolle Entwicklung, daß sich plötzlich der Kaiser (und später dann der Staat) in die Heilbehandlung einmischte. Wobei - dank des kaiserlichen Ansehens in der Bevölkerung als Vertreter Gottes auf Erden - die Kurpfuscher-Ärzte immer mehr Einfluß auf die Menschen ausüben vermochten und wegen ihrer eindrucksvollen, aber nicht im geringsten wirksamen Mittelchen und Gifte als die echten, die seriösen Mediziner angesehen wurden.<sup>0557,0561</sup>

»Wie konnte das Schlechte gegenüber dem Guten so leicht triumphieren?« fragst Du.

Nun, die kaischen, idealistisch behandelnden Barfußärzte waren arm und nicht in der Lage, Bestechungsgelder für die bessere Wirksamkeit ihrer auf Hippokrates begründeten Lehre aufzubringen. Es war für die Vermarktung der Heilmittel der damaligen Zeit auch sehr nützlich, den Pflanzen wirksame Namen zu geben, wie etwa Teufelskralle, Hexenkraut, Mandragora, Tausendgüldenkraut, Teufelsabbiß, Teufelsbart, Teufelsauge, Lungenkraut, Milzkraut, Gottesgnadenkraut.

Das italienische Rezept (um 1500) für die Herstellung von Hexensalbe z. B. bestand aus Eisenhut, Pappellaub, Ruß, Fledermausblut, Fliegenpilz, Urin und Bilsenkraut. Und die wirkte so:

Das Akonitin aus der Wurzel des Eisenhuts verursachte ein feines Kribbeln nebst einem pelzigen Gefühl auf der Haut. Und das zu Sinnestäuschungen führende Hyoseyamin des Bilsenkrauts ließ den Kranken sich einbilden, ihm wüchsen Federn und Flügel, so daß er sich zum Fliegen befähigt fühlte. Wenn so ein Kranker des 16. Jahrhunderts also zu fliegen meinte -

ja das war doch eine fantastische Wirkung der Medizin! Zwar wurde man davon nicht gesund - aber man konnte so Krankheit und Schmerzen wenigstens für eine Weile in den Wolken der Fantasie vergessen...

Auch aus der Alraune - sie war damals besonders beliebt - wurden sog. »Dolltränke« hergestellt. Hexensalben waren am wirksamsten, so wurde geraunt, wenn die dazu verwandten Pflanzen bei Vollmond ausgegraben, unter einem Galgen gelegt, mit Eulenblut gedüngt oder auf dem Friedhof gesammelt wurden.

Auch selten zu findende Moosarten wurden mit düsterem Flair versehen. Wie etwa das an Hexentänze erinnern sollende Besen-Gabelzahnmoos, die Tannen-Teufelskralle oder die Jesus-Christ-Wurz, unser Adlerfarn. Weil man bei einem Schnitt quer durch den unteren Stengelteil ein »J.C.« (oder auch einen Adler) zu erkennen glaubt.

Ungeheuer gefragt waren ägyptische Mumien<sup>0504</sup> zur Arzneizubereitung sowie Bezoarsteine, die zur Mode wurden, was eine wahre Abmetzelei von Stachelschweinen und anderen Tieren auslöste, denn Bezoarsteine waren die Konkreme aus Magen, Darm oder Galle dieser Tiere. Doch das verschleiß sich. So langsam war kein Mensch mehr zum Glauben zu bewegen, wenn er dieses Mittel einnahm oder auf seine Schwären gäbe, würde er damit zu heilen sein. Da mußten sich die Mediziner einen neuen Trick einfallen lassen, die Heilkraft ihrer Mittel den Menschen weiszumachen. Das geschah, indem sie ihren Medikamenten lateinische oder Fantasienamen gaben, wie etwa Salvarsan oder Bepanthen...

Diesem wahnwitzigen Denken, rücksichtslos alles für Heilzwecke zu nehmen, von dem man ihn glauben macht, er könne damit seine Leiden heilen, ist der Mensch noch immer verhaftet. Er würde bedenkenlos alle deutschen Eichen vernichten, sagte man ihm, daß deren Saft Krebs heilen könnte.

»Nein - so verrückt sind wir heute doch nicht mehr«, sagst Du.

Na, na, 1992 wurde dieser Vorschlag bei den Eiben gemacht, deren nicht synthetisch herstellbarer Wirkstoff bei Krebs wirksam sein soll. Heute ist es bereits als neues Krebsmedikament unter dem Namen Taxol auf dem Markt. Um die Eibenwälder Kanadas dürfte es also bald geschehen sein...



Doch nicht nur den Mittelchen, die man einnehmen mußte, wurde eine Heilung zugeschrieben - auch anderes Treiben, das geheimnisvoll anmutete und vor allem von Patienten nicht nachprüfbar war, sollte zu einer Genesung beitragen: Handauflegen, Hypnose, religiöses Besprechen oder das Tragen von Amuletten, um nur einiges zu nennen.

Vom 15. bis zum 17. Jahrhundert wurde allen Ernstes geglaubt, daß die Farbe Rot das Fieber senken und Krankheiten heilen könnte. Deshalb steckten damals die französischen Ärzte ihre Patienten in rote Nachthemden und stellten möglichst viele rote Gegenstände und Blumen

in deren Zimmer. Diesen Unsinn griffen vor kurzem ein paar englische Wissenschaftler wieder auf, behaupteten aber diesmal, daß blaue Farben am besten auf die Heilung einwirkten - und ließen in Hospitälern Krankenzimmer blau anstreichen. Und ganz modern ist heute wieder eine Farbentherapie (®Rz.215). Vor 150 Jahren wurde in Amerika das Ketchup erfunden. Das war eine Neuheit! Und wie sieht das bei einer Neuheit aus? Richtig - auch die wurde zuerst als Medizin gegen Magenleiden unter dem Namen »Dr. Miles' Tomatenextraktmischung« verwendet.



Was man mit den Kranken anstellte wurde immer verrückter, die auszuhaltenden Torturen waren immer schlimmer. Im Jahre 1641 wurde eigens eine Zange zum Verlegen eines Haarseils unter die Nackenhaut zwecks therapeutischer Eiterung hergestellt. Dem Herausquellen von Eiter aus dem Körper wurde eine große Heilwirkung zugesprochen - sollten so die »schlechten Säfte« des Kranken »heraussuppen«. (®Rz64) Üblich ist die Methode auch heute noch als Zugpflaster oder Zugsalbe bei Geschwüren.

Das 17. Jahrhundert endlich war das Zeitalter der geheimnisvollen Pülverchen, der magnetischen und astrologischen Heilversuche und der Suche der Panazee, dem Vorgänger der UrMedizin.<sup>0555</sup> Medizinische Systeme stiegen empor und gingen nieder in einer Vielfalt wie nie zuvor. Je verrückter sie waren, je mehr Dukaten brachten sie. Und eine verhängnisvolle philosophische Ansicht breitete sich aus, die sich bis in die Gegenwart hält und für den Mißerfolg der heutigen Schulmedizin ursächlich ist:

Nicht den Grundursachen der Dinge, sondern greifbaren Einzeltatsachen sei nachzugehen.

Sichtbare Erscheinungen und unmittelbare Wirkungen werden seither von der Wissenschaft für allein wichtig gehalten. Und natürlich auch von der Medizin!

»Aber das ist doch gut so, damit entledigt sie sich allem Geheimnisvollen und Unbeweisbaren!«

**Denkst Du! Es führt dazu, Kleinstlebewesen und Insekten mit Gift (und damit die Schöpfung selbst) zu bekämpfen - weil man sie vordergründig als Schädlinge ansieht und sie dann auch so bezeichnet. Und ihnen damit die Schuld für das naturwidrige Verhalten des Menschen zuschiebt. Denn alle Tiere und alle Kleinstlebewesen halten sich ja strikt an die Gesetze der Natur - nur der Mensch nicht. Dieses Denken führt in der Medizin vor allem dazu, einem Gallenkranken die steingefüllte Galle, einem Kind die geschwollenen Mandeln und einem Krebskranken die wuchernde Geschwulst wegzuschneiden! Weil die Anschauung gilt, krankes Gewebe als unmittelbare Ursache des Leidens anzusehen. Es also zu bekämpfen, zu entfernen oder zu zerstören. Mittels Medikament, Stahl oder Strahl. Reine Äußerlichkeiten, aber kein »Auf-die-wirkliche-Ursachen-Zurückgehen« beherrschen somit auch heute noch immer das Denken der Mediziner unserer Zeit!**

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/0/55.html> - **Update: 13.01.2000 15:36**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a>                      × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> -                      <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# 0. Kapitel. So wirst Du völlig gesund

## 0.56 Heilmittel müssen schädigen, um wirksam zu sein!

Wie konnte es nur zu dieser unsinnigen Anschauung der Mediziner kommen? Wie konnte nur dieser jeder Vernunft zuwiderlaufende, jeder Logik des Denkens Hohn sprechende Satz den Menschen beigebracht werden, Medizin und Medikamente müßten schaden, um zu wirken? Gehen wir diesem Wahnsinn ärztlichen Handelns, das auch heute noch gelehrt wird, einmal auf den Grund.

Am Anfang und am Ende des Mittelalters brachen über Europa zwei große Pestwellen herein.<sup>0617</sup> Die Magistri in Physica versuchten diese zuerst durch Büßen, später durch Magie zu bekämpfen. Da trug man nicht mehr bloß Amulette mit magischen Zeichen, Abraxaskameen, Arsenikbeutel oder Bezoare um den Hals, sondern griff zu drastischeren Mitteln. Als besonders zauberkräftig galt das Schlucken von Krötenhaut, weil schon ihr Name (bufo) sie der Pestbeule (bubo) ähnlich machte (Ähnliches heilt Ähnliches!). Als Gegengift verordneten die Ärzte zusätzlich gerne Menschenkot. Andere Mediziner machten gesunden, aber sich vor der Pest ängstigenden Menschen weis, wenn sie und ihre Angehörigen abgelagerten Buboneneiter, das Sekret der Pestbeulen, trinken würden, könnte ihnen der schwarze Tod nichts anhaben. (500 Jahre später griff die Medizin unserer Tage dieses Tun wieder auf und führte die Schluckimpfung ein.)

Diesen Anwendungen lag damals der medizinische Wahlspruch zugrunde: Nur die schrecklichsten Mittel können gegen eine schreckliche Krankheit helfen. Trotzdem waren auch die allerschlimmsten Mittel, die zu dieser Zeit angewandt wurden, mit ihren Folgen für die Kranken nicht so verheerend wie die furchtbaren Mittel, welche die Ärzte heute mit den Giften der Chemie (den Kranken gegenüber verharmlosend Medikamente benannt) und den Zerstörungsstrahlen der Röntgenapparate ihren Patienten aufzwingen. Doch darüber hörst Du später noch Genaueres. Was das Verdrehen von Worten betraf, so waren die Mediziner schon von früh auf darin bestens geschult. Gewöhnliche Wildpflanzen und tierische Fette wurden in »Heilkräuter« und »Heilsalben« umbenannt, wenn die Pflanzen schwierig zu finden oder die Tiere selten waren. Es ist ein Phänomen:

Ein Kranker glaubt - wird es ihm nur von einem Menschen gesagt, der sich Arzt nennen darf - nur zu gerne alles, was ihm Heilung verspricht. Sofern es nicht gerade alltäglichen Charakter besitzt.

Sagt man einem Leidenden, er solle jeden Tag seine offenen Beine mit gekautem Weißbrot bestreichen, dann würde der Patient nicht viel davon halten. Gibt man ihm aber etwas, das er selbst nicht herstellen kann, etwa eine Zinksalbe<sup>2148</sup>, dann schmiert er sich mit dem Zeug ein. So kam es plötzlich zur Salbenbehandlung von Krankheiten, als man feststellte, daß sich geschmolzenes Tierfett längere Zeit aufbewahren ließ. Und man begann, Dachsfett gegen

Schorf, Hirschtalg gegen Zipperlein und Gicht oder Hundefett gegen schwärende Wunden zu verschreiben. Damals wurden dann die Körperbesmierideen immer mehr ausgebaut. Man gab pulverisierte Kräuter, Farben, Metallstäube oder Öle hinzu, bis man fand, daß man durch Wollfett, vermischt mit weiteren Mitteln, die Salben noch länger haltbar machen konnte. Wodurch man sich ein noch größeres Geschäft erschloß, indem man die Menschen glauben machte, sie wären in der Lage, sich Jugend und Schönheit zu erhalten, wenn sie ihre Haut damit bestreichen und ihre Poren damit verkleben würden... Zahnbrecher<sup>0616</sup>, Starstecher, Olitäten- und Theriakhändler,<sup>0552</sup> Steinschneider, Harnbeschauer - die fahrenden Ärzte tummelten sich damals auf Marktplätzen und vor den Häusern der Huren, um ihre Schau mit Taschenspielertricks abzuziehen. Heute bewerkstelligen sie Gleiches mit beeindruckenden Apparaturen und technischen Spielereien, die aber genauso sinnlos sind, wie Du noch erfahren wirst.

**Dann wurde es modern, um Mitternacht Frösche und Kröten zu Brei zu zerstampfen, Schwänze von Mäusen und Ratten und Füße von Maulwürfen zu zerhacken und dem Fett rüdigiger Hunde, dem Kot brütender Eulen und den Nasenhaaren 13 Tage toter Fledermäuse oder dem Urin kalbender Kühe beizugeben. Kellerasseln schätzte man als harntreibend, Lapislazuli gegen Augenleiden, den Heliotrop gegen Gicht. Fledermausblut, pulverisierte Viper, Schwefel, das alles wurde genommen. Und der Glaube an die Heilwirkung der ersten Arzneien wuchs um so mehr, je schrecklicher sie schmeckten, und je widerlicher sie rochen. Weshalb man sich immer scheußlichere Zusammenstellungen einfallen ließ. Aber auch das wurde - wie alles - mit der Zeit unmodern.**

»Mäuse- und Rattenschwänze hat man geschluckt? Das glaube ich nun doch nicht!«<sup>0618, 0627</sup>

Ja! Und genauso mit Essig überschüttete Kopfläuse als Gegenmittel für das Bauchgrimmen. Darüber schüttelst Du jetzt den Kopf. Und doch ist das Eingeben von Tierleichteilen in den Körper von Kranken auch heute noch gang und gäbe bei den Medizinmännern. Oder meinst Du, es ist etwas anderes, wenn man sie Dir heute mit einer Spritze in den Hintern reinhaut? Die frischen Zellen von Lämmern oder zerschnippelte Thymusdrüsen von Kälbern oder fein zerstampfte Rinderknochen (Gelantine) gegen Gelenkverschleiß oder getrocknetes Schweineblut. Aber reg Dich über die alten Methoden der Krankenbehandlung nicht auf - die von heute sind noch schlimmer. Im Gegensatz zu heute konnte da ein früher durchaus vernünftiger Sinn drinstecken: beim Patienten einfach eine starke, psychosomatisch äußerst wirksame Ekelreaktion hervorzurufen, um damit den immunologischen Abwehrkräften im Körper einen Anreiz zu verschaffen, sich zu neuem Aufbäumen gegen die Krankheit aufzuraffen...

Es ist höchstens 40 Jahre her, da empfahlen berühmte Professoren den Kranken, halb ausgebrütete Hühnerküken im Ei zu schlucken. (Auf den Philippinen schätzt man sie unter dem Namen Balut als Delikatesse.) Und die Gauner, die damals mit der »Erneuerungskraft ungeborenen Lebens« warben, verdienten nicht schlecht dabei! Es gibt nichts, was der kranke Mensch nicht tun würde: sein Leiden loswerden, solange es für ihn bequem ist. Während der französischen Revolution empfahlen die Ärzte, gegen die damals verbreiteten



Lungenkrankheiten Brotstückchen in die warmen Blutlachen frisch Geköpfter zu tunken und zu essen.<sup>0566, 0668</sup> Was auch gut gegen Blutungsbeschwerden der Frauen sein sollte... Und das wurde so selbstverständlich befolgt, wie sie sich heute zuhauf die Gebärmutter deswegen rausmetzgern lassen.

Was wurde seinerzeit von den Ärzten nicht für ein Hokusfokus um die Wurzeln der Alraune gemacht! Wegen ihrer gespaltenen Wurzel, in der sich leicht eine menschliche Gestalt erblicken ließ, war die Mandragora über Jahrhunderte von Mythen und Aberglauben umwoben. Besonders im Mittelalter wurde sie gerne als Betäubungsmittel bei Operationen verwendet, zugleich aber wegen ihrer unkontrollierbaren Giftwirkung gefürchtet und verdammt.



Zimperlich waren die Ärzte nie mit ihren Methoden. Das hat sich bis heute nicht geändert, wenn Du an die Brustabsäbelung bei unseren armen Frauen denkst. Nebenstehend im Bild erkennst Du einen mit dem Betäubungsgift Mandragora gefüllten Schwamm des Doktors. Entweder starb der Patient daran oder an der Amputation selbst.<sup>0574ff</sup> Immerhin versprach ihm der nebenstehende Priester, daß er wenigstens sündenlos in die ewigen Jagdgründe eingehen würde. (Trost und Beistand, bei oder nach Operationen, von den geistlichen Herren bei Kranken gibt's jetzt nicht mehr. Wird ihnen doch heute viel bequemer das Geld der Steuerzahler direkt aufs Konto überwiesen.)

Glaube nicht, daß dies in fernen Ländern anders war. Die ägyptischen Ärzte behandelten bereits früh mit allerlei möglichen Giften. Und die dann von Brechreiz und Halluzinationen heimgesuchten Patienten nahmen an, daß es sich um einen Teil des Heilungsprozesses handele, während sie in Wirklichkeit immer schwächer wurden - genauso wie die heutigen Krebs- oder AIDS-behandelten. Denn die Gifte der ägyptischen Ärzte waren Kupfer- (Malachit), Alabasterpulver, Staub von mumifizierten Leichen, Bleiglanz, Ruß, Magnesium (heute wieder ganz groß in Mode), Schwefel, Salpeter, Vitriol oder giftiger Spießglanz (Antimon).

Die Mayas hängten die Kranken über offene Feuer und ließen sie deren Rauch einatmen, wovon sie sich Heilung versprachen. Diese Tradition finden wir ebenfalls noch bei uns wieder: wenn wir Kamillendampfbäder gegen den Schnupfen anwenden - was die Schleimhäute noch mehr aufweicht und die Viren nur zu größerer Vermehrung befähigt.

Die Hebräer waren dagegen mit ihren Behandlungen zurückhaltender. Sie gaben damals bei allen Krankheiten ihren Patienten den Uterus einer Kuh zu essen und die klassischen Drogen Thapsiaharz und Sagapengummi.

Die Pharaonen scheinen übrigens von vielen Ärzten umgebene und geduldige Patienten gewesen zu sein. Da gab es z. B. einen »Hüter der königlichen Darmöffnung«, der mit einem stumpfen Rinderhorn Ochsen-galle, Fette und eine Vielzahl von Drogen in den geheiligten Pharaofaß gab, damit solcherart Arznei von dort zum Herzen seines Gottes fließe. Das Rheuma des sumerischen Königs Asarhaddon behandelte sein Arzt Arad-Nana mit Salbungen und Zaubersprüchen, die er gegen den Wind schrie, später mit Süßholz. Doch es half nicht, und er klagte darob auf einer großen, uns erhalten gebliebenen Tontafel: »Fortwährend spricht mein Herr und König, du erkennst nicht die Beschaffenheit meiner Krankheit und bewirkst nicht ihre Heilung!«

Erheben sich heute, 2000 Jahre später nicht die gleichen Klagen? Natürlich nur im stillen, falls Du einer aus dem Millionenheer chronisch Kranker bist. Nur Könige und Fürsten wagten es damals, Fraktur mit den Ärzten zu reden. Heute wagen selbst die es nicht mehr...

Die Ärzte litten in vergangenen Jahrhunderten sehr darunter, den Krankheiten keine Namen geben zu können. (Was sie - wie heute noch - auszugleichen versuchten, indem sie ihren Medikamenten um so fantasievollere, unbegreifbarere Etiketten verpaßten).<sup>0620</sup> Bisher hatte man sich mit den Bezeichnungen »Fieber« und »Pest« zufriedengegeben. Fauliges, bösartiges, schleichendes oder nervöses Fieber, das waren typische Bezeichnungen für die Leiden der damaligen Zeit. Man begann deshalb - getreu dem ärztlichen Grundsatz, Einzeltatsachen aufzuspüren -, nach Äußerlichkeiten zu fahnden und nach spezielleren Krankheitsnamen zu suchen. Bald hieß es statt »fauligem Fieber« »Fleckfieber«, weil man die Flecken in den Vordergrund rückte. Und statt »schleichendem Fieber« nun »Typhus abdominalis« (weil's im Darm so schlimm schmerzte) und so weiter. Jetzt konnten sich die Ärzte noch gelehrter zeigen: sie konnten nunmehr so etwas Ähnliches wie eine Diagnose stellen. Auf einmal waren sie in der Lage, den Leuten anzudichten, was sie alles an Krankheiten haben konnten. Endlich war da etwas, was nur sie allein vermochten: leider nicht zu heilen, dafür aber die angebliche Erkenntnis bestimmter Leiden mit bestimmten Namen zu belegen. Hatte Hippokrates es noch als Unsinn erklärt, Stücke des Menschen als krank anzusehen, so ward auch dieses plötzlich vergessen.

**Nicht mehr der Mensch war krank, sondern seine Adern, seine Leber oder sein Magen. Und konnte man sich mit dessen Leber, dessen Adern oder dessen Magen unterhalten? Nein. Folglich sprachen die Ärzte immer weniger mit den Menschen und immer gelehrter, immer unverständlicher... Bald konnten sie sich nur noch unter sich verständlich machen. Was sie auch wollten - der Kranke war doch nur lästig und wurde nur der Taler wegen empfangen...**

**So waren Krankheiten plötzlich Leiden mit feinen Namen, die nicht mehr im geringsten an ihre wahre Ursache erinnerten.**

**Hatte man früher gesagt: »Er ist an Völlerei krepieret«, so hieß es jetzt: »Er hat einen Herzfluß erlitten«. Sagte man damals: »Er hat sich zu Tode gesoffen«, so diagnostizierte man nun eine Leberzirrhose. Und ganz neuzeitlich heißt es: Er ist alkoholkrank. Und bevor Du jetzt weiterliest, rate ich Dir dringlich, das Buch zuzuklappen und eine**

**Viertelstunde über die drei letzten Sätze nachzudenken. --- Nachdenken, nicht weiterlesen! Was ich eben sagte, das ist zu wichtig! Du wirst noch sehen warum. Ein damals berühmter Lehrmeister der Medizin, Villanovanus, schrieb zur Frage der Diagnose: »Weißt du bei Betrachtung des Urins nichts zu finden, so sage, es sei eine Obstruktion der Leber zugegen. Sagt nun der Kranke, er leide an Kopfschmerzen, so mußt du sagen, sie stammen aus der Leber. Besonders aber gebrauche das Wort Obstruktion, weil sie so nicht wissen, wovon man spricht.«**

**»Also waren früher die Mediziner ehrlicher, als sie noch keine Diagnose kannten.«**

**Waren sie nicht! Denn auch deren Heilmittel waren nichts anderes als Betrugsmittel.**

**Seitdem es Geld in der Welt gibt, wird dafür gelogen und betrogen, werden dafür Kriege geführt. Und Menschen umgebracht. Die meisten durch die Ärzte. Vor dreihundert Jahren verschrieben die Ärzte den Pestkranken Ölbäder, die sich dadurch Linderung von den schwärenden Eiterbeulen erhofften - und verschachteten das Öl anschließend an ehrbare Kaufleute, die es den Bürgern zum Backen weiterverkauften<sup>0566</sup> - so wie heute Ärzte den Toten ihre Herzschrittmacher aus dem Leib schneiden um sie dem nächsten Kranken nochmals zu verkaufen. Oder wie sie zur Zeit die Plazenta der Gebärenden an die Kosmetikfabriken verscherbeln, damit Cremes daraus hergestellt werden können. Oder Hirnhäute von Toten an Pharmaziefabriken zur Herstellung von Medikamenten heimlich ausliefern.<sup>2141ff</sup>**

**»Soviel hat sich also gegen heute gar nicht geändert«, meinst Du nachdenklich, »nur daß die Anzahl der von den Ärzten verwendeten, unverständlichen Worte größer geworden ist.«<sup>2384</sup>**

**Die Annahme der Ärzte von heute, zu einer genauen Diagnose mit einer speziellen Bezeichnung des Leidens fähig und genötigt zu sein, zwingt sie, nur einen einzelnen Teil Deines Körpers zu behandeln statt Deines gesamten Körpers und Deiner Persönlichkeit. Für sie bist Du nun nicht mehr der heilungsuchende Herr Adams oder die bemitleidenswerte Frau Zeisig, sondern der Bauchspeicheldrüsenkrebs von Zimmer 131 oder die Gallenblase von gestern. Verstehe: Es geht nur um Deine Organe, nicht mehr um Dich als Mensch!**

Aber trotz des mangelnden Wissens, trotz betrügerischer Heilmittel standen die frühen Ärzte der Wahrheit, nämlich den wahren Ursachen der Krankheiten, viel näher. Ich werde Dir immer wieder beweisen, wie sehr vermehrtes medizinisches Wissen in die Irre führt. Wenn die Ärzte früher sagten: »Der hat das böse Fieber!« oder: »Der ist vom Teufel besessen«, dann trafen sie damit den wirklichen Krankheitszustand viel genauer als die heutigen Spezialisten.

Denn sie bezeichneten so den ganzen Körper als krank, während die heutigen Mediziner das immer nur von einem bestimmten Teil (einem Organ, dem Blut, dem Körpergewebe usw.) behaupten.

Noch der große Luther sah das so. Schrieb er 1532 an den Markgrafen Georg von

»Das die ertz solcher Dinge mit ertzneyen lindern, geschicht aus dem, das sy nit wissen, was die teufel für grosse kraft und macht haben. Ueber das ist kein zweifel, das pestilentz vnd fiber vnd ander schwer krankheyten nichts andes sein, denn der teufel werkhe.« 0563

Im 16. Jahrhundert schließlich strebten die Ärzte mit aller Macht danach, endlich seßhaft zu werden, um nicht länger als ein Haufen fahrender Gesellen durch die Lande ziehen zu müssen. Ihre Überlegung: Wenn die Kranken zu ihnen kommen müßten statt umgekehrt, wenn ihr niederes Ansehen durch Professionalisierung und



staatliche Anerkennung tüchtig aufgewertet würde, war man in der Lage, mehr Geld für die Behandlung zu verlangen. Und weiter konnte man durch die so erhaltene erhöhte Autorität erreichen, daß die verordneten krankmachenden und krankhaltenden Arzneien auch eingenommen wurden. Was dann eine feste und ständig wachsende Krankenklientel verschaffte und somit Höchstprofit gewähr-leistete.<sup>2300ff</sup>

Ein Ziel, das der Medizinerkomplott inzwischen voll erreicht hat: Bei uns gibt es kaum jemanden, der noch nie einen Arzt in Anspruch genommen hat.

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × »[Der Große GESUNDHEITS-KONZ](#)« × »[Natürlich Leben](#)«  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ☼ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/0/56.html> - **Update: 13.01.2000 15:36**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

Der Domainname ist  
eine Spende der  
[Transmedia GmbH](#)

× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch  
× [Antivivisektion e.V.](#) × [Für Vegetarismus!](#)  
- [Gegen Tierversuche](#) - [Vegi-Büro Schweiz](#)  
Tierversuchsgegner Rhein Ruhr

# 0. Kapitel. So wirst Du völlig gesund

## 0.57 Zuerst waren es die Weisen Frauen, welche die sanfte Medizin ausübten

»Im Mittelalter lag das Verarzten kranker Menschen doch hauptsächlich bei den sogenannten Weisen Frauen.<sup>0569</sup> Warum haben die sich das eigentlich aus der Hand nehmen lassen?« fragst Du.

Die Kirche betrachtete das Tun der Weisen Frauen schon lange argwöhnisch. Daß Frauen mehr als nur untergeordnete Tätigkeiten ausüben sollten, das wußten die katholischen Kirchenmänner gut zu verhindern. Hatte es ihnen doch bereits der heilige Apostel Paulus mit seinen geheiligten Worten aufgetragen: »Frauen haben in der Kirche zu schweigen«. So erließ 1497 Bischof Georg von Passau die Verordnung, daß weder Barfußärzte noch Weiber Arzneikunst ausüben dürften. Tatsächlich stand die Arbeitsweise der Weisen Frauen auch mehr in Verbindung zu den Urreligionen als zu dem, was die Kirche als wahres Christentum durchzusetzen bestrebt war. Die Weisen Frauen sahen die Natur als beseelt an und waren enger mit ihr verbunden als mit dem kirchlichen Jenseitsglauben. Die von ihnen benötigten heilenden Pflanzen sammelten sie selbst. Sie fügten den Wundaufgaben aus Erde und ihren Tränklein aus frischen Pflanzen nur das zu, was voll mit der Natur in Einklang stand. Nichts davon konnte Mensch oder Tier Schaden zufügen.

»Dann übten die Weisen Frauen also eine sehr sanfte Art der Medizin aus«, wirfst Du ein.

**Sie lebten im Austausch mit den Naturkräften, pflegten ihr uraltes Erfahrungswissen und gaben es von Generation zu Generation weiter. Doch das widersprach immer mehr dem verschrobenen Gelehrtendenken in den Klöstern und scholastischen Studierstuben. Der dortigen Meinung nach war das Leben auf das Jenseits auszurichten, und Verehrung gebührte allein dem Herrn im Himmel. Nur der Geist war wichtig, der Körper nur dessen unbedeutendes Gefäß, das - wie die Natur und das Getier - nicht viel galt.**

So forderten die Gottesmänner auch von den Weisen Frauen striktes Einhalten der kirchlichen Gebote. Und wie immer und überall, wenn religiöse Überzeugungen dem Mitgefühl und gesundem Menschenverstand gegenüberstehen, dann unterliegt letzteres. Nahm ein Priester in jenen Zeiten<sup>0626</sup> von einer Gebärenden an, sie werde die Geburt des Kindes nicht überleben, so befahl er der Weisen Frau, deren Mund mit einem Holzkeil zu öffnen: damit das Kind Luft bekomme, bis es - damals gab es noch keine Narkose - herausgeschnitten und getauft sei. Oder er gab die Anweisung, eine lange, eiserne Taufspritze in den Bauch der Schwangeren zu stoßen, um das Ungeborene mit heiligem Wasser zu benetzen. Weigerte sich die Weise Frau - was Folgen hatte - ,so stach der Gottesmann auch selbst das Eisen in die Schwangere hinein.

Die Leib- und Lustfeindlichkeit der Kirche suchte die Natürlichkeit des Menschen zu verdrängen, so wie die sich mehr und mehr entwickelnde Zivilisation die Natur verdrängte und die Menschen der Natur entfremdete.

Das ist schon ein schrecklicher circulus vitiosus in den wir geraten sind: Je mehr sie die Natur zerstören, desto kaputter werden die Menschen. Je denaturierter die Menschen sind, um so mehr Naturzerstörung lassen sie teilnahmslos zu.

Wenn die Weisen Frauen - die meisten von ihnen waren Hebammen - damals doch nur geahnt hätten, welch dunkle Wolken sich über ihnen zusammenbrauten! Wenn sie nur ein bißchen klüger und anpassungsfähiger gewesen wären! Hätten sie ihren Patienten doch weniger Zeit geopfert und sich weniger für deren Seelenleben zuständig gefühlt... Hätten sie doch - wie es die gewitzten Pfaffen später nach ihnen mit dem Kriegsgerät hielten - ihre Heilkräuter wenigstens mit Weihwasser besprengen und gegen eine bescheidene Münze absegnen lassen!<sup>3495</sup> Hätten sie doch, statt an die Schwangeren den Ratschlag zu erteilen, kurz vor der Entbindung sieben Lorbeeren einzunehmen, sieben geistliche Herren zur Einnahme eines kleinen Umtrunks eingeladen!<sup>0626</sup>

Schließlich ging es den Doctores medicinae schon lange gegen den Strich, daß die Weisen Frauen den Kranken nur dann einen Obolus abverlangten, wenn letztere gesund geworden waren. So sahen die zwei der bedeutenden Institutionen der damaligen Gesellschaft ihre Interessen mehr und mehr gefährdet: Klerus und Ärzteschaft. Das Ziel der Ärzte war es, endlich die Frauen aus den letzten Positionen des Gesundheitswesens zu verdrängen, um sie selbst einnehmen und damit bessere Pfründe ergattern und die Frauen in ihnen untergeordnete Stellen als Pflegerinnen, Krankenschwestern und Dreckfegerinnen besser ausbeuten zu können. Weshalb die Kirche ihre Lehre, daß die Heilkunst eine Gabe des hl. Geistes sei, die nur begnadeten Personen von Gott verliehen (Korintherbrief I/12, Act. Apost. VIII/20), und die nicht um Geld feil sein dürfe, schlicht »vergaß«.

Zugunsten der Liaison mit den Herren Magistri in medicinis verschwand sie kurzfristig aus dem Gedächtnis der hohen geistlichen Herrn, um dafür mit ersteren ein Gegengeschäft vereinbaren zu können: »Die Ertzte sollen die kranken zuvorderst ermanen, die ertzte der sele, das sind die beychtvetern, bei sich zu fordern«. <sup>0626</sup>

Vergessen war auch, daß man als Kirchenfürst mit verteufelten Personen eigentlich keinen Umgang haben sollte. Hatte es doch schon Kaiser Sigmund damals auf der Kirchenversammlung 1496 in Basel den Kirchenlehrern recht deutlich gemacht: »... dienen doch die hohen Meister in Physica niemandem umsonst, darum fahren sie in die Höll.«

**Wenn damals Kaiser und Päpste Kriege vom Zaun brachen oder sich anschickten, mittels heiligen Kreuzzügen Gold, Silber und Juwelen aus fernen Ländern zu rauben, dann gab es dafür immer den gleichen geschickten Schachzug. Man wühlte die religiösen oder niederen Gefühle und Instinkte derjenigen auf, welche die feinen Herren fürs Ausüben der Raubzüge brauchten: indem man einfach die anderen Menschen als ungläubige Schurken, schlimme Heiden, grausame Feinde, nichtsnutzige Untermenschen**

**oder rassistisch minderwertige Gruppen verschrie und verunglimpfte, deren Ausrottung eine heilige, eine kirchliche, eine vaterländische oder eine ehrenvolle Pflicht sei.**

Das wirkte immer. In jenen Zeiten nämlich sah die Kirche ihre Feudalherrschaft mehr und mehr schwinden, und so wollte sie ein Schauspiel noch vorhandener Macht bieten. So kam es zu einem geradezu teuflischen Plan. Teuflisch auch deshalb, weil dem Teufel, der damals als schlimmster Bösewicht und Verderber der treuen Kirchengänger galt, darin eine besondere Rolle zukam. Und der als wirklich existent angesehen und - nach Pech und Schwefel stinkend - von den Menschen damals so gefürchtet wurde, wie heute das für teuflisch gehaltene HI-Virus... Jedenfalls von denen so gefürchtet, die dem christlichen Glauben anhängen. So begann man also, den Weisen Frauen an den Kragen zu gehen, und schürte mehr und mehr das Feuer gegen sie, bis bald die ersten Scheiterhaufen als Wahrzeichen christlicher Kultur aufloderten.<sup>0569, 0634</sup>

Immer lauter fragte man, warum die Weisen Frauen mit ihren Heilkünsten denn so viel erfolgreicher als die ausschließlich männlichen Ärzte seien? Das konnte doch nicht mit rechten Dingen zugehen, da diese offiziell nicht Medizin studieren durften! So konnten sie ihr Wissen doch wohl nur vom Teufel haben. Und wieso gingen diese Weiber denn so allein bei Vollmond zum Heilpflanzenpflücken nach draußen, wo gerechte Christenmenschen längst in ihren Betten schliefen und vor dem Teufel Türen und Fensterläden fest verschlossen? Und die Besen, die zum Laub- und Schneefegen vor deren Türen so einladend standen - konnten die nicht genauso gut zum Reiten in der Luft genutzt werden? Hatte man als Kind nicht auch Besen zu Reiterspielen benutzt? Dann konnten diese Teufelsbuhlen in die Lüfte entschwinden und schnell mit ihren okkulten Kräften zum Blocksberg gelangen, um dort die schlimmsten Liebesspiele zu treiben, denen man als anständiger Christenmensch leider zu entsagen hatte. Oh, diese Huren! Es war geradezu zu ahnen, zu welchen Liebesstellungen man im Zustand der Schwerelosigkeit fähig war! Pfui Teufel, diese Oberhuren, diese - Hexen!

So trieben die geistlichen Herrn das Getuschel immer stärker an. (Es gab allerdings noch Andersdenkende, die sich erdreisteten, die Macht der heiligen Kirche zu gefährden: die Katharer, Albigenser, Waldenser, Gnostiker, Templer, Rosenkreuzler. Aber mit denen wurde die Kirche leicht fertig. Erklärte man einfach zum rechtmäßigen Glauben, daß es auch männliche Hexen gäbe). Vor allem aber Hebammen wurden bezichtigt, die Kinder, denen sie auf die Welt geholfen hatten, heimlich dem Teufel zu weihen. Die Ammen übertrafen alle anderen an Schlechtigkeit, vermerkten die Inquisitoren. So ein Geschmeiß gehörte vor ein Gericht gestellt und gnadenlos abgeurteilt. Am einfachsten vor ein kirchliches, denn das wußte am besten, wie man mit Hexen und Ketzern fertig wurde: Die Inquisition war geboren.

So erklärte die Kirche kurzerhand: Wenn eine Frau, ohne studiert zu haben, zu kurieren wagte, sei sie eine Hexe und müsse sterben - aus christlicher Gnade jedoch vorher mit den Weihen der hl. Römisch-Katholischen Kirche versehen.

Die krankhaften Auswüchse zweier Monstergehirne, in dem Buch »Malleus maleficarum«, (Hammer gegen Schadenszauberinnen) niedergelegt, wurden zum Strafgesetz erklärt. Und mindestens sechs Millionen Frauen, Ketzler und Kinder, schrien nach vorheriger Folter auf



dem Scheiterhaufen, des ob seiner Kultur so stolzen Abendlandes, ihre unsägliche Qual in den gnadenlosen Himmel des Christen-Gottes. Und dann waren die Weisen Frauen ausgerottet. Die letzte verbrannte im Jahre des Herrn 1775.<sup>0585</sup> Was aber weder die Vertreter Gottes auf Erden, die Päpste in Rom noch die Kirchenfürsten im geringsten störte. Schließlich waren sie nach deren göttlich inspirierten Meinung ja Wesen, die keine Seele besaßen... (Tief drunter sitzt das noch heute bei denen drin. Weshalb ein Priester auch nicht eine Seelenlose heiraten und die Frau kein kirchliches Amt bei den Katholiken innehalten darf).

Danach war für die Frauen für mehr als ein Jahrhundert die heilende Tätigkeit vorbei. Die Herren der Schöpfung hatten erreicht was sie wollten. Als einige aus der neuen Generation es trotzdem versuchten, scheiterten sie kläglich. Von Stund an gab es keine Chance mehr gegen die Wissenschaftler, die den Ärzten beistehend argumentierten: *»Es will aber auch noch zu allem Überfluß sogar das weibliche Geschlecht in diese löbliche Arznei-Wissenschaft ganz fürwitzig sich mit einmischen. Ist doch bekannt, was große unzulässige Stümperei dieses Geschlecht in bedeutender Arznei-Kunst sich unterfange.«*<sup>0630, 2483</sup> (Wie das damals raffiniert den Menschen beigebracht wurde: à LV 0581)

Für die beteiligten Kreise ein erfreuliches Ergebnis: Die Kirche gewann wieder Macht und Einfluß und gewann auf diese christliche Weise jetzt allein das Monopol auf das Seelenleben der kranken Menschen. Und konnte so weiterhin die Armen, Schwachen und Einfältigen auf das bessere Jenseits hoffen lehren. Während die Kirchenfürsten derweil von deren Scherflein, Spenden und Ablassgeldern in Saus und Braus das irdische Leben wenigstens vorher noch genießen konnten.

Nun schritt die Zeit aber weiter und die Menschen nahmen den Kirchen immer weniger von dem Aberglauben ab, den sie den Gläubigen aufstichteten. Und da man den Teufel auch noch nie leibhaftig gesehen hatte, kam dieser als Krankheitsursache so allmählich aus der Mode. Was aber nicht weiter schlimm für die Mediziner war:

**Sie erklärten statt des Teufels nun die Krankheit zum bösartigen Wesen, das man niederknüppeln, ausbluten, ausschneiden und vergiften müsse.**<sup>1644ff, 1650ff</sup>

Die starken Mittel, mit deren Hilfe diese Ziele erreicht werden sollten, wurden sodann als »heroische« oder »aktive« Medikationen bezeichnet. Die auf diesen Grundsätzen basierende Behandlungsart wurde Allopathie (das heißt: gegen ein Leiden gerichtet) genannt - was dem kriegerischen Denken der damaligen Zeit geschickt entgegen kam und so deren großen Erfolg - für die Ärzte, nicht für die Kranken - auch psychologisch zu erklären vermag, während die »Naturopathie« (d. Verf.) des Hippokrates auf der Strecke blieb.

Das starre Denkschema der Allopathie läßt den Ärzten daher keine andere Wahl, als immer nur einen einzelnen Teil des Körpers zu behandeln, statt die gesamte Persönlichkeit. Das ist ihr

Dilemma:

Die Medizin hat sich in ihrer eigenen Falle gefangen! Kein Wunder, daß die Menschheit immer kränker wird.

Den Ärzten liefen nun endlich mehr Patienten zu - darüber hinaus konnten sie jetzt ihre Geschäfte auch noch auf die Geburtshilfe ausdehnen und den Frauen einreden, sie bedürften dazu unbedingt des Beistandes eines Mediziners. Noch ein Aberglaube, den man bis heute mittels Apparaturen und Angstmacherei bestens pflegt, obschon Milliarden Frauen der dritten Welt in Feld und Wald, in Hütten oder Zelten oder bei uns in Taxen, Toiletten und Flugzeugen ihre Kinder weitaus problemloser allein gebären. Und das ohne angeblich nötige Damm- oder Kaiserschnitte und ohne ärztliche

Schreckenseinmischung. Dabei war es mit der Kunst der Ärzte des 17. Jahrhunderts in dieser Beziehung wahrlich nicht weit her. Sie war mit höchsten Risiken für die Frau verbunden. Bei Blutungen etwa verschrieb man einen Trank aus Schweinekot und Krötenasche und Pessare aus den gleichen Materialien, die in die Gebärmutter eingeführt werden sollten.<sup>0646</sup> Der Wunsch des Mannes nach Ausübung der Macht über die Frau - versinnbildlicht durch das Eindringen in die Vagina - war nun auch auf dem für ihn bislang unter Tabu stehenden Gebiet erfüllt.

Nur: Das An-sich-Reißen eines so natürlichen Vorgangs wie der Geburt durch die männlichen Ärzte zeigte ungeahnte Folgen. Dauerte es den Ärzten zu lange (Zeit war für sie immer gleich Geld), so holte man den Accoucheur, der mit seinen eisernen Zangen die schlimmsten inneren Blutungen verursachte, an denen die Frauen elendiglich zugrunde gingen. (Heute gibt man mit etwa gleichem Effekt Weheneinleitungsschemie, die zu schweren Komplikationen führen kann.) Hauptsache, man bekam das Kind lebend heraus: ob verküppelt oder verblödet, das war dem »Geburtshelfer« schließlich egal. Er mußte dafür später ja nicht sorgen...

Überhaupt galten die neuen Geburtshelfer als Ärzte des Todes. Wenn nichts mehr half oder der Fötus tot war, nahm die männliche Hebamme eine Embryotomie vor und bohrte Nadeln oder Scherenspitzen in den Kopf des Kindes. Der Schädel wurde zerdrückt und der Fötus Stück für Stück mit den Scherengriffen oder mit speziellen Haken herausgeholt. Mütter starben zu Beginn des 17. Jahrhunderts wie die Fliegen, mehr und mehr Kinder wurden tot geboren und von den neugeborenen Babys hauchte eine Vielzahl vorzeitig ihr Leben aus. Über 200 Jahre dauerte es, bis endlich ein Semmelweis die Ärzte eines Besseren belehren konnte - doch davon später.

Obwohl völlig erfolglos in ihrer angeblichen Kunst, vermochten die Ärzte nunmehr sogar durchzusetzen, daß die Medizin an den Universitäten gelehrt wurde. Und die Universitäten als Hort des Männlichkeitswahns gestatteten nur den Herren der Schöpfung den Zutritt.

Dort folgte man also dem typisch gefühllosen männlichen Verstand und versuchte sofort, das Heilen rationalem und logischem Denken zu unterwerfen. Um damit alles gefühlsmäßige Empfinden (einschließlich der »unzuverlässigen« Natur) auszuschalten und, wie man sich einbildete, nach streng wissenschaftlichen Kriterien die Kranken zu behandeln.

Wobei es dem männlichen Naturell bestens entspricht, sich Feinde zu schaffen, die man bekämpfen kann. Wodurch es dann möglich wird, sich bei solchen Feldzügen mit Ruhm und Ehre zu bedecken: Je mehr Feind, je mehr Ehr'.

**Dem Kranksein, welches die Weisen Frauen noch richtig als beginnenden Heilvorgang angesehen hatten, was man mit milden Kräuterausügen unterstützte, erklärte man den Krieg. Kranksein wurde nun als rein materielles Geschehen gesehen, das in die Tiefe forschen hieß - wo sich dann immer mehr Feinde entdecken ließen, die es auszurotten galt.**

**Ausmerzen: die heimtückischen Bazillen, Viren. Wegsäbeln: die wuchernden Geschwülste, Tumore. Verbrennen: das faulende Gewebe, die unerwünscht sich ausbreitenden Metastasen. Vergiften: die unerklärbaren Krankheitszeichen im Körper. Zerstrahlen: die angeblichen Krankheitssitze in den Organen oder sonstwo.**

**So ließ sich männliche Aggressivität prächtig in die Medizin einbringen. Und mit Hilfe klügelnder Denkweisen als »wissenschaftlich« und damit als immer berechtigt und folglich, weil eben das »Böse« und »Heimtückische« im Körper bekämpfende, als richtige Theorie darstellen. So wandte man sich von der sanften Heilmethode der Weisen Frauen und der sanften Geburt durch die Hebammen unter den Weisen Frauen ab - und damit**

auch immer mehr vom Heilen. Und gelangte so zwangsläufig zum Behandeln bloßer Symptome. 2480, 9773

## Gesundheitsgesetz

**Wer wegschneidet, wer vergiftet, wer verbrennt,**

**der gesteht seine Ohnmacht ein, nicht heilen zu können.**

Denn Heilen heißt nichts anderes, als durch Krankheit Verändertes wieder in seinen ursprünglichen, zweckhaften, von Gott bzw. der Natur bestimmten Zustand zurückzusetzen. Unfähig dazu, gelang es den Medizinerinnen dennoch, die Menschen zu beeindrucken: Sie gaben sich dran, immer neue Arten von Krankheiten den Patienten anzudichten: Dem Armenhaus »Heilung« stand so bald der Fürstenpalast »Diagnose« gegenüber.

Wie sagte der Evangelist Markus bereits über eine unter Blutungen leidende Frau: »Sie war von vielen Ärzten behandelt worden und hatte ihr ganzes Vermögen dafür ausgegeben. Aber ihr Zustand ist immer schlimmer geworden.« Doch die Habgier der Ärzte ist bereits in den Fabeln von Äsop beschrieben worden.

Halten wir fest: Mit der Vernichtung der Weisen Frauen hatten die knidischen Scharlatan-Ärzte die Alleinmacht über die Kranken gewonnen. Später duldeten sie nur noch einige ältere Frauen als »Kräuterweiblein« und Zuträgerinnen neben sich, von denen aber keine Gefahr mehr für das Ärzteeinkommen ausging: Die Macht der Ärzte war endlich gefestigt - die Frauen zu bloßen Hilfskräften degradiert - just so, wie wir sie heute noch als Krankenschwestern, Pflegerinnen oder angestellte Hebammenschwestern kennen.

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ☒ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/0/57.html> - **Update: 13.01.2000 15:36**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

# 0. Kapitel. So wirst Du völlig gesund

## 0.58 Die Tricks der Ärzte, natürliche Vorgänge in Krankheiten umzustülpen

Zwar gab es seinerzeit auch schon vereinzelt Hackethal-Mediziner, welche die Wahrheit sagten. Etwa der Anatom und spätere Bischof Stensen (1638-1686), bei dem wir lesen können: »So lernen wir in der Medizin nichts anderes als Worte herzusagen, die, einzeln genommen, manchmal nicht übel klingen, zusammen aber keinen eigentlichen Sinn ergeben.«

Die männlichen Mediziner machten den Müttern zudem weis, sie könnten ihnen helfen, die Geburt schneller hinter sich zu bringen, als dies bei Hebammen möglich wäre. Und daß Gebären eine höchst risikoreiche Angelegenheit sei, wobei nur die Fertigkeiten und das Wissen der Ärzte vor den schrecklichen Gefahren bewahren könne.

Da kreuzten also im 16. Jahrhundert zuerst die Chamberlain-Brüder, zwei ehemalige Bader, also Friseur-Chirurgen, mit einer riesigen Holzkiste bei ängstlichen Frauen auf, schickten alle aus dem Raum und verbanden auch noch der Gebärenden die Augen. Lange hielt man geheim, was man als schnelle und die Geburt abkürzende Hilfe ansah: In der Kiste befanden sich große Zangen, mit denen man das Kind dann meist verstümmelt aus dem Mutterleib zog...

Doch bald vermieden es die Ärzte mehr und mehr, zu den Schwangeren ins Haus zu gehen. Angeblich, weil dort die hygienischen Verhältnisse nicht optimal wären, genauer gesagt, weil es dort nicht so stark nach Lysol stank und die Frauen dort mehr eigenen Willen aufbrachten, sich gegen die Eingriffe in ein natürliches Geschehen zu wehren. Denn die Ärzte glauben ja stets, sie müßten etwas tun, können nie ruhig dasitzen und abwarten - wie wollen sie sonst auch guten Gewissens ein Honorar verlangen? So zog man sich die Geburten allmählich ins Krankenhaus und konnte dort einen normalen Lebensvorgang zu einem gefährvollen Krankheitszustand umgestalten.

Im Krankenhaus gab es schließlich spezielles Untersuchungsgerät, gab es Hörrohre, Vaginallöffel, später Ultraschallgeräte und Herztöneabhorcher, die aus kleinen unbedeutenden Abweichungen gleich Risikoschwangerschaften machen konnten, wo man dann besonders schnell mit Kaiserschnitten zur Hand sein kann, die Krankenhaus und Chefarzt das große Geld bringen.<sup>2472, 2477</sup>

**In einer so beeindruckenden Umgebung kann man sich auch die eigentliche Herrin der Geburt zur gefügigen Sklavin und abhängig von Maschinen machen, ihr tausend Ängste einjagen, sie schwächen, sie zwingen, gegen ihren natürlich angeborenen Trieb zu handeln und das intimste und höchste Erlebnis einer Frau durch Männer in weißen Kitteln in einen sterilen Gruselakt verwandeln und dem eigenen Kind oft genug für immer entfremdet werden.**

Daß aber nun - gleich nachdem die Geburtshilfe zu einer Domäne der Ärzte wurde - plötzlich Kinder und Mütter wie die Fliegen wegstarben, das bemerkte damals noch kein Mensch! Man erkannte die erhöhte Sterblichkeit allerdings nur deshalb nicht, weil niemand daran dachte, die Ärzte zu verdächtigen.

Wie auch noch heute im Traum niemand auf die Idee kommt, daß der Arzt gefährlicher als die Geburt sein könnte. Da wünschst Du Dir schon lange ein Kind, junge Mutter, und als es endlich so weit ist, was tust Du? Anstatt Dich darauf zu freuen, zu singen, zu springen, zu tanzen, Dich mit angenehmen Gedanken zu füllen, an Deinen Partner zu schmiegen und Dir Kraft aus der Ruhe und Stille der Natur zu holen und Deine Gesundheit zu pflegen - was tust Du?

Es ist nicht zu fassen: Du siehst das göttliche Wunder des Wachsens und Gedeihens unter Deinem Herzen als eine Krankheit an - und rennst zum Arzt! Rennst zu einem Menschen, der tagtäglich mit nichts anderem als mit Krankheiten beschäftigt ist und Dich auch gleich so behandelt und an seine krankheitsuntersuchenden gefährlichen Apparaturen anschließt...  
(®Rz995 [1-40] )

Du mußt verrückt sein, junge Mutter, und nicht mehr ganz bei Trost, wenn Du von nun an das werdende Leben in Dir von schädlichen und weitgehend unerforschten Schallwellen durchjagen läßt. Vom ersten Tag Deines Arztbesuches an wirst Du statt Freude zu erleben nur noch mit Befürchtungen, Sorgen und Ängsten konfrontiert werden. Und statt durch kleine Läufe die Haltebänder der Gebärmutter zu kräftigen, sitzt oder liegst Du wertvolle Zeit beim, für Dich und Dein Baby, gefährlichsten Menschen herum.

Doch zurück in die Semmelweis-Zeiten:<sup>0640, 3305/6, 3319</sup>

So konnten also den Mediziner die Mütter und Kinder unter den Händen wegsterben - die Frauen wandten sich mehr und mehr an die sie beeindruckenden Ärzte und weg von den Hebammen, die bisher mit fleißigen Fingern den Damm der Scheide vor einer Geburt geölt und gedehnt und bei Schwierigkeiten Geduld zu bewahren gelernt hatten. Die aber nun mal keine unverständlichen lateinischen Ausdrücke kannten, dafür aber über um so mehr Erfahrung ihres alten Berufsstandes verfügten.

Um möglichst Eindruck bei den Patienten zu schinden und sich über ihresgleichen zu erheben, gelehrt zu erscheinen, gingen die Ärzte immer mehr dazu über, die Krankheiten und Verfahren mit lateinischen und griechischen Ausdrücken zu belegen.

Das Volk begann, Gelehrtheit mit Klugheit und Können gleichzusetzen, so daß sich die Ärzte immer mehr fehlerhaftes Tun leisten konnten, ohne daß es zu einem Vertrauensverlust führte oder ohne daß man gar ihre Kunst in Zweifel zog. Dir wird klar: Hinter unverständlichem Reden läßt sich am besten mangelnder Verstand und fehlende menschliche Anteilnahme verbergen.

»Wie kannst Du nur sagen, die benutzen ihr Latein nur deshalb, um uns zu verdummen?! Das

sind studierte Leute, die haben das doch gelernt!« meinst Du.

Die haben schließlich auch gutes Deutsch in der Schule beigebracht bekommen. Erkläre ich Dir denn nicht in diesem Buch die kompliziertesten Sachverhalte so einfach, daß Du sie ohne weiteres verstehen kannst? Muß ich Dir denn für das Beurteilen von Krankheitsbehandlungen mit Latein kommen?

Nun - ich habe die dahinterstehenden Wahrheiten nicht zu fürchten - ich kann Dir deshalb Klarsicht verschaffen. Das aber fürchten die Ärzte wie die Streuner das Waschen. Geh doch mal zu einem ihrer Kongresse und hör dir das dort an.



Da geht es nur darum, sich mit komplizierten Ausdrücken gegenseitig zu übertreffen: damit einfache Leute nicht in deren hochheilige Reservate einzudringen vermögen. Bereits dem wahrheitsliebenden Mönch Abraham à Sancta Clara war das ein Greuel.<sup>0620</sup> (Obschon dies in älterer Zeit im Verkehr der Ärzte miteinander wegen der internationalen Verständigung schon einen gewissen Sinn haben konnte).

*Bemerke bei nebenstehender Darstellung vor allem, wie schon damals*

*die Ärzte ihre Patienten täuschten und bei der Heraussäbelungsaktion ohne Narkose ein gleichgültig dreinschauendes Frauenbildnis darstellten, während die solcherart Gefolterte in Wirklichkeit wahnsinnig vor Schmerzen kilometerweit brüllend zu hören war. Das letzte Bild zeigt das »Schließen« der Blutgefäße mittels eines glühenden Kautereisens.<sup>0638</sup>*

Die Angewohnheit, mit lateinischen Brocken zu beeindrucken, greift inzwischen schon auf die Patienten über. So wurde mein Freund, ein marschier- und naturliebender Landarzt, bei einem seiner Besuche wegen des langen Anmarschweges teilnahmsvoll von einem kranken Schweinemäster gefragt: »Aber warum sind sie denn nicht per penis apostulorum gekommen?«

Die Geschichtsschreiber waren bald des Lobes voll über die Fortschritte der Ärzte im Zerschneiden von Leichnamen und den daraus gewonnenen Einsichten über den menschlichen Körperbau und die Arbeitsweise der Organe. Genau so, wie sich heute die Medien voller

Bewunderung über »erfolgreiche« Operationen auslassen. Obwohl es doch für den Menschen eine Schmach ohnegleichen ist, seinen Körper so verkommen lassen zu haben, daß ihm davon verdorbene, versteinerte oder verkrebste Teile weggeschnitten werden. Oder ihm das Organ einer Leiche eingepflanzt wird, welches nur durch Unmengen von eingeschleustem Gift vom Abstoßen abgehalten werden kann. Mal ganz abgesehen davon, wie sehr man die Ethik dabei mit Füßen tritt. Und dabei Leichenfledderei nebst Leichenschändung den Menschen als etwas Normales und immer mehr als angebliche Pflicht einredet, das sie auch noch unterstützen und sogar bei sich gutheißen sollen.

Als die Ärzte mit der ihnen vom König oder den Behörden bald überall gestatteten Leichenmetzelei <sup>2122</sup>, immer besser über das Blutgefäßsystem Bescheid wußten, nutzten sie das sogleich, um auch daraus ein Geschäft zu fabrizieren. Sie machten den früher wie heute bekanntlich ja alles den Medizinern glaubenden Kranken weis, daß es ihr schlechtes Blut sei, welches ihre Leiden oder ihr Alter verursache - es müsse also »junges Blut« her, um sie gesund zu machen. Ich weiß, woran Du jetzt denkst, aber das kam ihnen als Behandlung nicht in den Sinn. Sie konnten schließlich nichts daran verdienen, junge Mädchen in die Krankenbetten oder zu den Alten zu stecken - die Goldstücke dafür hätten die Jungfräuleins sicherlich selbst eingestrichen.

**Jede Arznei ist ein Gift. Während es eine Sache gut macht, verdirbt es eine andere. Seht, das ist der eigentliche Betrug der Medizin. (Paracelsus)**

Aber sie kamen darauf, von jungen Lämmern das Blut in die Venen der Kranken einzuleiten und durch Herausspritzenlassen des alten, »schlechten« Blutes aus einer Ader den Patienten Heilung von ihren Leiden zu versprechen. Das war natürlich eine ziemliche Schweinerei, heute geht das bei einer Blutübertragung wesentlich sauberer zu. Was nichts daran ändert, daß sie genau so risikoreich wie früher ist. Nur die Geschäftemacherei der Ärzte ist heute dabei größer, wie die Skandale der letzten Jahre darüber gezeigt haben...<sup>3732, 3823, 3826</sup>

Die Bibel verbietet alles Verwenden von Blut (3. Mose 7: 26, 27). Aber wenn es darum ging, Geld zu verdienen, vergaß man selbst im frommen Mittelalter sein Christentum:

Wie war das möglich, trotzdem damals nur Tote auf der Strecke blieben? Einfach! Viele Pfaffen waren zugleich Ärzte. So wurde verkündet: Alles, was der Priester billigt, ist Gott wohlgetan.

Die Ärzte erkannten bald immer genauer den Sinn und die Aufgaben der einzelnen Organe und Körperteile, die man mehr und mehr zu beachten begann als den Kranken selbst. Jetzt konnte man endlich eine Schule für Ärzte aufmachen und Studenten lehren, welchen Zweck die einzelnen Körperteile besaßen. Immer was Neues mußte her:

Noch heute lassen sich die Menschen z. B. vom Namen der heiligen Hildegard von Bingen beeinflussen, die mit solch haarsträubenden Heilrezepten ihren Glanz begründete:



Diese Heilige war ein hochintelligentes Weibchen! Die wußte genau, wie man schnellstens berühmt und verehrt wird und dann ein sorgenfreies Leben in Luxus vollbringen kann. Wenn man sich schlau mit den Mächten von oben – wie es die Pfaffen und Mediziner ja auch noch heute so halten (® Rz 284) - in Verbindung setzt. Nachdem das Märchen von der samenlosen Empfängnis durch einen heiligen Geist bereits bei der Frau von Joseph bewirkte, daß man vor deren Bildern auf die Knie fällt und Lichter anzündet. Später machten es ihr viele andere nach, wie z.B. die Bernadette von Lourdes.

»Aber sind die Mediziner von heute nicht auch intelligent, oft klug und manchmal sogar sehr belesene Leute?« fragst Du.

Klar doch! Das ist ja der Grund dafür, daß wir immer wieder auf sie hereinfliegen! Wenn irgendein neuer Stoff eine bestimmte Wirkung auf den menschlichen Organismus zeigt oder neue technische Geräte erfunden werden, denken sich diese klugen

Profiteure schnell etwas aus, wie man das auch gegen Krankheiten einsetzen kann.<sup>1666, 2489, 6664, 2037, 2728</sup>

Als im 18. Jahrhundert der Kaffee in Europa auftauchte, wurde er zuerst als Heilmittel gegen Nervenfieber, Kopfweg, Schwindel, Asthma, Trunksucht, Wechselfieber, Gicht und Verdauungsstörungen verordnet.<sup>6320</sup> Warum? Weil er eindeutig belebende, neuartige *Wirkungen* im menschlichen Körper zeigte. So was läßt sich doch bestens als Medikament verkaufen! Schokolade wurde 1775 als Mittel gegen die Syphilis in einem Buch wie folgt angepriesen: »Liebesschokolade, ebenso angenehm wie nützlich bei der Behandlung von Geschlechtskrankheiten«. Sogar Tabak war lange Zeit als Heilmittel angepriesen.<sup>0633</sup>

Bald wurde Arsenikwasser der Liste heilsamer und gesundheitsfördernder Wasser beigefügt. Im südlichen Teil von Cumberland in England entspringen viele Flüsse zwischen den Adern von Arsenikkobalt, demzufolge enthält das Wasser auch Arsenik. Dieses Wasser, in dem Fische keine zwei Minuten überleben, wurde von den Medizinern damals gegen fast alle Leiden verkauft.

»Aber jeder weiß doch, daß Arsen hochgiftig ist und man Menschen damit töten kann«, rufst Du.

Klar, und was meinst Du, wieviel Menschen besonders im Mittelalter damit umgebracht wurden - besonders an den Fürstenhöfen.

Wird heute irgendwo eine neue chemische Giftverbindung entdeckt, müssen direkt hunderttausende Ratten, Mäuse, Kaninchen, Hunde und Affen dran glauben, um herauszufinden, wozu und wie sich diese am besten medizinisch gebrauchen läßt.



Trotz all des großen Unsinn, den der Baseler Quacksalber-Professor Paracelsus Bombastus von Hohenstein von sich gab, hatte und hat heute noch sein Name einen beeindruckenden Klang. Wohl dank seiner Geschicklichkeit, für sich die Werbetrompete zu blasen. Und weil er für die Ärzte einen heute noch von ihnen für wahr gehaltenen wissenschaftlichen Grundsatz aufstellte. Der, solange sie diesen den Kranken noch weiter weismachen können, stets eine Quelle risikolosen Geldscheffeln bleiben wird. Dieser so beeindruckende Grundsatz des Paracelsus - Hippokrates würde sich im Grabe umgedreht haben, hätte er je davon erfahren! - lautete:

**Die gefährlichsten Gifte verwandeln sich in die wirksamsten Heilmittel, wenn sie aufgrund einer ärztlichen Verordnung verabreicht werden: Die Dosis macht's, ob ein Ding ein Gift sei.**

Wurde das - obschon man sich öffentlich vom (doch wohl ein bißchen für seine ärztlichen Kollegen zu bombastisch auftretenden) Bombastus distanzierte - eine Goldgrube für die Mediziner! Mein Gott! Jetzt war man endlich in der Lage, jede Entdeckung neuer Giftstoffe als Triumph der Wissenschaft darzustellen, welche nun in immer größerer Zahl erforscht und den Kranken angedreht wurden.

Nun war es unbesorgt möglich, immer neue Gifte an die alten zu reihen und die früheren - zwar nicht helfenden, aber auch nicht sonderlich schadenden - tierischen Heilmittel und angeblichen Heilkräuter als »weniger wirksam« zu erklären. Und so die früher hochgehaltenen Meinungen über »dero vortreffliche Wirkungen« damals als »überwundene These« (Terminologie um 1850) oder heute mit »als nicht mehr auf dem letzten Stand der wissenschaftlichen Forschung stehend« oder als »obsolet« zu bezeichnen. Der Weg war durch Paracelsus nun endlich frei, immer neue »Heilgiftmittel« zu erfinden, und mit diesen ständig hoffnungsvollere Erwartungen zu schüren. Denn niemand - selbst der größte Religionsfanatiker nicht - , ist von einer so großen Gläubigkeit an Autoritätenbehauptungen erfüllt wie ein kranker Mensch.

**War das ein Fressen! Verabreichten die Doctores jetzt also gegen eine harmlose Krankheit ein Medizintruncklein mit neuem »Heilgift«, so heilte der Körper wohl die erste Krankheit vielleicht noch selbst. Aber er war machtlos gegen die zweite, nämlich die durch das Gift verursachte Krankheit, die ihn bald darauf zu quälen begann und die durch stetig »weiter notwendig werdende« Verabreichungen immer neuer »Heilmittel«-Gifte immer längere Behandlungen erforderlich machten. So vermochten sich die Ärzte bald wie die Kaninchen dank des so geschickt von ihnen initiierten ständig größer werdenden Zulaufs zu vermehren. Während früher auf 20 Millionen Deutsche etwa 2.000 Ärzte kamen, sind es heute bei etwa 60 Millionen nicht analog 6.000, sondern sage und schreibe 318.000 Mediziner. Eine Meute, die mit immer höher getriebenen Krankheitskosten den Staat und uns zu Tode hetzt.**

Um Gesunde in langjährige Patienten zu verwandeln, kam ärztliche Hinterlist auf zwei besonders dafür geeignete Gifte, die angeblich in geringer Dosis »heilten«. Tatsächlich wirkt eine kleine Dosis Quecksilber nicht tödlich, sondern erzeugt nur neue, schleichende

Krankheiten. Wie z.B. das Amalgam, das als einnahmeförderndes Giftgeschenk von den damaligen Zahnklempnern und heutigen Zahnärzten als gewinnträchtiger Behandlungsgrund für ihre ärztlichen Kollegen (unwissentlich zwar, aber immerhin) in die Zähne gepreßt wurde.

Auf diese Weise gewannen die Mediziner dann ihre treuesten Patienten... Und eine größere Portion Arsen bringt sehr schnell jemanden ins Grab. Von feiner dosierten Gaben über längere Zeit hinweg, wie früher bei den ärztlichen Verschreibungen üblich, wird man halt nur siech, kann aber trotzdem alt damit werden. Und sehr lange damit ein äußerst einträglicher Patient für den Arzt bleiben...

Mach Dir das jetzt völlig klar, denn es wird entscheidend sein für Dein ganzes zukünftiges Verhalten gegenüber der Schulmedizin und den Ärzten: Paracelsus hatte entdeckt, daß sich mit mineralischen Stoffen und Giften Krankheiten unterdrücken oder in spätere, andere Krankheitssymptome umwandeln ließen. Das zeitweise Verschwinden der ursprünglichen Krankheit gaben die Ärzte sodann als Heilung aus, und die Menschen glaubten ihnen. Die infolge der giftigen Mittel aufkommenden schlimmeren Leiden gaben die Mediziner sodann als *neue Krankheiten* aus, die man folglich wieder zu behandeln hatte. Und somit erneut daran verdienen konnte.<sup>2303</sup>

**Als dann in unserer Zeit die Patienten ein klein wenig klüger wurden und bemerkten, daß es die ärztlichen Mittel waren, die ihnen Folgeschäden einbrachten, ja wie reagierten denn diese schlaunen Burschen auf eine solche wahrheitsgemäße, nicht mehr abstreitbare Tatsache? Mit einer Behauptung, die derart dreist war, daß sie noch heute von allen Menschen geglaubt wird. Sie sagten: Ja, das müßt ihr in Kauf nehmen, sonst werdet ihr nicht gesund - denn nur schädliche Mittel können heilen! Versteckt im ärztlichen Standardsatz: Ein Mittel ohne Nebenschäden wirkt nicht.**

Ich will Dir sagen, wieso man die Menschen mit dem Versprechen von Heilung durch besondere Mittelchen so leicht drankriegen kann:

**Der Mensch ist nicht genetisch geprägt, Schmerzen durch *Krankheit* zu spüren. Der menschliche Körper ist nicht darauf eingestellt, weil er während seiner biologischen Entwicklung nie Krankheiten kennengelernt hat. Deshalb haben es Ärzte so leicht mit ihm:**

Wenn er Schmerzen erleidet, greift er blindlings zu dem, was ihm Hilfe verspricht.

Als die Mediziner der alten Zeit entdeckten, daß Pflanzenextrakte ganz bestimmte Wirkungen zeigten, wenn sie in einen lebenden Organismus gelangten, konnten sie das bestens verwerten: Der Extrakt der Tollkirsche z. B. vergrößerte die Pupille - die Frauen wirkten dadurch verführerischer, und so träufelte man ihnen als Schönheitselixier den Saft in die Augen - was den Arzt bei allen Damen sehr beliebt machte. Und wer sympathisch wirkt, dem nimmt man auch gerne seine Arzneien ab...

Der Extrakt des Fingerhuts ließ das Herz kräftiger schlagen - und so konnte man den Leuten

einreden, das sei gut für die durch Bewegungsmangel bedingten Herzbeschwerden. Und als man in China entdeckte, daß der Extrakt aus der Weidenbaumrinde (woraus man später Salizylsäure herstellte) so sehr betäubte, daß man Kopfschmerzen für einige Zeit nicht mehr wahrnahm, da waren die Ärzte nicht mehr auf den bloßen Glauben der Patienten an ihre Heilkünste angewiesen, sondern konnten selbst zweifelnden oder kritischen Kranken vorführen, daß die angewandten Mittel etwas bei ihnen bewirkten. Als schließlich auch ein flüssiges Metall, das Quecksilber, entdeckt wurde, lag es nahe - wie bei allen neuen Stoffen -, auch dies bei den Kranken auszuprobieren.

Und - o Wunder! - F. Magendie<sup>0586</sup> fand um 1840 als erster heraus, daß sich damit öfter ein bestehendes Leiden kurzzeitig unterdrücken, in ein anderes verwandeln oder (durch eine infolge des Giftes neu entstehende Krankheit) überdecken ließ. Nun war man endlich in der Lage, einem Kranken weiszumachen, bei ihm sei ein »Heilerfolg« erzielt worden!

Und Magendie wurde seitdem von den Ärzten (in *deren* Geschichtsbüchern) als Begründer der experimentellen Pharmakologie hoch geehrt. Kein Wunder, denn nun konnte für alle sich als Heiler aufspielende, in Wirklichkeit aber als bis heute unerkannte Krankmacher der große Rubel rollen. Die Giftmischerei hörte nicht auf, schließlich konnte sich jeder Alchimist - ihre Nachfolger sind die Chemiker und Pharmazeuten von heute - eine goldene Nase damit verdienen. Denn was da alles zusammengemixt und verschachert wurde, das mußte nie offengelegt oder verantwortet werden. Nur als Geheimnis, machten die Ärzte den Kranken weis, konnten die Mittelchen wirken.<sup>0610, 0611</sup> Lediglich für eine kurze Zeit, als der gesunde Menschenverstand bei den Menschen im 16. Jahrhundert noch lebendig und ihnen noch keinen Heiligenschein verliehen und dauernde Amnestie für ihr falsches Doppelspiel zuteil geworden war, hatten sie es noch nicht so leicht wie heute:

»Weil er denn die Leut betrogen, wird er nun hinaufgezogen und gehenktet ohne Gunst...«, sang man 1574, wenn ein Höhergestellter durch sie zu Schaden kam.

Damals wurden sie noch hart bestraft, heute werden die Giftmischer hochgeehrt - die Tradition von Geheimnistuerei und Verdummung hat immer besser und erfolgreicher überlebt.<sup>2303</sup>

**Das war - der Neid muß es den Ärzten wirklich lassen - ein geradezu klassisches Meisterstück und einer der geschicktesten Tricks der Doktorenzunft: Aufbauend auf dem schlagkräftigen Satz des Paracelsus bringt man es bis heute fertig, die Menschen nach und nach zu vergiften - schön langsam, daß man sie lange als Patienten behält - und ihnen in ihrer Not einzureden, daß dieses verordnete Gift nötig sei, die Krankheit »abzutöten«.**

Daß nun niemand auf die Idee kommt, daß Gift nichts anderes als Gift sei, das schaffen sie bis heute durch einen weiteren Trick: indem sie die durch die Gifte hervorgerufenen Wirkungen aufteilen in gute und etwas weniger gute. Und von einer *Hauptwirkung* gegen Deine Krankheit sprechen und von einer unerwünschten(!) *Nebenwirkung* in Deinem ihnen weniger wichtigen Körper.

Doch ob Hauptwirkung oder Nebenwirkung: *beide* sind Giftwirkungen und beide sind am Ende schädlich für Deine Gesundheit! Selbst wenn die Hauptwirkung eine Zeitlang Deine Krankheit zu unterdrücken oder zu ersticken vermag.

**Doch dieser grandiose Trick, durch Verabreichen von Gift die harmlosere Krankheit für einige Zeit zu vertuschen, das machte aus damals zumeist verlachten Quacksalbern, nach und nach die heute hoch angesehenen Ärzte. So bekamen die vormals armen Schlucker plötzlich wider Erwarten immer mehr Zulauf.**

Zum Begründer der »chemiatischen Schule«, Franz de le Boe, seinerzeit Professor in Leyden, strömten im 17. Jahrhundert aus ganz Europa die Studenten »wegen seiner dialektischen Gewandtheit, der Kühnheit in der Hypothese und der Willkürlichkeit in deren Bedeutung«, so ein Geschichtsschreiber. Auch damals schon waren die jungen Mediziner nur auf das Neueste erpicht, insgeheim alles Alte verachtend. Nicht anders als auch heute, wie mir kürzlich ein weitsichtiger Medizinprofessor erklärte: »Die jungen Studenten interessieren sich weder für Patienten noch für ärztliche Ethik, sie haben nur noch Auge und Ohr für die Apparaturen und den High-tech bei uns. Und im Krankenhaus natürlich für die hübschesten Schwestern und Patientinnen...«.

Im Gegensatz zu alten Zeiten hat sich bei der Heilmittelverschreibung von heute durch die Mediziner nur eins geändert: Die Nebenschäden sind bei den Chemiepräparaten noch heimtückischer und größer geworden: Durch ein »Heilmittel« zum Senken des Blutdrucks kannst Du Dir z.B. 79 verschiedene Krankheiten zuziehen.<sup>9608</sup>

Gifte in »Heilmittel« umzudrehen - das ist schon ein tolles Bubenstück! Nicht anders war es beim Opium. Tatsächlich war es noch im vergangenen Jahrhundert als »Heilmittel« weit verbreitet. Besonders Laudanum, eine Opiumtinktur, galt als Medikament gegen alles mögliche, besonders aber gegen Darmbeschwerden. Gewonnen wurde Laudanum durch Auslaugen von Opium, Safran, Nelken und Zimt in Weingeist, ein den Magenbitter-Rezepturen sehr ähnliches Verfahren. Für Verletzungen lautete die Anweisung: »Man nehme ausgezupfte Leinwandfäden und stopfe damit die Wunde aus. Kommt es trotz der Behandlung zu keiner Eiterung, wird die Wunde erneut gereizt und die Prozedur beginnt von neuem, bis der Eiter herzhaft quillt...«. (®Bild Rz44) So behandelten die Wundärzte selbst harmloseste Verletzungen und hielten damit auf lange Zeit den Geldbeutel ihrer Klienten offen. Um eine »Faulung« zu verhindern, - nachdem die Eitererzeugung nicht mehr in Mode war - ging man später zum Ausbrennen und Ausbrühen über. Brenneisen und siedendes Öl fehlten in keiner Wundarztpraxis. Besonders bei Schußverletzungen galt es - kochend in das Wundloch geschüttet - als Mittel erster Wahl.<sup>0622</sup> Und eine Leichentinktur diente schließlich als Endbehandlung.<sup>0647</sup>

Du glaubst nicht, wie man die Leute hochlobte, die im 18. Jahrhundert Geräte zum Blutdruck- oder Temperaturmessen erfanden! Merke es gut: Schon damals ging alles darum, Krankheitswirkungen bestimmen und ermitteln zu können - die Kunst des Krankheitsheilens stand stets im Hintergrund. Jedenfalls - all das Hantieren mit den blitzenden Geräten und die immer stärker um sich greifende Unsitte, statt der Muttersprache lateinische Worte zu

benutzen, all das führte dazu, daß die Ärzte immer mehr Einlaß in die höhere Gesellschaft fanden. Kurz zuvor hatten sie noch zum fahrenden Volk gehört. An den Fürstenhöfen blieben sie jedoch noch lange verpönt. Selbst Unteroffiziere hatten eher Zutritt als Ärzte. Wahrscheinlich beruhte das auf alter Tradition. Schon im 13. Jahrhundert hatte Nikolaus von Polen die Ärzte als »Pillenjesuiten und Giftmischer« beschimpft und gefordert, sie abzuschaffen: »Denn sie sind erfolglos und taugen nichts«. Jedenfalls forderten die Heilmittel des 18. Jahrhunderts schon ein ziemliches Maß an Heldentum von dem, der sich diesen damals üblichen medizinischen Torturen à la Dr. Eysenbarth<sup>0612</sup> unterwarf und sich mit all den Laxantien, Purgantien, Expectorantien, Tonica, Reizmitteln oder Vescantien behandeln ließ...

Überdies: Der Patient hatte es stets mit Medizinern zu tun, die glaubten, daß sie allein die richtige Behandlungsform beherrschten und daß die beste Medizin erst vor kurzem und just zu ihrer Zeit erforscht und gefunden worden wäre. Und jeder von ihnen gab sich stets überzeugt, die nicht heilbaren Krankheiten der jeweiligen Zeit bald endgültig kurieren zu können - bliebe man nur lange genug in seiner Behandlung. Die natürlich von Mal zu Mal sofort liquidiert wurde.

Genau diesen Eindruck vermittelt man dem Kranken auch heute: Ausgerechnet in der heutigen Zeit würden in Kürze alle Krankheitsprobleme gelöst. Damit so der Glaube an den Arzt nur nie ins Wanken geraten kann und der Kranke vor allem davon abgehalten wird, sich besseren Heilweisen zuzuwenden.

1670 entdeckte der Linsenschleifer van Leeuwenhoek<sup>0554</sup> erstmals Protozoen in einem Tropfen Wasser, später im Speichel die ersten Mikroorganismen in seinem Okular. Die Medizin-Chronisten jubeln in ihren Selbstbelobigungsschwarten: Er stieß damit die Tür zum Mikrokosmos auf, so trompeteten sie. Ich sehe das völlig anders. Und Du wirst das später vielleicht auch so erkennen: Leeuwenhoek stieß die Tür zum Reichtum für Forscher und Mediziner auf.

Und nicht nur das: Er stieß die Tür für die Möglichkeit der Kranken auf, daran glauben zu können, daß diesmal keine Dämonen an ihren Leiden die Schuld trügen, sondern real existierende kleine Biester. Von nun an konnte man einen Teil dieser Kleinstlebewesen zu den schrecklichsten Feinden der Menschheit erklären. Und die einfältige Menschheit nahm es ihnen ab. Wie alles. Bis heute. Bis zu diesem Tag, wo dieses Buch vielleicht ein Umdenken zuwege bringt. (Junge, wenn ich mir da nicht zuviel verspreche.)

Viel anderer Art waren die ärztlichen Methoden nirgendwo: Die Chinesen verordneten damals gegen alle Leiden Markklößchen, die in das Blut hingerichteter Verbrecher getaucht wurden. In England legte man eine zappelnde Forelle auf die Brust des Patienten oder wickelte seinen Körper in Felle frisch gehäuteter Katzen, wobei gleichzeitig ein Stück Fleisch, beträufelt mit dem Urin des Kranken, an einen Hund verfüttert werden mußte. Allgemein allerdings bürgerte sich in ganz Europa der Aderlaß als probates Mittel für alle Arten von Leiden immer mehr ein.<sup>0607</sup>

Und dann die vielen Brechmittel, die da in Mode gekommen waren! Weißt Du, wie einen so

etwas mitnehmen kann? Die Ärzte glaubten früher halt, die Krankheiten säßen in Blut, Magen oder Darm. Und sie könnten sie auf diese Weise nach außen befördern. So wie man heute von vielen Leiden annimmt, sie säßen in den Krebsgeschwülsten oder den Gebärmuttermyomen.

Wenn sich einer damals ob der von Dr. Eysenbarth und Kollegen verordneten »Heilmittel« dann die Seele aus dem Leib gekotzt hatte, dann fühlte er sich danach bestimmt erleichtert, oder ihm war für eine lange Zeit nicht mehr danach zumute, an seine Krankheit zu denken.

Und wenn Du schon mal was über die Eysenbarthschen Methoden gelesen hast, dann weißt Du, daß auch die Ärzte jener Zeit im Verschreiben alles andere als zimperlich waren. Zwar kamen sie immer mehr der schrecklichen Giftigkeit des Quecksilbers auf die Spur - andererseits sah man es auch als richtig an, daß für die schlimmen Lüstlinge, die an der Syphilis erkrankten, nur das Schlimmste angebracht war.

**Angebliches Lustseuchengift im Körper mußte mit gräßlichstem Gegengift ausgetrieben werden - ein ärztlicher Behandlungsgrundsatz, der auch in unserem angeblich aufgeklärten Jahrhundert bei den Medizinern in voller Blüte steht!**

Du zweifelst? Dir ist davon nichts bekannt? Nun dann denk nur daran, was den AIDS-Kranken für schreckliches Gift gespritzt wird, um sie mit noch größerer Qual ein paar Wochen länger vom erlösenden Tod abzuhalten.<sup>1700ff</sup>

Und so trieb man es denn diesen Lustmolchen aus: bis deren Zähne zuerst schwarz wurden, sie endlich ausfielen und ihr Körper ein einziges Sammelsurium von Schmerz und Leid war. Einem Doktor kam dann der Einfall zu sagen: Wenn man einem Kranken verschwindend kleine Mengen eines giftigen Mittels eingibt, das in hoher Dosis genau die gleichen Wirkungen seiner Krankheit zeigt, dann heilt dieses Mittel besagtes Leiden. So entstand der berühmte Satz: »Similia similibus curentur« (Ähnliches wird durch Ähnliches geheilt).

*Als wenn man mit einer kleineren Giftgabe überhaupt eine Krankheit mit ihren gesamten inneren und äußeren Wirkungen erzeugen und dann auch noch heilen könnte! Ich kenne kein Gift, das auch im entferntesten so etwas Ähnliches wie einen Schnupfen erzeugt!*

Um 1800 ließen die Herren Doctores den Menschen glauben, ungekochte Früchte und Gemüse würden ihn krank machen. Und wer krank war oder es nicht werden wollte, dürfe sich auf keinen Fall frischer Luft und hellem Licht aussetzen.<sup>0637, 0639, 6035, 8304</sup> Wodurch sie eine neue Krankheit in Marsch setzten: die Tuberkulose. (Heute ist sie nur noch auf den Philippinen verbreitet, weil nach der Ami-Besetzung die wunderschön samtbraunen Mädchen sich den Fimmel als Schönheitsideal in den Kopf gesetzt haben, auch so käsig-weiß zu werden. Und jedem Sonnenstrahl ausweichen wie ein Massenmensch vor der Erkenntnis.

Du mußst wissen, daß die Ärzteschaft so langsam immer mehr Einfluß in der Gesellschaft erlangte. Denn sie hatten - wie die Handwerker - eine Zunft gebildet, die Richtlinien für deren Auftreten, Bekleidung und Wortgebrauch gab und ihnen nunmehr das Praktizieren auf Jahrmärkten untersagte. Nun hatten sie in Räumen - bestückt mit Totenschädeln, dicken

Folianten und Mikroskopen - ihre Kranken zu malträtieren. Das beeindruckte die Menschen damals ungemein. Die Ärzte waren so mit einem Male so eine Art Gelehrte geworden. Und denen vertraut man - wie Biedermann dem Brandstifter. Nun hatten sie es geschafft, endlich anerkannt zu werden. Nun waren sie in der Lage, in großem Maßstab die Menschen krank zu machen und krank zu halten. Dem ärztlichen Rat also folgend verkrochen sich jetzt viele Menschen furchtsam vor Licht und Luft in ihre Behausungen, mieden Rohes wie der Teufel das Weihwasser und kochten auch noch die letzten Vitamine aus Gemüse und Obst: Wodurch weitere iatrogene, durch Ärzte geschaffene Krankheiten, wie Rachitis und andere Vitaminmangelkrankheiten entstanden.<sup>0637</sup>

Selbst die Mode der Zeit wurde von ärztlichen Ratschlägen geprägt: Vornehme Blässe ward gefragt und getragen. Ein besonders kluger Arzt, ein Dr. Peter Eguel aus Hameln, zog unmittelbare Konsequenzen aus seinen und der Kollegen Ratschlägen: Er gab schnellstens seinen Medizinerberuf auf, kaufte eine Regenschirmfabrik, bespannte die Gestelle mit dünneren, bunten Stoffen und verkaufte - Sonnenschirme zum Schutz vor den »schädlichen« Lichtstrahlen. Und war bald ein gemachter Mann! Die Ärzte vermochten es selbst kaum zu fassen: Binnen 50 Jahren hatten sie sich von ehemaligen Jahrmarktausschreibern zu angesehenen Leuten gemausert.

1886 braute ein morphiumsüchtiger Apotheker namens Pemberton aus dem Extrakt von Coca-Blättern, Koffein, Rotwein und 99% Zuckerwasser eine Medizin gegen Impotenz, Frauenleiden, Kopfschmerz und Neurosen. Die Medizin half so gut gegen die genannten Leiden, daß sie heute noch in der ganzen Welt eingenommen wird! Es sind pro Sekunde 40.000 Flaschen des immer noch leicht nach Medizin schmeckenden Gesöffs, das sich Coca Cola nennt.<sup>3524</sup>

Ein gewitzter Schweizer Professor fragte sich, was die Ärzte denn bis dato noch nie an Spektakulärem ausprobiert hatten. Und kam zu dem Ergebnis, daß die Drüsen von Schafen fein zerhackt bislang noch nie einem Kranken eingespritzt worden waren. Gutachter waren schnell gefunden, und so wurde die Zelltherapie populär gemacht. Die berühmtesten Menschen - wie Papst Paul II, Konrad Adenauer, Herbert v. Karajan - ließen sich von Professor Niehans weismachen, daß zerhackte Tierleichteile in ihren Körper und nicht tief in die Erde vergraben gehörten.

Der Extrakt aus Schafhodens besaß allerdings den Nachteil, manchen Patienten unmittelbar nach der Einspritzung tot umfallen zu lassen. Das war jedoch, so muß man zu Ehren der Spritzsanatorien schon sagen, nicht gewollt. Denn der ureigenste Zweck aller ärztlichen Heilmittel und Behandlungsmethoden war ein zeitweise Sich-von-Krankheitsgefühlen-Erholen, beileibe doch nicht Für-immer-Liegenbleiben.

So wurde diese Verjüngungstherapie nach vielen Jahren denn auch nur halbherzig verboten. Was andere dann auf die Idee brachte, statt Hoden den Extrakt aus Thymusdrüsen den allzeit glaubenseifrigen Kranken zu verkaufen. Und das ist bis heute noch nicht untersagt.



Noch eindrucksvoller schien es in unseren Tagen einem italienischen Hersteller, die Furcht vor der Todesursache Nummer Eins, dem Herzinfarkt, mit einem Extrakt aus Rindergehirnen und Natriumsalzen seinem Geldbeutel nutzbar zu machen. War der Einfall, seinem Heilmittel als Namen die sportliche Autoformel GM 1 zu verpassen, nicht klassisch? Auf den nicht ausrottbaren Primitivglauben von Arzneizulassungsstellen, Ärzten und ihren Patienten setzend, daß Steaks Kraft und Hoden Jugend bedeuten und prickelndes Ameisengift Rheumaschmerzen beseitigen kann, sagte sich der Italiener: Beim Schlaganfall weiß jeder, daß hier Nervenzellen des menschlichen Hirns abgetötet werden.

Sollen die Ärzte dem Kranken doch die Extrakte aus den Hirnzellen des Rindviehs spritzen, wenn ich in altbewährter Manier behaupte (und diese Behauptung von ein paar käuflichen Wissenschafts-Gutachtern als richtig erkennen lasse), daß diese Rinderhirnzellen genau an die zerstörten menschlichen Gehirnzellen da oben hinwandern und sie auf wundersame Weise reparieren... Ein seltener Einzelfall?<sup>3706</sup>

Das vor 400 Jahren existierende Paracelsus-Denken hältst Du für längst passé? Das ist auch in unserer Zeit nicht totzukriegen. Kam jetzt doch ein Pharmazeut darauf, messerscharf zu schließen: An Durchblutungsstörungen leiden meist ältere Menschen - also haben sie altes Blut in ihren Adern. Verschaff' ich denen statt Rinderzellen einfach junges Blut von Kälbern... Das kriege ich für ein paar Mark billig in jeder Schlachthof-Freibank nachgeworfen. Wenn ich das trockne und in Tabletten presse, dem einen wissenschaftlichen Namen gebe (Nycomed), dann haben die Ärzte mal wieder was Neues ihren Kranken zu bieten, die da an peripheren (vom Herzzentrum entfernten) Durchblutungsstörungen leiden. Und da Blut auch gut für Wunden sein könnte oder für Verbrennungs- und andere Gewebeschäden, übersehen ich, meine bezahlten Gutachter und die Ärzte geflissentlich, daß es längst älter ist, als das sich immer wieder erneuernde Blut der Patienten, und melde es als ein umfassendes Heilmittel an. Gesagt getan.

Und ob Du's glaubst oder nicht: Actovegin wurde eines der am meisten verkauften Mittel und brachte dem Paracelsus-Imitator (Gelenkschmerzen heilt man mit Gelenkknochensud von Schweinen) jährlich 30 Millionen Mark auf's Konto.<sup>3550ff, 3812</sup> Da kannst Du direkt neidisch werden, was? Brauchste nur nachzumachen - auf die paar Leutchen, die das Buch hier lesen und nicht mehr auf sowas reinfallen - was noch nicht mal so sicher ist wegen der vielen Arztserien in den Fernsehprogrammen - kannst gut verzichten...

Wir haben zur Zeit 320.000 Ärzte und Medizin-Professoren, 40.000 Apotheker und 20.000 Heilpraktiker in diesem unserem Lande, aber nur einer von ihnen sah klar und hatte auch noch



den Mut, die Wahrheit zu sagen und das »Heilmittel« als das zu bezeichnen, was es war: »Blutwurst auf Rezept«. <sup>3554</sup> Du fragst Dich, wie die über unsere Gesundheit angeblich so ängstlich und sorgsam wachenden Gesundheitsbehörden so was überhaupt zulassen? - Das frage ich mich auch...

## Gesundheitsgesetz

**Ärzte sind nicht die Lösung des Problems Krankheit - sie sind das Problem.**

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/0/58.html> - **Update: 13.01.2000 15:36**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a>                      × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> -                      <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# 0. Kapitel. So wirst Du völlig gesund

## 0.59 Diese unglaubliche Niederträchtigkeit der Schulmedizin

Als sich im 15. Jahrhundert die Syphilis in Europa ausbreitete, standen die damaligen Ärzte genau so ratlos da, wie unsere heutigen bei AIDS. Doch sie dachten damals wie heute nie daran, dem Gebot ihres angeblichen Lehrmeisters Hippokrates, Unheilbares nicht zu behandeln, zu folgen. Um 1500 bedankte sich der französische Arzt Thierry de Hery in der Kirche St. Denis am Grab Karls VIII. mit den Worten: »... er hat eine Krankheit nach Frankreich eingeschleppt, die mir zu einem Vermögen verholfen hat - zum Dank will ich für sein Seelenheil beten.«

Im Jahre 1502 kam dann der Arzt Carpensic auf die Idee, es einmal mit Quecksilbersublimat zu versuchen, das bisher nur bei chronischen Entzündungen und Drüsengeschwülsten, rheumatischen und gichtischen Beschwerden, Ischias, Eingeweidewürmern und äußerlich gegen Krätze angewandt worden war. Wurde es innerlich genommen, so sollte es am Anfang in kleinen, dann langsam steigenden Gaben verabreicht werden. Schäden an den Lungen mit Bluthusten, Magenkrämpfe, Erbrechen, Koliken, Durchfälle und Fieberanfälle waren in Kauf zu nehmen.

Natürlich blieb das ohne jeden Erfolg. Trotzdem wurden die Bemühungen der Ärzte immer krampfhafter, die Mengen des Giftes immer größer. Bis ihnen schließlich so viele junge Männer unter den Händen wegstarben, daß die Fürsten und Könige befürchteten, eines Tages keine Soldaten mehr für ihre Kriegsspiele zu haben. Weshalb sie endlich jeden Arzt darauf vereidigten, unter keinen Umständen mehr Quecksilber zu verordnen.

In der Mitte des 19. Jahrhunderts konnte der englische Arzt Hutchinson Quecksilber jedoch wieder durch die Hintertür einbringen: indem er es mit Jodid mischte und es nun für ungefährlich - weil nicht mehr so schnell tödlich wirkend - ausgab. Vor einem heißen Ofen wurden nun die Kranken zweimal täglich damit eingerieben, »bis der Speichel troff«, hieß es. Oder sie wurden in einen Ausräucherungsschrank gesperrt und darin den Quecksilberdämpfen ausgesetzt.<sup>0669</sup> Nur Geisteskranken wurde eine andere Art der Anwendung zuteil: Man behandelte sie mit einer besonders starken Quecksilberkur, die den Ärmsten Kopfhaut und Schädeldecke wegätzte: »Damit das Hirn darunter mit frischer Luft versorgt werde«!

Da jedoch die Pusteln und Blattern aus den Gesichtern nicht verschwinden wollten, mußte ein zusätzliches Heilmittel ran, nämlich Holz! Damit die Kranken auch daran glaubten und dafür zu zahlen bereit waren (Krankenversicherung gab's damals nicht), verbreitete man Gerüchte, die ihm Wunderheilungen zuschrieben. Natürlich durfte das kein Holz aus der näheren Umgebung sein, das sich jeder Syphilitiker selbst hätte schlagen können, nein, es mußte sich schon um eins aus fernen, geheimnisvollen Ländern handeln. Da wuchs in Jamaika ein Holz, das äußerst schwer zu zerkleinern war, vor allem nicht mit gewöhnlichen Messern, was ein

weiterer Vorteil war. Man importierte also das Guajakholz, und die Fugger scheffelten sich damit einen Teil ihres unermesslichen Vermögens zusammen. Das schwarzbraune, äußerst harte Holz ließ man von Strafgefangenen schnitzeln und einweichen, und es wurde sodann abgekocht den Kranken eingetrichtert. Hartes Holz gegen harten Schanker - das war die Denkweise. Zerstörerische Zytostatika gegen zerstörerischen Krebs, das ist die von heute.

Damals als Wundermittel gepriesen (wie vor ein paar Jahren das Krebsmittel Laetrile oder Interferon), wurde daraus ein furchterregender Sud zubereitet, den die Syphilitiker dreimal täglich nach dem Essen viertelliterweise heiß hinunterzuwürgen hatten. Aber die Folgen waren nicht gar so schlimm - Holz ist schließlich ein Naturprodukt<sup>0582</sup> - wie die von Quecksilber.

Man sollte glauben, daß deshalb dieses schreckliche Gift Quecksilber in die tiefsten Tiefen der Erde versenkt worden wäre!<sup>0669, 3253</sup> Aber nein! Die Menschen vergessen ja so schnell. Hundert Jahre später wagten es die gerissenen Hasadeure der Medizin erneut, den Menschen Quecksilbervergiftungen beizubringen, damit die guten Geschäfte der Ärzte nie zu Ende gehen. Jetzt waren sie aber doch etwas geschickter geworden und ließen das in Verruf geratene Wort Quecksilber außen vor. Nun versteckten sie das Gift zwischen einer Mixtur aus dem harmlosen Edelmetall Silber und den Metallen Zink und Kupfer, verpaßten ihm einen beschönigend-täuschenden Namen - weit her, aus dem Arabischen - , nämlich »erweichende Salbe« und stopften es als »Amalgam« in die Zahnlöcher der Menschen. Und keiner kam dahinter, wieso immer mehr Menschen so oft müde waren und an unerklärlichen Krankheiten litten. <sup>2676</sup>

Es dauerte mal wieder viele Jahrzehnte, bis furchtlose Alternative trotz Bedrohung durch die Medizinmafia immer stärker mit der Tatsache an die Öffentlichkeit drangen, daß die Ärzte es mal wieder wie früher fertiggebracht hatten, schön langsam ihre Patienten mit Quecksilber zu vergiften... Nicht glaubhaft, aber es ist noch heute bei uns in Hunderten von Medikamenten und Kosmetika vorhanden. So verkauft man es Asiatinnen und Afrikanerinnen z. B. als Schönheitscreme zum Aufhellen ihrer Haut. Deren Eitelkeit und Wunsch, der weißen Frau zu gleichen, bezahlen sie später dann teuer mit Vergiftungsleiden - aber das gibt dann ja wieder neue Gründe zur Medikamentenverschreibung...

Doch wie erklärt man nur dem blind den Ärzten des 19. Jahrhunderts vertrauenden Volk, daß man es statt zu heilen - vergiftet? Wie täuscht man es, wenn nach vielen Jahren das heimtückische Metall Quecksilber<sup>0558</sup> seine verheerende Wirkung im Körper der damit Behandelten offenbart? Wie bringt man es fertig abzuwenden, daß die Verarztenen nicht die Ärzte schuldig an ihren schrecklichen Qualen sprechen, die eine Syphilis-Quecksilberbehandlung verursacht? Wie rettet man sich davor, daß das Volk Knüppel ergreift und auf die Verstümmelungsmediziner losgeht? Wie wäscht man seine Hände in Unschuld?

Der Trick ist so raffiniert, so atemberaubend kühn von den Medizinern eingefädelt, daß selbst mir die Spucke wegblieb, als ich dahinter kam. Und daß Du und die gesamte Fachwelt es mir auch noch nicht in 50 Jahren abnehmen werden, was die Mediziner damals für eine Spitzenleistung, bis heute unbemerkt gebliebenen Verarschens der Menschheit, fertigbrachten: Sie behaupteten frech wie zu dieser Zeit die Läuse im Grind, als nach langjähriger Behandlung

das »Syphilisleiden« immer unerträglicher für ihre Patienten wurde, diese schrecklichen Symptome seien das sogenannte dritte Stadium der Krankheit. Und verschwiegen den Kranken und der Welt, daß es überhaupt kein drittes Stadium gibt. Daß es sich bei diesem angeblichen Krankheitsstadium um nichts anderes als um die schrecklichen Spätschäden der voraufgegangenen Syphilisbehandlung handelte.<sup>9493</sup>

Damit diese ihnen viel Moneten bringende Quecksilberbehandlung weiter fortgesetzt werden konnte, *erfand* man also einfach ein *drittes Stadium der Syphilis*. Das angeblich nach 10, 20, oder 30 Jahren wie ein Deus ex machina auftritt. Denn bei verschiedenen Arten der Lues (außer der Syphilis decapitata) kommt es nach dem Primäreffekt (Geschwür an der Lippe oder am Penis, auch harter Schanker benannt), tatsächlich erst in acht bis zwölf Wochen zu der eigentlichen Krankheit. Zu Lymphknotenschwellungen, Hautausschlägen, Knochen-, Gelenk-, Leber-, Milz-, Schleimhaut- und Augenschäden, auch zu Kopfschmerzen und Fieber, Unwohlsein, Appetitlosigkeit, Gelbsucht und Anämie.

Diese Krankheitssymptome nannten die Ärzte das Sekundärstadium. Um damit ihren Täuschungstrick glaubhafter zu machen, es könne nach vielen Jahren angeblich noch ein Tertiärstadium aufkommen. Tatsächlich aber ist nach ein bis zwei Jahren die Krankheit Syphilis ausgestanden. Wenn, ja wenn sie der Arzt nicht mit Quecksilber behandelt hat. Denn danach kommt es unausweichlich bei jedem zu Vergiftungsschäden.<sup>9408</sup>

Wenn es dann im angeblichen (achte auch hier darauf, wie Ärzte das geschickt formulierten und damit glaubhaft zu machen vermochten) *Latenzstadium* nach 10, 20, oder 30 Jahren zu infektiösen, wuchernden und nässenden Papeln, zu Geschwüren, zu Herz- und Kreislaufleiden, Mund-, Zungen-, Zahnfleisch- und Schleimhautentzündungen oder den typischen Luesconnata-Zeichen - etwa der Hutchinson Trias mit Sattelnase, Säbelscheidentibia und halbmondförmigen Mola kam, dann konnte man schon die Menschen glauben machen, daß die Syphilis in verschiedenen Zeitabständen auftrat.

»Es ist nicht zu fassen«, rufst Du.

Aber ja. Bedenke doch, daß die Ärzte noch kurz vorher als fahrendes Volk und Gaukler gearbeitet hatten. Da lernt man doch alle Tricks des geschickten Verdummens. Und ein paar Jahre später stolzierten sie bereits als Gelehrte umher. So nahm man ihnen wie selbstverständlich das »Dritte Stadium« dieser Krankheit ab. Klang es schließlich nicht ganz logisch? Gab es nicht auch eine Dreifaltigkeit? Waren nicht aller guten Dinge drei, und hatte nicht auch dreimal der Hahn in der Bibel gekräht? Und bis zum heutigen Tag übersah die medizinerhörige Welt, daß keine andere der 40.000 bekannten Krankheiten die Eigenschaft besaß - war sie denn erst einmal ausgebrochen -, plötzlich jäh zu verschwinden. Um dann überraschend nach vielen Jahren (wie ein Werwolf in völlig veränderter Gestalt) mit gänzlich anderen Krankheitszeichen wieder aufzutauchen.

**Und das mit ziemlich genau den schrecklichen Symptomen, die Zigtausende Japaner vor etwa 40 Jahren nach und nach erlitten, als sie die aus einer quecksilberverseuchten Meeresbucht gefangenen Fische verspeist hatten...**

Bei AIDS, von dem man uns heute ja ebenfalls wieder weiszumachen versucht, es trete erst nach einer längeren Inkubationszeit auf, begegnen wir übrigens erneut diesem alten Trick der Ärzte... Nur daß hier nicht Quecksilberbehandlungsschäden ans Licht treten, sondern die Schäden der Giftbehandlung mit ATZ (Retrovir und ähnliche) oder die Gifte aus den weiter genommenen oder gespritzten Drogen der angeblich unter einem Spätstadium der Krankheit AIDS Leidenden.

Die Behandlung der Syphilis mit Quecksilber wurde vom Leibarzt Maria Theresias, Gerard van Swieten eingeführt. Warum läßt die Syphilis, die übrigens wie alle Seuchen zufolge veränderter Lebensweisen inzwischen fast verschwunden ist, heute plötzlich ein drittes Stadium vermissen - nachdem man sie statt mit Quecksilber nur mit dem verhältnismäßig harmlosen Penicillin behandelte? Warum ist dieses Leiden plötzlich wohl so schnell zu kurieren? Trägt die Spirochaete Treponema pallidum doch nicht so viel Schuld an den Krankheitssymptomen der Syphilis? Ähnlich dem HIV-Virus bei AIDS? Wir werden noch darauf zu sprechen kommen.

Warum unterstützten die Ärzte nicht die Heilkräfte des Körpers? Deshalb:

1. Beim Bekämpfen wurde sofort etwas unternommen. Das imponierte dem Kranken, der ja nur das eine Ziel kennt: schnellstens seine Schmerzen loszuwerden, um möglichst morgen schon wieder gesund zu sein.
2. Der Eingriff des allopathisch handelnden Arztes zeigte sogleich eine Wirkung. Der Patient mißverstand dies als Heileinleitung durch das ärztliche Tun bzw. durch das Medikament. So ließ der Aderlaß »schlechtes« Blut abfließen und erbrachte erleichternde Müdigkeit. Die Schröpfköpfe auf dem Rücken, die das Blut in die Haut saugten, schmerzten, und wenn man sie wegnahm, fühlte man sich besser. Oder man gab ein Medikament wie Gold gegen Rheuma. Das wirkte allein wegen seines Namens schon. Gegen Syphilis verordnete man nun Quecksilber, weil sich der Körper dieses Giftes schnellstens zu entledigen und es über den Speichel auszuschwemmen suchte. Dem Kranken troff dann alsbald der Speichel nur so aus dem Mund. Und das war so schon leicht als Heilvorgang (miß)zuverstehen, den der Arzt in Bewegung gesetzt hatte. Denn wer hätte damals zu denken gewagt, daß ihm der Arzt statt eines Heilmittels, das die Krankheit vertreiben sollte, ein Gift verschrieb! Das schnellstens den Organismus so in Wallung brachte, daß er es sich durch heftige Entwässerungsversuche zu entledigen suchte! So wurden mit Salvarsan, allein des Wortes wegen, immer mehr Leiden behandelt - von Scharlach über die Multiple Sklerose bis zur Schuppenflechte.
3. Der Kranke konnte bei der Quecksilbertherapie bequem passiv verbleiben. Der Arzt hatte etwas getan. Für seine Leistung konnte er nun ein Entgelt fordern. Hätte der Arzt etwa zu Spaziergängen in frischer Luft oder zur Mäßigung im Essen und Trinken geraten - wie hätte er da Forderungen stellen können? Wo in diesem Falle doch nur sein Patient etwas geleistet hätte!

»Aber wieso glaubten denn die Menschen eigentlich an die Heilkräfte von Quecksilber?«

Weil sie den Ärzten, wie heute, alles abnahmen, egal, welchen Sand die ihnen in die Augen streuten. Denn Ärzte waren gebildet, wußten daher ihr Mundwerk bestens zu gebrauchen und zudem so geschickt einzusetzen, daß keiner merkte, was sie alles den Kranken vorflunkerten. Und - mein Gott, hab' ich lange recherchieren müssen, um das rauszubekommen: Weil sie die Syphilis-Kranken glauben machten, mit dem vielen Speichel würde die Syphilis aus dem Körper fließen. Wie auf einer glatten Steinplatte ein Tropfen Quecksilber massenhaft in kleine und kleinste Kügelchen zerspringe, so würde das flüssige Silber drinnen im Körper sich überall verteilen, die Krankheit in sich aufsaugen und dann mit dem vielen Speichel den Körper verlassen...

Heute können die Mediziner uns noch einfacher für dumm verkaufen, weil sich Unsinn in einer wissenschaftlichen Ausdrucksweise noch geschickter verstecken läßt<sup>2950</sup>

Aber vielleicht war das Volk damals doch nicht ganz so dumm und den Ärzten ein wenig auf die Schliche gekommen. Denn der Volksmund leitete aus dem ständig von den Ärzten mißbrauchten Quecksilber (quicksilver) das Wort Quacksalber ab. Der Ansehensverlust durch dieses häßlich klingende Wort wurde den Ärzten schließlich zuviel. Dem halfen sie dadurch ab, daß sie bei jeder sich bietenden Gelegenheit die Kräuterheilkundigen, die nie mit Quecksilber behandelt hatten, als Quacksalber verunglimpften. So wurde dann die tödliche Quecksilbertherapie »obsolet«, und nun wurde schnell zu Wismut und Kaliumjodid übergegangen. Aber dies führte ebenfalls bald zu Magenleiden, Nervenlähmungen, Nierenversagen, Koliken und zur Zerstörung der roten Blutkörperchen. Da mußte erneut schnell geschaltet werden, und man besann sich wieder auf das »altbewährte« Arsen, dessen Behandlung dann zu Ekzemen, Gürtelrose, Hirnschäden und vorzeitigem Tod führte.

Bis zur Mitte des 19. Jahrhunderts bewegte sich das naturphilosophisch bestimmte Denken der Medizin in Europa zu einem mehr und mehr naturwissenschaftlichen hin. Dieses war von dem Jesuiten und Mathematiker René Descartes ausgelöst worden, dem ein sicheres Wahrheitskriterium für alles Erkennen (cognito ergo sum - ich denke, also bin ich) vorschwebte. Er sah den Körper der Lebewesen mehr als bloße Maschine an und verbannte so die Seele aus dem Leib - eine Anschauung, die später der berühmte Arzt Virchow in die heutige Schulmedizin einführte, wo der Arzt sich nicht mehr dem Patienten, sondern den Krankheiten widmen soll. Die bis dahin noch allgemein anerkannte Lehre der Wiener Schule, Krankheiten steckten in kranken Teilen des Körpers, wurde nun durch die Lehre Virchows ersetzt, der behauptete - merke, wie man immer tiefer in die menschlichen Gewebe eindringt! - die Krankheiten hätten ihren Sitz in den Körperzellen. Genauer: daß jede Krankheit auf zellulärpathologische Veränderungen zurückzuführen sei. Seine Stellung und seine Macht im damaligen Medizinbetrieb war derart groß, daß sich alle anderen Mediziner seiner Meinung anschlossen. (Nicht, weil es nicht andere, bessere Köpfe unter ihnen gegeben hätte, sondern weil sie einsahen, daß sich diese Meinung am besten zur Sicherung ihres Einkommens vermarkten ließ.) Waren sie doch nunmehr in der Lage zu sagen, daß jede Krankheit ihren festen Platz im Körper habe und an diesen bestimmten Ort gebunden sei. Nur so nämlich waren die Ärzte jetzt fähig, teure Diagnoseverfahren und entsprechende Apparaturen dafür einzuführen und deren Notwendigkeit gegenüber den Kranken zu vertreten. Nicht die ihnen mit ihren Methoden unmögliche Heilung, sondern die (für uns Alternative völlig unwichtige)

Diagnose mußte nun auf jeden Fall zusätzlich bezahlt werden.

Um - nein, nicht die Krankheit, sondern deren Symptome einzukreisen, zu orten und sie dann gezielt »auszuräumen« oder »behandeln« zu können. So wurde aus der bloßen Zellular-Hypothese ein Dekret, an dem man bis heute mit Zähnen und Klauen festhält. Und welches zudem den Vorzug besitzt, gut verteidigt werden zu können - weil die Kranken nur zu gerne daran glauben, daß man mit den Symptomen auch ihre Krankheiten einfach wegschneiden oder wegmedikamentieren kann. Die Allopathie, der Kampf gegen den eigenen Körper, gilt schließlich als wissenschaftlich. Richtiger: Das allopathische Denken (»allo« = anomal!) erfuhr durch Virchow seine Überspitzung. Er selbst brachte es sogar fertig, die »Lebenskraft im Menschen« abzustreiten. Nach seiner »Cellularpathologie« bestehe das Leben ausschließlich aus physikalischen und chemischen Aktivitäten. So schuf er die nachträgliche Rechtfertigung für den Glauben an Gifte als Heilmittel. Denn Virchow besaß einen blendenden Geist und vermochte bestechend und beeindruckend zu formulieren (Was ja dadurch nicht richtiger wohl aber leichter geglaubt wird). Wer von Virchow und seinen Ärzten ethisches Handeln abforderte, dem antwortete er: »Immer wenn ich andere von Moral reden höre, weiß ich, daß sie nicht bezahlen wollen.« Die anderen waren platt - und den Medizinern fielen seit dieser Zeit horrende Honorarerhöhungen leicht.

Inzwischen sind die Menschen derart berauscht und fasziniert von dieser Annahme - millionenfach bestärkt durch die glorifizierenden Berichte über chirurgische Wegschneide- und Verstümmelungsgroßtaten und beeindruckende Diagnoseapparaturen - daß es selbst dem gesunden Menschenverstand fast unmöglich wird, die These Virchows anzuzweifeln. Die auf der Denkweise des Rationalismus aufbauend, alle Erkenntnis auf »die reine Vernunft« beschränkte.

Woher kam die fast schon als Sucht zu bezeichnende Lust der Ärzte, den Menschen Organe herauszuschneiden? Diese Perversität begann schon um 1850, als Thomas Spencer Wells seine Lehre verbreitete, die Eierstöcke der Frau seien der Grund für alle Frauenleiden. Für diese Erkenntnis wurde er dann geadelt und die »Eierstockexzirpation« zur Vorsorge gegen Krankheiten nach Sir Wells wurde zur großen Mode dieser Zeit. Legionen von Frauen wurden sie so »vorsorglich« weggemetzert - die Hälfte starb gleich auf dem Operationstisch ... Wurden daraus Lehren gezogen? Natürlich nicht, schließlich können die Mediziner anführen, bei den heute modern gewordenen Gebärmutterausschlachtungsaktionen (die häufigste Operation inzwischen bei uns!) stürben nur noch wenige daran. Trotzdem sind unsere Frauen ihre Weiblichkeit los.<sup>3217ff</sup>

»Waren die Ärzte auch früher schon so von sich eingenommen?« fragst Du.<sup>2160+, 3309</sup>

Nicht alle sind so - aber kaum einer ist unter ihnen, der sich nicht für äußerst wichtig und unersetzlich und seine Anweisungen für bedeutsamer als die zehn Gebote hält.<sup>3330</sup> Bis zum 19. Jahrhundert lag jegliches Berühren eines kranken Menschen unter seiner Würde. Das Ohr an einen kranken Kunden legen? - um Gotteswillen - da hätte man sich ja auf die Stufe mit einem Chirurgen, dem damaligen Bader, gestellt! Als es nun immer moderner wurde, besser: als sich die Ärzte immer mehr anmaßten, genaue Diagnosen stellen zu wollen, mußten auch

beeindruckendere Geräte her. So entstand um 1800 als erstes das Stethoskop, das Geräusche aus dem Körperinnern des Kranken offenbarte - zugleich aber auch einen gerade noch erträglichen Abstand zwischen ärztlicher Würde und krankem Fleisch beließ.<sup>0628</sup> Was wohl auch der Grund für den Spottvers der damaligen Zeit war:

»Hab'n manches gelernt durch viel Studir'n. Und können alles, nur nit - kurir'n.«

Sogar eines der größten Genies der Welt haben die Ärzte auf dem Gewissen: Mozart. Was hätte er uns noch für wunderbare Musik hinterlassen können, hätte er mal den berühmtesten Arzt Salzburgs dahin gejagt, wohin er gehörte: zur Hölle.<sup>0607, 0608f, 0623, 0669</sup>

Mozart brachten sie mit 35 Jahren um - Franz Schubert mit ihrer Quecksilberbehandlung bereits mit 31 Jahren. Wenn ich bei seinen Liedern immer heulen muß, dann weiß ich oft nicht, ob es der überirdischen Schönheit seiner Musik zu danken ist (Beethoven über ihn: »Der hat den göttlichen Funken!«) oder der Wut über die Schandtaten der Ärzte, uns eines der größten Musikgenies hinzurichten. Was hätte er uns noch alles an Beglückung schenken können!

Ähnlich ging es Lord Byron, den sie, vor allem durch Aderlassen,<sup>0651</sup> bereits mit 36 Jahren ins Grab brachten. Er spürte zwar, daß ihm die Behandlung das Leben kosten würde (»Ihr Ärzte bringt mit euren Lanzetten mehr Menschen um als die Soldaten mit ihren Lanzen!«, so rief er verzweifelt vor ihnen aus), brachte aber auch mangels einer Alternative auch nicht den Mut auf, sie zum Teufel zu schicken.

»Sag mal, so wie Du hat mir noch keiner medizinische Geschichte dargelegt. Die anderen stellen sie mit der Verherrlichung menschlichen Forschungsgeistes stets eine Entwicklung zu etwas Besserem dar. Du weist mir nach, daß es sich eigentlich genau um das Gegenteil handelte.«

Weil bisher nur Ärzte die Geschichte der Medizin geschrieben haben. Damit sie ihren Heiligenschein noch heller strahlen lassen können - um uns die Mär von der »unaufhörlichen Sorge um das Wohl der Patienten und des nimmermüden Kampfes gegen die schrecklichen Feinde der Menschheit« (Dämonen, Teufel, Bakterien) um so nachhaltiger aufzutischen.

Wenn Du eine Biographie Deiner eigenen Vorfahren zu schreiben hättest, dann würde aus Deinem versoffenen Großvater bestimmt doch auch ein feinsinniger alter Herr, der einen edlen Tropfen zu schätzen wußte, oder? Als weibliche Patientin dürftest Du wohl schon öfter bemerkt haben, daß Ärzte nicht allzuviel um das geben, was *Du* sagst und empfindest. Kein Wunder, der Macho-Geist des Begründers der »wissenschaftlichen« Schulmedizin floß in sie alle ein. So definierte es für sie Virchow: »Die Frau ist ein Paar von Eierstöcken, an denen ein Mensch dran hängt. Der Mann dagegen ist ein Mensch, der über ein paar Hoden verfügt.«

Selbst wenn Journalisten, Autoren oder Fernsehdrehbuchschreiber über Ärzte schreiben, kommt stets ein positives Bild dabei heraus. Keiner kann es sich erlauben, gegen Götter anzuschreiben, ohne sich den Zorn der Massen zuzuziehen - und damit wegen Erfolglosigkeit des Werks bald am Hungertuch zu nagen. Nur ich kann es mir als Bestseller-Autor, und daher



nicht auf Geld angewiesen, erlauben. Und leiste es mir - der Wahrheit zuliebe. Die Menschen haben gelernt, den Arzt als edel, selbstlos, gütig und weise zu betrachten und möchten sich dieses Bild nicht verderben lassen. Der geachtetste Mann im Volk ist nun mal der Arzt, dann der Zahnarzt. Erst viel später kommen Anwälte, Universitätsprofessoren, Priester - am Ende die Lehrer und Politiker...

Bald darauf machte die Quecksilberbehandlung anderen Methoden Platz. Ein Herr von Jauregg setzte die erfolgreiche, von Magendie 1840 begründete, Medizinertradition fort: Mit künstlichem Erzeugen anderer, später erscheinenden Krankheiten und Leiden die ursprüngliche Krankheit zu überdecken und so einen scheinbaren Behandlungserfolg zu erzielen, der eine Honorarzahlung rechtfertigte. Er impfte die an Syphilis Erkrankten mit Malariaerregern. 1927 erhielt das Schlitzohr dafür den Nobelpreis!

Das Arsen wurde schließlich ebenfalls »obsolet«. So vornehm drücken sich heute die Ärzte noch immer aus, wenn sie durch eines ihrer Mittel wieder mal zu viele Menschen zu Wracks, Krüppeln oder zu Leichen gemacht haben. Also mußte wieder etwas Neues her, mit dem man Kranke zu beeindrucken vermochte. Hatte man da nicht noch ein neues Element entdeckt, an das ein normaler Mensch nicht herankam? Aber ja: das Antimon! Also her damit, die auf alles Neue hoffenden, weil von alten Mitteln stets betrogenen Kranken würden es schon schlucken! So wurde es dann üblich, das Gift Antimon, ein dem Arsen ähnliches Element, für viele Leiden besonders bei Atembeschwerden zu verabreichen.<sup>3603</sup> Das als »wirksames Mittel« alsdann Erbrechen, Reiwasserstühle und unregelmäßige Atmung erbrachte. Die Ärzte erklärten dies in heute wohlbekannter Manier, »das Mittel zeige damit seine Effektivität«, und der Kranke werde dadurch bald gesund sein. Wenn sein Körper dann eine so robuste Konstitution besaß, daß er trotz des Mittels wieder auf die Beine kam, wurde der Arzt gelobt, starb der Kranke wegen des schlimmen Giftmittels, war die schlimme Krankheit schuld, gegen die der Arzt vergeblich gekämpft habe.<sup>0613</sup>

»Wieso gibt es Arsen heute nicht mehr?« fragst Du.

Auch das wird heimlich noch verwendet. Die Ärzte sagen zwar, dafür gibt es jetzt bessere Mittel. Doch das ist unrichtig. Denn ein besseres Mittel könnte nur ein natürliches Mittel sein. Die heutigen Chemie-Gifte sind nicht weniger schlimm - dafür um so heimtückischer. Das hochgiftige Arsen war bereits zwei Jahrhunderte vor Christus bekannt. Bis ins einzelne wurde die Giftwirkung von arabischen Ärzten im 9. Jahrhundert n. Chr. durch eine Darstellung gewürdigt, die so schloß: »Der Arsenik ist sehr tödlich, und von seinen nachteiligen Folgen kann man nicht errettet werden.«<sup>3604, 3614</sup> Trotzdem wurde dieses schwere Gift um 1650 zum Senken des Fiebers verabreicht. Der Liquor kalii arsenicosi (Fowler-Lösung) wurde dann 1776 gegen Malaria angewandt, später sogar gegen Anämie. Im 20. Jahrhundert wurde die Arsenlösung mit Äthanol und Lavendelöl - höre und staune! - sogar als Stärkungsmittel den Kranken eingeflößt. Daneben diente es noch dazu, die Krätze (Schuppenflechte), Ausschlag, Wasserblasensucht und später dann die Syphilis bei den Kranken zu behandeln. Erst Anfang des 20. Jahrhunderts kam man drauf, daß Arsen neben den bekannten Schäden auch noch Krebs in Lunge und Leber sowie Hautkarzinome verursacht. Dieser Nachweis hat über 2.000 Jahre auf sich warten lassen. (Das Medikamentengift, das Du derzeit schluckst, hat derartige

Entdeckungen noch vor sich...) Arsen hat vieles mit den heutigen Chemie-Medikamenten gemeinsam: Es ist absolut geruch- und geschmacklos. Außerdem ist eine Vergiftung schwer nachweisbar, die aber schon bei 0,1 g tödlich endet.<sup>3603</sup>

Trotz aller Vertuschungsversuche der Mediziner kommt es doch schon mal ans Licht der Sonne, daß Gift nur schadet statt zu helfen. Und daß chemisch hergestellte Medikamente nur Ausgeburten teuflisch-habgieriger Gehirne sind, angefangen vom Salvarsan bis zum Contergan.<sup>0669</sup> **Dann werden sie, nein - nicht verboten, sondern - man hat es ja mit einer vornehmen Kaste und angeblich nicht mit Schädlingen oder White-collar-Verbrechern zu tun - still und leise vom hiesigen Arzneimittelmarkt »genommen«.**

Und damit keine öffentliche Unruhe entsteht (rechtlich ist man ja bestens abgesichert, schließlich wurde auf Risiken und Nebenwirkungen ja hingewiesen), oder gar die Leute ihr blindes Vertrauen zu den Medizinern verlieren könnten, legt man sodann schnell einen tieferen Gang ein: Man geht zu einer »schonenderen Behandlung« über. Das z. B. wurde auch höchste Zeit, als um die Jahrhundertwende die Schäden durch die Arsenbehandlung immer offensichtlicher wurden und Arsen in den Ruf kam, ein gefährliches Gift zu sein. Molière riet den Ärzten damals dringlich, sich nicht auf bloße Versprechungen zu verlassen, sondern den Lohn einzufordern, solange der Kranke noch Schmerzen habe und lebe. So kam es dann von der Quecksilber- über die Wismut-, Kaliumjodid- und die Arsenbehandlung zu einer scheinbaren Mäßigung:

1910 gelang Paul Ehrlich, dem Meistergiftmischer der Schulmedizin mit seriösem Anstrich, erstmal ganz offiziell, was bisher nur dem Gottessohn zugeschrieben wurde: die wundersame Wandlung von - nein, nicht von Wasser in Wein, sondern von Chemie in ein Heilmittel. Er nahm einige weniger schwerwirkende Gifte, mixte sie mit chemischen Ingredienzen und einem geringeren Anteil von Arsen zusammen und gab der Mixtur den - einfältige Herzen höher schlagen lassenden - Namen Salvarsan. Was etwa bedeutet: Der Erlöser höchstselbst macht Dich mit diesem Gift gesund. Nun lies hier nicht einfach weiter, lieber Leser! Genieße doch mal so recht diesen einmalig genialen Schachzug des Chemiegiftherstellers Hoechst in Frankfurt: eines der heimtückischsten Gifte auf der Welt, das Arsen, womit Könige ihre Rivalen und Jungbauern ihre Alten reihenweise ins Jenseits befördert hatten, durch geschickte Wortverdrehung als »heilendes Arse(a)n« auszugeben. (Die Schweizer Medikamentenfabrik Hoffmann-La Roche machte es Hoechst z.B. nach mit der ziemlich wirkungslosen Salbe Bepanthen, was soviel heißt wie allgöttliches Beryllium. Und traditionsgemäß heißt es nicht Erdvergiftungs- sondern Pflanzenschutzmittel.)

Nun, mit Salvarsan wurde Hoechst reich und Ehrlich berühmt und als Begründer der modernen Chemotherapie für das Hervorrufen von millionenfach nutzlosem Leid mit 300.000 Mark Nobelpreis fürstlich belohnt. Auf unseren 200-DM-Scheinen wird diesem schlimmen und uns Chemie als »Heilmittel« weismachenden Menschenvergifter erneut öffentliche Ehre durch Abbilden seines Konterfeis zuteil.

Der Widerhall war ein geradezu triumphaler; nicht nur die medizinische Fachwelt, auch die Tagespresse in aller Welt feierte Ehrlich als den Überwinder der Syphilis. Bis man langsam

merkte - ohne das natürlich öffentlich zuzugeben - daß Arsen auch in der Verdünnung ein Gift blieb, an dem die Kranken noch früher als an der (unbehandelt meist harmlosen) Syphilis eingingen. Doch je schrecklicher sich das Giftgebräu bei den damit behandelten Patienten auswirkte, desto besser ging's Ehrlich. Er war ja Professor. Und niemand wagte ihm zu entgegnen: Das beliebteste Mittel – nicht nur bei den Borgias – war früher Arsen, das man in kleinen Portionen ein paar Wochen dem Essen der Ungeliebten beigab. Sie tun ja genau dasselbe mit ihrem Salvarsan. Sie sind ein Dreckschwein, ein Verbrecher, der dem Gericht zu übergeben und an dem höchsten Ast aufgeknüpft gehört. Statt dessen erhielt er aus den Salvarsan-Gewinnen bis zu seinem Tod etwa sieben Millionen Goldmark - ein damals unermeßliches Vermögen, mit dem er – ehrlich! - halb Deutschland aufkaufen konnte.<sup>9703, 2800a</sup>

Also war mal wieder ein neues Mittel fällig, als man merkte, daß Ehrlichs »Heilendes Arsen« im Körper zu Arsenoxyd oxydierte und zu schwersten Schädigungen der Haut, der Leber und der weißen Blutkörperchen führte. Da war man es den Kranken doch einfach schuldig, ihnen wieder eine »schonendere« Behandlung angedeihen zu lassen und sie glauben zu machen, jetzt werde eine neue (und somit immer eine bessere als die vorherige) Substanz die Wunderheilung vollbringen. Weshalb man wieder etwas mixte und dem neuen erlösenden Pülverchen den verkaufsfördernden Namen Neosalvarsan gab. Und propagierte, nun habe man eine »schonendere Behandlung« als mit dem vorherigen Salvarsan zu erwarten... Und dann setzte man, höchst werbewirksam, weil so unverständlich, aber so geheimnisvoll am lichten Tag und beeindruckend »wissenschaftlich« zu lesen, noch eins drauf: Und ließ erstmals die Zusammensetzung eines Medikaments auf die Packung drucken: Diamino-dihydroxy-arsenobenzol-N-Methansulfinsaures Na mit 19,5% AS.

Ehrlich befand sich mit einem anderen, noch geschäftstüchtigeren Giftmischer im Wettstreit, nämlich mit Emil von Behring, dessen »Diphtherieheilserum« anfangs noch nicht genügend Gift enthielt, um die Diphtherie durch ein anderes Leiden zu ersetzen. Weil jeder das meiste Geld der erstmals vom königlichen Medizinaldirektor Althoff im großen Rahmen eingeführten »öffentlichen Großmittelvergabe für Forschungszwecke« beanspruchte. Seit 1896 ist das überall in der Welt bis heute so üblich: Der Steuerzahler wird geschröpft und der mittelvergebende Bürokrat und der Forscher können sich beide bald geachtet und hochgehört in eine schöne Villa zurückziehen und sich von dem Geld ein feines Leben machen. Wenn sie sich davor hüten, selbst zu schlucken, was sie erfunden, als empfehlenswert einstufen und anschließend den Kranken als »Heilmittel« verkauft haben...

Und dann entdeckte man Substanzen und Mittel, die sogar speziellen Schmerz oder die Fehlfunktionen von Organen zeitweise zu beheben vermochten. Wie Aspirin, Bromsalze, Kortikoide, Nitroglycerin, Beta- und Omega-Blocker, Protonenpumpen-Hemmer, Hormone. Welche imstande waren, zuerst positiv wirksamen Einfluß auf die inneren körperlichen Funktionen auszuüben.

**Endlich also hatten es die Ärzte fertiggebracht, daß sich die Einnahme von nicht natürlichen Stoffen in kleinen Dosen so fest einbürgerte, daß es allen Menschen völlig selbstverständlich und richtig erscheint, für einen scheinbaren Anfangserfolg spätere**

## Vergiftungen und schlimmere Schäden in Kauf zu nehmen. Und damit einen so blinden Glauben an die Ärzte aufzubauen, daß ihnen immer wieder aufs neue vertraut wird.

Hauptsache war, der Kranke merkte eine Wirkung! Das genügte vollauf! Konnte er sich doch so einbilden, das würde ihn heilen.

Das verhängnisvollste Jahr für die kranken Menschen und das erfolgreichste für die Ärzte brach 1864 an. Louis Pasteur entdeckte, daß sich bestimmte Mikroorganismen (Keime) in der Milch infolge der Milchsäuregärung nach einer gewissen Zeit des Lagerns stark entwickelten: was durch Erhitzen eingedämmt werden konnte.

*Nun war es möglich, unter Verlust von Frische und wichtigen Lebensstoffen - gegen den Willen der Natur - Lebensmittel länger haltbar zu machen. Was man dann »Pasteurisieren« nannte.*

Das Verhängnisvolle: Pasteur begründete damit seine Theorie, Krankheiten würden durch die von ihm entdeckten Kleinstlebewesen in Gang gesetzt. Er gelangte deshalb zu diesem für die Ärzte so profitablen, für die Kranken aber so verhängnisvollen Schluß, weil die Bakterien die Lebensmittel »verderblich« machten. Der Chemiker Bernard unterstützte Pasteurs Arbeiten zunächst, kam aber dann zu der Auffassung, was krank mache, sei der schlechte Allgemeinzustand des Körpers als »Nährboden« für die Bakterien. Der Gelehrte Bechamp dagegen meinte, die Mikroben würden jeweils vom *Nährboden gebildet*, und zwar je nach dessen Art in unterschiedlichen Formen. (Womit er aber ebenfalls falsch lag.) Die UrMedizin entwickelt dazu eine völlig neue These:

Die Mikroben profitieren von uns, wie wir von ihnen. Das gesamte Geschehen in unserem Körper besteht grundsätzlich in einem friedlichen Miteinander. Harmonie herrscht allerorten. Wenn, ja wenn der Mensch diese nicht durch eine widernatürliche Lebensweise zerstört. So beeinflußt z.B. eine ungesunde Essensweise die Gesundheit der Gewebe nachteilig, auf denen die Kleinstlebewesen leben. Da sie seit 30 Millionen Jahren aber gewohnt sind, nur auf *gesundem Gewebe* ihre Arbeit bestens zu verrichten, gelingt ihnen das auf erkranktem Gewebe nicht mehr. Sie müssen sich deshalb über Gebühr vermehren: Weil sie dann hoffen können, ihre ihnen von der Natur aufgetragenen Pflichten trotzdem noch zu erfüllen. Bessert sich ihre »Arbeitsgrundlage« nicht, dann erkranken sie ebenfalls. Und müssen dadurch ihr gutes Wirken in ein dem Menschen abträgliches Tun umwandeln.<sup>1647</sup>

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Wer die Menschen gesundmachen will, muß das göttliche Prinzip der Harmonie und der Koexistenz aller Lebewesen für alle Arten seiner Therapien strengstens beachten. Nur unter diesem Naturgesetz wird eine echte Heilung ermöglicht.**

Das Handeln gegen die Natur setzte sich (nicht nur) in der Medizin fort, als Robert Koch herausfand, daß sich eine Art von Kleinstlebewesen besonders oft im Lungengewebe von Kranken befanden, die an der sogenannten »Auszehrung« litten, die später auch Schwindsucht

benannt wurde. Schwindsucht - was war das für ein Name! Das bezeichnete ja nur völlig vage eine Art des Krankseins. Was an sich schon verständlich war, denn man wußte ja nichts über die Ursache dieser Krankheit und weshalb sie die Menschen auszehrte. Aber jetzt glaubte Koch endlich klar zu sehen. Und bildete sich ein, der Ursache dieser Krankheit auf die Spur gekommen zu sein: diese winzigen schlimmen Kleinstlebewesen! Er nannte die kleinen Stäbchen, die er unter dem Okular seines Mikroskops entdeckt hatte, »Bazillen«, und dieses Wort läßt noch heute die Menschen erschauern. Stell Dir vor, dieser Robert Koch hätte sie nur »kleine Stäbchen« statt des lateinischen »Bazillus« genannt. Das hätte doch viel zu harmlos für diese todbringenden Biester geklungen, wegen derer er sich so mühsam jahrelang die Nächte um die Ohren geschlagen hatte. Die sich um die Bazillen bildenden Knötchen nannte Koch dann »Tuberkel«.

Heureka! Es ward geschafft! Nun war die Medizin keine Kurpfuscherei mehr. Wirklich existierende, schlimme Feinde des Menschen waren vorhanden! Und die galt es mit allen Mitteln, koste es was es wolle, zu bekämpfen. Lützows wilde, verwegene Jagd auf das Unsichtbare wurde eröffnet. Anstelle des mephistophelischen Denkens in Bezug auf die Krankheiten, hatte sich endlich etwas dingfest machen lassen. Und so jagten sie dann - ermöglicht durch die Erfindung des Mikroskops - den Kleinstlebewesen nach - und den Menschen die schlimmsten, unbegründeten Ängste vor den Mikroorganismen ein. Robert Kochs Bekämpfungsmittel gegen die Tuberkulose - das Tuberkulin - brachte dann nur Verderben über die Behandelten: Es half nicht und führte zu schrecklichen Nebenschäden.<sup>0655, 0751ff,0753, 0773, 3775</sup> Allein in Wien starben unmittelbar nach der Impfung mit Tuberkulin über 1.800 Menschen. Natürlich wurden und werden solche Schäden öffentlich nicht bekannt gemacht. Man darf schließlich die »Impfmoral« nicht gefährden.

Doch Professor Koch gab seiner Mikrobenjagd nicht den Namen, der ihr zugestanden hätte, nämlich »Krankenverdummungsmasche«, sondern nannte sie genügend hochtrabend »Bakteriologie«. Unter diesem beeindruckenden Namen ist sie inzwischen in das allgemeine Bewußtsein zutiefst eingedrungen und hat im Gesundheitsverhalten der Menschen einen so beherrschenden Platz gewonnen, daß sie fast pseudoreligiöse Züge annimmt. Mikrobenfurcht und Sauberkeitsfanatismus mit ihren Desinfektionsriten, wie man sie in hochentwickelten Industriegesellschaften, besonders in den USA, beobachten kann, ersetzen heute die Furcht vor Dämonen und vor kultischer Befleckung, wie etwa in den entsprechenden Beschwörungs- und Reinigungsriten bei Naturvölkern und in den alten Hochkulturen.

**Wie konnte es nur zu einer solch riesigen zweiten Verdummungswelle durch die Ärzte auf der ganzen Welt kommen? Das war der Grund: Durch Pasteur und Koch wurde das Antidenken der Mediziner scheinbar wissenschaftlich begründet. Man mußte nicht mehr an den Teufel glauben, nein, man sah sie nun, rötlich auf grau gefärbt, durch die Mikroskope der Wissenschaftler. Nur an eines mußte man glauben, und das macht man bis heute noch - es ist ja nur zu selbstverständlich: daß diese Bakterien die Krankheiten verursachen, an denen die Menschen leiden.**

»Aber das ist schließlich ganz klar. Bei Nichttuberkulösen findet man die Tuberkelbazillen doch nicht in dieser Anzahl vor. Noch sehe ich nicht ganz, auf was Du hinaus willst, aber

erklär mir vorher noch schnell, worin die erste Verdummung für uns Menschen bestanden haben soll«, sagst Du.

Das war die Erfindung der Religionen. Auch hier soll man an die Hirngespinnste anderer Menschen glauben. Obwohl jedes verständige Denken dagegen spricht. Damit das dennoch möglich wird, benutzen die Manager der Religionen und die Medizinmänner zwei beeindruckende Worte: die einen das Wort »göttlich«, die anderen das Wort »wissenschaftlich«. Was man dafür ausgibt, das fand und findet bei den meisten Menschen blindgläubige, anbetungswürdige Verehrung.

Halte im Gedächtnis: Bis 1906 jedenfalls, als man Robert Kochs jahrelanges Starren ins Mikroskop mit dem Nobelpreis (heutiger Wert: 150.000.000 Mark) honorierte, hat sich im Prinzip nichts geändert. Nur der alte Fuchs Virchow spottete über die »Bakterienhysterie« seines Kollegen und erkannte schon damals deren Unsinn. Einmal aus Gespür, zum anderen auch aus Furcht, seine (genau so unsinnige) Cellularpathologie würde nicht mehr so im Mittelpunkt der Medizin stehen.

So besaß der Kulturkämpfer Virchow die richtige Nase für den mit dem Mikroskop arbeitenden Robert Koch und dessen Tuberkulosebazillen-Theorie. Virchow erklärte, er halte nicht das geringste von der Lehre, daß die Bakterien es wären, welche die Menschen krankmachen würden. Ist ja auch klar. Hätte Robert Koch die Bazillen und Bakterien nicht verteufelt, hätte man sie höchstens als interessant empfunden. Und Robert Koch wäre ein armer, unbedeutender Landarzt geblieben. So aber setzte er eine weltumfassende Bewegung in Gang, welche dem Denken der Menschen - die immer weniger an Dämonen und Teufel glaubten - zutiefst entgegenkam: daß nicht sie selbst, sondern nun böse Bakterien und Viren für ihre Krankheiten verantwortlich wären.<sup>9841</sup>

Daß ausgerechnet Kleinstlebewesen - wie alle anderen Tiere und Tierlein - im Grunde genommen völlig unschuldig an Krankheiten von Menschen sind, das werde ich Dir später noch eindeutig zeigen, obwohl auch die Ärzte schon längst hätten darauf stoßen müssen. Denn dieser Louis Pasteur besaß ja seinen großen Gegenspieler, den Biologen Claude Bernard. Die beiden stritten sich ihr ganzes Leben lang, worauf es bei einer Erkrankung mehr ankomme: auf das »Milieu«, in dem die Bakterien leben (wie in der Milch oder im menschlichen Darm) oder auf deren eigenen Kraft als Krankheitserreger. Erst als er im Sterben lag, gab Pasteur zu, daß Bernard recht gehabt hatte: »Es ist das Milieu, auf das es ankommt«, erklärte er. Gustav Liebig ging es ebenso.<sup>0655</sup>

Wie siehst Du denn heute den Medizinforscher John M. Crous M.D.? Der 1806 in New York einen Preis von eintausend Dollar - das entspricht einem heutigen Wert von etwa 60.000 Dollar - für die Entdeckung des ersten Heilmittels in Tablettenform erhielt, das aus dem pulverisierten Kieferknochen eines Hundes, der getrockneten Zunge eines neugeborenen Fohlens und dem abgeriebenem Kupferstaub eines englischen Pennies aus der Regierungszeit George I. bestand?

»Einem Scharlatan so viele Moneten für besseren Dreck zukommen zu lassen? Unmöglich!«

antwortest Du.

**Wieso Scharlatan? Die Leute damals glaubten genauso an die Mittel ihrer Gelehrten, wie Du an die Mittel der Gelehrten von heute glaubst.<sup>2170</sup> Die ärztliche Scharlatanerie übertrifft heute die von früher sogar um ein Vielfaches, wie ich es Dir bald beweisen werde. Nur verstehen es die Mediziner jetzt noch besser, sie zu vertuschen, Dich für dumm und sich selbst als die großen Helfer der Menschheit zu verkaufen.**

Dieser Schlaumeier hatte seinen Medical Doctor genauso vom Staat erhalten wie ein Promovierter von heute. Aber ich nehme an, daß der John M. Crous M.D. kaum so großen Schaden mit seinem wenig chemiehaltigen Pülverchen anrichtete wie, der für das meiste Leid der Kranken schuldige, als Begründer der Chemotherapie verehrte Paul Ehrlich, dem wir den Chemiedreck von heute verdanken.

Nehmen wir mal den Medizinforscher Paul Müller, dem 1948 in Stockholm der Nobelpreis in Höhe von 550.000 Kronen für das Insektizid DDT verliehen wurde, mit dem er die halbe Welt vergiftete. 25 Jahre später mußte das Gift wegen der schweren Schäden, die es auf der Erde an Tier und Mensch verursacht hatte, verboten werden. Hat man ihm etwa den Nobelpreis wieder aberkannt? Hat man ihn als Verbrecher gegen die Menschheit gebrandmarkt? Hat man ihm und seiner Erfindung jetzt abgeschworen, und stellt kein Gift mehr für die Landwirtschaft her, und setzt statt dessen die Wirtschaftsflüchtlinge und Asylanten bei uns zum Jäten ein? Wie werden die Menschen in 200 Jahren das damals als »kommender Sieg über die Malaria« (die wieder stark ansteigt) gefeierte DDT wohl ansehen? Schimpf und Schande in 200 Jahren auch über Justus Liebig, der den Kunstdünger erfand, der unser Wasser vergiftet und unsere Erde verseucht. Und mit ihm über sämtliche Chemie-Nobelpreisträger, die all die anderen Gifte erfanden und damit unseren herrlichen Erdenstern langsam aber sicher zu Tode bringen! Noch bewundert die Welt diese Giftmischer, noch sind allerorts die Straßen nach ihnen benannt... Ein neues Denken ist angesagt!

### Gesundheitsgesetz

**Je mehr die Menschen wissen, je genauer sie sich in die komplizierten biologischen Abläufe hineinzusetzen versuchen, desto mehr Fehlerquellen erschließen sich ihnen.**

Diese Erkenntnis ist nicht auf die Medizin beschränkt. Denk nur an den Atomwahnsinn: Je mehr die Menschen können, desto größere Dummheiten machen sie. Tödliche Dummheiten!

Nachdem nun immer mehr neue Metall-Legierungen erfunden wurden, konnte man jetzt auch diese als neues Heilverfahren den Kranken andienen. Die um die Mitte des 18. Jahrhunderts vom englischen Arzt Elisha Perkins eingeführte Heiltherapie mit Metallgabeln, die angeblich die



aufgestaute »animalische Elektrizität« in den erkrankten Stellen entlädt, nannte man Perkinismus:

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) (Important note!) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ☒ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/0/59.html> - **Update: 13.01.2000 15:36**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---



# 0. Kapitel. So wirst Du völlig gesund

## 0.6 Bis auf eins waren die Menschen bereit, alles gegen das Kranksein zu tun

»Mit solchen Elektrizitätsspielchen konnte man doch nur früher beeindrucken - als die Menschen noch nicht so aufgeklärt waren wie heute«, wendest Du ein.

Du hast nur noch nicht die Geschäftsmethoden der Ärzteschaft - dem größten Unternehmen mit Heiligenschein auf unserem Erdball - durchschaut! Die Mediziner von heute haben sich nur angepaßt und auf unsere moderne Zeit eingestellt. In ihren Praxen riecht es nicht mehr nach verwesenden Rattenschwänzen und Salpetersäure, sondern angenehm nach desinfizierender Chemie. Alles entspricht dem Ruf der Zeit nach Keimfreiheit und Bakterienabwesenheit.<sup>0591</sup>

Die Doctores streifen sich heute für jeden Patienten neue Kunststoffhandschuhe über. Sie tragen keine eiterverschmierten schwarzen Gehröcke mehr, sondern stets frische weiße Kittel. In ihren Räumen blickst Du nicht mehr auf einen alten Totenkopf oder Knochenskelette, sondern auf beeindruckende, blitzende Apparaturen, und, und, und. Sie haben sich den hygienischen Vorstellungen von heute angepaßt und werden sich morgen genau so anpassen, wenn die stärker werdenden Wünsche der Patienten nach mehr sanfter Natur und persönlicher Zuwendung durch Rüschevorhänge, Biedermeiermöbel oder Altärchen mit brennenden Weihrauchstäbchen nebst Abbildungen von Heilkräutern symbolisiert und Handauflegen und Besprechungen wieder »in« sein werden.

Nimm als ein Beispiel für meine Behauptung die durch Elektrizität gespeiste Bestrahlungstherapie, die sich im Gegensatz zu den ständig neuen und wechselnden Medikamententherapien schon einige Jahrzehnte hält.

Nachdem das von Alternativ-Gesundheitslehrern entdeckte Immunsystem und seine Funktion seit den Organübertragungen auch von den Schulmedizinern nicht mehr länger zu leugnen war, fällt es ihnen mit der Zeit immer schwerer, diese die Immunkräfte zerstörende Wirkung der Bestrahlungen zu vertuschen. Deshalb lenkt die Medizin geschickt ab und wirft den nach medizinischen Sensationen hechelnden Medien auch hier mal wieder etwas Neues zum Fraß vor. Da heißt es dann:

**Neu in der Krebs-Heilung: die schonende Strahlentherapie!**

**Jede zweite Krebsheilung gelingt nur mit Hilfe der Strahlentherapie. Doch die Erfolge werden oft durch erhebliche Nebenwirkungen der Bestrahlung getrübt.**<sup>1420/1</sup> Aus diesem scheinbar unlösbaren Dilemma gibt es jetzt einen überraschend einfachen Ausweg: Die zur Zerstörung einer Krebsgeschwulst notwendige Strahlenmenge wird auf doppelt so viele

Einzelbestrahlungen verteilt wie bisher. Das heißt, der Patient wird innerhalb von sechs Wochen insgesamt 60mal bestrahlt, wenn nach dem bisher üblichen Therapieschema 30 Bestrahlungen notwendig waren. Dafür ist aber jede Bestrahlung nur noch halb so stark wie bisher. Erstaunlicherweise nehmen dabei die Schäden an gesundem Gewebe ab, die Organe werden »stark geschont«, während die krebszerstörende Kraft der Bestrahlung nicht nur erhalten bleibt, sondern sogar noch verstärkt wird. Dr. Beck-Bornholdt wurde dafür mit Forschungspreisen der Hamburger Krebsgesellschaft und der Vereinigung der deutschen Strahlenschutzärzte ausgezeichnet. Allerdings ist die neue Strahlentherapie auch teurer als bisher. (selecta, 6.7.1989)

Ich öffne Dir mal die Augen, lieber Leser:

Beim Salvarsan (®Rz74) hast Du schon von »schonenderer Behandlung« im Gegensatz zu der mit Quecksilber gehört. Etwas wirklich Neues anstelle der Strahlentherapie ist noch nicht herausgekommen. Da es mehrfach in die Öffentlichkeit durchsickerte, daß es zu schwersten Schäden, Verbrennungen und Bewegungseinschränkungen durch die Strahlen und deren Vernarbungen kam, (®Rz164) wird nun als etwas Neuartiges »die schonende Strahlentherapie« angeboten.

Fragt sich einer, warum denn - wie bei den jetzt plötzlich möglichen »brusterhaltenden Krebsoperationen« - nicht gleich schon vor Jahrzehnten die Kranken »schonend« bestrahlt und somit Millionen Menschen vor Leid und frühem Tod bewahrt wurden?<sup>1361</sup>

Fragt sich einer, was »schonender« daran ist, wenn man einmal am Tag eine Dosis oder zweimal am Tag eine halbe Dosis an Bestrahlung verpaßt bekommt?

Fragt sich einer, warum man nicht gleich schonend den Tumor aus der Brust operierte, statt 200 Jahre lang den Frauen die ganze Brust abzusäbeln?

**Wenn letzteres früher zur Heilung angeblich immer erforderlich war, wie stets versichert wurde, ja wieso ist das heute - nur weil die Frauen sich mehr dagegen wehren - auf einmal nicht mehr nötig? Handelt es sich bei der orthodoxen Medizin um eine exakte, unbeeinflussbare Wissenschaft, oder handelt es sich bei ihr um billigen Opportunismus? Dreimal darfst Du raten.**

»Was mich noch interessieren würde: Seit wann und wie bekämpfen die Ärzte eigentlich den Krebs, und wie haben sie ihn früher behandelt?«

Neu-Vermehrte /  
 Heilsame  
**Dreißig Apotheker,**  
 Wie nemlich mit  
**Noth und Wein**  
 Fast alle / ja auch die schwerste /  
 giftigste Krankheiten, und bezauberte  
 Schäden vom Haupt bis zum Füssen, inn-  
 und äußerlich, glücklich curiret worden:  
 Mit allerhand raren, so wohl nutz-  
 als ergötlichen  
**Historien und Anmerkungen /**  
 Auch andern  
 Feinen Denkwürdigkeiten,  
 Hochmahl bebrochet, nun zum vierden mal  
 um ein merckliches verbessert,  
 Und mit dem  
**Andern Theil**  
 vermehrt  
 Von  
**Kristian Franz Paulini.**  
 In welchem am May, 1743  
 In Verlegung Isidorich Daniel Knochen  
 MDCCLXXXIV

Hör mal, Du darfst Dir die damalige Zeit nicht so wie heute vorstellen, wo es selbstverständlich für fast jeden Bürger geworden ist, einen Arzt aufzusuchen, der ihn krankzuhalten vermag. Früher, als die Menschen noch mehr gesunden Menschenverstand besaßen, hatte man allenfalls auf Jahrmärkten seinen Ulk mit ihnen und kaufte ihnen mehr aus Barmherzigkeit ihre Arzneien ab, die sie in einem Bauchladen vor sich trugen. Die meisten Leute konnten sich nie im Leben einen Arzt leisten - zu ihrem Glück! Nur die Fürsten und Reichen gaben Geld dafür aus. Und gegen Krebs wurden halt genau die Mittel eingegeben, die bei anderen Leiden üblich waren.

1743 hat der italienische Arzt Bernardino Ramazzini in Carpi bei Bologna das gehäufte Auftreten von Brustkrebs bei Nonnen beschrieben. 1761 fiel erstmals ein Zusammenhang von Tabakschnupfen und Nasenkrebs auf. 1775 beschrieb der englische Chirurg Percival Pott das Krankheitsbild des Skrotalkrebses bei Schornsteinfegern; er empfahl als einzig mögliche Therapie die Amputation des Hodensackes - mit der lapidaren Rechtfertigung:

»The scrotum is no vital organ«, also: Der Hoden ist kein lebenswichtiges Organ.

Eine der Wurzeln dieser arroganten Haltung der Ärzte, die Geschlechtsteile nebst anderen Organen *anderer* Menschen als relativ wertlos anzusehen, wurde hier erstmals im Schrifttum offenbar. Es setzt sich bis heute fort in den Ansichten deutscher und englischer Ärzte über die Brüste der Frau. (@Rz.134) <sup>1207</sup>

Laß die ärztlichen Behandlungsarten von damals und diejenigen von heute Revue passieren und vergleiche, ob sich da im Grundsätzlichen etwas gewandelt hat.<sup>0633</sup> Und erkenne:

Der Mensch unternahm im Lauf der Zivilisation fast alles, um sich seiner Krankheiten zu entledigen. Er ließ sich in Jauche und in Morast stecken, er ließ sich aufschlitzen und schröpfen, er ließ sich mit heißem Wasser verbrühen und mit kalten Strahlen verseuchen, er ließ sich Feuerhölzchen auf seinem Hintern anzünden und spitze Nadeln ins Fleisch stoßen. Er ließ sich Punkt Mitternacht mit dem Fett erwürgter Ratten und dem Saft zerquetschter Spinnen bepinseln. Er ließ sich von Blutegeln aussaugen und schluckte zerriebene Regenwürmer, gepökelten Hirschphallus, Salamandergenitalien, Elefantensperma, Mumienleichenkügelchen und die hochgiftige Spanische Fliege.

Er verschlang den Kot von Krokodilen und Hunden, er trank gegen Schlaflosigkeit Hasengalle

in Wein, er ließ sich mit Blauem Galizenstein die Wunden verschwefeln, er schluckte bereitwilligst Arsen und Quecksilber und Gold und Schwefel, er würgte zerhackte Eidechsenchwänze, geweihte Rattenzehen und Fischaugen hinunter, ließ sich heilig gesprochene Leichenknochen auf seine Schwären legen, die andere Kranke dann wieder küßten, er pilgerte wochenlang über Stock und Stein, um berühmte heilversprechende Reliquien berühren zu können, er betete und fluchte und nahm das Walrat des Pottwals gegen seinen Husten. Er ließ sich talergroße Löcher in den Kopf bohren, damit daraus giftige Dämpfe oder gar der leibhaftige Gottseibeius entweichen konnte.

**Der Mensch ließ sich - im blinden Glauben, dadurch seine Gesundheit wiederzuerlangen - gemahlene Vipern andrehen, mit Eisenfeilspänen den Darm ausfegen und mit Schweinegülle den Hals auspinseln. Er tauchte Brotstücke in das Blut frisch Geköpfter<sup>0562</sup>, um es zur Heilung seiner Gebrechen zu verspeisen. Auf gekochte Stierhoden, vier an der Zahl und blutfrisch, vermengt mit Zimt, Muskat und gemahlene Lammnieren, schwor Papst Pius V., sein Vorgänger Innozenz VIII. suchte sein Heil im Blut zehnjähriger Knaben. Spatzeneier standen in Indien, ein Chrysanthemengebräu in China, die Galle von Schakalen im alten Ägypten, Nashornpulver in Japan und in Afrika im Ruf, das Leben zu verlängern und die Manneskraft zu stärken.**

Noch heute schwören die Chinesen auf die Heilkräfte von Tigerknochen und -penis, die Mongolen auf Vogeleier.<sup>0500-0509</sup>

Noch vor kurzem verschlang der Mensch halb ausgebrütete Küken, schluckte in Wasser aufgelöste Kuhdungfladen wie Papst Pius der XII., er soff seine eigene Pisse<sup>0677, 2316, 6828, 9834</sup> oder den einer Kuh wie die indischen Präsidenten Nehru und Desai. Er ließ bei sich den krankheitsverursachenden Teufel austreiben oder sich Stanniolkügelchen gegen seine Krankheiten von Gesundbetern andrehen.<sup>0568</sup> Er schluckte, in dem Wahn, damit seine Leiden zu mildern, lebende Regenwürmer in gespaltenen Pflaumen, ließ Schnecken über Warzen und Schuppenflechten kriechen und stopfte Ameisen in sich rein, wenn eine Heilige es ihm empfahl. Er ließ (in Schottland bei Keuchhusten) noch vor 100 Jahren seine Kinder tote Mäuse schlucken und ließ sich weißglühende Eisen von den Ärzten in die zischende Haut des Rückens, zwecks Heilung seiner Gebrechen, pressen.<sup>0631</sup>

Heute läßt er sich fremdes Blut einspritzen oder das Sperma von Ochsen (selbst Hackethal praktizierte das noch vor 15 Jahren) oder das Gift der Bienen einreiben und streicht sich selbst mit dem Fett toter Nerze, Murmeltiere oder chemischen Ölen ein. Er riecht an Blütenessenzen oder läßt sich in Moorbäder stecken. Er hängt sich Amulette, Magnete oder Kupferringe um oder legt sich hoffnungsvoll Edelsteine auf den Bauch oder um den Hals, er läßt sich mit Elektrodrähten oder Laserstrahlen Gehirnteile verbrennen, Elektroschocks verpassen und bemüht sich darum, daß man ihm zerhackte Drüsen von Schafen oder Kälbern ins Gesäß jagt.

Er läßt sich Elektrogeräte einpflanzen oder Gas ins Blut einblasen oder seinen Körper mit den todbringenden Strahlen der Beta-, Gammatron- und Kobaltbomben verseuchen. Er läßt sich (bei Rheuma) in minus 120 Grad kalte Gefrierschränke einsperren oder (bei Krebs) sein Blut auf 41 Grad aufheizen. Er trinkt schwefelhaltiges, stinkendes Kur-Wässerlein oder läßt sich in

dumpfe Minenstollen einfahren, um sich dem Radon-Gas auszusetzen. Er schreckt nicht einmal vor gesellschaftsfähig gemachtem Kannibalismus zurück, sich Leichenteile fremder Menschen in seinen Körper einpflanzen zu lassen oder die Hirnrinde von Leichen, in Kapseln eingefüllt, zu sich zu nehmen.<sup>2139ff</sup>

Es gibt wirklich keine Verrücktheiten, zu dem ein Mensch nicht fähig wäre, wenn ihn Krankheit plagt. Nur das einzig Vernünftige was es gibt, nämlich zum Begegnen und Beseitigen seiner Krankheiten damit anzufangen gesund zu leben, das kommt und will ihm nicht in den Sinn.

Statt dessen läßt er sich lieber mit Nadeln die Haut bespicken und heißes (Ayurveda-)Öl über den Schädel schütten oder wabbelt flüssige Butter im Mund herum und steckt sich brennende Kerzen ins Ohr - nur weil ihm jemand weis macht, daß so ein Unsinn heilen soll.

Er schluckt lieber Eisen und Kalk pur und gefährlichste Medikamente und läßt sich ohne nachzufragen den schwerstens schädigenden Dreck der chemischen Giftindustrie in die Venen hineintreiben, wenn es jemand tut, der sich einen weißen Kittel übergestreift hat oder wenn es ihm jemand rät, der ein bißchen prominent ist.

**Und das Unglaubliche: Nichts, aber überhaupt nichts von alledem hat ihm je geholfen, hat ihn je von einer Krankheit befreit! Und das bereits seit 2.000 Jahren.**

Und doch ist der Mensch nie klüger geworden. Bis heute, bis zu dem Zeitpunkt nicht, wo ich dieses Buch der Wahrheit und des gesunden Menschenverstandes einfach schreiben mußte.

Kurz: Der Mensch ließ und läßt widerspruchslos alles mit sich machen, er vertraute und vertraut blind allem, was ihm die Ärzte abverlangen.<sup>2164</sup> Nie dachte er daran, daß es viel einfacher wäre, sich selbst zu helfen, selbst das Heft in die Hand zu nehmen. Und eines machte er nie, und kein Arzt verlangte es ihm je ab: das Einfache zu tun.

Das einzige zu tun, was ihn wirklich wieder gesund machen kann und was all seine Krankheiten verschwinden läßt. Nämlich den auch nach Jahrmillionen stets gleichbleibenden Gesetzen der Natur zu folgen und nicht den alle paar Jahrzehnte sich wandelnden Behandlungsarten der Mediziner. Der Mensch ist bereit, jede, aber auch jede ihm angebotene Wundermedizin bei sich anzuwenden und an ärztliche Hoffungsmache zu glauben und das immer wieder und immer wieder aufs Neue...

»Ein bißchen nachdenklich hast Du mich ja schon gemacht«, sagst Du. »Vielleicht war das ja auch Deine Absicht. Nun haben die Menschen aber doch vor 2.000 Jahren den gleichen Verstand wie heute gehabt. Das Gehirn war kein bißchen kleiner und sie dachten und empfanden kaum anders als wir Heutigen. Ich frage mich nur, was eigentlich in die Menschen gefahren war, daß sie sich damals den schlimmsten Dreck andrehen ließen, um gesund zu werden.«

Sieh das so: Mumien, Leichenteile, Krokodilskot, Blütenessenzen, Giftpflanzenverdünnungen,

Nieren- und Gallensteine, Bezoare, Reliquienknochen, Magnete, Edelsteine, Pillen und Pflüverchen besitzen etwas Mystisches, zumindest Geheimnisvolles. Zudem sind sie nicht so ohne weiteres zu beschaffen und daher den Dummen als Heilmittel leicht aufschwatzbar. Kommen dann noch kluge Sprüche von prominenten Personen hinzu, dann läßt sich damit jede vernünftige Überlegung ausschalten. Den ersten Freibrief für die Ärzte gab ein Evangelist, der zur Gesundheit wie folgt Stellung nahm: »Nicht das, was in des Menschen Leib eingeht, sondern das, was aus ihm herauskommt, verunreinigt ihn.« (Markus 7,15)

Demnach konnten die Mediziner den Menschen also alles zu Heilzwecken in den Mund stecken, was es an Scheußlichkeiten gab, es konnte der größte Dreck sein - es verunreinigte ihn ja nicht...

»Zum Glück hat die moderne Medizin heute mit so was Schluß gemacht«, atmest Du auf.

Da bist Du aber schief gewickelt. Nun überleg mal: Du hast eine Krankheit, und das Medikament dagegen verschafft Dir möglicherweise nach seiner Einnahme so nach und nach 66 verschiedene andere Krankheiten. Was so oder ähnlich für alle Chemie-»Heil«mittel gilt. Meinst Du, das wäre was Besseres als Dreck?

Die heutigen Unheilmethoden der Medizin sind in ihrer Unlogik und in ihrem System die gleichen wie die von Anno Tobak, haben sich um kein Jota verändert. Sie haben sich nur der derzeitigen Mode und den derzeitigen Denkweisen, sprich Vorurteilen, angepaßt. Wie z. B. die Heilmittel fein zu verpacken, sie als »wissenschaftlich geprüft« zu bezeichnen, sie mit lateinischen Worten unverständlich und damit geheimnisvoll zu machen, einen eventuell scheußlichen Geschmack durch In-Kapseln-Füllen zu unterbinden, ihre Giftigkeit durch bunte Farbgebung zu überspielen, um harmlose Bonboneffekte für verderblichstes Chemiegift zu suggerieren.<sup>3877</sup>

Das, genau das, ist die heutige moderne Form, den Menschen Heilmittelschund und Gift anzudienen - und damit als Pharmafürst oder Halbgott Arzt auch noch reich und angesehen zu werden. Du bekommst also den im Mörser zerstoßenen getrockneten Kuhdung nicht mehr aus einem schmierigen Holzlöffel gleich in den Mund geschüttet, sondern in Chemiepulver umgewandelt, hygienisch einwandfrei in Folie verschweißt, angedreht. Wobei Du wissen solltest, daß Kuhdung in Deinem Körper keinerlei Schaden anrichtet, der Chemiedreck aber ganz schrecklichen.



Als 1850 die Induktionselektrizität von Faraday entdeckt wurde, was geschah?

Richtig, da war wieder was Neues aufgekommen, und schon konnte man den Kranken weismachen, das wäre nun das Beste gegen Hautschäden, Nervenleiden, gelähmte Glieder, Schmerzen aller Art, Schizophrenie und, und, und. Über seine angeblichen »Heilerfolge durch Elektrizität« schrieb der französische Arzt Duchenne (Bild) ein dickes Buch.

So entwickelte sich die heutige Elektroschock-Therapie, die jetzt wieder bei Nervenleiden in Mode kommt, nachdem sie von 1950 bis 1990 noch als »nutzlose Grausamkeit« verbannt worden war.<sup>0651</sup>

Die UrTherapie macht mit all diesem Wahnsinn Schluß.

Sie mutet Dir nicht mehr zu, Dich von stets neuen, nie von Grund auf heilenden Behandlungsarten der Medizinmänner überfahren zu lassen, weil Du ihnen kein besseres Wissen entgegensetzen kannst. Über jede Krankheit erhältst Du mit diesem Buch ein Wissen, welches das Fachwissen jeden Mediziners übersteigt. Als natürliche Selbstbehandlungsmethode erreicht die UrTherapie deshalb, was der Schulmedizin bislang versagt blieb: Freisein von Krankheit durch eigenes, einfaches Denken und eine darauf folgende Selbstbehandlung.

**Ich habe Dir den großen Wahnsinn früherer ärztlicher Behandlungsmethoden auch deshalb hier so ausführlich geschildert, damit Du erkennst, daß die heutigen keinen Deut besser sein können, weil sie sich nicht im geringsten geändert haben. Und Du siehst, daß alle alten sogenannten »Heilbehandlungen« stets aufs Neue heute wiederkehren. Nur halt in zeitgemäßer Aufmachung - in feinerer Verpackung oder mit »wissenschaftlichen Gutachten« und von den Medizinern selbstgebrauten »statistischen Nachweisen« über deren angebliche Wirksamkeit versehen...**

**Heute sind die Schulmediziner gerade dabei, die Homöopathen einfach zu beklaunen und nun in ihren chemieverseuchten Praxen die uralte Krankheitsbehandlung mit Kräutlein wieder aufleben zu lassen...<sup>8300, 8334</sup> Weil immer mehr Menschen zur sanften Medizin übergehen und sie so geschäftliche Einbußen fürchten. Die Machoart der Ärzte und ihre Habgier, alles an sich zu reißen und anderen ihr Brot zu nehmen, entstand gegen Ende des 18. Jahrhunderts. Da sahen die Chirurgen - die damaligen Bader - eine Chance, die kleinen Einkommen der Hebammen zu entwenden. Sie brachten die unmöglichsten Gerüchte in Umlauf. Daß viele von ihnen den bösen Blick hätten, ja oft mit dem Teufel im Bunde ständen und nur die Geburt unter ihrer Obhut und mittels ihrer Accoucheurzangen gewähre Sicherheit, sollte das Baby steckenbleiben...**

---

# 0. Kapitel. So wirst Du völlig gesund

## 0.7 Krankheiten unbehandelt lassen ist das Beste!

Seitdem der Mensch die Sprache besitzt, hört er nun mal gerne auf lockende Versprechungen. Nicht nur auf dem Gebiet der Medizin. Die Verkaufszahlen der Illustrierten steigen bei Schlagzeilen wie »Neues Heilserum gegen Krebs!« noch stärker, als wenn von der Titelseite ein besonders hübsches nacktes Mädchen herablächelt.

Aber es gab gegen Ende des 19. Jahrhunderts dann auch Ärzte, die den Mut zur Wahrheit besaßen. Es waren die der »Wiener Schule«, die aufgrund vieler eingehender, vergleichender Versuche bei ihren Patienten zu dem Resultat gelangten, das ich Dir vorstelle als

Gesundheitsgesetz

**Es ist besser, bei Krankheit jedwede Behandlung zu unterlassen,**

**als die zur Verfügung stehenden medizinischen Methoden anzuwenden.**<sup>2218</sup>

»Das ist wohl nicht möglich! Nichtbehandeln soll besser als Behandeln sein? Nie und nimmer«, entrüstest Du Dich.

Und ob! Diese Ärzte der Wiener Schule bewiesen es sogar! Sie nannten sich damals die »Therapeutischen Nihilisten«.0505,0642, 0653 Und erst vor kurzem erbrachte - und damit sind wir bei der Gegenwart der Medizin angekommen -, wiederum in einer großen Wiener Krankenanstalt, eine Studie das gleiche Ergebnis. Der Leiter der Klinik hatte dafür sein Haus in linke und rechte Flurseiten gegliedert. Die Kranken der linken Seite wurden mit Scheinmedikamenten, die der rechten mit echten Medikamenten behandelt. Und am Ende der Versuchszeit gab es nicht den geringsten Unterschied zwischen beiden Seiten: weder in der Aufenthaltsdauer, der Anzahl der Todesfälle, noch im Befinden der Patienten bei der Entlassung. Leider hat der um Objektivität bemühte Wiener Arzt versäumt, die Entlassenen auch später noch im Auge zu behalten. Du willst wissen warum?

Weil er dann hätte feststellen können, daß seine scheinbehandelten Patienten weniger krank und anfällig waren als die durch seine Ärzte behandelten, die sich mit den Spätschäden der bei ihnen angewandten Medikamente herumzuplagen hatten.

Es gab aber auch noch andere Ärzte, die nicht medizinisch behandelten, sondern es nur wissen wollten: Dr. Abramowski war 1908 im Distrikt-Hospital Mildura beschäftigt, als eine Typhusepidemie ausbrach. Als geborener Experimentator teilte er seine Patienten in zwei Gruppen. Eine erhielt die normale Diät mit passiertem Fleisch, Milch, Eiern und weißem Brot. Die andere Gruppe erhielt täglich nur drei Pfund Obst. Die erste Gruppe zeigte die üblichen Komplikationen und Todesfälle, während diese bei der anderen ausblieben und die Kranken sich schnell wieder erholten.

Gesundheitsgesetz



## **Das Behandeln von Krankheiten durch Ärzte kann nur schaden, aber nie nutzen.**

Warum? Weil Ärzte früher wie heute die Selbstreinigung des Körpers (Krankheit genannt) durch die Verabreichung von Giften (das sind alle medizinisch angewandten Medikamente für den natürlichen Körper) unterbinden. Durch diese Scheinheilung wächst der Giftspeicher im Körper des Kranken nur noch stärker an. Die Ärzteschaft wiederum gewinnt so, auf diese hinterhältige Art, immer mehr Abhängige und Süchtige, die ohne deren Drogen nicht mehr auskommen können.

Wie auch Du durch einfaches Beobachten von Tatsachen und unkompliziertem Daraus-Schlüsse-Ziehen zu richtigen Erkenntnissen gelangen kannst - was Dir dieses Buch hier so ganz nebenbei zu vermitteln gedenkt - das hat Dir ein mit klarem Kopf versehener Arzt (die gibt es ja auch - nur werden sie von ihren Kollegen deswegen niedergemacht) bereits einmal vorgemacht: Ignaz Semmelweis.

Laß mich deshalb noch ein paar Worte über zwei Wiener Geburtshilfekliniken sagen, an denen er beschäftigt war. Der stellte dort mit Erstaunen fest: In der zweiten Klinik lag die Sterblichkeitsziffer der gebärenden Frauen dreimal niedriger als in der ersten. Semmelweis ging dem nach und bewies schließlich, daß die hohe Todesrate an Kindbettfieber in der ersten Klinik durch die verunreinigten Hände der Studenten, welche die Frauen untersuchten, verursacht worden war. Und zwar untersuchten diese, nachdem sie zuvor Leichen in der nahen Universität geöffnet hatten. Und er wies weiter nach, daß Wundfieber die gleiche Ursache hatte wie Kindbettfieber: unsaubere Hände der Ärzte. Übrigens: Gründliche Sauberkeit haben die Ärzte noch immer nicht gelernt.<sup>0605</sup>

Als Ursache des Kindbettfiebers erklärten die Mediziner, Einflüsse atmosphärischer, kosmischer und tellurischer Art, den »*Genius epidemicus*«, der sich über weite Landstriche ausdehnen oder sich auf einen engeren Bezirk, etwa eine Stadt, beschränken konnte. Daneben nahm man auch ein Miasma an.

»Würde es nicht diese widerlichen Erreger des Kindbettfiebers geben...«, sagst Du.

**Hätte es nicht diese sich die Schwangerschaftseingriffe anmaßenden Ärzte gegeben, die mit dem gleichen verschmierten Holzlöffel in den Scheiden gesunder, schwangerer Frauen herumfuchtelten, um dort das Kind herauszuholen, mit dem sie kurz zuvor Leichen untersucht hatten! Und schimpf' Du mir ja nicht auf die Erregerbakterien! Denn an ihrem Platz in den Leichen haben Sie von der Schöpfung die Aufgabe zugewiesen bekommen, den toten Menschen schnellstens zu zersetzen und zu Staub zu machen. Deshalb sind sie von der Natur mit besonders viel Aggressivität ausgestattet. Bringen die Ärzte sie mit ihren Händen an einen Ort, wo sie nicht für vorgesehen sind, so tragen die Staphylokokken daran keine Schuld. Sie tun nur ihr Werk.**

»Doch sicher haben die Mediziner zugestehen müssen, daß es in der Abteilung, in welcher die Studenten die Schwangeren untersuchten, zehnmal mehr Tote als sonst gab«, meinst Du.

Natürlich. Das lag ja klar auf der Hand.

»Was haben die Mediziner denn darauf getan?«

Die Leute für dumm verkauft. Sie erklärten die zehnfach höhere Sterblichkeit damit, daß die Kräfte der Frauen gegen das Kindbettfieber deshalb geschwächt würden, weil es nur einfache Studenten und nicht die Ärzte gewesen wären, die sie untersucht und damit ihr Schamgefühl verletzt hätten... Eine lächerliche Ausrede für durch sie verursachte Behandlungsschäden. Die aber gleichzeitig so raffiniert war, daß sie einem sich daraufhin neu bildenden Ärztezweig (die Psychotherapeuten) ermöglichte, sich mit einer Praxis zu etablieren, in der als Behandlungsinstrument für den Kranken nichts anderes zu finden war als - ein altes Sofa. So kam aber die Mär von den rein seelisch bedingten Krankheiten in die Welt und schuf psychologisch tätigen Ärzten erneut Gelegenheiten, durch bloßes Zuhören und ein bißchen Reden an das Geld der Mitmenschen zu kommen und ihre Macht über sie auszudehnen.<sup>9429</sup>, 9740

»Willst Du damit sagen, daß es keine seelischen Leiden gibt?«, fragst Du.

Ja! Die Seele ist viel zu eng mit dem Körper verbunden, daß sie allein für sich erkranken könnte. Aus Schamgefühl krank werden! Was ein Unsinn! Was wohl existiert, das sind körperlich-seelische Leiden - aber darauf kommen wir beide noch zu sprechen.

Das Kindbettfieber war übrigens überall in Europa verbreitet. Natürlich holten es sich die Frauen nur dann, wenn sie sich darauf einließen, ein unter ärztlicher Obhut stehendes Gebärhäuser aufzusuchen. Denn bei einer Hausgeburt konnte kein Doktor an ihnen mit schmierigem Geburtslöffel oder Händen herummanipulieren, da er – welch ein Glück auch heute noch! – nicht bei einer Geburt anwesend war.

»Nun ordneten die Ärzte daraufhin an, daß zukünftig keine Studenten mehr die Schwangeren untersuchen durften«, schließt Du.

Wo denkst Du hin! Dann würde sich ja herausgestellt haben, daß Semmelweis im Recht war und es weniger Tote gegeben hätte - schließlich besaßen die Ärzte ja auch ihren Stolz. Und würden durch Händewaschen diesem verachteten Juden noch die Hände gereicht und ihn anerkannt haben. »Wurde der Semmelweis für seine Entdeckung später wenigstens hoch dekoriert?«

Du scheinst die Arroganz der Ärzte zu unterschätzen. Sie antworteten auf die Frage: »Was halten sie vom Vorschlag des Kollegen Semmelweis, sich nach jeder Leichenöffnung die Hände mit Chlorkalklösung zu waschen, wenn man anschließend Geburtshilfe vornimmt?« so: »Es ist unverschämte, einem Arzt zu unterstellen, jemals unsaubere Finger zu haben.« Semmelweis wurde gefeuert, weil er anderer Meinung als die damals herrschende Lehrmeinung war. Denn wehe! So was darf sich kein Arzt je erlauben! Das ist bei denen noch schlimmer als in einer politischen Partei. Auch heute noch! Kein Wunder, daß immer mehr Menschen krank werden. Und immer mehr Verdrossenheit über die Politik aufkommt.

Semmelweis starb elendig! Er wurde im Hof einer psychiatrischen Klinik von drei Wärtern vor den Augen von zwei seiner ärztlichen Kollegen, die ihm einen Erholungsurlaub vorgetäuscht hatten, erschlagen. Man kann sie ja verstehen, die Mediziner. Hatte dieser Dr. Semmelweis doch noch kurz vor seinem Tod in Pest (heute Budapest) Plakate an die Mauern geklebt. Worin er die Frauen warnte, sich von einem Arzt entbinden zulassen, da ihnen dann der Tod gewiß sei. Außerdem bezichtigte er seine unsauberen Kollegen des Mordes und forderte unablässig öffentlich, daß der Mord an den Frauen endlich aufhören müsse.<sup>2252</sup> Semmelweis brachte mit dem Nachweis, daß seine Ärztekollegen den zigtausendfachen Tod der Gebärenden verursachten, größte Schuld über sie. Sie war so ungeheuerlich, daß sie diese trotz klarer Beweise nicht auf sich nehmen konnten, wollten die Mediziner nicht ihr Gesicht verlieren.<sup>0640</sup>

So ist das nun mal in der Welt der Mächtigen. Die sind zu allem bereit, nur damit sie nicht in die Gefahr geraten, ihr hohes Einkommen verlieren. Das ist so wie beim Staat; weist da einer auf unhaltbare Zustände hin, dann werden diese nicht geändert, sondern derjenige, der darauf aufmerksam macht, wird diffamiert und verfolgt. Wer sich als Herr fühlt, wie heute unsere Beamten, der wird sich doch von Untergebenen nichts sagen lassen! Hier handelt es sich ebenfalls um ein Semmelweis-Syndrom:<sup>2160f</sup>

Eine bewiesene klare Tatsache zu ächten, wenn sie dem jeweiligen Establishment nicht in den Kram paßt, deren Entdecker totzuschweigen und ihn unbemerkt von der Öffentlichkeit mit stillem Haß bis zu seiner Vernichtung verfolgen - so ging es nicht nur Semmelweis. (®Rz.965).

Es dauerte übrigens noch lange, lange Jahre, bis sich die Ärzte vor Eingriffen die Hände desinfizierten. Und es mußten deswegen noch viele Tausende von Frauen und Kinder ihr Leben lassen. Was sicherlich auch die Kindersterblichkeitsstatistik dieser Zeit so hoch trieb. Doch selbst das vermögen diese Füchse zu ihrem Vorteil zu drehen: Indem sie das Warum verschweigen und bei jeder Gelegenheit anführen, die moderne Medizin habe die Kindersterblichkeit von früher beseitigt...

Als die Ärzte überhaupt noch nicht in den Unterleibern der Frauen wühlten und schnitten, war die Sterblichkeit der Mütter und Kinder kaum nennenswert. Erst als die Ärzte die Geburtshilfe an sich rissen, begann das große Sterben der Mütter in den Städten. Nachdem die Ärzte sich nach langem Zögern endlich die Hände und Instrumente in Chlorklösung wuschen, gingen die Todesraten wieder zurück, blieben aber immer noch über denen der Vergangenheit. Sie lagen also immer noch höher als in jenen Zeiten, in denen man das Gebären den Frauen und Hebammen überließ.

Bis zum 17. Jahrhundert war es ausschließlich Sache der Weisen Frauen gewesen, bei der Geburt zu helfen. Bis zu dieser Zeit gebären alle Frauen ihre Kinder in aufrechter Position, oftmals mit Hilfe eines schmalen Gebärschemels. Für vornehme Damen wurde eigens ein Gebärstuhl eingerichtet, wobei die Schwangere ein langes Gebärkleid für die Geburt zu tragen hatte. In dieser geraden Haltung - stell Dir das genau vor - sah sich die Gebärende als das

Zepter über ihre Geburt führend an. Was ihrer Selbstsicherheit sehr dienlich war. Die anderen hatten zu ihren Füßen zu knien und ihren Anweisungen zu folgen, die sie nach ihrem körperlichen Befinden selbst gab. Das sollte sich etwa um 1670 n. Chr. ändern, als Ludwig der XIV. (l'état - c'est moi!)<sup>0606, 9100ff</sup> die Herrschaft über das damals kulturell hochstehende und die Regeln der Zivilisation bestimmende Frankreich ausübte. Dem Sonnenkönig verschaffte es nämlich die köstlichsten Lustgefühle, wenn er, hinter einem Vorhang versteckt, die sich bei einer Geburt immer mehr ausdehnende Scheide einer jungen Gebärenden beobachten konnte. Hockte eine seiner schönen Hofdamen dabei aber auf einem Gebärstuhl, dann gab es nichts für ihn zu sehen.<sup>0590</sup> Deshalb ordnete er an, daß die Geburt in liegender Position auf einem besonders die Vulva freilegenden, neu geschaffenen *Geburts-Bett* mit entblößtem Unterleib stattzufinden habe und nur männliche Geburtshelfer zugegen sein sollten.



Nun, was im Hause des Königs üblich war, das wurde so schnell zur Mode wie die Kleider, die aus Paris kamen. Zuerst war es die Aristokratie, welche nach Ärzten bei der Geburt verlangte. Und letztere forderten von den Gebärenden die Rückenlage mit weit gespreizten Beinen - andernfalls sie nicht tätig werden würden. Mode und männliche Geilheit hatten die Gebieterin der Geburt entthront und in ein passiv dulndendes Lamm verwandeln können - bis heute!

Kannst Du es fassen, daß den Ärzten damals immer mehr Mütter und Babys unter den Fingern wegstarben und die schwangeren Frauen sich doch mehr und mehr von den Hebammen ab- und den männlichen Doctores zuwandten? Ich nicht! Inzwischen haben es die Mediziner fertiggebracht, den gesamten Berufsstand der freien Hebammen auszumerzen. (Und als nächstes haben sie die Heilpraktiker auf dem Programm.) Mit der Begründung: Weil es angeblich in den Häusern der Schwangeren nicht sauber genug zugeht, sollten Mütter und Kinder deswegen gefährdet sein. Im Krankenhaus, bekanntlich ein Keimnest schlimmster Art, wo durch dort geholt Infektionen jährlich allein bei uns 40.000 Menschen sterben! - dagegen nicht.<sup>1667, 1676, 2530</sup>

»Na, heute überträgt wohl kein Arzt mehr Keime auf andere. Sieh Dir die doch mal an, wie verumumt sie sind und wie steril alles zugeht«, meinst Du. »Jedenfalls glaube ich: Die Ärzte verursachen nicht mehr so viele Infektionen wie früher«, sagst Du. »Und die Zeiten sind gottlob vorbei, daß Schwangere oder Gebärende jetzt noch an Kindbettfieber sterben!«

Und nun denkst Du, Du kannst Dich wenigstens als Schwangere getrost in die Hände eines Arztes begeben. Weit gefehlt! Jetzt fahren sie nicht mehr mit durch Leichengift infizierten Händen in Deine Vagina, sondern mit desinfizierten, talkumbestäubten Handschuhen. Und die Frauen lassen es in blauäugigem Vertrauen wie vor 150 Jahren zu. Worauf viele nun wieder andere Gesundheitsprobleme bekommen.<sup>3903</sup>

Gesundheitsgesetz

**Alles, was nicht natürlich ist, das schädigt Dich. Da die Ärzte der Schulmedizin nur mit Nichtnatürlichem umgehen, ist Schaden als Folge fast jeder Behandlung zwangsläufig. Schon vor einer Berührung von Ihnen hast Du Dich zu fürchten! Selbst - und oft auch gerade deshalb, weil dies so vollkommen hygienisch geschieht.**

Zu Semmelweis' Zeiten haben sie die Frauen mit Kindbettfieber infiziert. Heute schwemmen sie mit dem Abtasten der Brüste und der Prostata, mit den Krebsoperationen, Probeentnahmen und Punktionen die Tumore in den Körpern ihrer Patienten aus und führen sie durch die dadurch entstehenden Krebsansiedlungen dem schnellen Tod zu.<sup>1123ff, 1150ff</sup>

Entnahme als Lehre aus der Medizingeschichte:

**Ärztliches Behandeln im Krankheitsfall - nicht bei Unfällen und bei Zahnschmerzen - hat noch niemals einen Menschen heilen können. Man schwätzt den Menschen als Heilmittel immer nur das an Mitteln und Behandlung auf, was neu ist oder größeren Profit verspricht.**<sup>6800ff</sup>

»Warum mußte es immer was Neues sein? Wenn ein Heilmittel hilft, könnte es doch eigentlich noch in tausend Jahren angewandt werden.«

Das hast Du gut erkannt. Aber bisher gab es unter den hunderttausenden Arzneien nicht eine einzige, die einen Kranken heilen konnte. So war der Patient nach einiger Zeit stets davon enttäuscht. Da mußte der Arzt schnell wieder mit einem neuen »Heilmittel« dem Kranken Hoffnung machen. Heute sind die chemischen Gifte das Neueste. Und nun werden sie eingenommen. Und da einige der neuen Stoffe sogar eindrucksvolle Wirkung zeigen, wie Kinderkriegen vermeiden, für eine Zeit das Schmerzempfinden betäuben oder das Fieber senken, deshalb glaubt man nur zu gerne, daß sie auch Krankheiten zu heilen vermöchten.

Und die Menschen nehmen wie selbstverständlich Gifte ein, weil es halt alle tun. Weil alle mit der Zeit gehen oder mit der allgemeinen Meinung Schritt halten wollen. Weil keiner »rückständig« sein will. Weil die meisten keine Persönlichkeit mehr besitzen. (@Rz967 [3])

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

# 0. Kapitel. So wirst Du völlig gesund

## 0.71 Die Menschen sind stets nur auf Roßtäuscher hereingefallen

Ja. Selbst die Intelligenten, selbst die Herrscher und Könige - außer einem: dem alten Fritz. Der schmiß die Ärzte schnellstens aus Preußen raus.<sup>0625</sup> Aber alle anderen waren deren Gaunerstückchen nie gewachsen. Deshalb solltest Du einmal, um zu erkennen, ob Dir wirklich die Augen aufgegangen sind, die Geschichte der Medizin, wie ich sie Dir erzählt habe, in Jahrhundertscheiben aufteilen und Dich fragen, was die Behandlung durch die Ärzte den Kranken bisher erbrachte und ob sie das Geld wert war, das sie dafür bislang hinausgeworfen haben.

Also - wärest Du mit der ärztlichen Behandlung im Jahre 1190 mit Bleiweiß, 1290 mit Ätzkali, 1390 mit Glaubersalz, 1490 mit Pestbeuleneiter, 1590 mit Salamanderschwänzen einverstanden gewesen? Oder mit der von 1690, als man gegen Krankheiten zerstampfte Mäuse verordnete? Hättest Du Dir um diese Zeit einen Blasenstein in der Art entfernen lassen, daß der Pferdedoktor Dir eine Hand in den Mastdarm schob, um den Stein gegen den Blasengrund zu drücken und Dir mit der anderen zwischen After und Skrotum durch den Darm ein Messer in die Blase zu stoßen, das Messer herauszuziehen um erneut mit der bloßen Hand in die schrecklich blutende Wunde zu fahren, nach dem Stein grapschend?<sup>0631</sup>

»Nein, nein, um Gottes Willen!« antwortest Du.

Oder würdest Du mit der Therapie des Jahres 1790 einverstanden gewesen sein, als man mit Brechmitteln gegen alles vorging? Und die Doctores den jungen Mozart mit Bruchstücken ägyptischer Mumien und einer Medikamentenkomposition aus Korallen, Elfenbein, Hirschhornspitzen, Salpeter, Goldblättern und rigorosen Aderlässen zu Tode quälten?<sup>0607, 0608</sup> Oder hättest Du Dich ihnen unterworfen, als die Ärzte gegen Rückenleiden mit weißglühenden Brandeisen in die zischende Nacken- und Rückenmuskulatur sogenannte »Ableitungen« eindrückten? Oder 1890, als man mit Quecksilber und Arsen die Kranken malträtierte? Oder hättest Du Dir lieber vor 100 Jahren von den Ärzten gerne vorschreiben lassen, Dein Baby völlig bewegungsunfähig - Arme und Beine eingeschlossen - mit endlos langen Wickelbinden wie eine Mumie einzuwickeln? Und Dir sogar das Schmusen mit Deinem Kind von den Ärzten verbieten lassen, weil sie den Leuten einreden, dadurch würden Krankheitskeime übertragen. Na, bist Du noch immer nicht für eine ihrer Behandlungsarten?

Dann hättest Du Dir wohl lieber vor etwa 80 Jahren die Erkältung Deines Babys ärztlich behandeln lassen, als die Actiengesellschaft Farbenfabriken vormals Friedrich Bayer & Co. das Warenzeichen »Heroin« unter Nr.31650F2456 gesetzlich schützen ließ und als vorzügliches Beruhigungsmittel mit spezifisch hustenstillender Wirkung, besonders für Kinder, anpries? Das dann für Rekordumsätze als »Hustensaft« bezeichnet, in aller Welt

sorgte. Noch 1926 stellte die IG Farben 1,8 Tonnen Heroin jährlich für die Jugend her ... Vielleicht aber hättest Du Dein leukämiekrankes Kind vor 60 Jahren gerne von den Ärzten mit einem der heimtückischsten Krebsverursacher malträtiert gesehen: dem Benzol.<sup>1100</sup> Das damals als bestes Heilmittel gegen den Blutkrebs galt...

Oder würdest Du vor etwa 50 Jahren gerne bei einem Durchfall mit dem Medikament Clioquinol verarztet worden sein? Zigtausende blieben davon zeitlebens gelähmt oder erblindeten! Oder wäre es Dir recht gewesen, Dich vor 25 Jahren bei einem Herzinfarkt mit Clofibrat behandelt zu sehen? Gallensteine, Muskelschwäche und schnellen Tod trugen die meisten davon.<sup>3819</sup> Oder wäre es Dir recht gewesen, als Herzkranker vor zehn Jahren das den Herzrhythmus stabilisierende Medikament Tambocor verordnet zu bekommen? Zigtausende brachte es vorzeitig ins Grab.<sup>3802, 9508</sup> Aber vielleicht wäre es Dir angenehm gewesen, vor vier Jahren wegen Brustkrebs behandelt worden zu sein, wo man Dir selbst bei kleinsten Knötchen die ganze Brust absäbelte? Was Dir heute jedoch noch genau so passieren kann, wenn davon nur ein einziges Krebsfädchen weiter gewachsen ist als 1½ cm.

Vielleicht hast Du Dir sogar schon im vorigen Jahr mit dem Wundermittel und Protonenhemmer Omeprazol<sup>3513</sup> Deine Gastritis oder Dein Magengeschwür behandeln lassen: Vielen Menschen macht der Magen nun keinen Kummer mehr. Dafür leiden sie jetzt unter Ödemen, Geschmacksveränderungen, Schleiersehen oder sind blind.

**Aber genau heute nimmst Du an, daß die Ärzte alles bestens machen und Du die richtigen Mittel gegen Dein Leiden bekommst, wenn Du morgen wieder zum Doktor gehst. Zweifel kommen allenfalls bei Dir auf, wenn Du an die Behandlungsmittel vor einigen Jahren denkst - doch die gibt es ja heute nicht mehr, sagst Du Dir. Daß aber jedes chemische Mittel - auch das von heute und das von morgen und das genetische von übermorgen schädlich, ja tödlich gefährlich für Dich ist, daß will Dir partout nicht einleuchten.<sup>2170</sup>**

Oder glaubst Du denn, daß ein objektiver Betrachter des Jahres 2095 das ärztliche Tun bei Krankheiten der heutigen Zeit, also etwa in den Jahren 1995 bis 2000, als richtig und erfolgreich ansehen wird? So geistig blind wirst Du doch nicht sein!

**Und trotzdem bist Du damit einverstanden, was Dein Arzt Dir heute alles verordnet, spritzt oder als notwendige Operation vorgaukelt.**

Vor etwa dreitausend Jahren wurden die ägyptischen Mediziner der Wurmkrankheit und Lepra nicht Herr. Vor zweitausend Jahren kämpften die hellenistischen Heiler vergeblich gegen Fisteln, Geschwüre, Entzündungen und Hämorrhoiden an. Vor 1500 Jahren richteten die römischen Ärzte so gut wie nichts gegen die Malaria, das Blutspucken und den Typhus aus. Im Mittelalter blieben die Priesterärzte machtlos gegen den Skorbut und die Pest. Während der Renaissance waren die Doctores medicinae ohnmächtig gegen den Englischen Schweiß und die Pocken. Im 17. Jahrhundert standen die Magistri in medicina hilflos vor den vielen Epidemien, dem mesenterischen Kindbettfieber, dem Zipperlein und der Schwindsucht. Und in diesem Jahrhundert behandeln die weißen Götter ohne jeden Erfolg Krebs, Herz- und

Kreislaufleiden, Rheuma, Asthma, Arthritis, Multiple Sklerose, AIDS und so weiter und so weiter - von Schnupfen und Akne mal ganz zu schweigen.<sup>2186, 2441, 2447/8</sup> **Erkenne schon jetzt:**

**Je mehr die Ärzte über den menschlichen Körper wußten und über die Krankheiten erforschten, je stärker wuchsen letztere an.**

Und trotzdem ist Dein Glaube an diese Scharlatane noch immer ungebrochen? Nein - für so unklug kann ich Dich wirklich nicht halten! Denn wenn diese Burschen wirklich was könnten oder soviel Positives vollbringen würden, wie es Dir in den Fernsehfilmen (diese Woche allein fünf davon!) durchschnittlich 8 Millionen Lieschen Müllers weisgemacht wird, dann müßten die Mediziner ja doch älter werden und weitaus gesünder sein als die übrigen Menschen.<sup>3304, 3307, 3310f, 3314, 3320/21</sup> Aber nix da! Im Gegenteil, sie sterben durchweg früher und sind kränker<sup>2002</sup>.

**Früher wurden Krankheiten von den Ärzten mystifiziert.**

**Heute werden sie verwissenschaftlicht. Was heißt, mit immer mehr Wissen behandelt. Was keinen Unterschied macht. Es geschieht nur alles, um zu vernebeln. Damit die Menschen nicht erkennen, was die wirklichen Ursachen ihrer Krankheit sind. Und daß es die Ärzte sind, die bei Krankheit die größte Gefahr für sie bedeuten.**

Halt, ich vergaß eine alte aber ungefährliche Therapie, die viele noch heute über sich ergehen lassen (siehe Bild). Von der aber niemand weiß, wozu sie gut sein soll und wie sie wirkt, obschon sie schon vor 400 Jahren üblich war: das Schröpfen.

Beenden wir das Kapitel über die Geschichte der Medizin. Es zeigte sich, daß sie nichts anderes war als ein grandioser Betrug am kranken Menschen. **Erkenne: Das Immer-mehr-Wissen der Mediziner hat nie etwas genutzt, hat nie geholfen. Mit dem Wissen ist es nun mal wie mit dem Fisch: Bald verdorben und nicht mehr zu gebrauchen.**

»Vielleicht magst Du in vielem recht haben - aber eins mußt Du doch der Medizin lassen: Sie hat die Seuchen und die ansteckenden Krankheiten ausgerottet! Und: Es gibt dank der Impfungen keine Pocken mehr und auch keine Diphtherie und Kinderlähmung«, sagst Du.

Du wirst in diesem Buch immer klarer bewiesen bekommen: Ein Arzt kann eine Krankheit für Dich weder vorbeugend verhindern noch nachträglich heilen! Jede Zeit hat die ihr eigenen Krankheiten. Die Pest wütete in Europa nur eine bestimmte Zeit und kommt heute so gut wie nicht mehr vor, *ohne* daß die Medizin dagegen je ein Heilserum oder einen Impfstoff angewandt hätte!





Sie ist verschwunden, seitdem die Menschen nicht mehr so eng mit Tieren zusammenleben und die Ratten bei ihnen ein- und ausgehen. Seuchen kommen und gehen - aber sie gehen nicht, weil das dem Verdienst der Medizinen oder Mediziner zuzuschreiben wäre. Sie verschwinden dann, wenn die Menschen wieder halbwegs natürliche Zustände herstellen. So verschwindet die Cholera, wenn das exkrementenverseuchte Wasser wieder sauber wird.

Die Tuberkulose ging zurück, nachdem vornehme Blässe nicht mehr gefragt war, sich die Menschen mehr außerhalb ihrer Wohnungen bewegten und mehr Frisches aßen. Die Diphtherie tritt kaum noch auf, weil die Mütter so vernünftig geworden sind, ihren Kindern auch ab und zu mal Vitamine in Form von Obst in die Hand zu drücken - statt ihnen, wie damals üblich, nur in Milch gerührtes Mehl als Nahrung zu verabreichen.

Untersuchen wir, was es tatsächlich mit dem Impfen auf sich hat, auf das sich die Mediziner von heute so viel einbilden, und mit dem man auch AIDS einmal zu begegnen gedenkt:

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × »[Der Große GESUNDHEITS-KONZ](#)« × »[Natürlich Leben](#)«  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/0/71.html> - **Update: 13.01.2000 15:36**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a>	× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr
--	---



## **Bund für Gesundheit e.V.**

• gemeinnützig • besonders förderungswürdig

Talstraße 34-44, D-52525 Heinsberg

• Tel: 02452-22678 • Fax: 101078

• Homepage: [www.BFGeV.de](http://www.BFGeV.de)

• e-mail: [BFGeV@t-online.de](mailto:BFGeV@t-online.de)

× Spendenkonto:

Postbank Köln, BLZ 370 100 50, Kto 443905-503



## **Franz Konz: Der Große Gesundheits-KONZ**

4. neu bearbeitete und aktualisierte Auflage April 1999  
© Franz Konz 1999, alle Rechte vorbehalten

Ein kostenloser Service des [Bund für Gesundheit e.V.](http://www.BFGeV.de)  
in Zusammenarbeit mit [Antivivisektion e.V.](http://www.Antivivisektion.de) / [Tierversuchsgegner Rhein-Ruhr](http://www.Tierversuchsgegner.de)

× [mit Navigation laden](#) × [ohne Navigation laden](#) × [Buch bestellen](#)

## **0. Kapitel. So wirst Du völlig gesund**

### **0.8 Die Wahrheit: Impfungen erhöhten die Krankheits- und Todesraten 0700-0810, 9515**

Als in Deutschland 1939 die Kinder das erste Mal gegen Diphtherie geimpft wurden, schoß die Krankheitsrate auf 150.000 Fälle empor, während sie vorher bei etwa 11.400 kranken Kindern lag. 1796 fing man in England damit an, gegen die Pocken zu impfen. Statt daß es die Pockenerkrankungen minderte, kam es 1839 zu einer wahren Pockenepidemie, an der 22081 Leute starben.<sup>0707f</sup>

Trotzdem verabschiedete man das Pockenimpfgesetz im Jahre 1853, weil die Mediziner der Regierung weismachten, die Bevölkerung müßte 100%ig durchgeimpft werden. Mit dem Erfolg, daß es 1872 zu einer noch schlimmeren Epidemie kam, an der 44.840 Menschen starben. Als die USA zwischen 1917 und 1919 eine Pockenimpfung auf den Philippinen durchsetzten, kam es kurz danach zu einer Epidemie, an der 162.503 Menschen erkrankten, 71.453 von ihnen starben. Erst 1948 gelang es, dieses Gesetz abzuschaffen.<sup>0800</sup> Als es 1958 Pflicht wurde, die Kinder in den USA gegen Kinderlähmung impfen zu lassen, stiegen die Polio-Erkrankungen um so stärker an!<sup>0802</sup> Was man der Öffentlichkeit verschwieg: Es erkrankten und starben nur in der Inkubationszeit Geimpfte. Ungeimpfte erkrankten nicht.<sup>0707ff</sup>

Australien verzichtete auf die Pockenimpfung, nachdem zu viele Kinder durch die Impfung getötet wurden. In den 10 Jahren, in denen Japan die Impfung zur Pflicht machte, waren es 29.979 Japaner, die durch Pocken - obwohl sie geimpft waren - umkamen.

Ein australischer Forscher macht sogar die Schluckimpfung gegen Kinderlähmung für den starken Anstieg der Leukämie verantwortlich!<sup>0768ff</sup>

Bei der Mumps-Impfung *erhöht* sich besonders das Risiko, später tatsächlich an Mumps zu erkranken!<sup>0777</sup> Zudem bist Du nie sicher, ob Kinder beim Impfen nur als Versuchskaninchen dienen.<sup>0784</sup>

Du gehst ins Ausland und läßt dich vorher impfen? Gegen die üblichen Malariaerregere sind die Malariaerregere inzwischen resistent - diese nutzen also schon mal nichts! Daß die Impfung gegen die Cholera einen Schutz darstellen soll - an das Märchen glauben die erfahrenen Tropenärzte inzwischen selbst nicht mehr. Gegen Cholera und Typhus helfen nur sauberes Wasser und Quarantäne der kranken Personen.

Sehr zu denken geben sollten Dir auch die Berichte verschiedener Forscher, welche Multiple-Sklerose-Fälle auf Impfungen gegen Polio, Pocken, Typhus, Tetanus, Tollwut und Tuberkulose zurückführen.<sup>9804</sup>

**Ja, warum meinst Du wohl, daß die Ärzte ihre Kinder nicht impfen lassen?<sup>0710</sup> Die wissen, daß man danach binnen 24 Stunden bis sechs Monaten gelähmt zurückbleiben oder später krebskrank werden, daß sich in vier Jahren Blindheit oder ein Gehirnschaden, Herzkrankheiten in zehn und Tuberkulose in zwanzig Jahren danach entwickeln kann.**

Merke: Masern, Mumps, Keuchhusten usw. heilen wieder aus - ein Impfschaden aber nie!<sup>0700+</sup>

»Und was geschah mit dem Salk-Kinderlähmungs-Mittel, das eingespritzt wurde?«

Das ist in den USA längst vom Markt genommen. Die einzigen Fälle von Polio sind inzwischen nur die, welche durch die Impfung selbst verursacht worden sind.<sup>0760, 0800ff</sup> Sagte ich Dir nicht, daß die »Heilmittel« vor ein paar hundert Jahren harmloser waren, wie etwa Mäusekot, Urin von tragenden Kühen oder Eulenfett?

9.000 Menschen erlitten allein bei uns in Deutschland in den letzten 30 Jahren einen Impfschaden - soll etwa Dein Kind das nächste Opfer sein? Keine geringere als die Weltgesundheitsorganisation (WHO) nannte die von den Ärzten als ihren Verdienst angesehene Pockenschutzimpfung eine »Unethische Maßnahme«!<sup>9515</sup> (Die Tiere sind dem Staat schon wichtiger, da verbietet er jetzt das Impfen gegen die Maul- und Klauenseuche<sup>0763</sup>). Und wenn es nur wenige Kinder sind, die durch eine Impfung schwerste Schädigungen für ihr Leben erleiden:

Der gesunde Menschenverstand muß Dir sagen, daß etwas für Dein Kind nicht gut sein kann, was einem anderen schadet!

Die Keuchhustenimpfung ist am verhängnisvollsten!<sup>0705</sup>

Wie ist das z. B. mit den Impfungen gegen die Grippe? Wenn die Ärzte glauben, daß die so einen guten Schutz darstellen, warum warnen dann die Beipackzettel davor, sie Kranken zu spritzen, die etwas an der Lunge oder an den Nieren oder am Herzen haben?<sup>0769, 0759</sup> Jahr für Jahr wird geimpft und Jahr für Jahr kehrt die Grippe in schlimmerer Form wieder. Und die vorgebrachten medizinischen Argumente sind nur hohl: "Die Viren ändern sich halt..." Doch wie durch einen glücklichen Zufall hält die Impfung immer nur einen Winter vor... Und warum ist das Impfen fehlindiziert bei Leuten, die an Krebs oder Anämie leiden? Frag Dich mal, wenn's doch gefahrlos ist!

Und wenn Du z. B. noch nicht weißt, ob Du an Krebs leidest, weil sich die Anzeichen erst viel später bemerkbar machen? Dann genügt das eingepflichte Chemiegift oft schon, die Krankheit zum Ausbruch zu bringen.

Im Beipackzettel heißt es bereits vorher, daß dieses Serum nur für *einen* Grippestamm geeignet sei - es gebe jedoch mehrere davon!<sup>0704</sup> Genau: Es gibt über hundert verschiedene Grippestämme. Wenn Du also keine Grippe nach dem Impfen bekommst, dann verdankst Du es dem Mittel und wenn Du sie bekommst, dann war es leider ein fremder Grippestamm...<sup>0759, 0769</sup>

Sieh Dir im Literaturverzeichnis<sup>0801/3/5</sup> die statistischen Kurven an, wie sich Antibiotika und Diphtherieimpfung sogar nachteilig in England auf Keuchhusten, Scharlach, Masern und Diphtherie ausgewirkt haben und wie die Krankheitskurve bei Tb und Typhus verläuft - wobei Du im Auge behalten muß, daß in den USA und England dagegen nie geimpft wurde. Erkenne auch klar den *Anstieg* der (bereits im Abklingen begriffenen Krankheit) Diphtherie, als in Deutschland mit dem Impfen begonnen wurde.<sup>9515</sup>

Deine Dir im Gesicht stehende Frage will ich Dir beantworten: Du weißt das deshalb nicht, weil Du von der mächtigen, medienbeherrschenden Mediziner- und Pharmedienlobby nur mit Erfolgsmeldungen überschüttet wirst und deren Fachbücher und -literatur nicht kennst, die ich Dir im Literaturverzeichnis aus aller Welt ausgegraben habe.

**Jeder normal Gesunde hat sein eigenes von der Natur ihm eingebautes Immunsystem, das alle nötigen Funktionen selbsttätig reguliert, solange ihm keine Gifte zugeführt werden.**

Impfstoffe unterbrechen dieses Selbstheilungssystem, weil der Giftstoff direkt in den Blutstrom gegeben wird. Das gibt den eigenen Abwehrkräften keine Zeit, die körperfremden Gifte zu beseitigen. So werden diese sofort zu den Zellen, Drüsen und Organen getragen, wo sie sich in Minutenschnelle festsetzen und ihr verderbliches Werk beginnen und beständig fortsetzen können. Können, sage ich. Bei den meisten werden sie ja zum Glück (!) wieder ausgeschieden. Wenn dagegen Giftstoffe auf dem normalen Weg durch den Mund und die Nase in den Körper gelangen, kann das Giftabwehrsystem des Körpers meist noch reagieren, kann die Giftstoffe in Leber und

Nieren filtrieren, sie durch Verflüssigung weniger schädlich machen oder mittels Durchfalls schneller hinausbefördern. Weshalb es nach der Schluckimpfung nicht mehr so viel schlimme Impfschäden gab.<sup>0711</sup>

Andererseits darf nicht der Trick der Mediziner übersehen werden, durch Einführen eines anderen Zährefaktors dem abfallenden Kurvenverlauf eine für die Schluckimpfung positiver verlaufende Wendung gegeben zu haben.

»Wie erklärst Du es denn, daß die schlimmen Infektionskrankheiten, außer AIDS, so kontinuierlich zurückgingen?«

Worauf dann die nicht übertragbaren Krankheiten wie Krebs, Rheuma, Asthma, Allergien so stark anstiegen! Ich bin doch kein Hellseher und kann nicht hinter alles kommen: geheimnisvoll am lichten Tag... Jedenfalls - eins weiß ich sicher: Es liegt am Mißachten der Naturgesetze. Aber was weiß ich, was wissen wir alle schon! Diese Erklärung ist vorstellbar: Das Gros der Menschheit hatte bis vor kurzem immer gehungert. Weil sie die ihnen von der Natur zuge dachte Nahrung verschmähten. Was nicht kultiviert angebaut oder gezüchtet war, das wurde von den Menschen seit etwa 10000 Jahren als nicht eßbar angesehen. So war - außer bei den Fürsten und wenigen Reichen - meist Schmalhans Küchenmeister. Die Menschen waren geschwächt - und damit anfälliger. Das wurde anders, als die billig zu habende Kartoffel eingeführt wurde und sie sich so mehr Gemüse und Obst erlauben konnten. Der Körper vermag nicht genügend Immunkräfte aufzubauen, wenn er hungert oder vitaminlos ernährt wird.

In unserer Zeit dehnt sich der Handel mehr und mehr aus. Für die Menschen in unseren Wohlstandsländern ist Essen sogar im Überfluß vorhanden. Dadurch sind die Menschen gegen schwere Infektionen weniger anfällig. Doch nun übertreiben sie in die andere Richtung und schaufeln sich mit überhäuftten Gabeln und mit den zu viel Fleisch schneidenden Messern Krankheiten in den Leib. Tauschen somit die früheren infektiösen Hungerkrankheiten gegen die heutigen Wohlstandsleiden ein.

»Warum impft man denn überhaupt gegen Kinderkrankheiten?<sup>070ff</sup> Waren die Ärzte früher nicht der Meinung, die Kinderkrankheiten seien für ein Kind wichtig, weil sie dessen Abwehrkräfte stärken würden?<sup>0730</sup> Wieso tun sie heute das direkte Gegenteil von dem, was sie vor wenigen Jahrzehnten als richtig erachteten?«

**Klar doch: Das schadenträchtige Impfen bekommen sie bestens bezahlt, das immunstärkende Unterlassen des Impfens nicht.** Dabei braucht das Kind gerade in seiner Jugend die Auseinandersetzung mit Viren und Bakterien, um seine Immunkräfte zu stärken! Geschieht das erst im Alter, wirkt die Krankheit viel gefährlicher, wie etwa bei den Röteln.<sup>0715</sup> In den USA hat man angeblich herausgefunden, daß harmlose Kinderkrankheiten in spätere lebensbedrohliche Erwachsenenleiden umgewandelt werden können und nimmt deshalb zweimal die MMR-Impfung (Maser, Mumps, Röteln) vor. Ein Wahnsinn!<sup>0702, 9839</sup> Und wieso? Impfstoffproduzenten besitzen riesige, viele Millionen verschlungen habende Produktionsanlagen angeschafft, die sich bezahlt machen müssen. Und dann werden profitgeile, bestechliche Doktoren und Professoren um Artikel für die Medien gebeten, wonach »alte Infektionskrankheiten« wieder im Kommen seien.<sup>0731/2</sup>

Warum mußt Du denn beim Arzt unterschreiben, man hätte Dich über die Impfschäden aufgeklärt, wenn die wirklich so selten vorkommen oder halb so schlimm wären?<sup>0703</sup>

Wenn Du schon glaubst, Dich oder Dein Kind impfen lassen zu müssen, dann laß Dir wenigstens vorher eine genaueste Analyse des Impfstoffes geben! Soviel Verantwortung wirst Du Deinem Kind gegenüber doch wohl noch aufbringen: zu wissen - was da an Chemie in das kleine Körperchen reingepumpt wird. In vielen steckt sogar heute noch das heimtückische Gift Quecksilber!

Tja, wer weiß das schon! In über 300 anderen Medikamenten und Cremes ist es ebenfalls noch vorhanden, wie z. B. in den heute gebräuchlichen Desinfektionsmitteln, Rheumapräparaten, Hautsalben, Kontaktlinsenflüssigkeiten, Nasen-Mund-Rachenmitteln usw.<sup>3608f</sup>

**Erinnere Dich daran, wie Kinder in panischer Angst vor der Spritze weglaufen oder es wenigstens möchten! Es ist die Urangst und Urabwehr der Lebewesen vor etwas, das ihnen Gefahr bringt. Respektiere dieses feine Gefühl Deines Kindes gegenüber Deinem von Schule und Massenmedien verbogenen Verstand. Dein Kind fühlt es besser, als Du es zu wissen glaubst!**

Mit einem Kostenaufwand von jährlich 50 Millionen Mark für den Steuerzahler setzten die Ämter seit 1950 die Impfungen gegen Maul- und Klauenseuche durch, obschon diese nicht, wie behauptet, die Seuche verhindern, sondern sie im Gegenteil verursachen. Und sie darüber hinaus noch in die seuchenfreien Länder Europas, wo nicht geimpft worden war, hineintrugen.<sup>0763</sup> Erst kürzlich, als sich die anderen Staaten darüber immer stärker beschwerten, stellte man das Impfen ein. Genügt das eigentlich nicht als Beweis für Schädlichkeit und Gefahr des Impfens?<sup>9961</sup>

Mit modernsten psychologischen Werbetricks arbeitet die Ärzt-Pharma-Maria heute: So wird nicht mehr zu einer nochmaligen Impfung aufgerufen, sondern man lanciert ein neues Wort in die Medien ein, das die Wahrheit zwar konterkariert, dafür aber plötzlich dem Giftsaft aus den Chemiewerken eine positive Wendung verleiht. Indem man von einer »Auffrischungsimpfung«<sup>0729</sup> spricht und damit den Menschen suggeriert, Impfungen seien so harmlos wie eisgekühltes Mineralwassers. Nun, wer möchte sich (oder seinem Kind) nicht gerne eine »Auffrischung« gönnen? Wie z.B. bei der Tetanusimpfung.<sup>0762</sup> Zumal die ja anscheinend umsonst zu haben ist ... Damit wird eine altbewährte Taktik fortgesetzt, die Impfflüssigkeit nicht der Wahrheit gemäß als »verdünnten Eiter« aus verseuchten Tierleibern, sondern als »Heilserum« zu benennen.

Und dann: Wie vergeßlich sind die Menschen! Vergessen z.B. ist, daß der 1924 als Vorsorge gegen Tuberkulose gegebene Impfstoff Bacille Calmette Guérin bei von 250 in Lübeck geimpften Kindern allein 63 Kindern den Tod, 125 die Tuberkulose und 48 Kindern eine Tuberkulin-Allergie brachte. Das Vertrauen ins Impfen war danach zwar perdu, aber die Ärzte ließen nicht nach, immer wieder das Impfen zu fordern. Und bekamen nach und nach die Menschen dafür wieder weich. Heute das gleiche Spiel: Alle paar Wochen gibt's in den Ärztezeitschriften Ratschläge darüber, wie man der Impfmüdigkeit in der Bevölkerung begegnen sollte.<sup>0703</sup> Und die Medien ziehen fleißig mit dabei.

»Wie mischen die denn eigentlich so einen Impfstoff an?«<sup>0708, 0751</sup>

Es war sehr schwer, etwas darüber zu erfahren, denn die Pharmaindustrie läßt sich nicht gern in die Karten gucken. Ich bin Mauern von Schweigen begegnet. Das geht so: Zuerst entnimmt man kranken Tieren oder Menschen Eiter oder Lymphe und spritzt das in kleinen Mengen in Eier. Dann wartet man ab, bis sich die Bakterien oder Viren darin genügend vermehrt haben und kippt sodann den Inhalt in ein Gefäß. Die stinkende Brühe wird mit Karbolsäure vermischt - ein ganz schlimmes Gift - um die Kraft der Mikroben abzuschwächen. Manchmal kommen auch noch Antibiotika hinzu. Dann wird diese Dreckmischung durch noch feinere Siebe getrieben, die schmutzige Farbe herausgebleicht und mit Formaldehyd haltbar gemacht. (Ja, Du hörst recht, genau das gleiche Formaldehyd, das man erst vor kurzem als so stark giftig erkannte, und was uns und unsere Kinder aus Schulwänden, Möbeln, Kunststoffteppichböden und Deckenplatten vergiftet). Als letztes setzt man dann noch Glyzerin und Chloroform hinzu und nennt das Giftgebräu dann stolz »Serum«. Und was sagt der eigene Körper dazu? Z.B. zur Masernimpfung?

**Gegen das eingepfulte Fremdeiweiß sucht er sich durch Verhärten seiner Zellwände zu schützen. Dadurch wird der Stoffwechsel gestört, die Schlacken werden durch Rückstau festgehalten, der Weg für andere Krankheiten wird geöffnet.**

Beim nicht geimpften Kind dagegen können die Viren ungehindert in die Zellmembranen dringen. Sie lösen Antikörper aus und sterben ab, wenn sie auf ein gesundes Gewebe treffen. Stoßen sie auf ein weniger gesundes oder durch Vorimpfung der Mutter erblich belastetes Milieu, dann veranlaßt die Weisheit des Körpers mit Hilfe der Viren eine gründliche Reinigung: Indem er 1. Viren und Schadstoffe weg von den wichtigen inneren Organen an die Peripherie (durch Pustelbildung) verbringt. Was selbigen zufolge der diesmal nicht verhärtet verbliebenen, offenen Zellmembranen leicht fällt. 2. Indem er diese durch Anschwellen der Nasenschleimhäute dort ansammelt, um sie besser nach außen oder in die Leber abzuleiten, 3. Indem er diesen Vorgang durch Beschleunigen des Blutkreislaufs vorantreibt, welche zwangsläufig das Erhöhen der Körpertemperatur einleitet. Die wiederum bezweckt, die hitzeempfindlichen Viren abzutöten. Denn letztere haben inzwischen ihre von der weisen Schöpfung (Gott) übertragene Aufgabe erfüllt, den Körper von vererbten und durch die heutige Fehlernährung aufgenommenen Schadstoffen zu befreien.

**Daß diese Reinigung nach einer Impfung nicht mehr geschehen kann, das ist der eigentliche und schlimmste Schaden!** <sup>1648</sup>

Die Spätschäden des Impfstoffs, die Glycerin und Chloroform verursachen, sind: Blutungen, Blutunterdruck, Leberschäden, Nierenschäden, Lungenschäden, Harnblasenschwierigkeiten, Gehirnentzündungen (die am meisten bei Kindern nach dem Impfen vorkommen), Fieberschübe, Magenschleimhautentzündungen, Gewebeschäden, Neuritis, Aufbrausen, Überempfindlichkeitsreaktionen...

Ja, ich weiß schon: Du hast die Bilder aus den Pharmaziefabriken im Sinn, wo behandschuhte junge Frauen mit weißen Kitteln, Kopfhäuben und mit weißem Mundschutz an blendend weißen Tischen in vor Sauberkeit spiegelnden Glasbehältern die Impfflüssigkeiten aufbereiten. Da hast Du in Deinem Kopf gespeichert: Von dort kann keine Gefahr drohen! In diesen sorgsamst sterilisierten Ampullen kann doch kein gefährlicher Dreck drin sein! Wisse:

**Gewöhnlicher Dreck ist ungefährlicher als die Stoffe von heute, die sich Medikamente nennen.**

Nämlich die feinen Fasern des über der Decke des Zubereitungsraumes gespritzten Asbests, der langsam aus den Ritzen quillt. Oder die feinen Härchen der Glaswolle oder des langsam zerbröselnden Schaumstoffs. Mit denen die vielen Rohrleitungen ummantelt sind und die sich mit der Luft im Raum vermischen. Oder die abgetrocknet aufwirbelnden Giftstoffe der chemischen Reinigungs- und Desinfektionsmittel, die sich mit den Impf- bzw. Medikamenteneinzelstoffen verbinden. <sup>3505, 3509</sup>

Hättest Du übrigens gedacht, daß Impfungsgifte Rheuma auslösen können? Oder Mumps?<sup>0756f</sup> Darüber schweigen die Ärzte Dir gegenüber still. Wär ja möglich, daß Du auf die Idee kämst, einen Schadenersatzprozeß deswegen zu führen. Merke:

Impfungen sind die größten Volksverdümmungs- und Vergiftungsaktionen der Welt.

Auch wenn keine virulenten Erreger im *Impfstoff* enthalten sind: Immer handelt es sich bei Impfstoffen um *Fremdproteine*, die vom menschlichen Organismus stets als Fremdkörper aufgefaßt werden, sofern die ins Blut gelangen. Das kann lebensbedrohende Allergien auslösen. Zur Malaria:

Menschen in den malariaverseuchten Regionen bilden Antikörper gegen die Erreger und besitzen deshalb, falls gesund, genügend Immunität. Bei Europäern fehlt dieser Schutz, den aber auch Malariamittel nicht geben können. Kein Wirkstoff vermag die Malariaerreger in allen Stadien ihrer fortwährenden Verwandlung zu erfassen.<sup>0725</sup>

Dafür macht der vorbeugende Malariapillenkonsument die Erreger zunehmend resistent.

Erst dieser Tage haben Forscher ihren vorläufig jüngsten Abwehrtrick entdeckt: die Einzeller befördern die Gifte, bevor sie wirken können, mit einer Art »biochemischer Pumpe« aus ihrem Innern hinaus.

Glaub mir: Für jeden, der nur ein bißchen gesund lebt, sind die Bedrohungen, die hinter einer Impfung stehen, weitaus schlimmer als die Gefahren, die von der Krankheit zu erwarten sind.

»Warum warnen die Behörden denn nicht die Menschen?«<sup>0706, 0720, 0725</sup>

Der Staat muß die Wirtschaft doch am Laufen halten! Und wären dann nicht auch Arbeitsplätze in Gefahr? Man will die Bevölkerung doch um Himmelswillen nicht beunruhigen! Es ist nicht mal möglich, in einer kinderärztlichen Fachzeitschrift über Impfschäden zu berichten. Diese Arbeiten werden von den (meist ärztlichen) Redakteuren nicht angenommen.

Fachzeitschriften leben halt auch von den Anzeigen der Pharmazeuten. Und was nicht in den Fachzeitschriften steht, das kann auch nicht in Tageszeitungen veröffentlicht werden - und Du hast deshalb noch nie was von der UrMedizin gehört.



Neuerdings gehen einige Ärzte sogar zu Erpressungen über. Sie drohen Eltern, ihre nichtgeimpften Kinder (bislang zwar nur vereinzelt, aber immerhin!) aus den Kindergärten zu werfen. Heimlich hoffend, daß die Eltern ihnen schnell ihre Chipkarten nebst Kindern überbringen, um sie nachträglich impfen zu lassen...<sup>0776</sup>

**Von der Medizin gegen Krankheiten eingesetzte Mittel »wirken« deshalb dann erst - was sich die Medizin unberechtigt als ihren Erfolg anrechnet -, wenn eine Krankheits- oder Seuchenart (z. B. wegen verbesserter Hygiene oder besserer Lebensumstände) bereits sowieso im Abklingen begriffen ist! Die Mittel der Medizin selbst besitzen jedoch keinerlei Einfluß auf den Rückgang der betreffenden Krankheit - wohl aber oft auf deren Anstieg. Denn sie enthalten ja meist - wenn auch in abgeschwächter Form - die Keime, vor denen sie zu schützen vorgeben. Aber viele abwehrgeschwächte Menschen sind natürlich dafür anfällig und werden dann schlimmstens krank. (siehe Literaturverzeichnis [LV] 0801ff)**



Ich stelle fest:

Für die im Ansteigen begriffenen Krankheiten (etwa AIDS, Krebs, Rheuma) gibt es keine wirksamen Mittel. Für die abklingenden Leiden (etwa Pocken, Kinderlähmung, Tuberkulose) gibt es angeblich wirksame Mittel. Sieh Dir zum Vergleich doch mal kurz im Literaturverzeichnis die Kurvenverläufe der Tuberkulose oder Diphtherie zu der Entwicklung von Krebs an, und Du erkennst es deutlich. Welch bessere Beweise willst Du für die Richtigkeit des Vorgenannten noch fordern?<sup>0803 - 6</sup>



Quelle: Herrn Dr.med. Buchwald danke ich für die Überlassung der erschütternden Bilder aus seinem Archiv. Sonderdrucke seiner bisherigen Veröffentlichungen kannst Du anfordern: Am Wolfsbühl 28 in 95138 Bad Steben. Tel: 09288-8328

# 0. Kapitel. So wirst Du völlig gesund

## 0.9 Warum es sinnlos ist, Diagnosen zu stellen

Da wird in einer bekannten Gesundheitssendung des Fernsehens voller Stolz eine Frau vorgeführt (kurz vor ihrer 54. Operation stehend), weil sie noch immer lebt. Da zwängen sich Mikrofilmkameras durch einen Körper und liefern einfach unglaubliche Aufnahmen von dessen Inneren, von Adern, Därmen und Herzkammern. Da erscheint dreidimensional das Bild des Schädelinneren, und winzige Kameras fahren durch Organe und Adern. Da wird vorher nie für möglich Gehaltenes plötzlich zur Wirklichkeit! Und Du sitzt erdrückt im Sessel vor dieser imposanten Präsentation moderner medizinischer Technik. Und bist hingerissen von dem, was alles in der Medizin machbar ist und noch machbar sein wird, wie man es nie zu sagen vergißt.

**Laß Dich nicht blenden! Denn diese großartigen Geräte und Apparaturen dienen nicht der Gesundheitsmachung. Verwechsele nicht die Diagnose mit der Heilung! Diese Geräte sind nichts als die glänzenden und beeindruckenden Fassaden der Jahrmarktschaubuden der Schulmedizin, die drinnen nichts als Desillusionierung für die sich darauf Einlassenden bereithält! Diese imponierenden Geräte dienen nur dazu, angebliche Krankheiten aufzuspüren – sonst nichts!**

Diese technischen Spitzenleistungen der Diagnosemedizin erwecken nur Erwartungen, die später bitter enttäuscht werden. Schließlich, trotz der überstandenen 53 Operationen ist jene Frau nichts anderes als ein Häufchen Elend mit einem, von den Ärzten, verpfuschten Leben und noch immer nicht gesund - würde sie sich sonst zu einer 54sten entschließen?

Es ist nichts anderes als moderner Aberglaube, daß die genaue Diagnose einer Krankheit auch nur das geringste dazu beitragen könnte, einen Kranken wieder gesund zu machen.

»Ich sehe das etwas anders«, sagst Du. »Die Zusammenhänge im Krankheitsgeschehen konnten im 19. Jahrhundert endlich durch die fortschreitenden anatomischen Erkenntnisse und Leichenöffnungen erklärt werden. Mithin war das gestiegene Wissen doch etwas wert. Diese neuen wissenschaftlichen Erkenntnisse brachten auch einen echten Fortschritt! Jetzt beruhte das über Krankheiten Gesagte nicht mehr allein auf allerlei möglichen Mutmaßungen, sondern auf exakten Feststellungen! Jetzt suchten die Ärzte nicht mehr nach einem Teufel. Jetzt gab's keine Spekulationen mehr, sondern nur handfeste Tatsachen! Die Leber war entzündet oder geschrumpft, die Niere besaß Steine - das konnte jetzt genau an Leichen verglichen werden - also war der Tote leber- oder nierenkrank gewesen! Das war nun eindeutig und nachweisbar richtig ermittelbar. Nun vermochten sie nicht nur so etwas Ähnliches wie eine Diagnose, sondern eine ganz einwandfreie zu stellen.«

Aber nur die eines toten Menschen!

Statt eines Kranken, meinetwegen auch eines vom Teufel Besessenen, gab es nun eine kranke

*Leber* und nicht mehr einen kranken *Menschen!* Das habe ich Dir schon einmal angedeutet. Um es Dir noch klarer zu machen: Je genauer die Diagnose, je weniger richtig ist sie. Statt den ganzen Menschen zu sehen und zu behandeln, beobachten, diagnostizieren und therapieren die Mediziner nur noch lokal-, zellulär- und organbezogen.

Mach es Dir klar:

Was da so beeindruckend auf Dich wirken und Vertrauen in die Mediziner schaffen soll, das sind keine Geräte die Dich wieder gesund machen, sondern schädigende Apparaturen, um einer angeblich von den Mediziner festgestellten 40.000 Krankheiten zu entdecken.

Was das auch sei: Kobalt- und Radiumbomben, Tonometer, Hämometer und Ergometer, Elektrokardiographen, Elektroenzephalographen, Röntgen-, Ultraschalldiagnostik und Kernspintomographie - nichts als teure Schau, unberechtigtes Vertrauen zu erwecken und Eindruck zu schinden!

Das Folgeschwerste: Du als Patient wirst zu einem bloßen meßbaren, manipulierbaren Objekt. Und ärztliches Handeln wird nur noch auf ein Organ zentriert.

»Bist Du denn wirklich so kurzsichtig? Erkennst Du nicht, daß man erst feststellen muß, was einer für eine Krankheit hat, um ihn heilen zu können? Erst wenn die Ärzte das genau wissen, erst dann können sie das geeignete Mittel dagegen verschreiben«, so argumentierst Du.

Aber dazu muß die Diagnose doch richtig sein! Du hättest vollkommen recht damit, und ich wäre nicht im geringsten berechtigt, die Diagnose der Mediziner in Grund und Boden zu verdammen, wenn die geschwollene oder geschrumpfte Leber, die verkalkte Arterie, die sich verkrebsenden Zellen oder der entzündete Blinddarm die *wirkliche* Ursache der betreffenden Krankheit wäre! Wenn es sich hierbei *nicht nur* um das erkennbare Wirken einer für die Ärzte bis heute nicht erkennbaren bzw. nicht akzeptierten Krankheitsursache handeln würde! Um diese Ursache zu erkennen, muß sich die Ärzteschaft doch noch fragen, *wovon* das betreffende Organ geschwollen, entzündet oder verkalkt ist. Und genau diese Frage *wollen* sich die Mediziner nicht stellen. Mit einer Diagnose drücken sie Dir bloß einen Stempel auf, den Du so leicht nicht mehr los wirst! Und der Dich damit zwangsläufig in die von ihnen verwalteten Häuser führt...





Unter diesem Gesichtspunkt betrachtest Du zugeben müssen, daß es sinnlos ist, mit einem Medikament die Leber stärken oder die Arterien erweitern zu wollen, wenn die wahren Ursachen nicht bekannt sind und nicht angegangen werden: nämlich die Ursachen, welche weiter und weiter bewirken, daß sich die Leber immer neu entzündet und die Arterien aufs neue verstopfen.

»Und was ist mit den Antibiotika, die schnellstens Entzündungen aus einem kranken Körper vertreiben? Ein wahrer Segen doch!«

Was Du als Segen ansiehst, das bezeichne ich als großen Fluch für die Menschheit - wie übrigens so gut wie alle anderen Entdeckungen auf dem Gebiet der krankheitsbehandelnden Medizin.

Denn unter den Schäden, die die Antibiotika (wie alle chemischen Medikamente) verursachen, sind die schlimmsten die, daß sie das Immunsystem zum Erlahmen bringen und die Abwehrkräfte des Körpers entscheidend schwächen.

Die vielen Millionen Allergie- und Neurodermitisfälle sind hauptsächlich auf mangelnde oder belastete Muttermilch, falsche Kindernahrung und aufgrund von Antibiotika- u. a. Medikamentenbehandlungen zurückzuführen. Ich nehme vorweg, was ich später beweisen werde:

**Es gibt keine Heilerfolge durch die Schulmedizin.**

**Es gibt kein einziges Medikament, das auf Dauer helfen könnte. Es gibt keine einzige Krankheitsbehandlung der Medizin, die ein Leiden wirklich auf Dauer zu kurieren vermag!**<sup>2060, 3509, 3508, 0665</sup>

Es werden nur ständig neue Hoffnungen geweckt. Durch die Apparaturen, durch beeindruckende Filme, durch Presseverherrlichung von neuen Diagnosegeräten bzw. Spitzenärzten.

Jedenfalls war den früheren Ärzten noch stark bewußt, was die heutigen Ärzte bewußt vergessen: was das Wort Medikament eigentlich besagt. Es stammt von *medica mentus*, was nichts anderes bedeutet als: Heilen durch den Geist.

**Es gibt keine stofflichen Mittel zum Heilen. Das einzige *medica mente*, was anzuwenden**

***Erfolg verspricht: sich an die Einsicht des Kranken zu wenden - ihn erkennen zu machen, daß nur er selbst sich helfen kann. Nur seine geistige Erkenntnis darüber, warum er krank geworden ist kann ihn heilen. Deshalb mache ich Dir hier alles so klar. Denn:***

### Gesundheitsgesetz

#### **Der Arzt ist schlimmer als die Krankheit. (Alte Volksweisheit) <sup>1611</sup>**

Jetzt lächelst Du und denkst: ja, ja, so alte Sprüche. Und es geht Dir bereits schon wieder zum anderen Ohr hinaus. Damit es sich aber mal da oben bei Dir im Oberstübchen festsetzt, werde ich Dir bald die Beweise für dieses Gesundheitsgesetz erbringen. Jedenfalls: Drei Sorten von Menschen kannst Du nie etwas abnehmen von dem, was sie versprechen:

1 einem Politiker, 1 einem, der Dich um Geld anpumpt, 1 einem, der Dir Medikamente, Bestrahlungen oder Operationen anbietet und vorgibt, Dich damit gesund zu machen.<sup>0622, 0624</sup>



**Das machten Ärzte vor nicht mehr als 60 Jahren: Sie brachten im KZ Dachau halbverhungerten kleinen Kindern mit Lötkolben großflächige Brandwunden bei, um die Wirkung der verschiedenen Brandsalben »im Interesse der deutschen Rasse« zu studieren und darüber ihre Habilitationsarbeiten zu schreiben. Auch ein Weg, Medizinprofessor zu werden...**

Zu so etwas waren nur deutsche<sup>0632</sup>

Mediziner fähig? Nein, nein: Mit radioaktiven Strahlen wurden in den USA die Menschen zwar nicht äußerlich, dafür aber innerlich verbrannt:

Was meinst Du, was sie heute mit den Patienten in den Universitätskliniken der Wohlstandsländer (@Rz164, 2134) und natürlich auch in den Entwicklungsländern alles anstellen?! Nur: Das wird geschickter eingefädelt. Dann ist nämlich später nicht mehr festzustellen, ob die Kranken an den Medikamentengiften oder an der Krankheit eingegangen sind. Merke: Mediziner sind zu allem fähig! Sie betrachten die Patienten nicht als hilfsbedürftige Menschen, sondern als billig zu habende Objekte zum Experimentieren.

# 1. Kapitel. Klarsehen: Es gibt keine Krankheiten 2017

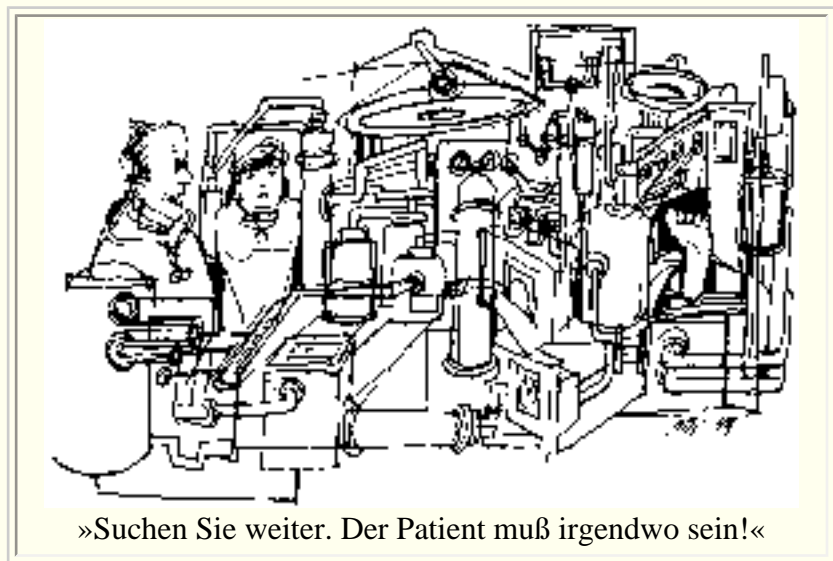
## 1.1 Krankheiten sind kein Schicksal!

*»Krankheiten befallen uns nicht aus heiterem Himmel, sondern entwickeln sich aus täglichen Sünden wider die Natur. Wenn sie sich gehäuft haben, brechen sie scheinbar auf einmal hervor.«*

Hippokrates

Ich zitiere mal aus den Leserbriefen einer Elternzeitschrift (Rubrik: Fragen an den Kinderarzt):

»Seit ein paar Monaten reiht sich bei unserem jetzt 17 Monate alten Sohn ein Infekt an den anderen. Dauernd hat er Schnupfen. Sein Husten hält mich ständig nachts wach. Nach einer Angina bekam er eine Nasen-Rachen-Entzündung, dann folgten Stirnhöhlenvereiterung und Krupp (das ist eine



Kehlkopfschleimhautentzündung) danach eine Lungenentzündung. Ein Test beim Hals-Nasen-Ohren-Arzt ergab, daß Gregors Hörfähigkeit um 20% herabgesetzt ist als Folge eines Ergusses hinter dem Trommelfell. Wenn dieser nicht bald weggehe, sagte der Arzt, müsse er das Kind operieren, sonst könne es taub werden!

Uwe erhält regelmäßig seine Mahlzeiten, zweimal frisch gekocht, und nur das Beste und was er am liebsten mag. Wenn ich mit ihm nach draußen gehe, packe ich ihn dick warm ein - trotzdem läuft ihm der gelbe Schleim nur so aus der Nase. Wissen Sie kein gutes Medikament für mich?«

Zwar haben kleine Kinder heute ständig was, aber solch schwerwiegende Krankheitsanhäufungen sind sehr bezeichnend dafür, wie die Eltern heute zu den Leiden ihrer Kinder stehen. Nämlich, sich nicht zu fragen, was sie selbst falsch machen, und ob Fehler nicht in Zukunft zu vermeiden sind. Die Menschen stehen heute den Krankheiten immer hilfloser gegenüber. So unsicher haben die Mediziner sie schon gemacht! Warum sagen sich die Leute nicht:

**Wenn ich vor 10.000 Jahren geboren wäre oder vor 100.000 Jahren noch im Urwald**

**gelebt hätte, dann könnte ich ja auch nicht ein paar Ärzte oder ärztliche Ratgeber in Zeitschriften fragen.**

»Dann müßte ich mir oder meinem Kind ja auch bei einer schweren Krankheit selber helfen! Das ist doch lächerlich. Die Leute leben nun mal heute! Und warum sollten sie nicht einen Fachmann zusätzlich befragen, der schließlich mehr Erfahrung besitzt als sie selbst?«

Weil das ihre Unsicherheit noch mehr vergrößert.

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Allein das Wissen, daß es einen - zudem noch höchst angesehenen - Berufsstand gibt, der sich für Krankheiten zuständig hält,<sup>2010</sup> allein dieses Bewußtsein verstärkt das Gefühl von Hilflosigkeit dem eigenen Körper gegenüber und stellt einen Grund dar, sich einzureden, man selbst sei zu dumm dazu, sich von Krankheiten zu heilen.**

»Natürlich, wenn ich viel rauche oder saufe, dann weiß ich genau, daß ich davon schwer krank werde - aber ansonsten sind wir den Krankheiten doch mehr oder weniger schicksalhaft ausgeliefert. Es bedarf dann doch eines Spezialisten, damit der einen genau nach den schwierigen Regeln seiner Kunst behandelt.«

Genau diese Meinung ist es, von der ich Dich in diesem Buch abbringen möchte. Erkenne, mit welchen Ausreden - und das sogar im Angesicht des Todes - sogar intelligente, mit beiden Beinen im Leben stehende prominente Menschen sich von der Eigenverantwortung für ihre Gesundheit freisprechen, auch wenn sie genau wissen, daß man sich seinen Leberkrebs vom Saufen geholt hat. Und inzwischen jeder weiß, daß Krankheiten nicht so einfach vom Himmel fallen. Aber fast alle Kranken sprechen immer was anderes, nur nie sich selbst für ihre Leiden schuldig. Hier wird indirekt der Ehefrau die Schuld gegeben:

### **Guido Baumann, der Rätefuchs, an Leberkrebs gestorben**

Frage an Guido Baumann: Wieso sind Sie eigentlich so schwer erkrankt? Gibt es dafür einen Grund?

Baumann: »Die Nachwehen der Trennung von meiner ersten Frau habe ich nicht so ganz weggesteckt. Das äußerte sich in Magenblutungen. Jedes Problem, das man schluckt, äußert sich meistens durch eine Krankheit. So kam es dann auch zu meinem Leberkrebs. Da gibt es einen psychosomatischen Auslöser. Dazu kam sicherlich auch der berufliche Streß.« (BamS, 27.12.1992) <sup>1005, 1009ff</sup>

Früher wurde Krankheit als Gottesstrafe angesehen.<sup>1104a+b</sup> Dann waren deren Ursache irgendwelche "bösen Mächte", schließlich war es ganz einfach das unergründliche Schicksal, das einen traf. Nie aber sah man sich selbst als den Schuldigen dafür an. Du erkennst das z.B. deutlich an dem alten Namen für eine verbreitete Krankheit: die Influenza. Die wurde deshalb so genannt, weil der Einfluß (englisch 'influence') des Bösen einer Grippe als Ursache

zugeschrieben wurde. Dieses Böse wurde auch als Wurzel der Plagen und Pestilenzen der damaligen Zeit betrachtet, wie ich es Dir im Vorkapitel zeigen konnte. Wenn Krankheit wirklich Schicksal wäre, dann müßtest Du Dir sagen, daß auch ein Arzt daran nichts zu ändern vermag. Und somit jeder Gang zu ihm sinnlos sei.

In diesem Buch nimmst Du endgültig Abschied vom Begriff »Krankheit«, so wie Du ihn bisher zu sehen gewohnt warst. Nun lernst Du das Wort »Krankheit« in einem ganz anderen, neuen Licht zu sehen.

*Ich billige nicht alles was Du sagst - aber ich werde immer  
für die Freiheit eintreten, dass Du alles sagen darfst. (Voltaire)*

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/1/1.html> - **Update: 13.01.2000 15:38**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a>                      × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> -                      <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# 1. Kapitel. Klarsehen: Es gibt keine Krankheiten 2017

## 1.2 Es gibt keine Heilmittel – oder: die Entmystifizierung der Schulmedizin

»Heilung von Krebs, Rheuma, AIDS, Asthma, Herz-, Magen- und anderen Leiden wurde mir versprochen. Und bis jetzt nehme ich es Dir noch immer nicht ab, daß ausgerechnet Du unheilbare Krankheiten heilen kannst!«<sup>2013</sup>

Da hast Du recht - das kann ich auch nicht.

»Und trotzdem behauptest Du es schon zu Anfang des Buches! Hast Du mich hereingelegt?«

Nein, ich lege keinen herein! Glaub mir, kein Gesundheitsbuch meint es ehrlicher mit Dir als dieses hier. Die meisten Bücher dieser Art sind von Medizinern geschrieben, die nur das Wohl der Ärzte und Pharmazieunternehmen, aber nicht das Wohl der Kranken im Auge haben. Sie werden Dich deshalb von schwerer Krankheit nie gesund machen.

Ich weiß, wovon ich spreche, denn ich habe mich selbst von Krebs geheilt und bin heute noch gesund wie ein Fisch im (unverseuchten) Wasser.

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Du mußt wissen, daß es keine Krankheiten gibt. Wenn es keine Krankheiten gibt, dann gibt es auch keine Mittel gegen sie.**

Wer behauptet, er besitze ein Mittel gegen eine Krankheit, der betrügt. Ja: Laß alle Medikamente, Medizinen und Spritzen Revue passieren - es gibt nichts, das wirklich heilen kann.

Es gibt allenfalls Mittel gegen die äußeren Erscheinungen und Wirkungen dessen, was die Menschen »Krankheit« nennen. Und es gibt einige Tricks, diese und die damit verbundenen Schmerzen zeitweise zum Verschwinden zu bringen. Das ist alles. Krankheit hieß bei Dir bisher immer: Mich hat's erwischt! Bakterien oder Viren sind heimtückisch in mich eingedrungen. Ich liege flach. Es zwingt mich etwas aufs Krankenlager, für das ich nichts kann. Ich möchte zwar aufstehen, aber das andere ist nun mal stärker, weil es mich von außen angegriffen hat. In Form einer Infektion hat es mich von außen, durch Ansteckung oder Schadstoffe aus der zerstörten Umwelt, angefallen. Die UrTherapie sagt Dir: Nimm Abschied von dieser Auffassung. Du trägst allein die Schuld daran, wenn Du krank wirst.

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Es gibt, auf all Deine Leiden bezogen, keine Krankheiten, sondern nur Folgen auf Dein eigenes unrichtiges Verhalten.<sup>6135</sup> Es gibt nur zwei Lebewesen auf der Welt, die Deiner Gesundheit schaden können: der Arzt und Du selbst!**

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Du mußt Dein Fehlverhalten ablegen, dann wird es auch keine Folgeerscheinungen (»Krankheiten«) für Dich mehr geben. Und dann hast Du auch keine »Heilmittel« nötig! Meist werden die bestehenden Schäden verschwinden. Vorausgesetzt, Dein Fehlverhalten währte nicht zu lange, und Dein Körper ist nicht zu schwer geschädigt, so daß er nicht mehr zum ursprünglichen normalen und gesunden Zustand zurückfinden kann.**

»Wenn das, was Du eben sagst, richtig ist, dann wäre es ja unlogisch, Krankheitserscheinungen zu bekämpfen. Dann würde ja etwas bekämpft, das unschuldig am Kranksein und nicht ursächlich dafür ist.«

Natürlich: Das Behandeln von Symptomen von »Krankheiten« ist unsinnig! (Hier solltest Du unbedingt mal einen Blick ins LV 9488c auf den letzten Abschnitt werfen.) Aber da diese Symptome den Kranken nun mal äußerst unangenehm sind und sie oft genug schlimme Schmerzen bereiten, fragen die Kranken meist nicht nach den Ursachen, sondern wollen nur schnellstens die äußeren Wirkungen ihrer Krankheit los sein: ihren Husten, ihre Migräne, ihr Sodbrennen.

Doch, ich gebe zu, ein Umdenken ist hier für Dich nicht einfach. Es ist schwierig, sich von Voreingenommenheiten zu trennen. Besonders, wenn man diese Anschauungen von Lebensprozessen von Kindheit an als selbstverständlich ansah.

Die allopathische, nur Folgen bekämpfende Behandlung durch die Ärzte verhindert, daß der Körper die ihn stärkende Krankheitsabwehr auslebt. Wenn es Dir schlecht wird, bekommst Du ein Mittel gegen Übelkeit. Wenn Du Schmerzen hast, kriegst Du ein Mittel gegen Schmerzen. Wenn Du krank bist, erhältst Du ein Mittel gegen die Krankheit - aber nie etwas für die Gesundheit.

Goethe hat schon recht, wenn er im "Faust" sagt: »Der Geist der Medizin ist leicht zu fassen.« Und genau so leicht machen es sich die krankheitsbehandelnden Ärzte. Zu leicht - sie denken nicht ein bißchen weiter, als ihre Schul- und Uniweisheit reicht!

**Die Ärzte bekämpfen etwas, sie wollen also etwas zerstören. Und da dasjenige, was sie bekämpfen und zerstören wollen, sich in Deinem Körper befindet, bekämpfen sie Deinen Körper und zerstören ihn damit immer mehr.<sup>2072, 2444, 3326</sup>**

Denk um: Die Krankheit ist nichts anderes als der Versuch Deines Körpers, sich von seinen Fremdstoffen, Schlacken und Giften zu befreien.<sup>2466</sup> Dieses Tun muß man unterstützen, nicht

bekämpfen, wie das die Schulmedizin hält. Die nicht das Dem-Körper-Helfen, sondern nur den Kampf gegen ihn kennt. Auf jeden Fall Anti: Antiallergika, Antirheumatika, Antibiotika, Antidepressiva.

Auf der Fahne der alternativen Medizin steht genau das Gegenteil: sanftes Handeln!

**Da die Schulmedizin die körperlichen, natürlichen Abläufe stört und zerstört, Deinen Körper bekämpft und vergiftet oder verstümmelt, bekämpft sie in Wahrheit nicht Deine Krankheit, sondern Deine Gesundheit!**

Das genaue Gegenteil ist richtig: Laß Dich nicht auf einen Kampf gegen den eigenen Körper ein, der auf lange Sicht sinnlos ist und erfolglos bleiben muß.

Nein, setze besser Deinen Körper als Partner ein, der mithilft, gesund zu werden, auf dessen Selbstheilkraft Du vertraust und auch voll vertrauen kannst, wenn Du ihn richtig unterstützt und genügend kräftigst.

**Die Ärzte schaffen nicht die eigentlichen Krankheitsursachen aus der Welt, sondern hoffen lediglich darauf, daß sie mit ihren Mitteln die Folgen der Krankheiten zum Verschwinden bringen.**

Und das gelingt manchmal auch scheinbar, denn der Körper hat stets das Bestreben, wieder normal zu arbeiten. In vielen Fällen gelingt das nicht. Deshalb gibt es die Millionenheere chronisch Leidender.<sup>1911</sup>

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Befreie Dich ein für allemal von diesem widernatürlichen, schulmedizinischen Denken. Das Symptom ist nichts anderes als ein Hinweis darauf, daß wir etwas in unserem Leben falsch machen. Wird dieser Hinweis beseitigt, so wird nicht die Krankheit, sondern nur der Hinweis wegoperiert, unterdrückt oder überdeckt.** <sup>1609</sup>

Die Ärzte sehen Dich als geheilt an, wenn sie den Zustand wiederherstellen, der bei Dir vor dem Auftreten des Symptoms bestand. Vollkommen unlogisch, denn der alte Zustand Deines Körpers trug schließlich die Schuld daran, daß sich Krankheit in Dir entwickeln und Leidenssymptome bilden konnte. Wisse:

**Gesundwerden kannst Du nur, wenn die verlorene UrHarmonie in Körper, Geist und Seele wiederhergestellt wird.**

Und da nur in der Natur Harmonie herrscht, ist ein echtes Gesundwerden nur mit und durch die Natur möglich.

Mit Gewalt und Antimitteln kann und darf Deine Krankheit nicht bekämpft werden. Nur sanfte



Methoden haben auf Dauer Erfolg. Sieh das Geschehen in dieser wahnsinnigen Welt als ein Gleichnis: Gewalt gegen die »Pflanzenschädlinge« (Bakterien, Pilze, Unkräuter) vergiftet Boden und Wasser und zerstört die Menschheit später selbst. Gewalt gegen Menschen in Kriegen zerstört die Häuser, die Ordnung, das Leben. Gewalt gegen Krankheit bringt immer nur größere Leiden und schlimmere Krankheiten hervor. Je mehr Gewalt, desto mehr Schaden. Vom Holzspeer zum Säbel, vom Gewehr zur Atombombe. Vom Heilkräutlein zum Krokodilskot, zum Quecksilber, zur Chemotherapie, zur radioaktiven Bestrahlung. Erkenne:

**Wenn es keine Krankheiten gibt, wie ich es behaupte, ist ein Bekämpfen von Krankheiten unnötig. Deshalb ist die UrTherapie, mit der Dich dieses Buch bekanntmachen wird, keine Behandlung gegen Deine Krankheiten, sondern eine für das Wiedererstarke Deiner Gesundheit.**

Haben die »kämpfenden« Ärzte schon einmal darüber nachgedacht? Betrachtet man seine Krankheit als Feind, dann wird man die wahren Verhaltensgründe dieses angeblichen »Feindes« nie begreifen lernen. Man will nicht die Wahrheit über jemanden wissen, den man niederzukämpfen trachtet. Ärzte geben Dir ihre Anweisungen nur aus Sicht der von ihnen (meist sogar noch falsch) ermittelten Krankheit. Die UrTherapie gibt sie Dir nur aus Sicht der Gesundheit. Du wirst sehen, was für einen gewaltigen Unterschied das bedeutet! Wie kann ein einzelner, Dir nett und hilfreich erscheinender Arzt auf Dauer gut für Dich sein, dessen Behandlungsgrundlage das schädigende System der Allopathie ist!

»Dann muß Du mir also auch von den Homöopathen, Naturärzten und Heilkundigen abraten. Denn sie behandeln ja ebenfalls Krankheiten, die sie zuvor genau ermitteln. Sie legen Hand an mich, sie spritzen Ozon in den Körper, sie nadeln, sie behandeln mit Eigenblut, mit Thymusextrakt, sie schröpfen mich...«

Nun - im letzteren sind die Schulmediziner größere Meister - nur merkst Du es wegen der Chipkartenregelung nicht. Aber Du hast recht: Auch Naturärzte brauchst Du nicht.

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Nur Du allein kannst, sollst Dir helfen! Jeder andere, der dabei mithilft, ist nichts als ein Störenfried. Denn: Wenn der Arzt etwas an Dir tut, dann tust Du um so weniger für Dich.**

»Trotzdem meine ich, ich sollte nicht nur Deine Meinung hören, sondern auch noch die von anderen Spezialisten, auf jeden Fall dann, wenn ich schwer krank bin«, sagst Du.

Du möchtest am liebsten die Meinung der berühmtesten Professoren, der bedeutendsten Hochschullehrer, der erstrangigsten Spezialisten zu Deinem Leiden wissen? Nun gut. Die schreiben, um sich einen Namen zu machen, nur in den größten ärztlichen Fachzeitschriften wie »Medical Tribune«, »The Lancet«, »Deutsches Ärzteblatt«, »Ärzte Zeitung«, »Ärztliche Praxis« usw. Im Literaturverzeichnis findest Du deren Aussagen zu den einzelnen Tatbeständen und Leiden und die wichtigsten Bücher von ihnen.

Wie willst Du als normaler Patient schon an die erlauchtsten Geister der heutigen Medizin kommen? Bei mir findest Du sie alle versammelt! Ich habe deren Wissen peinlichst genau ausgewertet und teile Dir deren ermittelte Krankheitsauffassungen in konzentrierter Form hier mit. Wenn Dich also ein hier angeschnittenes Thema bzw. eine Krankheit besonders interessiert, siehst Du bei der hier im Text hochgestellten Nummer gleich im Literatur-Verzeichnis nach. Und wenn Du auch den dort von mir aufgeführten Angaben nicht traust (ja, manches ist einfach kaum zu glauben, was ich dort an Beweisen versammelt habe!), dann machst Du Dich einfach - wie ich es 40 Jahre lang hielt - auf den Weg in die nächste Universität oder Universitätsklinik und schlägst in deren Bücherei noch mal nach. Da die Autoren darin stets noch andere Quellenhinweise geben, bist Du bald besser informiert, als der berühmteste und beste Professor, der für so etwas meist kaum Zeit findet.<sup>2003</sup> Halten wir also fest:

Gesundheitsgesetz der Natur:

Krankheiten sind Folge von Fehlverhalten. In Ausnahmefällen: Folge von Fehlverhalten der Vorfahren. In der Hauptsache aber Vergiftungsfolgen durch eine falsche Lebensweise.

Es gibt noch einen Grund, der Dich davon abhalten sollte, auf ärztliche Mittel und Hilfe zu vertrauen: Dein gesunder Menschenverstand. Du siehst doch bei Deinen Bekannten, Verwandten oder Freunden, daß es gerade die Kränksten sind, die am meisten zu den Ärzten rennen. Und daß die, welche die meisten Medikamente schlucken und am häufigsten operiert werden, am elendsten dran sind. Aber die wollen einfach nicht begreifen, daß es der Doktor ist, der sie immer kränker macht. Und das ist auch für Lieschen Müller kaum faßbar...

Wäre die ärztliche Kunst so hochstehend wie sie vorgibt, dann müßten sich doch gerade die am häufigsten Behandelten am besten fühlen und nach einem ärztlichen Eingriff nie mehr zu einem Arzt gehen. Oder? Bist Du denn blind, daß Du nicht wahrnimmst, wie wenig das alles nutzt? (Nein, Du bist nicht so blind, sonst hättest Du ja nicht zu diesem Alternativbuch gegriffen!)



Wenn die Mediziner also etwas verschreiben, das auf Dauer gesehen nur kränker macht, wenn man immer öfter zu ihnen in Behandlung muß - ja, dann meidet man sie doch am besten wie der Teufel das Weihwasser. Denn:

Soll ausgerechnet in Deinem Körper der Ablauf ein anderer sein als bei den anderen, die sich durch die modernen Medikamente immer schlechter fühlen? Bildest Du Dir ein, nur weil *Dir* zu Anfang solch ein Mittelchen oder so

eine Spritze mal etwas Erleichterung verschaffte, das ginge stets gut? Oder das sei gar einem Heilprozeß gleichzusetzen?

Wenn ich mir im klaren darüber bin (jeder Beipackzettel beweist es), daß die Medikamente - und was anderes verschreiben sie Dir ja nicht! - auf Dauer eingenommen nur schädlich sind, ja, dann kann ich mir doch nicht einbilden, daß sie für eine kurze Zeit nützlich sein sollen!<sup>3718,</sup>

3776

**Und wenn ich mir darüber klar bin, dann lasse ich doch am besten gleich die Finger davon! Was ja tatsächlich oft sehr schwerfällt. Denn die Pharmabranche arbeitet mit feinsten psychologischen Tricks, um auch das geringste Aufkommen etwaigen Widerwillens gegen den Chemiedreck auszuschließen: <sup>2510</sup> Alles ist fein für sich einzeln verpackt und weiß eingefärbt. Das wirkt hygienisch, sauber, steril, soll Dir sagen: wir sind harmlos, unschuldig. Die bunten Kapseln signalisieren Dir ins Unbewußte: lustig wie Gummibärchen. Und doch handelt es sich um Gift. Um schlimmstes Dir nur schadendes Gift. Doch davon später.**

Merk Dir gut: Wäre ein »Heilmittel« gegen eine Krankheit wirklich eines, das heilen würde, so müßte es ja für alle Zeiten eins bleiben. Du findest von all den Hunderttausenden, die es bis vor etwa 50 Jahren gab, heute kein einziges mehr vor. (Außer dem Aspirin. Und das ist kein Heil-, sondern ein bloßes Betäubungsmittel.)

Deshalb werden die »Forscher« wie verrückt getrieben, immer neue »Heilmittel« zu erfinden. Weil die alten stets nichts getaugt haben und am Ende nur größeren Schaden verursachten. Deshalb müssen ständig neue Chemiewaffen an die Front des Krieges gegen die Patienten gekarrt werden.

Und vor allem einmal selbst nur mittels Deines gesunden Menschenverstandes mitzudenken? Ja? In diesem Fall mute ich Dir meine nächsten Unverschämtheiten ganz unverfroren zu.

**Risikofaktor Augentropfen.** Chlorambucil, ein Antikrebsmittel, das in vielen Tropfen gegen Bluthaut-Erkrankungen enthalten ist, kann die blutbildenden Knochenmark-Zellen schädigen. Folgt eine aplastische Anämie (Blutarmut), die sogar tödlich sein kann.



× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

# 1. Kapitel. Klarsehen: Es gibt keine Krankheiten 2017

## 1.3 Nur Du selbst kannst Dich gesund machen

Wenn Du jetzt erkannt hast, daß es sich seit den Anfängen der Medizin vor 10.000 Jahren bis, na sagen wir mal zu Rudolf Virchow im Jahre 1860 bei den Ärzten um nichts anderes handelte als um schlimmste Kurpfuscher und größte Scharlatane - ja wie kann Dich dieses Wissen denn glauben machen, sie seien das heute nicht mehr?

»Trotzdem habe ich schon eine Reihe von Krankheiten hinter mir, von denen mich die Ärzte geheilt haben«, sagst Du.<sup>2014</sup>

Das bildest Du Dir nur ein. Bei Allerweltskrankheiten hilft sich der Körper selbst. Und ohne die Dir verpaßten ärztlichen Medikamente wärest Du in vielen Fällen noch schneller gesund geworden, glaub es mir.

Geheilt wurdest Du nicht vom Arzt, sondern von der Natur in Dir und von der Zeit, die Dein Körper brauchte, um mit der »Krankheit« fertig zu werden - richtig: um sich in seine Normalität wiedereinzufinden. Das scheinst Du vergessen zu haben. In jedem Körper steckt der Drang, zu seinem Normalzustand zurückzukehren und der Trieb zu ...

»Zu einer Selbstheilung?« unterbrichst Du.

Nein, nicht zur »Selbstheilung«. Das ist so nicht richtig gesagt. Wenn es keine »Krankheit« gibt, dann kann es auch keine »Heilung« geben. Wenn ich die Worte »Krankheit« und »Heilung« hier im Buch trotzdem weiter benutze, dann nur deshalb, weil sie sich so sehr eingebürgert haben. Und das Wort »Selbstheilung« wollen wir künftig ebenfalls nur im Sinn von »Rückkehr des Körpers zum Normalzustand« verstehen.

Von »Heilung« kannst Du nur sprechen, wenn Du Dir z.B. an Dornen die Haut aufgerissen hast, die dann zuheilt. Eine solche Heilung bedeutet, daß keine Einwirkung von außen, sondern die Wiedergutmachung eines Schadens zum alten Zustand hin stattfindet: allein durch unseren Körper initiiert. Merke:

**»Heilung« bedeutet etwas Selbstverständliches, wenn Du vom unrichtigen Verhalten zum richtigen zurückkehrst.**

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Der menschliche Körper ist seit Jahrmillionen geprägt, normal und unkompliziert zu**

**arbeiten, wenn er erhält, was die Urprägung für ihn vorgesehen hat. Das ist nur Natürliches. Das ist nicht Chemie - was Mediziner ihm eingeben, die Krankheit studiert haben. Die studieren, was es überhaupt nicht gibt: »Krankheit«! Deshalb haben sie beim Behandeln von Krankheiten keinen Erfolg und verursachen nur mehr Schäden bei Dir – die von ihnen vorerst gut vertuscht – dann erst einige Zeit später erneut behandelt werden.**

Nochmals: Es gibt keine »Krankheiten«. Es gibt nur naturgesetzliche Folgen für Fehlverhalten in Deiner Lebensführung!

Zu seinem urgeprägten Zustand strebt jeder Körper zurück, solange ein Funke Leben in ihm steckt. Und er ist normalerweise bestrebt, sich selbst zu helfen, um zu seinem beschwerdefreien Normalzustand zurückzukommen. Er treibt den Schnupfen in acht Tagen von den Schleimhäuten; er bringt Geschwüre wieder zum Verschwinden; er stellt durch Schmerz und Wasseransammlungen ein verstauchtes Glied ruhig und gibt es wieder frei, wenn er es für gebrauchsfähig erachtet; er läßt nach einer Weile auch die ärgsten Schmerzen, die er Dir als Warnung schickt, wieder abklingen.

**Der Körper veranlaßt also alles, um seine Zellen in der von ihm als angemessen erachteten, kürzestmöglichen Zeit wieder in einen lebensstüchtigen Zustand zu versetzen. Solange er die Kräfte und erforderlichen Lebensstoffe dazu besitzt.**

Dazu tut er von sich aus sein Bestes zu seiner Wiederherstellung. Sogar sein Allerbestes! Und wie jeder, der sein Bestes gibt, läßt er sich nicht gerne dazwischenfunken. Und nun bricht da der Arzt mit seinen Medikamenten störend in dieses Bemühen hinein, beeinflußt jetzt nachteilig die sich gerade aufbauende Eigenhilfe. Bei empfindsamen Menschen kann das sogar zum Schock und Tod führen. Es stimmt nicht, daß eine Erkältung unbehandelt zwei Wochen dauert und behandelt vierzehn Tage. Die behandelten Hustenpatienten husten nämlich meist noch nach zwei Monaten und sind selbst im kommenden Sommer noch anfällig für Erkältungen. Auch meine Nachbarin klagt darüber: "Herr Konz, gestern haben sie bei mir eine Bronchitis festgestellt. Heute ist auch noch ein Husten dazugekommen!"

Das kommt daher, daß die Medikamente die »Heil«reaktion unterdrücken, statt sie wirken zu lassen. Da das Immunsystem des Körpers die (harmloseren) Schnupfenviren innerhalb von drei Tagen unschädlich macht, schwächen die gegen die nicht mehr vorhandenen Viren angewandten Mittel unser Immunsystem, so daß es zu einer Gegenreaktion des Körpers kommt - dem sogenannten Medikamentenschnupfen. Dieser aber schädigt den Körper, während der unbehandelte Schnupfen ihn durch das Bilden von Antikörpern kräftigt. Die Erkältung ist Basis allen ärztlichen Wohlstands, zugleich Beweis ihrer völligen Unfähigkeit im Behandeln von Krankheiten.<sup>3492</sup>

**Wird ein Infekt unterdrückend behandelt, dann bleibt eine Immunkörperbildung aus und man handelt sich langanhaltende Blutbildveränderungen ein.**

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Alle bisherigen, alle heutigen und alle kommenden Medikamente verursachen schlimmere Krankheiten als die, wogegen sie von den Ärzten verordnet werden.**

»Aber harmlose Pflanzenpräparate oder Pflanzenöle darf ich bei Erkältungen doch inhalieren. Bisher hab' ich mich immer an alte Hausmittelchen gehalten - niemals zu Tabletten gegriffen!«

Wenn's was genützt hat, dann verrät es mir für meine Leser.

»Gern: Ich hab' mich bei einer Erkältung mit 'ner Flasche Wodka ins Bett begeben und schon nach einer Stunde war sie weg!«

Die Erkältung?

»Nö - die Flasche Wodka.«

Wieder im Ernst: Alles Unnatürliche ist schlecht für den Gesunden, besonders schlecht aber für einen Kranken. Die Lunge ist 30 Millionen Jahre auf das Einatmen von sauberer Luft gedrillt. Sie ist ein Atmungsorgan - kein Verdauungsorgan. Alle pflanzlichen Wirkstoffe gehören in den Magen. Dampfbäder weichen die Schleimhäute nur auf und schwächen sie nur noch mehr!

Sehen wir uns einmal den Unterschied zwischen der medizinischen Behandlung und der Behandlung nach der UrTherapie beim Bluthochdruck an.<sup>2404, 2479, 9608</sup> Die Schulmedizin wie die UrTherapie vermögen ihn zu senken. Beide haben also den gleichen Erfolg: der Blutdruck sinkt!

»Die Behandlung mit Chemie ist also berechtigt!« rufst Du.

Nein: Der Patient fühlt sich nach der chemischen Behandlung in seinem Gesamtbefinden deutlich schlechter. Der Körper paßt - chemisch unbehandelt - seinen Blutdruck den bestehenden Verhältnissen (also den verstopften Adern) an, um das Blut trotz dieser Behinderung in alle lebenswichtigen Gefäße pressen zu können. Die chemischen Präparate senken nun diesen nötigen Druck - arbeiten also dem körperlichen Willen entgegen. Ergebnis: Der Druck sinkt - aber der Kranke fühlt sich schlechter. Daß er zum Arzt marschierte, um sich eine Diagnose machen zu lassen, war ein Fehler. Denn der Arzt glaubt, erhöhter Blutdruck sei ein Leiden. Er geht ja der »Krankheit« nicht auf den Grund. Er fragt nicht weiter, er hat ja nur gelernt, mit welchen Chemietricks die zu senken ist.

Daß der Patient dann immer müder und matter wird, in Depressionen verfällt, daß er nicht mehr richtig arbeiten kann und langsam zum Invaliden wird - dafür macht der dann wiederum seine Sorgen, seine Kinder, seine schwere Jugend oder seine Arbeitsstelle verantwortlich.<sup>2404, 9608</sup>

**Die UrTherapie dagegen senkt den Druck, indem sie die nicht natürlichen Widerstände**

**in seinem Kreislauf beseitigt, also den Kalk und das Cholesterin in den Adern auflöst. Und dadurch den erhöhten Druck zwecklos macht. Sie unterstützt die Heilkraft des Körpers und kämpft nicht gegen das Linderungsbestreben des Körpers an. Ergebnis: Nachdem die UrTherapie dem Körper seine Kräfte wiedergegeben und dazu die nötigen Vitalstoffe vermittelt hat, fühlt er sich - weil er in die Geleise seiner Urprägung zurückgeführt wird - wieder wohl, natürlich wohl.**

»Stimmt es wirklich, daß mein Körper so exakt mit dem Blutdruck reagiert - es ist doch keiner da, der das veranlaßt.«

Natürlich ist etwas da: seine Urprogrammierung. Nach der er alles tut, was zweckmäßig für ihn und seine Fortpflanzung ist: Und er reagiert genau so bei Gesundheit. Jemand, der seinem Verwandten eine Niere spendet, ist sicher nicht krank - und trotzdem erhöht sein Organismus sofort den Blutdruck.

Die UrTherapie verzichtet auf jeden Kampf gegen die »Krankheit«. Für sie bedeutet die »Krankheit« eine bereits eingeleitete Abwehrmaßnahme des Körpers zum Gesundwerden. Die UrTherapie unterstützt und aktiviert also das in jedem Lebewesen vorhandene Streben nach Wiederherstellung der Gesundheit.

»Die UrTherapie handelt demnach der Schulmedizin genau entgegengesetzt?«

So ist es. Deshalb wirkt sie so erfolgreich. Wenn Du unter den Fittichen der Schulmedizin gesund wirst, dann nur deshalb, weil sich Dein Körper zu Deinem großen Glück am Ende stärker erwies als deren künstlichen Eingriffe. Und weil Dein Organismus sein Streben nach Rückkehr zum normalen (gesunden) Zustand trotz der ärztlichen Behandlung durchsetzen konnte. Ist er aber zu schwach, dann wird die Selbstwiederherstellungskraft Deines Körpers durch die ärztlichen Kampfmaßnahmen zerstört, und Du wirst langsam aber sicher zu einem Wrack gemacht! Wie es z.B. die schulmedizinische Behandlung der AIDS-Kranken beweist.

**Jeder Körper eines Lebewesens besitzt das natürliche Bestreben, sich gegen in ihn Eindringenes, das er nicht nutzen kann, von sich aus und ohne fremde Hilfe zu wehren.**

Darauf ist er eingestellt, und zwar seit Jahrmillionen. Eingestellt auf alleiniges Hinausbefördern oder Unschädlichmachen von allem, was nicht natürlicher Art ist. Wenn er nun in diesem Bemühen durch Strahlen, Medikamente, Spritzen oder Operationen gestört wird, dann scheitert sein seit Millionen Jahren ihm einprogrammiertes Abwehrsystem.

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Der Körper ist seit Urzeiten gewohnt, daß Bakterien, Bazillen und Viren aller Art in ihn gelangen. Wobei er die guten nutzt und in sich wirken läßt und die gefahrvollen - aber ebenfalls für ihn zum Stärken seiner Abwehrkräfte und zum Trainieren seines Immunsystems unbedingt nötigen Mikroorganismen - kleinhält.**

»Du willst sagen, daß er diesen Kampf braucht, um intakt zu bleiben?«

Kampf? Das ist kein Kampf! Das ist ein eingespieltes, normales Zusammenwirken von innen und außen. Das muß so sein, dieses Spiel braucht er; für seine Abwehr, für das Vorbeugen, für das Immunmachen. Zum Bilden und Stärken z.B. seiner Freßzellen im Blut, die im gesunden Zustand alles unschädlich machen, was nicht in ihn hineingehört. Aber um noch mal auf den zu hohen Blutdruck zurückzukommen: Vertraust Du etwa darauf, daß der Doktor Dich gemäß *lege artis* behandelt? Natürlich tust Du das, sonst gingst Du ja nicht zu ihm. Doch da täuschst Du Dich gewaltig! Es herrscht totales Chaos in Diagnostik und Therapie!<sup>1682/3, 2231</sup> Es verursachen gerade diese blutdrucksenkenden Medikamente die schlimmsten Schäden, die Du Dir denken kannst.

Oder hoffst Du vielleicht, weil im Beipackzettel steht: »Folgende Nebenwirkungen sind möglich...«, diese würden Dich nicht treffen? Das geschehe nur anderen? Spielst Du etwa Russisch Roulette mit Deiner Gesundheit? Damit Du's weißt: Ich stehe auch nicht auf dem Standpunkt, daß der erhöhte Blutdruck seelisch bedingt ist. Einer meiner Leser schrieb mir, er habe mit dem Arzt über dieses Buch gesprochen. Der habe ihm dann gesagt: »Wie können Sie denn von ihrem hohen Blutdruck runterkommen, wenn Sie so was lesen!« ... Ich kann mir nicht helfen, aber ich seh' die Ärzte immer übers Wasser gehen.

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Kranksein heißt: von der Natur Warnungen empfangen.**

»Wenn es keine Krankheiten gibt, kann es auch kein Kranksein geben«, sagst Du.

Gut aufgepaßt! Dein Körper warnt Dich durch Unwohlgefühle »Krankheit« bedeutet nichts anderes als einen ersten Wiederherstellungsversuch Deines Organismus, sich wieder in die alte Ordnung zu versetzen. Bringt dieser die Gifte trotz ärztlicher Intervention halbwegs wieder heraus, hast Du Glück gehabt, und es geht weiter. Schafft er es nicht, bleiben sie auf Dauer drin, dann wirst Du nach und nach chronisch krank! Aber:

Nur weil Du nichts Unangenehmes spürst, nachdem es Dir wieder gut geht, mußt Du noch lange nicht gesund sein! Das ist das Verhängnisvolle an der Schulmedizin: *vorzutäuschen*, sie habe Dich gesund gemacht. Dabei sind von ihr - falls es der Körper von selbst nicht fertigbrachte - nur die äußeren Zeichen der Krankheit beseitigt worden. Innerlich aber ist nichts ausgestanden. Da bohrt es weiter und geht - bei dem einen langsamer, bei dem anderen schneller - auf Schlimmeres zu. Da bereiten sich im stillen Zellwucherungen vor, da lagern sich mehr und mehr Giftstoffe in den Adern, im Gewebe oder in den Gelenken ab, da wird unmerklich der Organismus immer nachhaltiger geschwächt. Und dann kriegst Du ständig stärkere Gefühle von Unwohlsein, mehr Beschwerden, Operationen werden nötig, immer mehr Ärzte doktern an Dir rum - oder es heißt schließlich in der Todesanzeige: »...wurde unerwartet mitten aus dem Leben gerissen«.



**Die Medikamente stiften nur Unheil, indem sie gewaltsam in die geheimnisvoll verwobenen Naturvorgänge einbrechen und in die kunstvoll geknüpften, seit Jahrmillionen erprobten, zweckmäßigen Verbindungen eindringen und deren Harmonie auseinanderreißen.<sup>2846</sup>**

**Chemische Medikamente werden nicht für die Gesundheit geschaffen, sondern allein gegen die Symptome Deiner Krankheit - und das bedeutet etwas völlig anderes. Die UrMedizin wirkt gegen die Ursachen der Krankheit, indem sie nur Deine Gesundheit fördert.**

Bei der UrTherapie wird »Krankheit« nicht behandelt. Ihr sind deren bislang ermittelten 40.000 Arten völlig gleichgültig. Es wird allein versucht, Dein Verhalten stärker der Urzeit anzunähern - worauf alles in Körper und Seele geprägt ist. Millionen Jahre lang bereits.

Es handelt sich also um eine Therapie aus der Urzeit der Menschheit. Wer die Methode halbherzig anfängt, der hat keinen Erfolg. Hier gibt es keinen Kompromiß. Wo es um Leben und Tod, um Gesundheit oder um Siechtum geht, da darf nicht gehudelt werden. Und niemand - besonders kein Arzt! - darf dazwischenpfuschen!

»Daß es keine Krankheiten und keine Heilung durch Heilmittel gibt - also das muß ich erst mal verdauen«, sinnst Du. »Doch wenn es keine heilenden Medizinen gibt, dann muß das ja konsequenterweise auch...«

Natürlich gilt das auch für die UrMedizin. Die heilt ebenfalls nicht!

»Aber Du behauptetest es doch: sie heilt mich von meinen Leiden!«

Das rechne ich mir als eine verzeihliche, nur bis zu diesem Abschnitt irreführende, Petitesse hier an. Denn ich mußte ja erst dazu kommen, Dir zu erklären, daß es ein »Heilen« gar nicht gibt.

Wie Dich die UrMedizin trotzdem gesund kriegt und gesund hält - das kann ich Dir allerdings jetzt noch nicht verraten. Du würdest es nicht verstehen, solange noch typisch medizinisch beeinflusstes Gedankengut in Deinem Kopf herumspukt. Davon muß ich Dich zuerst einmal befreien. Merke:

**Das Wort UrMedizin steht als Begriff für eine völlig neue Methodik in der Krankheitsbehandlung, einer Behandlung, die eindeutig im Gegensatz zur Schulmedizin und Homöopathie steht und mit beiden nichts gemeinsam hat. UrMedizin stellt den Gipfel der alternativen Gesundheitslehre dar.**

*"Das Teil kann nur vom Ganzen her geheilt werden."*

*(Hippokrates)*

# 1. Kapitel. Klarsehen: Es gibt keine Krankheiten 2017

## 1.4 Es gibt keinen irgendwo sitzenden Krebs - der ganze Körper ist verkrebst

»Kann man eigentlich sagen, daß Krebs in der Familie liegt?«<sup>3889</sup>

Die Anfälligkeit für Krebs in einer Familie ist nicht erwiesen, wohl aber die Anfälligkeit für schlechte Lebensgewohnheiten, die nur an dieser Krankheit Schuld tragen. Trotzdem ist anzunehmen, daß genetisch bedingte Schwachstellen vererbt werden.

Um dieses Leiden wird seit 600 Jahren immer wieder diskutiert und spekuliert. So meinen viele Kranke, die Entdeckung eines Heilmittels dafür stehe kurz bevor. Bis dahin müsse man nur noch durchhalten. Die meisten Menschen machen sich nun mal gerne etwas vor, um sich die schmerzliche Wahrheit nicht eingestehen zu müssen. Nämlich die, daß alle Ärzte und alle Präparate dieser Welt dagegen nicht helfen können. Trotzdem bilden sich viele ein, ausgerechnet bei ihnen würde ein Wunder geschehen, ausgerechnet in den nächsten Jahren würde ein Heilmittel dagegen gefunden, ausgerechnet bei ihnen würden die erwiesenermaßen unwirksamen Behandlungsmethoden, Spritzen, Medikamente oder Bestrahlungen wirksam. Oder das Schlimmste - schreckliche Schmerzen und ein qualvoller Tod - würde ausgerechnet bei ihnen nicht eintreffen. Aber:

**Während bei der heute üblichen Behandlungstortur Chemotherapeutika und Radioaktivität in den alten Krebszellen Zerstörungsprozesse bewirken sollen, beginnen ausgerechnet diese »Heilmittel« bereits langsam damit, in den gesunden Zellen weiteren Krebs auszulösen!**<sup>1057f, 1128, 1460, 1565</sup>

Und trotzdem lassen sich die Kranken weiter auf so fragwürdige und schädigende Horrorbehandlungen ein, wie sie die Mediziner ihnen aufdrängen, ob sie nun verkrebst sind oder andere unheilbare Krankheiten mit sich herumschleppen.<sup>9476</sup>

Ja - Behandlungen wecken meist gerade einen schlafenden Krebs und veranlassen ihn, sich schneller auszubreiten, als wenn nicht an ihm herumgedoktert oder herumgeschnitten würde. Ein operierter Krebs ist hundertmal gefährlicher als ein unberührter: weil dadurch die Krebszellen im Körper verstreut werden. Doch ist das nicht die Konsequenz?: Wenn die Schulmediziner schon von sich aus zugestehen, daß ihnen bei zwei Drittel aller Krankheiten - u. a. bei Krebs und Rheuma - keine Heilung möglich ist, dann muß auch bei anderen Krankheiten angezweifelt werden, ob sie diese zu heilen vermögen. Entweder sie können heilen - dann alles, oder sie können nicht heilen.

Du tust mithin gut daran, Deinen Ärzten stärkstens zu mißtrauen und Dir die Worte des Züricher Krebsapostles Prof. G. Martz durch den Kopf gehen zu lassen: »Die heutige Form der Krebsbehandlung besitzt weitgehend experimentellen Charakter.« Mit anderen Worten: die Behandlungsarten sind seit dem Mittelalter gleich geblieben. Gleich unseriös - weil allesamt ohne jegliche Heilungschance.<sup>7014f</sup> Nichts als ständige Experimente: auf Deine Kosten. Auf Kosten Deiner noch vielleicht spärlich verbliebenen Immunkräfte.

An die hundert verschiedenartige Krebserkrankungen sind bekannt, und niemand kann genau sagen, wie gefährlich die eine oder andere ist. Weil man, trotz einer genauen Diagnose, nie sicher ist, wie sie bei dem einen oder dem anderen verläuft. Und: Auf künstliche Behandlungsarten reagiert jeder Mensch individuell.

**Ich wage sogar zu behaupten, daß es so viele unterschiedliche Krebsarten gibt, wie Krebskranke dahinvegetieren. Kein Krankheitsbild ist mit einem anderen vergleichbar. Jeder hat seinen persönlichen Krebs - und jegliches Schielen auf Hoffnung ist bei wirklichem Verkrebstsein vergebens.**

Wenn es wenigstens noch ein untrügliches, sicheres Kennzeichen dafür gäbe, wie Krebs im Gewebe aussieht.<sup>1165</sup> Jeder, der vor dem Mikroskop sitzt, kann den Schnellschnitt aus der Gewebeprobe anders deuten. (Schnellschnitt ist das Verfahren, bei dem die entnommene Gewebeprobe durch Einfrieren schnittfest gehärtet und sofort untersucht wird. Es dauert von der Entnahme bis zur Ergebnismitteilung etwa eine halbe Stunde). Das Bild kann verdächtig sein, wenn sich die Zellen übereinander schieben oder von gewohnten Formen abweichen, aber der Grad von Bösartigkeit ist nicht festzustellen. Ein gutartiger Krebs kann einem gefährlichen ganz genau gleichen. Nicht mal das Vorhandensein von Zellen in den Lymphbahnen oder das Hineinragen in anderes Gewebe läßt eine verlässliche Aussage zu. (Weil so viele Krebse gar keine echten, bösartigen sind, ist das der willkommene Anlaß für die Ärzte, von »Krebsheilung« zu sprechen, wenn der von einem gutartigen Tumor Befallene später am Leben bleibt. Und genau so kommen die angeblichen 70% Heilungsraten zustande, mit denen sie Kranke täuschen und unter ihre Messer locken.) Es ist für jeden Patienten deshalb leichtsinnig und unverantwortlich, sein Schicksal von einer mikroskopischen Betrachtung oder einer anderen medizinischen Diagnose abhängig zu machen.<sup>1070</sup>

Für die Ärzte bedeutet der Tumor die Krankheit, die man chemotherapeutisch angeht, bestrahlt oder herausschneidet.<sup>3015</sup> Doch der Tumor ist nicht die Krankheit. Ich denke mir diese Krankheit mehr als eine Art beflügelter Krake mit den Eigenschaften einer Hydra in vielen stofflichen Variationen, der im Gewebe, im Blut und in der Lymphe sein Unwesen treibt. Und wenn er ein winziges Ende seiner Tentakeln in Form einer Wucherung sichtbar macht, so ist es nichts als blanke Einbildung, daß auch nur das geringste erreicht werden könnte, wenn man davon etwas wegschneidet. Krebs ist kein Holzbock oder Parasit, der am oder im Körper sitzt und bei dem man aufatmet, wenn er weg ist.<sup>1462</sup> Wenn Du nicht mir, sondern lieber der These der Mediziner über den Krebs als einer Erkrankung der Zelle folgen möchtest, dann frag doch mal einen Verkrebsen, dem man den Tumor entfernt hat, ob er sich nach der Operation weniger chronisch müde oder weniger krank und lustlos fühle als zuvor.<sup>1066, 1071, 1106, 1566</sup> Präge es Dir ein für allemal fest ein und laß Dich vonbehandlungswütigen Ärzten nie davon

abbringen:

Der Krebs besitzt Flügel. Er ist wie ein Krähenschwarm. Von einem Platz verjagt, läßt er sich bald an einer anderen Stelle nieder und hackt solange zu, bis er vollbracht hat, was ihm von der Natur befohlen ist zu tun. Zu tun an denen, welche die Gesetze der Gesundheit nicht achten.

Die Ärzte wollen ihrerseits selbstverständlich alles tun, ihre These aufrechtzuerhalten, daß der Krebs eine nur an einer Stelle sitzende Krankheit darstellt. Deshalb machen sie Dir weis, daß er von *dort* Metastasen an anderen Stellen bilde. Das ist Unsinn. Metastasen sind weitere Tentakel des Kraken Krebs, die er vorschiebt, und die sich aus einem krebsverseuchten Körper heraus bilden.<sup>8330, 1173, 1627</sup>

Im übrigen bedenke: Selbst die belesensten Mediziner befassen sich nur mit dem ihnen eigenen Fachgebiet. Und das ist bei Krebs kaum zu überblicken. Über diesen Horizont hinaus habe ich bis heute noch keinen blicken sehen. Dabei wäre das aber äußerst wichtig für das Wohl der ihnen anvertrauten Kranken. Denn: Die Kraken-Hydra erweist sich durch den Verlust eines Stückchens von ihrem Gewebe so sehr gereizt, daß sie sich nun an anderer Stelle noch gefährlicher entwickelt. Und so noch stärkere Giftstoffe im Körper verbreitet. Und an anderen Orten für einen weggeschnittenen oft zwei neue Köpfe bildet, die sich immer schneller vervielfältigen. Nun erst kann sie ihre Vernichtungsarbeit noch schneller fortsetzen. Immer vorausgesetzt, es handelt sich um echten Krebs. Was von den Ärzten auch noch deshalb nicht genau diagnostiziert werden kann - weil sich bislang gutmütige Tumore, Myome, Gewächse von heute auf morgen in bösartige verwandeln können.



Seit 500 Jahren behandeln Ärzte die Krebskranken als leichte Beute für ihren Spitzenlebensstandard mit immer neu erfundenen Giftmitteln. Ob Interferon I oder II, ob Zytostatika alpha, beta bis omega: ein Mittel ist schlimmer als das andere!<sup>1066, 3735, 3763ff, 3792</sup> Der Tumor stellt nichts anderes als ein äußeres Zeichen der Gesamtkörperkrankheit Krebs dar. Mit der Beseitigung der Wucherung ist die Krankheit nicht aus dem Körper gebracht. Wie sollte das auch möglich sein! Deshalb benutzte ich hier auch immer wieder das präzisere Wort »Verkrebstsein«, damit Du von den Medizinern nicht mehr getäuscht werden

kannst.

Vor einem Jahrzehnt war es noch jeder fünfte Wohlstandsbürger, der an diesem Leiden starb<sup>1053, 1077, 1224, 1505, 8330</sup> und zwar ungeheilt - gleich ob er von den Ärzten deswegen behandelt, operiert oder bestrahlt worden ist. Überlege nur den »Triumph der modernen Medizin«: Von 100 Menschen sарben an Krebs · 1900 jeder Dreißigste · 1930 jeder Zwanzigste · 1950 jeder Zehnte · 1990 jeder Vierte · 1997 jeder Dritte. 82% der behandelten

Krebsfälle sterben innerhalb von 10 Jahren, und in dieser Zeit werden die meist durch Ausstreuen des Krebses ins Blut oder die Lymphbahnen verursachten, todbringenden Metastasen gebildet. Haben sie sich nicht gebildet, dann hattest Du keinen echten Krebs und die Operation war sinnwidrig und nur verstümmelnd. Ein Test in den USA ist bezeichnend: Man übergab Tumor-Gewebeprobe eines Patienten an sechs verschiedene Labore zur Untersuchung. Ergebnis: sechs verschiedene, mal Krebs - mal kein Krebs - mal Krebs - mal kein Krebs...

**Als echter Krebsleidender solltest Du deshalb wissen: Entweder Du befolgst voll und ganz meine Ratschläge oder Du gehst elendiglich vor die Hunde! Die Entscheidung liegt nur bei Dir. Bei Dir ganz allein.**

**Das hören viele nicht gerne. Doch Krebs ist nun mal die gefährlichste Krankheit, die Du haben kannst. Ich folge nur meinem Gewissen und meiner Erfahrung. Ich bin kein Polizist, der auf Dich aufpaßt. Du bist frei. Du kannst wählen.**

»Trotzdem: Mußt Du das Deinen Lesern so kalt und hart vor die Stirn sagen?«

Wie anders soll ich die leidenden Schwerkranken wachrütteln? Besser *ich* sag's ihnen als daß der baldige Tod zu ihnen spricht, der da jetzt so schnell auf sie zukommt. Bei dem geht es um vieles kälter zu.

Manchmal bin selbst ich um eine Antwort verlegen, wenn jemand auf eine ärztliche Behandlung schwört. Da erzählte mir mein 44jähriger Freund voller Freude, daß die Lähmungserscheinungen in seinem linken Arm völlig verschwunden wären, seitdem ihm sein Hirntumor wegoperiert worden ist. »Was wäre wohl, wenn ich auf Dich gehört und Deine UrTherapie angefangen hätte?« Ich konnte ihm doch nicht sagen: »Wenn Du den Ärzten den kleinen Finger reichst, wird Dich der Tod bald an die ganze Hand nehmen!« -

Als ich ein halbes Jahr später an seinem Grab stand - eine zweite Gehirnoperation hatte er nicht überstanden - ging mir dieser Satz immer wieder durch den Kopf, weil bereits vor einem Jahr eine gute Bekannte von mir ebenfalls an einem Gehirntumor verstorben war.

Ich wußte zu dieser Zeit noch nicht so viel über Gehirntumore<sup>1127</sup> und über die Tatsache, daß die an diesem Tumor Operierten nicht mehr als sechs bis acht Monate zu leben haben, falls es sich auch hier wiederum um eine echte Krebsgeschwulst handelt.<sup>1250f</sup>

Trotzdem versuchen sich Ärzte immer wieder an den Maya-Zauber-Operationen, die zudem äußerst gefährlich sind und machen die Angehörigen auch noch glauben, die Operation sei gut verlaufen:

**Handball-Star nach Operation gelähmt**

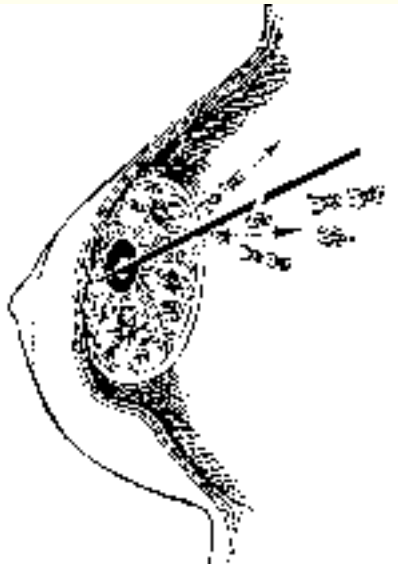
**Göppingen - Handball-Star Axel Rottler (23) von Frischauf Göppingen ist verzweifelt. Erst entdeckten die Ärzte in seinem Kopf einen Tumor. Nach der Operation die nächste**

**Schreckensnachricht: Der linke Fuß und der linke Arm gehorchen Rottler nicht mehr. Auch Sprechen fällt schwer. Vater Berthold: »Er hatte die sechsstündige Operation ganz gut überstanden - dann diese schreckliche Nachricht!« (BILD 3.1.1992)**

Erkennst Du den absoluten Wahnwitz ärztlichen Handelns bei Krebs? Glaubst Du, mein Freund und meine Bekannte hätten sich operieren lassen, wenn man ihnen gesagt hätte, danach lebten sie nur noch sechs bis acht Monate? So etwas wird den Patienten wohlweislich verschwiegen. Wer von ihnen liest auch schon eine ärztliche Fachzeitschrift? Zugleich ist dieser Bericht<sup>1250ff</sup> eine anschauliche Einführung in die Kunst ärztlicher Rhetorik. (Behandlung verbessert - aber noch kein Durchbruch - aber man arbeitet hart daran - und: bla bla bla). Erkenne aber auch die Spießbürger-Ehrerbietung des Vaters vor den Gehirnmetzgern, statt sie an den Pranger zu stellen.

Wenn Du dieses Buch bald völlig verinnerlicht hast, dann wird Dir klar, daß beim Gehirntumor - wenn es dafür nicht bereits zu spät ist - nur eins helfen kann: die UrTherapie. Wer also erste Anzeichen bei sich feststellt, der darf keinen einzigen Tag zögern, mit ihr zu beginnen, falls er noch eine Chance haben will, den bereits neben ihm stehenden Sensenmann im letzten Moment noch in die Flucht zu schlagen.

Bemerkst Du an Dir mehrere der folgenden Unpäßlichkeiten, dann geh nicht zum Doktor wegen einer Giftverschreibung oder zum Röntgen, das Deine Abwehrkräfte nur noch mehr schwächt, sondern schalte sofort auf Gesundheit um. Diagnosen machen nur kränker, Du weißt es bereits.



**So tritt der Krebs beim Punktieren und bei Gewebeentnahmen heraus:**



### **Erste Anzeichen eines Gehirntumors Vorzeichen eines Brustkrebses**

Ich behaupte: Krebs zu behandeln ist eine Missetat, ein Vergehen am kranken Menschen! Genau so, wie dem Kranken gegenüber von prozentualen Heilchancen zu sprechen.<sup>1275f</sup> Nur bei Hautkrebs hast Du Chancen - aber die mit oder ohne Schulmedizin.

### **41. Ernsthafte Professorenvorschläge:**

## **zur Vorsorge die Brüste amputieren**

Die Mediziner täuschen in der Öffentlichkeit vor, der Krebs sei nicht so schlimm, wenn man ihn nur früh genug erkennen würde. Du dagegen merke Dir:

Jeder Krebs ist anders! Wenn er sich nicht oder nur langsam weiterentwickelt, dann handelt es sich um eine harmlosere Art! Oder um keinen echten Krebs. Aber daß dieser Dich dann nicht so schnell unter die Erde bringt, das ist nicht dem Verdienst des Früherkennens des Arztes oder der Wirksamkeit eines Medikaments zuzuschreiben. In einem solchen Fall wirkt sich diese spezielle Art von Krebs bei Dir nur nicht ganz so schlimm aus wie bei den anderen.

**Nüchterne Zahlen beweisen: Es spielt so gut wie keine Rolle, ob nicht behandelt oder schulmedizinisch behandelt wurde - echte Krebskranke - gleich ob Brust-, Magen-, Lungen-, Kehlkopf-, Blut- oder Knochenkrebs - sind nach zeitlich feststehenden Prozentsätzen zum frühen Tode verurteilt!** 1221, 1351, 1510, 3605, 8330, 9705, 9742, 9799, 9833, 9967

Sehr, sehr oft kommt es vor, daß unnütz zerschnitten, medikamentös ruiniert oder bestrahlt wird.<sup>9833</sup> Meiner Ansicht nach ist eine medizinisch-technische Assistentin total damit überfordert, bei der Gewebeuntersuchung die verschiedenen Zellarten nach Organart, Alter, Entwicklungsstadium, Personenbezogenheit, Entartungszustand und Grad der Bösartigkeit zu unterscheiden, es sei denn, sie hat einen Gebärmutterhalskrebs vor sich, den man leichter zu bestimmen vermag. Aber dieser Krebs ist lediglich einer von über hundert anderen. Zudem ist der Übergang zwischen »gutartig« und »bösartig« fließend...<sup>2409ff, 2430/2, 2437ff</sup>, Da wird man also im Zweifel - und da bestehen sehr viele! - lieber ins Untersuchungsergebnis schreiben, daß es sich um Krebs handelt. Zumal's ja niemand nachprüft. Deshalb:

**Die Verkrebsten sollen sich auf ihren gesunden Menschenverstand besinnen! Der ihnen sagen muß: Ich bin krank, d.h. mein ganzer Körper ist krank. Krank ist mein Blut, das die auslösenden Krankheitsstoffe in die Gewebeteile hineinbringt, krank sind meine Lymphdrüsen, die sich nicht als genügend abwehrkräftig für abgeschwemmte Krebszellen erweisen, krank sind meine Körperzellen, die plötzlich entartetes Gewebe bilden, krank ist mein Darm, der nicht fähig ist, eventuelle Giftstoffe zurückzuhalten - kurz, mein ganzer Körper ist von dieser Krankheit erfaßt.**

Und weiter:

**Dieses Gewächs ist nur ein Aufschrei meiner Krankheit. Wenn der Tumor beseitigt wird - worauf man so drängt - dann besitze ich nach wie vor eine abwehrschwache Lymphe, einen schadstoffdurchlässigen Darm, eine zu wenig entgiftende Leber, schlecht arbeitende Nieren, ein anfälliges Gewebe, ein durch mangelnde Bewegung zu wenig sauerstoffhaltiges Blut, ein ...- genug!**

Die Ärzteschaft argumentiert so: »Krebs ist eine örtliche Erkrankung. Wäre das nicht der Fall, wäre jeder chirurgische Eingriff sinnlos.« Selbst Hackethal war noch vor einigen Jahren dieser

Ansicht.

Nur: Wie erklären sie es sich, daß der Krebs bei so vielen Operierten (wenn sie denn wirklich an Krebs gelitten haben!) trotzdem an der gleichen Stelle wiederkehrt? Oder daß er an anderer Stelle oder in einer anderen Form beim Operierten wieder auftaucht - auch wenn der Krebs angeblich restlos ausgeräumt wurde?<sup>1120, 1453f</sup> In der Brust bildet er sich dann vielleicht (!) nicht wieder, dafür in Organen, die weitaus gefährlicher sind: im Schädel, im Gehirn, in Lunge, Nieren, Leber, Eierstöcken, in der Wirbelsäule und im Becken.

Sie erklären es sich nicht, die Herren Mediziner. So einfach ist das für sie. Sie quälen lieber ihre Patienten, obschon sie wissen, daß sie es damit nur noch um so schlimmer machen und für eine verjagte Krähe viele andere nachkommen.<sup>9783, 1052</sup> Das sollten sie sich fragen:

Woher kommen eigentlich die schlechten Stoffe, die den Krebs weiter wachsen lassen? Ja, woher kommen sie, wenn nicht aus dem Körper? Und hätte der Krebs sich überhaupt einnisten können, wenn der Platz, an dem er nun erkennbar sitzt, vorher gesund gewesen wäre?

Und wieso bestreiten die Ärzte bis heute die Tatsache, daß niemand Krebs bekommt, dessen Leber nicht schon vorher geschädigt - also erkrankt war? Wieso tun sie das als vollkommen lächerlich ab?

Weil ihr Wirken zur Farce gerinnen würde, verleugnen die Mediziner ihre Erkenntnisse vom menschlichen Körper: daß in einem Organismus keine Krankheit entstehen kann, ohne daß der ganze Körper daran beteiligt ist - auch wenn sich deren Wirkung nur an einem Ort offenbart. Je weiter Du in diesem Buch liest, je mehr wirst Du erkennen, daß sich der heile Heiligenschein über den Köpfen der Mediziner in dunkle Scheuklappen verwandelt.

Und wenn aus Rechtfertigungsgründen von allen Ärzten das Gegenteil behauptet wird:

**Krebs ist kein örtlicher Prozeß. Krebs ist eine Erkrankung des ganzen Körpers!  
Nochmals: Ein Krebskranker ist nicht nur ein bißchen verkrebst - so wie Du nicht nur ein bißchen tot sein kannst, wenn Dich die Mediziner auf ihren Intensivstationen kaputt gemartert haben - nein, er ist durch und durch verkrebst.**

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Eine Krankheit läßt sich nicht aus einem Körper herausschneiden! Der Gedanke, dies sei möglich, ist nicht mehr als Glaube an Zauberei! Finsteres Mittelalter!**

Laß deshalb die heute üblichen Metzeleien der Mediziner *an Dir* nicht zu!

Wenn Krankheit so einfach herausschneidbar wäre, warum schneidet man dann nicht Morbus Crohn, Akne oder Rheuma ebenfalls heraus? Wirklich - die Menschen lassen sich viel weismachen. Auch heute noch, wie Du siehst, im angeblich aufgeklärten Zeitalter. Erinnerung



Dich an die Medizingeschichte: nichts hat sich geändert! Die Mediziner sind die gleichen wie früher geblieben. Ebenfalls im Grundsätzlichen deren Methoden.

Aber hier rede ich leider meist gegen taube Ohren, ich weiß! Wenn in Dir irgendwo ein Tumor heranwächst, dann steigt panische Angst hoch, und die Ärzte haben leichtes Spiel mit Dir. Schnellstens raus mit diesem unheimlichen Gewächs. Und hast Du einmal A gesagt, dann wirst Du auch B sagen - also zu Bestrahlungen und zu Chemotherapien, zu Nachoperation, zu Siechtum, zu frühem Tod. Ich wiederhole, damit es tief in Dich dringt:

**Es bleibt sich völlig gleich, ob Krebs operiert, bestrahlt oder chemotherapiert wird - Du lebst keinen Tag länger bei allem, was die auch mit Dir anstellen. Im Gegenteil: sie verkürzen Dir das Leben und machen es Dir überdies noch zur Hölle!**

Wach auf, Verkrebster, lies es zweimal, damit Du erkennst, daß die noch immer nicht von der Menschheit durchschauten Scharlatane auf Kosten Deines Körpers in geradezu unverantwortlicher Weise ihrem Beruf nachgehen.<sup>1053, 1068</sup>

### **Das sind die Tatsachen:**

Eine vom Nationalen Krebsinstitut der USA begonnene Untersuchung mit insgesamt 2.200 Frauen verglich die Ergebnisse von drei Therapiemöglichkeiten: Einem Drittel der Patientinnen - alle mit noch sehr kleinen Tumoren - wurde die Brust amputiert, bei einem weiteren Drittel entfernten die Ärzte nur den Knoten selbst, die dritte Gruppe wurde nach diesem kleinräumigen Eingriff zusätzlich bestrahlt.

»Ob Sie bestrahlen oder nicht, ob Sie nur den Knoten oder gleich die ganze Brust entfernen«, so Fisher auf einem Ärztekongreß in Montreal, »es macht keinen wesentlichen Unterschied.«  
9833

(DER SPIEGEL 51/84)

O doch, behaupte ich als Verfasser nach 40jährigem intensivem Studium des ärztlichen Wahnsinnstreibens in dieser Welt, o doch! Es macht schon einen großen Unterschied. Denn: 1 Wenn Du nicht operiert wirst, kann Dir kein Chirurg den Krebs in den Körper ausstreuen und damit Deinen schnellen Tod herbeiführen.

1 Wenn Du nicht mit Gewebeerstörungsatomkanonen bestrahlt oder mit Kaputtmachungs-Chemie vergiftet wirst, bleiben Dir wenigstens Deine durch nichts zu ersetzenden eigenen Abwehrkräfte im Körper erhalten.<sup>9783</sup>

1 Wenn Du es fertigbringst, den Dich unnötig quälenden, aus reinem Eigennutz tätigen Behandlungsfetischisten Dein »Nein!« entgegenzusetzen, dann kannst Du Dir wenigstens für den Rest Deines verkrebsten Lebens noch ein paar schöne Monate oder Jahre verschaffen, wie ich Dir im Verlauf des Buches noch darstellen werde.

Vor allem übersehen die Mediziner eines (oder sage ich wieder besser, *wollen* übersehen, damit sie behandeln können), daß der Krebs auch *nicht* wuchernde, sich *nicht* teilende Krebszellen in Blut und Gewebe absondert. Die dort schlummern und später für die meisten Verkrebten die eigentliche Todesursache darstellen!

Die Chemotherapie aber kann nur sich teilende Krebszellen zerstören - nicht aber die ruhenden! <sup>1352, 1379</sup> Zwei Fragen können Dir die Ärzte nicht beantworten, frag sie mal ruhig danach:

**Wie kann eine Krankheit streuen, wenn es sich nur um einen örtlichen Prozeß handelt? Wie können sich Tochtergeschwülste bilden, wenn der Krebs nur einen einzigen Platz haben soll, an dem er sitzt? Welche Art von Logik ist den Ärzten eigentlich eigen? Ahnst Du allmählich, daß die Scharlatanerie gerade bei denen zu finden ist, die andere damit bezichtigen, wie uns alternative Gesundheitslehrer...**

Selbstverständlich bestreiten die Ärzte, daß sie mit der Operation den Krebs ausstreuen und so den ganzen Körper viel schneller verseuchen, als wenn sie nicht operieren würden. »Wir machen das sehr vorsichtig« sagen sie Dir. Die ehrlichen unter ihnen geben es zwar notgedrungenermaßen zu, haben trotzdem einen Trick gefunden, das zu verharmlosen: »Klar, der Krebs breitet sich schon dadurch aus, aber der übrige Körper hat ja keinen Krebs und kann das verkraften. Der scheidet das wieder aus. Der wird damit ohne weiteres fertig!«

**Heilige Einfalt! Wenn Dein Körper mit dem Krebs fertig werden könnte, hätte er sich da erst bei Dir einnisten können?**

**Frage: Haben die das auch nachgeprüft?<sup>2225ff</sup> Woher wissen sie, daß ausgerechnet *Dein* Körper es verkraftet? Sie wissen es nicht! Sie sagen es einfach so zu Deiner Beruhigung. Wenn Dein Körper die paar Krebszellen verkraften könnte, wieso haben die dann den Krebs überhaupt vorher verursachen können, den sie bei Dir operiert haben?**

**Sei wach! Hellwach! Und wisse: Spätere Folgen einer Operation interessieren Mediziner nicht - für die zählt nur der Erfolg des ersten Augenscheins.**

**Wenn Du es überleben solltest, geht es manchen nach Operationen tatsächlich ein wenig besser als vorher. Klar, was da drückte und Dir unheimlich war, ist ja zunächst einmal weg. Aber das dicke Ende folgt. Das wissen auch die Ärzte. Ich erwecke in Dir nochmals das Bild eines Schwarms Winterkrähen. Ihr Krächzen, ihr schwarzes Gefieder ruft in Dir Todesahnungen wach. Und hast Du sie aufgescheucht, so lassen sie sich bald darauf an anderer Stelle auf dem Leichentuch der winterlichen Erde nieder.**

**Merke: Du kannst Deinen Krebs nicht verjagen. Der ist nun mal in Dir. Und versuchst Du es, dann frißt er eben an anderer Stelle doppelt so schnell wieder weiter. Der will, wie die Krähen, doch satt werden!<sup>1057</sup> Hackethal sagte übrigens nichts Neues, wenn er von einem Haustierkrebs spricht, der zu einem Raubtierkrebs wird. Schon 1764 war einem**

**Londoner Krebsarzt aufgefallen, daß Operationen den Krebs schneller ausbreiteten.<sup>1050</sup>  
Heute vertuscht man es nur geschickter...**

**Ja, ja, die wissen das schon über 125 Jahre, aber operieren sie deshalb etwa weniger?  
Ganz im Gegenteil! Und genau das ist der Grund, warum Krebsoperationen  
kontrollierten klinischen Versuchen nicht unterworfen werden - obwohl die Mediziner  
das von der Naturmedizin ja für jeden harmlosen Natur-Tee verlangen.**

**Hörst Du dies von Deinem Arzt, wenn er Dich untersucht?:<sup>2453</sup>**

**"Jedes Herausschneiden von krebsverdächtigem Gewebe, jede Punktion und selbstverständlich jede Operation, ja selbst ein kräftiges Abtasten der Brust läßt die Zahl der ins Blut abgegebenen Tumorzellen sprunghaft ansteigen."<sup>1057</sup>**

**Nein - Du hörst es nicht. Denn sie wollen ja ihre teuren Apparate von Dir finanziert haben. Aber das sagt nicht Hackethal, das sagt nicht der Verfasser, das sagt der berühmteste Krebspezialist und Krebspapst Krokowski. Doch: Immer stärker wird zum Glück das Aufbegehren der von den Ärzten geschundenen Menschen gegen die Chemie.**

**Die gewöhnliche Chemotherapie dürfte deshalb bald am Ende sein.<sup>3019</sup> Aber schon haben sich die Burschen was Neues ausgedacht, bevor sie die (noch zu sehr in den Kinderschuhen steckende) Genthherapie anwenden werden. Sie wollen den sich in Richtung Medizin-Mekka stets verbeugenden Glaubensfürchtigen eine neue Heilsbotschaft verkünden: die Elektrochemotherapie<sup>0662,1600</sup> und die Molekulartechnologie...<sup>1236</sup>**

**Vielleicht solltest Du Dir auch dies überlegen:**

**Lange Jahre entwickelt sich der Krebs in einem Menschen, bevor er entdeckt wird.<sup>1568</sup> Deshalb ist es so schwer, etwas dagegen zu unternehmen. Und meist ist es dafür zu spät.<sup>1224, 9480</sup>**

**Gesundheitsgesetz der Natur:**

**Bei Krebs ist jede Behandlung - ob Stahl, Strahl oder Chemie - weil er eben durch die Schulmedizin unheilbar ist, eine Fehlbehandlung, ein Kunstfehler!<sup>1068, 1600+, 8106, 9967</sup>**

**»Dies müßten Ärzte den brustkrebskranken Frauen<sup>2380</sup> doch sagen, wenn ich Dich nach dem Gehörten richtig interpretiere«, meinst Du: »Hört mal her, wenn Ihr einen Knoten in der Brust habt, der kann sich zu einem Krebs auswachsen oder auch nicht. Der kann zu Tochtergeschwülsten führen oder auch nicht. Der kann jahrelang ungefährlich bleiben oder auch nicht. Den können wir im Augenblick als gutartig ansehen und doch kann er später bösartig werden. Ihr könnt in Kürze daran sterben oder noch längere Zeit damit leben. All das kann eintreten - ob wir nun operieren oder nicht! Wenn wir operieren, so verschaffen wir Euch**

Frauen nur das Gefühl, die Krankheit herausgeschnitten zu haben. Das läßt Euch meist aufatmen - aber einen Grund dazu hat niemand. Bei 20% von Euch verkrebst später auch die zweite Brust. Wir müßten Euch auch ehrlicherwise sagen, daß 95% aller brustamputierten Frauen später kein vollwertiges Sexualleben mehr führen können und orgasmusunfähig werden.<sup>1200ff</sup> Hab' ich recht?«

Das ist unbedingt richtig. Nur - so sprechen die Ärzte vielleicht zu ihren eigenen Frauen und Töchtern - aber nicht zu den Patientinnen...

Erinnere Dich an die früher bei jedem kleinen Bauchweh ausgeführten Blinddarmoperationen,<sup>8328</sup> wo völlig grundlos drauflos geschnitten wurde! Nur weil jeder angehende Chirurg davon zehn oder zwölf hinter sich gebracht haben mußte, bevor er den Segen seiner Kammer erhielt. Das war der Grund, jedem halbwegs Verdächtigen den Bauch aufzuschneiden. Was erst nachließ, als die Leute bei uns erfuhren, daß in den USA Blinddarmoperationen eine große Seltenheit waren.<sup>2406, 2436, 2445ff, 2721</sup>

»Na ja, der Blinddarmfortsatz ist ja kein wichtiges Organ. Einfach so'n Darmanhängsel...«<sup>1129, 9847f</sup>

Eben nicht! Erst jetzt kommt man langsam dahinter, daß der Blinddarm das Immunsystem ganz wesentlich stärkt und sogar vor Schäden durch radioaktive Strahlen schützt. (Am widerstandsfähigsten gegen die Folgen der Atombombenstrahlung von Hiroshima und Nagasaki zeigten sich die Japaner, die noch ihren Blinddarm besaßen!) Doch der Einnahmeausfall aus der inzwischen etwas zurückgegangenen Blinddarm-Operationswut mußte natürlich ausgeglichen werden.

Und so fielen den Messerhelden dann vermehrt die Brüste der Frauen zum Opfer. Und nur der verstärkte Widerstand dagegen läßt sie jetzt langsam nur widerwillig einlenken. Plötzlich genügt es, nicht mehr radikal die Brust nebst der Achsellymphdrüse, sondern nur noch den Knoten zu entfernen.<sup>1217</sup>

**Wenn Du mal gelernt hast, darauf zu achten, wirst Du feststellen: Medizin ist ein Geschäft. Das größte und profitabelste auf diesem Erdenball. Ein Geschäft, das anbietet, was gerade »in« ist. Die Doctores machen sich überhaupt keine tiefergehenden Gedanken darüber, was für Dich als Patient das Beste wäre. Die richten sich - wie die Bekleidungsindustrie - nur danach, was gerade die Mode befiehlt.<sup>2305</sup> Du erkennst es daran, daß sie immer genau das tun, was der jeweilige Modezar als zur Zeit am besten verkäuflich ansieht:<sup>1568</sup> Die gesamte Brust abschneiden, das muß sein, hieß es bis vor kurzem. Warum? Weil man gründlich sein will! Die kleine Exzision des Tumorknotens ist heute »in«. Warum? Weil man »schonender« behandeln möchte. (®Rz74, 77)**

Zuerst harte Chemotherapie: weil man dem Krebs keine Chance lassen darf. Heute: »sanfte Bestrahlung«, weil man mehr Rücksicht auf die Lebensqualität der Patienten nehmen will.

»Wie merke ich denn eigentlich als Frau, daß ich Brustkrebs habe? Bekomme ich da Schmerzen?«

Brustschmerzen sind fast nie das Vorzeichen eines Mammakarzinoms; leider ist die bösartige Geschwulst nur im Endstadium der Erkrankung schmerzhaft. Verdächtig sind dagegen kleine, harte, höckrige, in der Brustdrüse unverschiebbare, nicht druckempfindliche Knoten, die besonders häufig in den oberen, äußeren Abschnitten der Brust sitzen.

Doch das solltest Du auch wissen:

Man hat beobachtet, daß besonders junge Frauen, die nicht gestillt haben oder von den Medizinern chemisch abgestillt worden sind, häufiger an Brustkrebs erkranken.<sup>9127</sup>

»Sobald ich so was ertaste, sollte ich also schnellstens zum Doktor...?«

Nein, eben nicht! Du solltest schnellstens die UrTherapie aufnehmen! Denn der Tod sitzt bereits in Dir. (Und Vorsicht beim Abtasten! Du hast doch die Rz.131 aufmerksam gelesen, oder?)

Du kannst Dir dadurch viel Weinen ersparen. Was geht wohl in Dir vor, wenn Du bei den Worten: »Wir müssen Ihnen leider die Brust abnehmen« in Tränen ausbrichst und Du darauf zu hören bekommst: »Sie werden doch wegen so einem dummen Stückchen Fleisch nicht heulen!«<sup>1218</sup>

## Leserbrief

**Für meinen Mann bin ich nach der Brustabnahme gestorben. Kein nettes Wort, kein lieber Blick mehr. Er sucht sich andere Frauen, bei denen er immer öfter über Nacht bleibt. Verstehen Sie meine Verzweiflung? Ich bin noch jung, aber mein Leben ist zu Ende. Gaby H., Recklinghausen**

**(NEUE WELT, 24/90)**

Ich sehe noch das Bild in einem Ärzteblatt vor mir, wo ein stolzer Chirurg der Presse einen operierten Menschen vorstellte, der nur noch aus Kopf und Rumpf bestand!

Statt Medizin sollten die zuerst einmal Menschlichkeit studieren. Es ist nicht zu fassen, daß sich eine Frau mit einem Rest von Verstand in die Hände solcher Schlächtergesellen<sup>1200, 1205</sup> gibt! Den meisten sagt man, wir werden nur den kleinen Knoten entfernen - und wenn sie aus der Narkose erwachen, sind sie ihre ganze Brust los! Weil das »nötig war« und die Geschwulst doch »schon zu groß gewesen« sein soll.<sup>9810</sup> Was sagt der Anatom Professor Dr. med. Dr. phil. Herbert Lippert von der Medizinischen Hochschule Hannover? Das:

**»Die Brustdrüse der Frau ist überflüssig geworden, und wir könnten sie zur Vorbeugung**

**gegen Brustkrebs schon vorsorglich beim Mädchen entfernen.«<sup>1207</sup>**

Das ist eine Entgleisung? Ein Einzelfall? So denken nicht die meisten Ärzte, die doch so hilfreich und nett sind, meinst Du? Weißt Du denn, wieviel Heuchelei in dieser verrotteten Welt steckt? Besonders, wenn man viel Geld nötig hat. Wie scharwenzelt doch einer um Dich herum, wenn er Dich anpumpen will!

Den Vorschlag des Deutschen greift etwas später sein englischer Kollege Prof. Drife auf, mit der vorgegebenen Forderung nach optimaler Krebsvorsorge:

**Einfach die Brüste abschneiden, die er als nicht mehr gebrauchte Fettanhängsel ansieht!<sup>1207</sup>**

Nur verlangt es dieser ärztliche Schlächtermeister »besänftigend« diesmal nur von den Frauen, die sich keine Babys mehr wünschen. Damit möglichst allen Angehörigen des weiblichen Geschlechts eine »ärztliche Versorgung« zur Profitsteigerung der Chirurgenekünfte zuteil werde: Zuerst also die jungen Mädchen, und später, wenn es eine geschafft haben sollte, den feinen Absäbelungsspezialisten zu entkommen, die nicht mehr gebärwilligen Frauen. Damit darüber hinaus auch noch die bei Ärzten sich so provisions- und geschenkefreudig erweisende Kindernahrungsindustrie noch mehr von ihrem adaptierten, kinderkrankmachenden weißen Trockenmilchpulver an die Frau bringen kann.

Sind die Ärzte in grenzenloser Überschätzung der Möglichkeiten ihrer Heilkünste einer solchen Hybris verfallen, daß sie jegliche Ehrfurcht vor Frauenschönheit verloren haben? Denn wer geglaubt hat, daß sich darob nun ein Sturm der Entrüstung bei den Ärzten und Lesern der allseits anerkannten Medical Tribune erhoben hätte, der hat sich getäuscht. Keine entsetzten Briefe, keine Gegendarstellungen, kein Aufschrei in den Medien - nichts! Ein einziger Leserbrief von einem Nichtarzt - und der kam von mir. (Medical Tribune 30/24.7.1992/2)

Sind die Mediziner auf dem besten Wege, aller Ethik, Humanität und Achtung vor ihren Patienten verlustig zu gehen? Sehen sie vor lauter toten Apparaturen und Geldverdienen nur noch kranke Körperteile und nicht mehr Menschen? Menschen, die prophylaktisch zu Krüppeln operiert und ihrer weiblichen Persönlichkeit beraubt, nach »erfolgreicher Operation« ihrer späteren Qual allein überlassen bleiben?

Und was, wenn Du gar an einen solchen Chirurgen gerätst:

»Jede dritte Frau mit einem in einer Brust entdeckten Krebsherd hat auch in der anderen Brust Krebs. Ich schlage deshalb vor, allgemein durchzuführen, was ich selbst bereits oft praktiziert habe: vorsorglich immer auch die zweite Brust zu amputieren.« (Prof. Dr. med. Beller, Ordinarius für Gynäkologie an der Universität Münster)<sup>1200</sup>

Haben diese Mediziner vergessen, was ihnen ihr Vorbild Hippokrates ins Gewissen schrieb? Zuerst suche mit dem Wort zu heilen. Wenn das nicht hilft, mit der Diät. Und ganz zuletzt

greife zum Messer.

Haben die Mediziner, die da in dieser oder ähnlicher Weise ihre Worte wie Weihwasser segensbringend über die sie so verehrende Frauenwelt verspritzen, vielleicht einmal ihre Frauen oder Op-Schwestern zu ihren Vorschlägen gehört? Die nämlich wüßten schon ein bißchen mehr darüber zu sagen, was von solchen masochistischen Austobungsgelüsten ihrer Machos zu halten wäre.

Vielleicht sollten sie zur Vorbeugung eines diabetischen, fressenden Geschwürs uns vorzeitig alle Zehen amputieren, vielleicht zur Vorbeugung einer Struma die Schilddrüse entfernen, vielleicht allen, die Angst vor einem Arm- oder Beinbruch haben, vorsorglich ihre Extremitäten absägen, vielleicht zur Vorbeugung der Migräne den Menschen das Gehirn herauschälen - die meisten Weiße-Götter-Anbetenden bei uns würden ihnen auch wohl dann noch mit unverminderter Inbrunst die Füße küssen...<sup>3316</sup>

Vielleicht aber sollten sich die noch menschlich empfindenden Ärzte baldigst dafür einsetzen, in den medizinischen Fakultäten einiges zu ändern, deren Ordinarien letztlich dafür verantwortlich sind, daß solches Gedankengut entstehen kann.

Weiter rege ich an, die beim Sezieren in der Pathologie die zwischen den Beteiligten üblichen Späße zu unterbinden, damit die Achtung vor toten Menschen möglicherweise die spätere Mißachtung lebender Patienten verhindert. Insbesondere dann, wenn es sich um auszubildende Jungärzte handelt.

»Unsere Ablatio mammae-Fälle (Brustabtrennungsoffer der Ärzte) können die paar Jahre, die ihnen noch bleiben auch ohne Brüste leben - wir Chirurgen aber nicht! Haha - die Lanzette mit gerieftem Heft her!« (Chirurg zu nicht namentlich genannt werden wollender OP-Krankenschwester)

Inzwischen wirst Du wohl bemerkt haben, daß ich hier keinen Arztroman schreibe, der Jungmädchenherzen heftiger und Jungfernherzen seliger schlagen läßt. Wie soll ein Mediziner viel um menschliches Leiden geben, wenn er bereits im Rahmen seines Studiums das mutwillige Töten von hilflosen Lebewesen lernt:

Zweimal im Jahr werden in den Universitäten Tausenden von Fröschen ohne Betäubung mit einer Schere die Köpfe abgeschnitten, damit den künftigen Ärzten beim Behandeln ihrer Patienten nur ja keine ethischen Bedenken über das »Wie« aufsteigen.<sup>2013/8, 4503</sup> Was sich ja auf die Verdienstmöglichkeiten durchaus negativ auszuwirken vermöchte... Danach schlitzt der Student den kleinen Körper auf und probiert, wie die freigelegten Muskeln und Nerven auf Säure und Salz reagieren. Unter anderem müssen sie mit ansehen, wie Hunde auf langsames Ausbluten und Meerschweinchen auf Ersticken reagieren.

Ein Grund, warum die Götter in Weiß die tote Sprache Latein so hochschätzen:<sup>9915</sup>

Stell Dir vor, sie sagten ihren Studenten: »Kommt, jetzt schneiden wir mal ein paar hundert

Fröschen die Köpfe lebendigen Leibs ohne Betäubung mit 'ner Schere ab«. Dann würden sicher viele der jungen, noch nicht so abgebrühten Mediziner wohl eine Gänsehaut bekommen.

-

Was sich dadurch vermeiden läßt, daß man als humanistisch gebildeter Medizinprofessor erklärt: »Schreiten wir jetzt zur Dekapitation unserer wissenschaftlichen Versuchsobjekte...«

Nicht mal Deinem eigenem Partner kannst Du immer vertrauen - wie denn einem wildfremden Menschen, der hilflosen kleinen Fröschen die Köpfe abschneidet?

Es ist überhaupt nicht zu fassen, daß es jemand straflos wagen kann, einer Frau die Brust abzuschneiden! Und wider besseren Wissens behauptet, diese Schändung sei nötig gewesen. Die amtliche Statistik weist klar auf, daß die Todesrate bei Brustkrebs trotz aller medizinischer Eingriffe immer weiter steigt.<sup>1203ff, 1200-1229</sup> Soziales Gewissen ist bei Mediznern etwa so stark ausgeprägt wie das eines Industrie-Roboters, der Autoteile zusammenschweißt.<sup>1227</sup>

Außerdem:

**Wenn sie Dir die Brust weggeschnitten haben, dann herrscht eine trügerische Ruhe im Körper und Du verdrängst und glaubst, alles kann so weitergehen wie bisher. Während Du vorher den Krebs noch in der Brust spüren konntest und er Dir täglich bewußt wurde - und damit auch der Wille, etwas dagegen zu tun - schleicht er sich nun an alle möglichen Orte und bildet überall seine Metastasen - und plötzlich ist es zu spät, auch zu spät für die UrMedizin.**

Eine meiner Leserinnen schrieb mir: »Neben meiner Amputationsnarbe siedeln sich neue Krebsknoten an. Was soll ich tun?«...<sup>1450, 1458</sup> Wenn Du mir das alles nicht glaubst - was hindert Dich daran, in eine der Krebs-Selbsthilfegruppen zu gehen und dort erst mal Erfahrungen zu gewinnen, was denen dort eine Operation gebracht hat. Und vergiß nicht, Dich nach den trotz Operation inzwischen Verstorbenen der Gruppe zu erkundigen.<sup>1450ff, 1500+</sup>

Mir bleibt bei den sich sonst auf ihre Gefühle so verlassen könnenden Frauen einfach der Mund offen, daß sie sich von dieser Mediziner-Todesschwadron so ergeben die Brüste und damit ihre Weiblichkeit guillotinierten lassen - statt ihnen ob dieser Zumutung schon beim ersten des dafür eingesetzten heuchlerischsüßen Überredungsgeschwafels ins Gesicht zu schlagen! Um dann endlich nicht mehr länger eine liebe Patientin zu sein, die sich bereitwillig in die Wünsche ihres gottähnlich verehrten, gütigen Arztes fügt.

Merke:

Es geht den Ärzten nicht um Deinen Busen, sondern um ihre Grundsätze:

»Mit Abscheu muß man jene Operationen zurückweisen, bei denen nur der Knoten aus der Brust entfernt wird. Bei der Behandlung des Mammakarzinoms, mag es noch so klein sein,



geht es in erster Linie um die Befolgung onkologischer Grundsätze, denen gegenüber alle psychologischen und kosmetischen Argumente zurücktreten müssen. « (Der Freiburger Professor Max Schwaiger auf einem Fortbildungsforum der Bundesärztekammer 1991)

Wieder nur die traurige Entgleisung eines einzelnen? Ich muß Dich enttäuschen. Um ihr schauriges Handwerk weiterhin als vertretbar darzustellen, versucht das offizielle Organ der Ärzte-Machos den Frauen auch noch das Empfinden ihrer Weiblichkeit herabzuwürdigen und als »übertrieben« abzutun:

»Die Brust ist fast zum Fetisch der Weiblichkeit schlechthin geworden. In unserer Zeit der Äußerlichkeiten ist die Identität mancher Frauen übertrieben abhängig von ihrem Äußeren, speziell von ihren Brüsten.<sup>1222</sup>« (Deutsches Ärzteblatt Nr. 45 vom 08.11.1990)

Das grausame, unsinnige, nichts helfende Absäbeln der fraulichen Brust setzt die alte Tradition der Frauenverachtung und der Erniedrigungswünsche der hehren Mediziner-Männlichkeit fort, deren letzter Ausdruck sich in der Klitorisektomie kundtat.

Dieser Wahnsinn des Schamlippen-Absäbelns wurde noch um 1830 in Europa wie selbstverständlich von den Herren Doctores praktiziert, wenn der Ehemann oder der Arzt befanden, die Frau sei sexuell übererregbar, neurotisch, unkontrollierbar oder befriedige sich möglicherweise selbst. Masturbation, »das einsame Laster«, galt damals als schreckliche, unheilbare Krankheit, die mit allen zur Verfügung stehenden Mitteln, die Entfernung der Eierstöcke eingeschlossen, geheilt werden mußte. Bei Männern, bei denen sie ebenfalls als Krankheit galt, begnügte man sich mit Ermahnungen und Restriktionen. An verstümmelnde chirurgische Eingriffe am Penis hätte man sich nie gewagt. Als Zeichen der Macht über die Frauen wurde er vielmehr in den steil aufragenden Siegessäulen und Monumenten versinnbildlicht.

»Warum nimmt man so vielen Frauen auch noch die Lymphdrüse unter dem Arm weg, wenn man deren Brust ausräumt?«

Ein altes Ritual, welches dem Operateur ein beträchtliches Mehrhonorar erbringt. Als die Operation um 1890 aufgebracht wurde, war völlig unbekannt, daß sich Krebs nicht nur über die Lymphbahnen, sondern auch über das Blut verbreitet, wenn operiert wird. Das Herausschälen der Lymphknoten - was übrigens zu den häßlichsten und schmerzlichsten Narben führt (Rz146) - ist nicht nur unnötig, sondern zerstört auch die Lebensqualität. Diese Lymphknoten sind unverzichtbar, wenn sich der Körper wohlfühlen soll.

Trotzdem: Operieren gilt heute immer noch als selbstverständlich, wenn es nur ein Weißkittel verlangt. Genau wie die Kaiserschnitte. 80% aller Kaiserschnitte sind völlig unangebracht, der Rest fraglich.<sup>2751</sup>

»Warum eigentlich sind denn Lymphknoten so wichtig?« fragst Du.

Weil unser Lymphsystem die vom Körper gebildeten Gewebeflüssigkeiten abzutransportieren

und durch die Phagozytose zu reinigen hat. Vor allem bildet es Lymphozyten, die Abwehrzellen für unser Immunsystem. Daneben sammelt die Lymphe alle Schlacken und Abfallstoffe im Körper auf und entsorgt sie: abgestorbene Bakterien und Keime, zerfallene Zellen, Pilze, Krebszellen, Gewebetrümmer, Toxine usw.

Wie die Venen, so durchziehen auch die Lymphgefäße alle Teile des Körpergewebes. Sie besitzen allerdings keinen zentralen Muskel, der die Lymphe am Fließen hält. Dafür sind die über 300 Lymphknoten zuständig, die zugleich auch Filterstationen sind. Diese Knoten wollen aber gepreßt und wieder gedehnt sein, um den Strom der Lymphe durch den Körper zu treiben.

»Da hätte ich aber viel zu tun, wenn ich ständig an mir herumdrücken müßte«, lachst Du.

Das verlangt auch niemand von Dir. Die Natur hat das viel einfacher eingerichtet. Durch ein vielfältiges *Bewegen* geschieht das automatisch. Beim Laufen und Gehen werden die in der Leiste sitzenden, durch Bücken die um die Hüfte lagernden, und durch Armstrecken und -beugen die in den Achseln befindlichen Lymphknoten stets gepreßt und damit bei Lust und Laune gehalten. Bewegst Du Dich also tüchtig, so bringen die Lymphgefäße viele Abfallstoffe aus dem Körper, bist Du eher ein fauler Sack, so verbleibt mehr Dreck aus der Luft und aus der Nahrung drin. Zwar besitzen die Lymphbahnen auch eine kleine Muskelschicht, die sich rhythmisch zusammenzieht, aber die mischt mehr die Lymphe auf. Schließlich sind da noch die feinen Lymphklappen. Kleine Ventile, die für den Weiterfluß sorgen und die ebenfalls nur durch starke körperliche Bewegung ihrer Aufgabe nachkommen können. Doch zurück zum Krebs.

»Und wenn sich der bei mir immer weiter ausdehnt?« fragst Du.

Laß ihn ruhig weiter wachsen. Glaube an die Kraft der Natur in Dir. Du kannst auf sie bauen, weil Du ja mit der UrTherapie zu ihr zurückkehrst. Plötzlich bricht die immer stärker wachsende Abwehrkraft auch bei Dir durch. Wenn der Krebs trotz UrMedizin weiter wächst sagen viele: wäre ich doch gleich zum Arzt gegangen, als er noch kleiner war! Da hätte man ihn noch wegschneiden können! Klar:

Wenn sich Dein Krebs hartnäckig zeigen sollte, wenn er sich, statt zurückzuziehen, noch aufbäumt und weiter wächst, dann gerätst Du leicht in Sorge, zweifelst an der UrTherapie und neigst dazu, Dich wieder medizinisch behandeln zu lassen.

Tu's nicht!

Zig Jahre lang hast Du die Gifte der Zivilisation geschluckt, hast Deinen Körper sträflich vernachlässigt - da braucht die Natur halt längere Zeit, bis sie den Durchbruch erzielt und die eigenen Abwehrkräfte endlich so gestärkt sind, daß der Körper wieder gesundet.

»Und wenn der Brustkrebs dann nach außen durchzubrechen droht?« 1210

Ja, dann kriegen die meisten das große Heulen, geben auf und flüchten Hals über Kopf in die

Arme der Ärzte zurück. Und die nutzen die Situation gleich schnellstens für sich aus und sagen: »Haben wir es Ihnen denn nicht gesagt, daß die Natur allein nicht hilft?! Jetzt müssen Sie aber schnellstens operiert werden.«

Nein und nochmals nein - Du mußt *nicht* operiert werden! 1213,2705

**Sei doch froh, daß der Krebs nach außen durchbricht und so die Giftstoffe im Körper ausstößt. Was Besseres, so könnte man fast sagen, wenn Du ärztehörig bist, kann Dir gar nicht passieren! Denn Brustkrebs wird im Gegensatz dazu nur dann so schrecklich gefährlich, wenn er, wie bei den meisten, ins Skelett hineinwuchert und Metastasen im Knochenmark bildet. (® LV 2466)**

Das ist so wie mit einem offenen Bein. Dein Körper ist klüger als tausend Ärzte, die den offenen Schmutzkanal mit Zinksalben zukleistern und daran mit Medikamententricks herumdoktern. Na, und wenn der Abfluß in Deiner Toilette verstopft ist, was machst Du denn da? Zementierst Du den etwa zu?

Auf meine zwingende Folgerung ist bis heute noch kein Medizinprofessor gekommen:

**Der Körper sucht sich seiner durch Fleisch-Fabrikationskost aufgespeicherten Gifte durch die bequemsten Ausgänge zu entledigen:**

**Da bieten sich vor allem die nach außen führenden Milchgänge in der Brust einer Frau an.**

Wenn der Krebs durchbricht, bekommst Du keine Verwachsungen an einer Operationsnarbe und keine Ausstreuung von Krebszellen in den Körper. Die Wunde wird schrecklich aussehen, aber die schließt sich auch eines Tages wieder. Vorausgesetzt, Du nimmst fleißig Deine UrMedizin. Aber nehmen wir mal an, Du leidest an Magenkrebs. Was raten die Ärzte da?

**Magenkrebs-Operationen: oft nicht radikal genug!**

**40 Prozent aller Operationen wegen Magenkrebs an der II. Medizinischen Klinik der TU München sind Nachoperationen. Und an kleineren Krankenhäusern ist der Prozentsatz noch größer. Die meisten wären gar nicht erforderlich, wenn Ärzte beim ersten Eingriff nicht so zurückhaltend vorgehen würden. Diese Kritik stammt von Professor Dr. med. Jörg Rüdiger Siewert (50) vom Klinikum Rechts der Isar in München. Seine Forderung: Nicht so vorsichtig wie möglich, sondern so radikal wie möglich operieren! (DIE ZEIT Nr. 28/1990)**

Einmal schonend, ein andermal das Gegenteil: radikal operieren.

Und wieso soll man auf einmal bei den Magenkrebskranken noch radikaler operieren? Bei den Brustkrebsen der Frauen aber nun wieder schonender? Verstehst Du das? Nein? Aber ich! Ich verstehe die großen Meister des Skalpellens schon:

Über die Brust der Frau regt sich die Presse leichter auf. (Die Frauen natürlich auch, aber die sind ja Nebensache!) Ein Magen liegt tief im Körper drin. Den sieht ja keiner. Wenn der radikal weggeschnitten wird, kommt keiner mehr so schnell daher und beklagt sich. Die Presse greift's nicht auf, also kann sich die Mediziner-gesellschaft wie gewohnt tüchtig weiter austoben. Je größer und schwerwiegender die Operation, je heftiger klingelt's in der Kasse.

Hämmere es Dir ein:

**Wenn Du Krebs hast, dann gibt es nichts »auszuräumen«. Wenn sie Dir Brust und Lymphdrüse wegschneiden, stößt ein anderer Krakenarm des Untiers Krebs in Deinen Körper vor.**

Was denn, wenn Du es zwar nie offiziell erfährst, es Dir aber so geht wie erst kürzlich einer Leserin von mir, der man gesagt hatte: »Muß noch heute operiert werden - wir halten sie gleich hier!« (um nur erst keinen Widerstand aufkommen zu lassen.) Und bei der ein paar Tage, nachdem ihr Brust und Lymphdrüse weggenommen waren - plötzlich der Chefarzt am Bett erscheint und freudestrahlend berichtet: »Sie hatten Glück, Frau Köhler - Sie müssen doch nicht operiert werden. Die Biopsie hat ergeben: Die Sache ist harmlos!«

Das erlebst Du doch immer wieder: Kaum kommt der Befund vom Labor zurück, und ist positiv, dann heißt es sofort: »Keinen Tag länger warten! Der Krebs muß sofort raus. Lassen Sie sich für morgen eine Einweisung ins Krankenhaus geben«. Und kopflos wie Du bist, voller Angst und Furcht, jeder Tag könnte nun Dein letzter sein, gehorchst Du wie ein Soldat vor dem Wahnsinnsbefehl eines Generals. Was aber wäre angebracht und überlegt zu tun, wenn man einmal in den Kategorien der Schulmedizin denken will?



Korrekt wäre es doch, sich nicht auf diese histologischen (geweblichen) Befunde allein zu verlassen. Denn die können überhaupt nichts über die tatsächliche Aktivität des Mammakarzinoms aussagen. Dazu bedarf es weiterer, äußerst subtiler Laborbefunde und präziser Ermittlung der Blut- bzw. Serumwerte, ob auch diese Tests als abnormal anzusehen

sind. Und es bedürfte einer längeren Beobachtung und Beurteilung dessen, wie sich der Tumor über einen gewissen Zeitraum hinweg entwickelt. Das kann nicht auf dem Operationstisch beobachtet werden, sondern immer nur nach ausgedehnten Zeitabschnitten.

**Die Anordnung einer sofortigen Operation ist deshalb ein schwerwiegender Kunstfehler!**<sup>1214</sup>

Aber der Patientin oder dem Patienten wird keine Zeit gelassen. Er könnte ja Bedenken

bekommen, sich in seiner Verzweiflung gar an einen Naturmediziner wenden oder möglicherweise dieses ketzerische Buch lesen...

*Das sind die Tatsachen:*

### Brustkrebs mit 30

Ob operiert oder nicht:

**Nach 5 Jahren: jede dritte Frau tot, jede vierte hat ein Rezidiv**

(Ärztliche Praxis 41/22.5.1993)

### Früherkennung: Wirkungslos

**Todesfälle sind gleich bei Späterkennung oder Früherkennung**

(The Lancet, 349/1997/S.779) ®LV 1239b

**Und nach 10 Jahren lebt keine mehr, wenn's echter Krebs war.** (à z.B. Rz 759 Anna Grönemeyer)

Und dann höre und staune: Da sprechen die Onkologen in ihren Fachzeitschriften auch noch über einen »Wechsel der Malignität bei Krebs«.

Was schlicht bedeutet, daß ein als Krebs bestimmter Tumor später auch in ein gutartiges Gewächs umschlagen kann. Die können überhaupt nicht feststellen, ob sich ein Krebs bösartig entwickelt oder nicht. Oder später nicht wieder gutartig wird.<sup>1554, 1561</sup> Und das wollen die auch nicht, sonst könnte ihnen ja der Kunde durch die Lappen gehen!

Sie schmeißen somit zwangsläufig gutartige und bösartige in einen Topf, behandeln also die gutartigen und kommen damit zu positiven Ergebnissen. Wenn sie dann noch zusätzlich, wie wir gesehen haben, die kurz vor dem Tod stehenden bösartigen Fälle schnell nach Hause abschieben, lassen sich so für die Statistiken beste »Heilerfolge« zurechtzimmern.

**Für Dich als Patient heißt das aber auch, wenn Du an einem Krebs leidest, der später einmal gutartig wird, daß Du mit schlimmster Chemie für nichts und wieder nichts mißhandelt wirst.**

### **Verhaltener Vorwurf**

**des Dortmunder Pathologen Prof. Dr. H. Otto an seine Kollegen auf einem Fortbildungskongreß der Bundesärztekammer, es mit dem Abschneiden der Frauenbrüste nicht so zu übertreiben:**

**»(...) bekomme ich doch relativ häufig von Ihnen abgetrennte Brustexzisionen zur Untersuchung vorgelegt - nebst einem Paket auffälliger axillarer Lymphknoten - die nicht im geringsten von Krebs befallen sind.«**

Warum geben sie ihre Unzulänglichkeit, ihre Unfähigkeit in Sachen Krankheitsheilung nicht zu und verweigern z.B. bei Krebs die Behandlung, wie das früher die Ärzte auch hielten. Warum? Weil unsere Zeit immer unehrlicher wird - und die Ärzte beherrschen das besonders gut, da sie als zweitälteste Berufsgruppe so viel Erfahrung im Vorheucheln und Menschen-für-dumm-Verkaufen zu sammeln vermochten. (®Rz.0-99)

Doch mir geht es ja gar nicht darum, die Ärzte zu verurteilen. Die kleinen Praktiker sind doch nur arme Hamster in einem von höherer Warte gedrehten Laufrad, das kein seitliches Abweichen gestattet. Vor lauter Schuferei können die überhaupt nicht richtig klarsehen. Fast bemitleide ich sie auf der einen Seite ein bißchen... Und dann: Sie sind so gut und schlecht wie wir alle. Und warum sollten sie nicht auch die große Chance des schnellen Geldverdienens nutzen, wenn sie ihnen von der Gesellschaft so bereitwillig geboten wird. Wir würden ja genau so handeln. Eine Facharztpraxis eröffnen, das bedeutet heute, trotz allen Geschreis über die sie ruinierende Gesundheitsreform, noch immer eine Einbahnstraße zum Sechser im Lotto, und wer von uns wollte das nicht auch wahrnehmen? Ich will ihnen nur den Heiligenschein nehmen, damit Du endlich die blindmachende Gläubigkeit an sie und ihre Chemie aufgibst.

Und damit Du endlich den Gedanken zu fassen wagst, daß Du Dir selbst helfen mußst, weil Du Dir nur selbst helfen kannst! Damit Du erkennen lernst, daß der Ärztestand keine wohltätige, ja nicht einmal eine gute Einrichtung für die Kranken bedeutet.

**Die Seiten, die Forscher und Mediziner bisher über das Thema Krebs zusammengeschrieben haben, reichen aufeinandergelegt weit über die Spitze des Kölner Doms - doch was sie wirklich davon wissen, das läßt sich auf einen einzigen kleinen Notizzettel schreiben: nichts.<sup>1067</sup>**

Nun ist aber im Jahr der Medizin 1992 ein Wunder geschehen:

Bis dato erwiesen alle Einzelstudien über die Behandlung von Brustkrebs: Nichtbehandelte lebten länger oder es war gleich, ob behandelt wurde oder nicht.

1992 faßten die doppelblinden Onkologen »in weltweiter Zusammenarbeit« diese randomisierten, klinischen Studien zusammen und - abracadabra - ergab sich, daß die Chemo- und Hormontherapie bei Brustkrebs plötzlich doch »erfolgreich« sein sollte. Noch nach 10 Jahren sei die Sterberate deutlich reduziert.<sup>1200ff, 1424, 1428</sup> Das wird nun all den brustkrebskranken Frauen, die sich da trauen nachzufragen, vor die Stirn gehauen. Du aber wirst Dich auch hier nicht blenden lassen, sondern erneut fragen: »Aber Herr Doktor! Können Sie mir mal erklären, wie das für einen Mann wie Sie, der sich wissenschaftlich gebildet nennt, glaubhaft ist, wenn aus 100 plus 100 plötzlich 300 wird?«

**Wenn bisher jede Studie als einzelne genommen keinen Erfolg zeigte, wie können dann alle Studien zusammen plötzlich einen Erfolg aufweisen?**

**Diese Verdummung können sich die Mediziner nur erlauben, weil sich ihre weltumspannende Betrugsclique hermetisch in ihren Organisationsformen mit**

**Standesrecht, Wissenschaftsgesellschaften, Berufsverbänden, Schweigepflichtgeboten usw. von allen anderen Instanzen äußerst geschickt abzuschotten verstanden hat.**

**Und so verhindert, daß man auch nur irgend etwas kontrollieren kann. Und es ist zu vermuten, daß das, was sich hier offenbart, nur die Spitze eines - allerdings recht schmutzigen - Eisbergs darstellt.**

**Merke Dir als Frau: Treffe beste Vorsorge, daß Dich niemand zu einer**

**Vorsorgeuntersuchung animieren kann! (à Rz 143 und 759 Anna Grönemeyer)**



Je eher sie den Krebs aufspüren, je eher stechen oder schneiden die Edelbarbiere Dir da hinein und verbreiten ihn über Deinen ganzen Körper. Sie selbst bezeichnen das Mammakarzinom als »Krebs der Tränen«. Du wirst noch erkennen: Wahrlich nicht ohne Grund. Selbst eine angeblich harmlose Ultraschall-Vorsorgeuntersuchung bedeutet eine Gefahr für Dich. <sup>1357, 1419, 1423ff, 9105b</sup>

**Sie haben bisher noch keinen einzigen Versuch, keine einzige Untersuchung darüber unternommen, ob sich ein Krebsherd nicht auch wie bei der Tuberkulose abkapselt und damit harmlos sein kann. Keine einzige Studie besteht darüber, ob kleinere Krebsherde nicht sogar für Antikörperbildung nötig sind, um größere Krebsbildungen zu verhüten.<sup>1052</sup> Es gibt nur vereinzelte Beobachtungen sorgsamer Praktiker, die feststellten, daß nach einer positiven Krebsgewebeprobe bei Patienten, die sich nicht operieren ließen, eine viel später gemachte negativ war.**

»Jetzt bin ich aber platt. Warum forschen die denn darüber nicht gründlich nach?«

Weil die Habgier nur nach Profitvergrößerung sucht. Überlege doch mal, was das für einen Einbruch in das Geschäft der Krebschirurgen nach sich ziehen würde, wenn sich meine Ermittlungen und Recherchen in einem größeren Kreis rundsprechen würden! Wenn sich etwa herausstellen würde, daß Abwarten bei Krebs - was Honorarentgang bedeutete! - aus den eben Dir genannten Gründen sich als viel zweckmäßiger erweisen würde! Was meinst Du, was die Schulmedizin bisher alles unternommen hat, mich und das Vorbuch zu diesem Werk kaputt bzw. mundtot zu machen.<sup>9985ff</sup>

***Doch das sind die bitteren Wahrheiten:***

# Kölns schönstes Tanzmariechen

## Krebstod mit 30!

Gaby Neuhöfer ist tot! Sie wurde nur 30 Jahre alt. Brustkrebs zerstörte ihr Leben. Im Oktober 1990 der Schock: Brustkrebs. Peter: „Gaby war Arzthelferin. Ihr konnte niemand etwas vormachen.“



15. Juli 1994 • BILD •

Wo liegen die tieferen Gründe dafür, daß sich Frauen nicht mehr auf sich selbst besinnen, sich Angst und Schrecken einjagen lassen und sich von einem Mann ihrer Schönheit und sexuellen Empfindungsfähigkeit berauben und den Busen absäbeln oder aushöhlen lassen? Daß sie vor einem völlig fremden Kerl auf kaltem Chromgestell die Beine auseinanderspreizen und sich ihre Weiblichkeit durch eine Gebärmutterausräumung aus dem Leib nehmen lassen? Das alles gegen ihr tiefes, feines Empfinden? Ist es die Gleichstellung des Arztes mit Gott als unbedingter Autoritätsperson? Von dem man annimmt, er würde nur das Gute wollen und es auch tun?

Wann werden die sehr beeindruckbaren Frauen zu einer kritischeren Wertung der Männer und deren Männlichkeitswahn fähig sein bei denen, die ihre Körper schänden?

Ich meine: Höchste Zeit, daß die Mediziner von den hohen Rössern heruntergeholt werden. Und lernen demütig zu werden.

Jagen wir doch die Schlächter und Chemiedreckverschreiber wieder dahin, wo sie hergekommen sind: auf die Jahrmärkte und in die Wirtshäuser, wo sie sich Männer suchen sollen, die sich von ihnen die Hoden kastrieren und zur Prophylaxe gegen Impotenz Chemiepillen ins Bier schütten lassen...

Kommen wir nun zu einem weiteren, üblen Trick der Schulmedizin - ein Trick, der in seiner Raffinesse nur schwer durchschaubar ist. So ähnlich liest Du es in den letzten Jahren immer wieder in vielen Zeitschriften:

### 42. Angebliche Medizinersiege über den Krebs:

#### Nonplusultra des Für-Dumm-Verkaufens

Der Satz »Ich habe den Krebs besiegt!« springt uns heute immer öfter als Schlagzeile der Presse ins Gesicht. Besonders dann, wenn es sich um Prominente handelt. Für Boulevard-Zeitungen sind solche Sprüche ein gefundenes Fressen, um den Lesern freudige Hoffnung zu machen. Denn das steigert die Umsätze - nicht nur die der Zeitung.



Einer prominenten Kranken zu erklären, sie sei geheilt, unmittelbar nachdem eine Krebsgeschwulst entfernt wurde, ist nicht nur unseriös, das ist auch eine unerhörte Gemeinheit. Und eine noch größere, es in der auflagenstärksten Zeitung bei uns aufzutischen. Nun glauben viele Frauen, der unheilbare Krebs sei plötzlich so ohne weiteres durch eine kleine Operation zu beseitigen. Und halten die Geißel der Menschheit, falls sie der Tod dann auch einmal gegen sie selbst schwingen wird, für leicht besiegbare. Und jubeln bereits lauthals bei noch frischer Narbe ihr Hosanna, wenn die Operationsschnitte der Chirurgen der unbarmherzigen Todesarmee der Krebszellen die Schleusentore zu den anderen Geweben des Körpers weit geöffnet haben. Lobpreisen bereits den Mediziner einen Tag später, wenn sie sich bereits in Marsch gesetzt haben und sich bald als uneinnehmbare Metastasen-Festungen im Körper einnisten werden. (15 Monate später war Elke Kast tot ® Rz 143.)

Das gleiche schlimme Spiel treibt die Sendung »Gesundheitspraxis« mit Berichten über angeblich durch Krebsoperationen oder mittels Organverpflanzung »geheilten« Menschen.

Kurz zuvor lief im ZDF (Gesundheitsmagazin Praxis) eine Sendung über Haut- und Hodenkrebs erkrankte - beides keine echten Krebsarten! - die noch fünf bis sieben Jahre nach der Operation lebten.

Um zehn Operierte dafür vor die Kamera zu bekommen, hatte man ganz Europa abgegrast und sich Leute aus Italien, Irland, Norwegen, Dänemark, Bulgarien, der Türkei und England zusammensuchen müssen. Aber was tut das Fernsehen nicht alles für seine Ärzte-Liebhaber!

Nun, wir wissen: Der eine stirbt früher an Krebs, der andere später. Solche Sendungen sollen Dich dazu bringen, die Leistungen von Wissenschaftlern und Ärzten zu bewundern, damit Du all das von ihnen Erdachte auch schön in Anspruch nimmst und ihnen immer größere Profite verschaffst. Die wissen genau: Der Bewunderung folgt sodann die Ehrfurcht vor denen, die da angeblich unheilbare Krankheiten besiegen können. Das Grundgefühl von Ehrfurcht ist aber der Glaube an den Mächtigen, den Hochstudierten, den Spezialisten, den zum weißen Gott hochstilisierten Herrn Professor, der alle Weisheit dieser Welt gepachtet zu haben scheint. Und die wissen weiter:



Wer andere bewundert, verliert seine Skepsis, seine Kritikfähigkeit, sein Zutrauen zu sich selbst. Wer ist man denn schon! Man hat Angst, Fehler zu machen, Angst, selbst Verantwortung zu übernehmen. Das soll doch der tun, der es da angeblich so viel besser weiß. Und wenn es dann schiefgeht, ist eben auch der schuld. Dann kann man auf ihn schimpfen. Dann zieht die Entschuldigung: Ich bin ja kein Fachmann,

ich habe mich ja nur so verhalten, wie es alle tun.

**Es ist deshalb an Infamität nicht zu überbieten, wenn man jetzt behauptet - nachdem man die zahlenden Schafe nicht in gewünschter Vielzahl zu den mit viel Propaganda angepriesenen Vorsorgeuntersuchungen hinkarren kann,<sup>1072f, 1150ff</sup> daß sich**

**Krebskranke bereits durch die Operation als geheilt ansehen dürften und so die »Fünf-Jahres-Heilgrenze«** (®Rz.162ff), nach welcher bisher die Mediziner von einer »erfolgreichen Krebsbehandlung« sprachen, auf die »Ein-Tages-Heilgrenze« reduziert. Unter dem Motto: Krebsoperation überlebt, Patient geheilt.<sup>1512</sup> Du erkennst, wie in der Medizin die Ehrlichkeit immer mehr verkommt, immer mehr die Sitten verwildern, die Seriosität auf der Strecke bleibt. Was sage ich da: Die Medizin war bis heute zu keinem Zeitpunkt jemals seriös.

Hinter den Sinn derartiger Aussagen kommst Du aber erst, wenn Du im Inneren der BILD-Zeitung weiterliest, wie überglücklich die Krebsbesiegerin ist und daher all ihren Freundinnen und Bekannten - und somit fünf Millionen Bild-Lesern - empfiehlt, sofort und regelmäßig und brav zu den Vorsorgeuntersuchungen zu eilen - sie sei ja dadurch schließlich gesund geworden! Denn der rettende Held, der strahlende Herr Doktor, der hatte es ihr doch klar und deutlich einen Tag nach der Operation gesagt!

Aber auch klügere und kritischere Patientinnen als die gutgläubige Prominententochter, wissen die Herren Mediziner auf ihre Frage: »Aber was wird später aus mir?« zu überzeugen: »Machen Sie sich doch darüber keine Gedanken! Jetzt sind sie erst mal gesund! Ein Später gibt es nicht! Sie können vom Auto überfahren werden, einen Herzinfarkt bekommen, und, und, und. Also: Denken sie mal nicht so viel...« Das ist die Wahrheit: 1060, 1276, 1306, 1410, 1452, 1457

### **Innerhalb weniger Tage verlor Liederstar Herbert Grönemeyer Frau und Bruder durch Krebs. V**

BILD, 26.11.1998

### **Bronson-Ehefrau liegt im Sterben V**

Fünf Jahre hat sie verzweifelt gekämpft, doch jetzt hat Jill Ireland (53) den Kampf gegen den Krebs verloren. Die Ehefrau von Charles Bronson (66) liegt im Sterben. Nach einer Herzoperation in der Krebsklinik Arlington (Texas) kann sie ihr Krankenbett nicht mehr verlassen. Der Krebs hat mittlerweile Brust, Lungen, Hüften und die Beckenknochen zerfressen. Jill wiegt nur noch 82 Pfund. Ehemann Charles erweist seiner Frau einen letzten Liebesdienst: er will ihr beim Sterben zur Seite stehen.

(BILD, 28.6.1991)

### **Der Krebs ließ sie nicht los V**

Lee Remick, deren beste Freundin Jill Ireland an Krebs starb, kämpfte mit neuen Behandlungsmethoden dagegen an. Vor einem Jahr galt sie als geheilt. Eine trügerische Hoffnung: Die tückische Krankheit brach wieder aus. Schlimmer als zuvor. (EXPRESS 4.7.1991)

### **Melina Mercouri: Qualvoller Krebstod (Express, 7.3.1994) V**

## Carolyn van Bergen, Krebs mit 26 V

Bei einem Eingriff versagte ihr Herz. (Kölner Stadt-Anzeiger, 24.10.90)

## Elke Kast: Krebstod mit 47 V

28 Monate kämpfte sie. Deutschlands beliebteste TV-Ansagerin wurde operiert. Es folgten qualvolle Chemotherapien, Nächte voller Schmerzen, aber auch Tage voller Hoffnung. Regelmäßig wurde sie chemotherapeutisch behandelt. Sie nahm Kilo um Kilo ab - aber ihr Lebensmut nahm zu. Vor wenigen Wochen freute sie sich, daß sich ein neuer Tumor zurückgebildet hatte, ein paar Tage später war alles vergebens.

(EXPRESS, 07.01.1993)



Was für ein elendes Ende der letzten Lebenszeit: täglich qualvolles Gift in den Körper. Willst Du das auch mit Dir machen lassen? Willst Du auch so früh draufgehen:

Deutschlands Krebsforscher Nummer Eins - so von den Illustrierten genannt - , der Leiter des Deutschen Krebsforschungszentrums in Heidelberg, glaubt ebenfalls, mit der

zweiseitigen Illustriertenschlagzeile » U n s e r e S i e g e g e g e n d e n K r e b s « das totale Versagen der Medizin in einen Triumph seines Instituts ummünzen zu können.<sup>1513</sup>

Wie raffiniert diese Maschen gestrickt sind, das solltest Du wissen, willst Du die Ärzte und die Pharmaindustrie richtig durchschauen und Dir darüber klar werden, daß Dir als Schwerkranker gar nichts anderes übrig bleibt als Dir selbst zu helfen.

Da ist als erstes die psychologisch äußerst geschickte Erhebung eines unbekanntenen Jubilars auf das Podest eines Olympiasiegers - indem man ihn zur »Nummer Eins« deklariert. Illustriertenleser, so weiß man, sehen sich in jedem Fall die Bilder und Schlagzeilen einer Illustrierten an. Wenn's hochkommt noch die größeren Überschriften. Das Kleingedruckte wirkt nur noch auf sie, wenn es unmittelbar unter einem Bild steht, wie in diesem Artikel unter dem imposanten Bau des Krebsforschungsinstituts im berühmten Heidelberg mit 1.500 Mitarbeitern und 100 Millionen Mark jährlichen Kosten.

»Mein Gott«, so denkst Du unwillkürlich, so viel Geld und so viele Menschen, die allein bei uns in Deutschland den Krebs bekämpfen - da müssen schließlich Siege herauskommen....

Und da es fast jede Woche ähnliche Medizin-Triumph-Meldungen in der Regenbogenpresse oder den Fernsehsendungen hagelt nebst penetranter Ratschläge, mit jedem Wehwehchen auf

jeden Fall den Arzt aufzusuchen, setzt es sich im Unterbewußtsein bei vielen fast unausrottbar fest, daß man bei Krankheit wie selbstverständlich zum Arzt oder ins Krankenhaus geht.

Sehen wir uns näher an, wie das Spielchen von der Schulmedizin so trefflich gespielt wird, denn für Dich hängt vielleicht einmal Dein Leben davon ab! Da heißt es in der Illustrierten:

»Im Keller des Deutschen-Krebsforschungszentrums stehen seit einigen Jahren gewaltige Geräte, die mit Hilfe von Strahlung dem Krebs auf der Spur sind: Röntgenstrahlen machen beim Computer-Tomogramm (CT) Scheibenaufnahmen vom Körper und spüren Tumore auf.



Magnetische Schwingungen verfeinern im Kernspin-Tomographen die Diagnosemöglichkeiten; sie zeigen noch mehr Einzelheiten im Körpergewebe als das CT.

Der letzte Schrei der Strahlenforscher heißt PET (Positronen-Emissions-Tomographie). Mit diesem Zaubergerät kann nun sogar der Stoffwechsel im lebenden Gewebe, beispielsweise in einem Tumor, sichtbar gemacht werden.

Rechtzeitig mit PET entdeckt, kann der erneute Darmtumor erfolgreich operiert werden.«

Jetzt laß Dir mal beibringen, Dich nicht von Professorentiteln und imposanten oder geheimnisvollen Apparaturen beeindruckt zu lassen und statt dessen zu denken: Das sind alles Äußerlichkeiten, von klugen Köpfen erdacht, um an das ganz große Geld zu kommen!

**Mach Dir nun den Kopf frei und nimm auch den letzten Satz der »Krebs-Besieger« richtig auf. Der ist zwar völlig korrekt. Das Wort »erfolgreich« wirkt jedoch auf Dich wie eine Verheißung, Du müßtest bei Tumoren keine Sorgen mehr haben.<sup>9506</sup> Es besagt in Wirklichkeit aber nur: Der Krebskranke kann nicht geheilt werden; er kann von den Ärzten nur erfolgreich *operiert* werden. Das bedeutet nicht mehr und nicht weniger, als daß er nach der Operation nicht gleich in der Leichenkammer des Krankenhauses landet.**

Und die protzige Aufzählung der »gewaltigen« Geräte des Strahlungstodes wie Kernspin-Tomograph, Zaubergerät Positronen-Emissions-Tomograph, will nur bewirken, mit technischer Leistung und mit weithin unverständlichen Fachausdrücken zu bemänteln, daß es sich hierbei um nichts anderes als um eine bloße Diagnosegigantomanie, jedoch nicht um die Heilung von Krebskrankheiten handelt.

Lesen wir kritisch weiter:

»In den vergangenen fünfundzwanzig Jahren sind wir gut vorangekommen. Heute haben wir zum Beispiel klare Vorstellungen darüber, wie Krebs entsteht: auf der Basis von Schäden am Erbmateriale der Zellen. Das war vor fünfundzwanzig Jahren noch absolut unklar.

Die Hoffnungen der Wissenschaftler ruhen auf einem neuen Zweig der Krebsbehandlung, der sogenannten Immuntherapie. Durch sie soll das menschliche Abwehr(Immun-)system angeregt werden, die im Organismus wuchernden Krebszellen aus eigener Kraft anzugreifen und zu töten.

Professor Volker Schirmacher vom Institut für Immunologie und Genetik des Deutschen Krebsforschungszentrums hat dazu eine möglicherweise erfolgversprechende Methode entwickelt: Die »Impfung« gegen Krebs.«

Plötzlich ist nicht mehr vom »Siegen«, sondern nur noch von »Hoffnungen« die Rede und von »möglicherweise erfolgversprechenden« (nicht mehr wie oben erfolgreichen) Methoden ...

Und weshalb man die »Impfung« ins Spiel bringt, das ist Dir auch klar, nachdem Du Kapitel 0 bereits gelesen hast: Impfungen sind im Gedächtnis der Menschen fest als Erfolge der Medizin verankert.

Da aber angeblich das Impfen nur gegen Viren und Bakterien helfen kann, ist mit dieser Hoffnungsmache ein weiterer Gipfel der Täuschungen durch Professor Schirmacher bestiegen worden: Weil Krebs nicht von Viren oder Bakterien verursacht wird. Wie will er gegen etwas immun machen, das es nicht gibt! Und was sagt die »Nummer Eins« der Krebsforschung zum Schluß, wenn der möglicherweise gründlichere Leser, vom Fachgeschwafel leicht ermüdet, das Blatt sinken läßt? Um zwar angebliche Siege zu vermelden, damit er seinen dummen, hinters Licht geführten, edlen Spendern ein angebliches Äquivalent vermitteln kann, um weiterhin die Spendenmilliarden am Sprudeln zu halten? Das sagt er wörtlich:

**»Unser Kampf gegen den Krebs ist ein zäher Prozeß, der sich noch über viele Jahre hinziehen wird. Und er führt nicht, wie in der Öffentlichkeit vielfach erwartet, schnell zu großen Erfolgen.«**

Endlich, ganz zum Ende, kommt er dann mit der vollen Wahrheit heraus, aber wer kriegt das nach den großartigen Siegesmeldungen so spät noch mit?:

**»Trotz aller Erfolge - die herkömmlichen Strategien gegen Krebs (Operation, Bestrahlung, Chemotherapie) scheinen ausgereizt. Im Augenblick gibt es keine konkreten Aussichten, die Heilungsraten bei Krebs entscheidend zu verbessern«,** <sup>2842ff</sup>

gesteht schließlich Deutschlands Krebsforscher Nummer Eins.

Du aber, mein Leser, erkennst: Die »Nummer Eins« hat sich als »Nr. Null« des Marathonrennens um die Krebsheilung ausweisen müssen, nachdem er sogar »gesteht«, daß es in Wirklichkeit statt der Siege nur Niederlagen gegeben hat. Trotz des gewaltigen Krebsforschungsbauwerks. Trotz der 1500 Wissenschaftler darin. Trotz der über 100 Millionen dafür hinausgeschmissenen harten DM. Jährlich! Doch selbst in seinem Geständnis am Ende des Berichts versucht es die »Nummer Null« noch, die Leser (und späteren Spender) zu täuschen. Nummer Null beliebt nämlich von »Heilungsraten« zu sprechen. Und die habe ich

trotz vierzigjährigen, intensiven Studiums einschlägiger Fachzeitschriften und trotz Durchsicht der gesamten medizinischen Nomenklatur bislang noch nirgendwo angegeben gefunden. Was es dagegen gibt, und was er gemeint hat, das sind die 'Todesraten' bei Krebs, welche die Statistiker erfaßt haben. Und die steigen trotz aller »Siege« ständig an...<sup>0805</sup>

Es gibt weder Heilungsraten - noch Heilungsaussichten - seit 600 Jahren bei Krebs. Nicht bei der Schulmedizin.<sup>7014f</sup> Die gibt es nur in der Naturmedizin.

**Für die Klassische Naturheilkunde gibt es keine unheilbaren Krankheiten. Es gibt für sie nur unheilbare Menschen. Menschen, die sich nicht belehren lassen und ihre Gesundheit nicht zulassen wollen. Dummheit ist als bestätigende Ausnahme die einzige unheilbare Krankheit.**

Mir verschlug es die Sprache, als der gleiche Mann (im Fernsehkolleg des SWF vom 2.9.90) das Geschehen auf den Kopf stellte und es den »überragenden Ergebnissen der Schulmedizin« zuschrieb, daß Kindbettfieber nicht mehr existiere. Was, wie Du weißt, nicht der Verdienst der Schulmedizin, sondern der von Semmelweis eingeführten hygienischen Maßnahmen war. Das Kindbettfieber war nämlich von den Ärzten durch Unsauberkeit verursacht worden! Nun, Du durchschaust ja jetzt die Verdrehungen und Lügen, dank dieses Buches - und bist hoffentlich in Zukunft nicht mehr so blindgläubig.

Am 7.9.1994, 21<sup>00</sup> Uhr, im Gesundheitsmagazin Praxis äußerte sich der Krebs Herr zu Hausen in der ARD-Sendung allerdings etwas differenzierter: »Die Ursachenforschung hat nicht Schritt gehalten mit der Krebsdiagnose. Das geplante Krebsregister und die kommende Gentherapie wird da einen wesentlichen Fortschritt für die jährlich 35.000 Krebs-Neuerkrankungen bei uns erbringen...«

Die Hoffnungsmache hat er vom ersten, als Pionier moderner Krebsforschung hochgelobten Begründer seines Instituts bestens gelernt!

Vor 80 Jahren gab sein Vorgänger von sich:

»Ich glaube, daß man in einem Krebsinstitut nicht allein unheilbare Carcinome und Sarkome aufnehmen soll, sondern daß auch zweifelhafte Fälle, gutartige Tumoren, aber namentlich noch heilbare Anfangsformen des Krebses hineingehören.«

Das glaube ich auch, denn nur so sind Erfolgsstatistiken für die Ärzte machbar! Nur so kann man »mit Recht« öffentliche Gelder und Zuschüsse kassieren und sich bequemste und höchstdotierteste Pöstchen für ewige Zeiten sichern. Und weiter meinte er:

»(...) damit die Anstalt nicht zu ausschließlich den Charakter einer Siechenanstalt aufgeprägt erhält und damit durch die geheilten Fälle der Mut und die Hoffnung der Pflegebefohlenen und die Arbeitsfreudigkeit des Pflegepersonals aufrechterhalten wird. Denn es darf nicht vergessen werden, wie deprimierend und lähmend auf die Ärzte und Krankenpfleger ein Saal voll sterbender Todeskandidaten einwirkt. Ärzte und Pflegerinnen müssen selbst Hoffnung haben,

um Optimisten bleiben zu können und auch die Hoffnung bei den verzweifelten Kranken aufrechtzuerhalten.« (Vincenz Czerny schildert 1912 seine Auffassung über die Belegung der Krebsklinik Heidelberg, dem Vorläufer des Krebsforschungszentrums)

Seit September 1994 haben sich die selbtherrlichen Profitmacher wieder was Neues einfallen lassen, um durch eine zusätzliche Operation noch mehr Geld aus dem Krankheitskostenbudget herauszuschlagen. Nun verpassen sie ihren verkrebsten Patienten nicht einfach mehr chemische Infusionen in den Blutkreislauf. Jetzt klemmen sie mittels einer schwierigen Operation alle Blutgefäße ab, die sich außerhalb des Gebietes befinden, wo der Krebsherd liegt oder wo sie diesen vermuten. Das nennen sie dann »die neue Regionaltherapie des Krebs«.

Von Jahr zu Jahr forder der Krebs immer mehr Tote

Doch von Jahr zu Jahr meldet der Chef des Krebsforschungslügen-Instituts immer mehr »Erfolge«. Zuletzt in BILD vom 17.9.1998.

Laß Dir mal diese nichts aussagenden, unbedeutenden und doch Erfolg vortäuschende Worte der BILD-Journalisten auf der Zunge zergehen: »Weltweit anerkannt«. Für was? Dafür, daß er nach wie vor dem Krebs hilflos gegenübersteht?



Ist das nicht verrückt? Niemand setzt diesen Herren eine Grenze, niemand fragt sie, ob das überhaupt etwas Besseres bewirken oder gar die Heilungschancen - die bei der schulmedizinischen Krebstherapie ja sowieso nicht existieren - erhöhen könnte. Die denken sich da einfach etwas Neues aus, was ihnen mehr Pinkepinke einbringt - und schwuppdiwupp ist es auch schon in die Wirklichkeit umgesetzt. Das ist etwa so, als wenn ein Fabrikant sich etwas Neuartiges ausdenkt. Wie etwa einen Apparat zum Haarespalten, denselben dann ohne vorherige Marktanalyse in großer Anzahl herstellt und den von ihm selbst dafür bestimmten überhöhten Preis einfach von den Konten aller Haarbesitzer abbucht...

***Laser strahlt Mammakarzinom weg!***

(Ärzte Zeitung 229/17.12.1992/14)

Da kann man beim Anblick dieses Fotos nur sagen - und wie!:

*Da wurde dieser brustkrebskranken Patientin nun von den Ärzten die eine Brust ausgeschlachtet, danach die Haut darüber mit Röntgen-Rasterstrahlung verbrannt - und was ist das Ergebnis des medizinischen Quälungsterrors: schwarze Metastasen, die rapide wachsen und in Kürze aufbrechen werden. Danach werden sich die jetzt noch kleinen, roten Erhebungen immer dunkler färben, die Haut zerfressen und sie zu einer einzigen großen*



Aber nicht nur unsere bemitleidenswerten Frauen sind von solchem schulmedizinischen Wahnsinn in aller Welt betroffen, auch Männer sind so dumm, auf ärztliche Sprüche von »Chancen auf Heilung« hereinzufallen.

Es ist zweifellos das zweckmäßigste für den Patienten, ihn in einem Dauerzustand der Therapie zu halten... Natürlich auch für den Arzt. (Lachen im Auditorium.)

Prof.C. Niemeg, Universitätsklinik Köln (Jpa 4.12.96)

*Am Gesäß eines 46Jährigen hat sich ein großflächiger Basalzellenkrebs (Basaliom) entwickelt. Der Mann liegt auf dem Bauch und oberhalb vom zerstörten Gewebe zeigt sich noch **die Glutealfalte**. Dieses Foto täuscht; tatsächlich ging die Geschwulst in die Tiefe und es wurden großflächige Bezirke über einen nekrotisierenden Eiterungsprozeß abgestoßen, so daß der Schließmuskel des Afters und Teile des Rektums nicht mehr vorhanden sind:*

Entscheide Dich!

Willst Du weiter die Gifte der Medikamente in Dich schlauchen und Dir von den Medizinern die letzten Reste Deiner Abwehrkräfte zerstören lassen, oder willst Du endlich damit anfangen, gesund zu leben? Am besten urgesund! Ja? Dann lies hier gewissenhaft weiter.

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** e-mail : [Report an Webmaster](#) ☒ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/1/4.html> - Update: 13.01.2000 15:39

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

Der Domainname ist  
eine Spende der  
[Transmedia GmbH](#)

× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch  
× [Antivivisektion e.V.](#) × [Für Vegetarismus!](#)  
- [Gegen Tierversuche](#) - [Vegi-Büro Schweiz](#)  
Tierversuchsgegner Rhein Ruhr



# 1. Kapitel. Klarsehen: Es gibt keine Krankheiten 2017

## 1.41 Ernsthafte Professorenvorschläge: zur Vorsorge die Brüste amputieren

Die Mediziner täuschen in der Öffentlichkeit vor, der Krebs sei nicht so schlimm, wenn man ihn nur früh genug erkennen würde. Du dagegen merke Dir:

Jeder Krebs ist anders! Wenn er sich nicht oder nur langsam weiterentwickelt, dann handelt es sich um eine harmlosere Art! Oder um keinen echten Krebs. Aber daß dieser Dich dann nicht so schnell unter die Erde bringt, das ist nicht dem Verdienst des Früherkennens des Arztes oder der Wirksamkeit eines Medikaments zuzuschreiben. In einem solchen Fall wirkt sich diese spezielle Art von Krebs bei Dir nur nicht ganz so schlimm aus wie bei den anderen.

**Nüchterne Zahlen beweisen: Es spielt so gut wie keine Rolle, ob nicht behandelt oder schulmedizinisch behandelt wurde - echte Krebskranke - gleich ob Brust-, Magen-, Lungen-, Kehlkopf-, Blut- oder Knochenkrebs - sind nach zeitlich feststehenden Prozentsätzen zum frühen Tode verurteilt!** 1221, 1351, 1510, 3605, 8330, 9705, 9742, 9799, 9833, 9967

Sehr, sehr oft kommt es vor, daß unnütz zerschnitten, medikamentös ruiniert oder bestrahlt wird.<sup>9833</sup> Meiner Ansicht nach ist eine medizinisch-technische Assistentin total damit überfordert, bei der Gewebeuntersuchung die verschiedenen Zellarten nach Organart, Alter, Entwicklungsstadium, Personenbezogenheit, Entartungszustand und Grad der Bösartigkeit zu unterscheiden, es sei denn, sie hat einen Gebärmutterhalskrebs vor sich, den man leichter zu bestimmen vermag. Aber dieser Krebs ist lediglich einer von über hundert anderen. Zudem ist der Übergang zwischen »gutartig« und »böartig« fließend...<sup>2409ff, 2430/2, 2437ff</sup>. Da wird man also im Zweifel - und da bestehen sehr viele! - lieber ins Untersuchungsergebnis schreiben, daß es sich um Krebs handelt. Zumal's ja niemand nachprüft. Deshalb:

**Die Verkrebsten sollen sich auf ihren gesunden Menschenverstand besinnen! Der ihnen sagen muß: Ich bin krank, d.h. mein ganzer Körper ist krank. Krank ist mein Blut, das die auslösenden Krankheitsstoffe in die Gewebeteile hineinbringt, krank sind meine Lymphdrüsen, die sich nicht als genügend abwehrkräftig für abgeschwemmte Krebszellen erweisen, krank sind meine Körperzellen, die plötzlich entartetes Gewebe bilden, krank ist mein Darm, der nicht fähig ist, eventuelle Giftstoffe zurückzuhalten - kurz, mein ganzer Körper ist von dieser Krankheit erfaßt.**

Und weiter:

**Dieses Gewächs ist nur ein Aufschrei meiner Krankheit. Wenn der Tumor beseitigt wird -**

**worauf man so drängt - dann besitze ich nach wie vor eine abwehrschwache Lymphe, einen schadstoffdurchlässigen Darm, eine zu wenig entgiftende Leber, schlecht arbeitende Nieren, ein anfälliges Gewebe, ein durch mangelnde Bewegung zu wenig sauerstoffhaltiges Blut, ein ...- genug!**

Die Ärzteschaft argumentiert so: »Krebs ist eine örtliche Erkrankung. Wäre das nicht der Fall, wäre jeder chirurgische Eingriff sinnlos.« Selbst Hackethal war noch vor einigen Jahren dieser Ansicht.

Nur: Wie erklären sie es sich, daß der Krebs bei so vielen Operierten (wenn sie denn wirklich an Krebs gelitten haben!) trotzdem an der gleichen Stelle wiederkehrt? Oder daß er an anderer Stelle oder in einer anderen Form beim Operierten wieder auftaucht - auch wenn der Krebs angeblich restlos ausgeräumt wurde?<sup>1120, 1453f</sup> In der Brust bildet er sich dann vielleicht (!) nicht wieder, dafür in Organen, die weitaus gefährlicher sind: im Schädel, im Gehirn, in Lunge, Nieren, Leber, Eierstöcken, in der Wirbelsäule und im Becken.

Sie erklären es sich nicht, die Herren Mediziner. So einfach ist das für sie. Sie quälen lieber ihre Patienten, obschon sie wissen, daß sie es damit nur noch um so schlimmer machen und für eine verjagte Krähe viele andere nachkommen.<sup>9783, 1052</sup> Das sollten sie sich fragen:

Woher kommen eigentlich die schlechten Stoffe, die den Krebs weiter wachsen lassen? Ja, woher kommen sie, wenn nicht aus dem Körper? Und hätte der Krebs sich überhaupt einnisten können, wenn der Platz, an dem er nun erkennbar sitzt, vorher gesund gewesen wäre?

Und wieso bestreiten die Ärzte bis heute die Tatsache, daß niemand Krebs bekommt, dessen Leber nicht schon vorher geschädigt - also erkrankt war? Wieso tun sie das als vollkommen lächerlich ab?

Weil ihr Wirken zur Farce gerinnen würde, verleugnen die Mediziner ihre Erkenntnisse vom menschlichen Körper: daß in einem Organismus keine Krankheit entstehen kann, ohne daß der ganze Körper daran beteiligt ist - auch wenn sich deren Wirkung nur an einem Ort offenbart. Je weiter Du in diesem Buch liest, je mehr wirst Du erkennen, daß sich der heile Heiligenschein über den Köpfen der Mediziner in dunkle Scheuklappen verwandelt.

Und wenn aus Rechtfertigungsgründen von allen Ärzten das Gegenteil behauptet wird:

**Krebs ist kein örtlicher Prozeß. Krebs ist eine Erkrankung des ganzen Körpers!  
Nochmals: Ein Krebskranker ist nicht nur ein bißchen verkrebt - so wie Du nicht nur ein bißchen tot sein kannst, wenn Dich die Mediziner auf ihren Intensivstationen kaputt gemartert haben - nein, er ist durch und durch verkrebt.**

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Eine Krankheit läßt sich nicht aus einem Körper herauschneiden! Der Gedanke, dies sei möglich, ist nicht mehr als Glaube an Zauberei! Finsteres Mittelalter!**

Laß deshalb die heute üblichen Metzeleien der Mediziner *an Dir* nicht zu!

Wenn Krankheit so einfach herauschneidbar wäre, warum schneidet man dann nicht Morbus Crohn, Akne oder Rheuma ebenfalls heraus? Wirklich - die Menschen lassen sich viel weismachen. Auch heute noch, wie Du siehst, im angeblich aufgeklärten Zeitalter. Erwinnere Dich an die Medizingeschichte: nichts hat sich geändert! Die Mediziner sind die gleichen wie früher geblieben. Ebenfalls im Grundsätzlichen deren Methoden.

Aber hier rede ich leider meist gegen taube Ohren, ich weiß! Wenn in Dir irgendwo ein Tumor heranwächst, dann steigt panische Angst hoch, und die Ärzte haben leichtes Spiel mit Dir. Schnellstens raus mit diesem unheimlichen Gewächs. Und hast Du einmal A gesagt, dann wirst Du auch B sagen - also zu Bestrahlungen und zu Chemotherapien, zu Nachoperation, zu Siechtum, zu frühem Tod. Ich wiederhole, damit es tief in Dich dringt:

**Es bleibt sich völlig gleich, ob Krebs operiert, bestrahlt oder chemotherapiert wird - Du lebst keinen Tag länger bei allem, was die auch mit Dir anstellen. Im Gegenteil: sie verkürzen Dir das Leben und machen es Dir überdies noch zur Hölle!**

Wach auf, Verkrebster, lies es zweimal, damit Du erkennst, daß die noch immer nicht von der Menschheit durchschauten Scharlatane auf Kosten Deines Körpers in geradezu unverantwortlicher Weise ihrem Beruf nachgehen.<sup>1053, 1068</sup>

**Das sind die Tatsachen:**

Eine vom Nationalen Krebsinstitut der USA begonnene Untersuchung mit insgesamt 2.200 Frauen verglich die Ergebnisse von drei Therapiemöglichkeiten: Einem Drittel der Patientinnen - alle mit noch sehr kleinen Tumoren - wurde die Brust amputiert, bei einem weiteren Drittel entfernten die Ärzte nur den Knoten selbst, die dritte Gruppe wurde nach diesem kleinräumigen Eingriff zusätzlich bestrahlt.

»Ob Sie bestrahlen oder nicht, ob Sie nur den Knoten oder gleich die ganze Brust entfernen«, so Fisher auf einem Ärztekongreß in Montreal, »es macht keinen wesentlichen Unterschied.«  
9833

(DER SPIEGEL 51/84)

O doch, behaupte ich als Verfasser nach 40jährigem intensivem Studium des ärztlichen Wahnsinnstreibens in dieser Welt, o doch! Es macht schon einen großen Unterschied. Denn: 1 Wenn Du nicht operiert wirst, kann Dir kein Chirurg den Krebs in den Körper austreuen und damit Deinen schnellen Tod herbeiführen.

1 Wenn Du nicht mit Gewebezerstörungsatomkanonen bestrahlt oder mit Kaputtmachungs-Chemie vergiftet wirst, bleiben Dir wenigstens Deine durch nichts zu ersetzenden eigenen

Abwehrkräfte im Körper erhalten.<sup>9783</sup>

I Wenn Du es fertigbringst, den Dich unnötig quälenden, aus reinem Eigennutz tätigen Behandlungsfetischisten Dein »Nein!« entgegenzusetzen, dann kannst Du Dir wenigstens für den Rest Deines verkrebten Lebens noch ein paar schöne Monate oder Jahre verschaffen, wie ich Dir im Verlauf des Buches noch darstellen werde.

Vor allem übersehen die Mediziner eines (oder sage ich wieder besser, *wollen* übersehen, damit sie behandeln können), daß der Krebs auch *nicht* wuchernde, sich *nicht* teilende Krebszellen in Blut und Gewebe absondert. Die dort schlummern und später für die meisten Verkrebten die eigentliche Todesursache darstellen!

Die Chemotherapie aber kann nur sich teilende Krebszellen zerstören - nicht aber die ruhenden! <sup>1352, 1379</sup> Zwei Fragen können Dir die Ärzte nicht beantworten, frag sie mal ruhig danach:

**Wie kann eine Krankheit streuen, wenn es sich nur um einen örtlichen Prozeß handelt? Wie können sich Tochtergeschwülste bilden, wenn der Krebs nur einen einzigen Platz haben soll, an dem er sitzt? Welche Art von Logik ist den Ärzten eigentlich eigen? Ahnst Du allmählich, daß die Scharlatanerie gerade bei denen zu finden ist, die andere damit bezichtigen, wie uns alternative Gesundheitslehrer...**

Selbstverständlich bestreiten die Ärzte, daß sie mit der Operation den Krebs ausstreuen und so den ganzen Körper viel schneller verseuchen, als wenn sie nicht operieren würden. »Wir machen das sehr vorsichtig« sagen sie Dir. Die ehrlichen unter ihnen geben es zwar notgedrungenermaßen zu, haben trotzdem einen Trick gefunden, das zu verharmlosen: »Klar, der Krebs breitet sich schon dadurch aus, aber der übrige Körper hat ja keinen Krebs und kann das verkraften. Der scheidet das wieder aus. Der wird damit ohne weiteres fertig!«

**Heilige Einfalt! Wenn Dein Körper mit dem Krebs fertig werden könnte, hätte er sich da erst bei Dir einnisten können?**

**Frage: Haben die das auch nachgeprüft?<sup>2225ff</sup> Woher wissen sie, daß ausgerechnet *Dein* Körper es verkraftet? Sie wissen es nicht! Sie sagen es einfach so zu Deiner Beruhigung. Wenn Dein Körper die paar Krebszellen verkraften könnte, wieso haben die dann den Krebs überhaupt vorher verursachen können, den sie bei Dir operiert haben?**

**Sei wach! Hellwach! Und wisse: Spätere Folgen einer Operation interessieren Mediziner nicht - für die zählt nur der Erfolg des ersten Augenscheins.**

**Wenn Du es überleben solltest, geht es manchen nach Operationen tatsächlich ein wenig besser als vorher. Klar, was da drückte und Dir unheimlich war, ist ja zunächst einmal weg. Aber das dicke Ende folgt. Das wissen auch die Ärzte. Ich erwecke in Dir nochmals das Bild eines Schwarms Winterkrähen. Ihr Krächzen, ihr schwarzes Gefieder ruft in Dir Todesahnungen wach. Und hast Du sie aufgescheucht, so lassen sie sich bald darauf**

an anderer Stelle auf dem Leichentuch der winterlichen Erde nieder.

**Merke: Du kannst Deinen Krebs nicht verjagen. Der ist nun mal in Dir. Und versuchst Du es, dann frißt er eben an anderer Stelle doppelt so schnell wieder weiter. Der will, wie die Krähen, doch satt werden!<sup>1057</sup> Hackethal sagte übrigens nichts Neues, wenn er von einem Haustierkrebs spricht, der zu einem Raubtierkrebs wird. Schon 1764 war einem Londoner Krebsarzt aufgefallen, daß Operationen den Krebs schneller ausbreiteten.<sup>1050</sup> Heute vertuscht man es nur geschickter...**

**Ja, ja, die wissen das schon über 125 Jahre, aber operieren sie deshalb etwa weniger? Ganz im Gegenteil! Und genau das ist der Grund, warum Krebsoperationen kontrollierten klinischen Versuchen nicht unterworfen werden - obwohl die Mediziner das von der Naturmedizin ja für jeden harmlosen Natur-Tee verlangen.**

**Hörst Du dies von Deinem Arzt, wenn er Dich untersucht?:<sup>2453</sup>**

**"Jedes Herausschneiden von krebsverdächtigem Gewebe, jede Punktion und selbstverständlich jede Operation, ja selbst ein kräftiges Abtasten der Brust läßt die Zahl der ins Blut abgegebenen Tumorzellen sprunghaft ansteigen."<sup>1057</sup>**

**Nein - Du hörst es nicht. Denn sie wollen ja ihre teuren Apparate von Dir finanziert haben. Aber das sagt nicht Hackethal, das sagt nicht der Verfasser, das sagt der berühmteste Krebspezialist und Krebspapst Krokowski. Doch: Immer stärker wird zum Glück das Aufbegehren der von den Ärzten geschundenen Menschen gegen die Chemie.**

**Die gewöhnliche Chemotherapie dürfte deshalb bald am Ende sein.<sup>3019</sup> Aber schon haben sich die Burschen was Neues ausgedacht, bevor sie die (noch zu sehr in den Kinderschuhen steckende) Genterapie anwenden werden. Sie wollen den sich in Richtung Medizin-Mekka stets verbeugenden Glaubensfürchtigen eine neue Heilsbotschaft verkünden: die Elektrochemotherapie<sup>0662,1600</sup> und die Molekulartechnologie...<sup>1236</sup>**

**Vielleicht solltest Du Dir auch dies überlegen:**

**Lange Jahre entwickelt sich der Krebs in einem Menschen, bevor er entdeckt wird.<sup>1568</sup> Deshalb ist es so schwer, etwas dagegen zu unternehmen. Und meist ist es dafür zu spät.<sup>1224, 9480</sup>**

**Gesundheitsgesetz der Natur:**

**Bei Krebs ist jede Behandlung - ob Stahl, Strahl oder Chemie - weil er eben durch die Schulmedizin unheilbar ist, eine Fehlbehandlung, ein Kunstfehler!<sup>1068, 1600+, 8106, 9967</sup>**

**»Dies müßten Ärzte den brustkrebskranken Frauen<sup>2380</sup> doch sagen, wenn ich Dich nach dem**

Gehörten richtig interpretiere«, meinst Du: »Hört mal her, wenn Ihr einen Knoten in der Brust habt, der kann sich zu einem Krebs auswachsen oder auch nicht. Der kann zu Tochtergeschwülsten führen oder auch nicht. Der kann jahrelang ungefährlich bleiben oder auch nicht. Den können wir im Augenblick als gutartig ansehen und doch kann er später bösartig werden. Ihr könnt in Kürze daran sterben oder noch längere Zeit damit leben. All das kann eintreten - ob wir nun operieren oder nicht! Wenn wir operieren, so verschaffen wir Euch Frauen nur das Gefühl, die Krankheit herausgeschnitten zu haben. Das läßt Euch meist aufatmen - aber einen Grund dazu hat niemand. Bei 20% von Euch verkrebst später auch die zweite Brust. Wir müßten Euch auch ehrlicherwise sagen, daß 95% aller brustamputierten Frauen später kein vollwertiges Sexualleben mehr führen können und orgasmusunfähig werden.1200ff Hab' ich recht?«

Das ist unbedingt richtig. Nur - so sprechen die Ärzte vielleicht zu ihren eigenen Frauen und Töchtern - aber nicht zu den Patientinnen...

Erinnere Dich an die früher bei jedem kleinen Bauchweh ausgeführten Blinddarmoperationen,<sup>8328</sup> wo völlig grundlos drauflosgeschnitten wurde! Nur weil jeder angehende Chirurg davon zehn oder zwölf hinter sich gebracht haben mußte, bevor er den Segen seiner Kammer erhielt. Das war der Grund, jedem halbwegs Verdächtigen den Bauch aufzuschneiden. Was erst nachließ, als die Leute bei uns erfuhren, daß in den USA Blinddarmoperationen eine große Seltenheit waren.<sup>2406, 2436, 2445ff, 2721</sup>

»Na ja, der Blinddarmfortsatz ist ja kein wichtiges Organ. Einfach so'n Darmanhängsel...«<sup>1129, 9847f</sup>

Eben nicht! Erst jetzt kommt man langsam dahinter, daß der Blinddarm das Immunsystem ganz wesentlich stärkt und sogar vor Schäden durch radioaktive Strahlen schützt. (Am widerstandsfähigsten gegen die Folgen der Atombombenstrahlung von Hiroshima und Nagasaki zeigten sich die Japaner, die noch ihren Blinddarm besaßen!) Doch der Einnahmeausfall aus der inzwischen etwas zurückgegangenen Blinddarm-Operationswut mußte natürlich ausgeglichen werden.

Und so fielen den Messerhelden dann vermehrt die Brüste der Frauen zum Opfer. Und nur der verstärkte Widerstand dagegen läßt sie jetzt langsam nur widerwillig einlenken. Plötzlich genügt es, nicht mehr radikal die Brust nebst der Achsellymphdrüse, sondern nur noch den Knoten zu entfernen.<sup>1217</sup>

**Wenn Du mal gelernt hast, darauf zu achten, wirst Du feststellen: Medizin ist ein Geschäft. Das größte und profitabelste auf diesem Erdenball. Ein Geschäft, das anbietet, was gerade »in« ist. Die Doctores machen sich überhaupt keine tiefergehenden Gedanken darüber, was für Dich als Patient das Beste wäre. Die richten sich - wie die Bekleidungsindustrie - nur danach, was gerade die Mode befiehlt.<sup>2305</sup> Du erkennst es daran, daß sie immer genau das tun, was der jeweilige Modezar als zur Zeit am besten verkäuflich ansieht:<sup>1568</sup> Die gesamte Brust abschneiden, das muß sein, hieß es bis vor kurzem. Warum? Weil man gründlich sein will! Die kleine Exzision des Tumorknotens**

**ist heute »in«. Warum? Weil man »schonender« behandeln möchte. (©Rz74, 77)**

Zuerst harte Chemotherapie: weil man dem Krebs keine Chance lassen darf. Heute: »sanfte Bestrahlung«, weil man mehr Rücksicht auf die Lebensqualität der Patienten nehmen will.

»Wie merke ich denn eigentlich als Frau, daß ich Brustkrebs habe? Bekomme ich da Schmerzen?«

Brustschmerzen sind fast nie das Vorzeichen eines Mammakarzinoms; leider ist die bösartige Geschwulst nur im Endstadium der Erkrankung schmerzhaft. Verdächtig sind dagegen kleine, harte, höckrige, in der Brustdrüse unverschiebbare, nicht druckempfindliche Knoten, die besonders häufig in den oberen, äußeren Abschnitten der Brust sitzen.

Doch das solltest Du auch wissen:

Man hat beobachtet, daß besonders junge Frauen, die nicht gestillt haben oder von den Medizinern chemisch abgestillt worden sind, häufiger an Brustkrebs erkranken.<sup>9127</sup>

»Sobald ich so was ertaste, sollte ich also schnellstens zum Doktor...?«

Nein, eben nicht! Du solltest schnellstens die UrTherapie aufnehmen! Denn der Tod sitzt bereits in Dir. (Und Vorsicht beim Abtasten! Du hast doch die Rz.131 aufmerksam gelesen, oder?)

Du kannst Dir dadurch viel Weinen ersparen. Was geht wohl in Dir vor, wenn Du bei den Worten: »Wir müssen Ihnen leider die Brust abnehmen« in Tränen ausbrichst und Du darauf zu hören bekommst: »Sie werden doch wegen so einem dummen Stückchen Fleisch nicht heulen!«<sup>1218</sup>

## **Leserbrief**

**Für meinen Mann bin ich nach der Brustabnahme gestorben. Kein nettes Wort, kein lieber Blick mehr. Er sucht sich andere Frauen, bei denen er immer öfter über Nacht bleibt. Verstehen Sie meine Verzweiflung? Ich bin noch jung, aber mein Leben ist zu Ende. Gaby H., Recklinghausen**

**(NEUE WELT, 24/90)**

Ich sehe noch das Bild in einem Ärzteblatt vor mir, wo ein stolzer Chirurg der Presse einen operierten Menschen vorstellte, der nur noch aus Kopf und Rumpf bestand!

Statt Medizin sollten die zuerst einmal Menschlichkeit studieren. Es ist nicht zu fassen, daß sich eine Frau mit einem Rest von Verstand in die Hände solcher Schlächtergesellen<sup>1200, 1205</sup> gibt! Den meisten sagt man, wir werden nur den kleinen Knoten entfernen - und wenn sie aus

der Narkose erwachen, sind sie ihre ganze Brust los! Weil das »nötig war« und die Geschwulst doch »schon zu groß gewesen« sein soll.<sup>9810</sup> Was sagt der Anatom Professor Dr. med. Dr. phil. Herbert Lippert von der Medizinischen Hochschule Hannover? Das:

**»Die Brustdrüse der Frau ist überflüssig geworden, und wir könnten sie zur Vorbeugung gegen Brustkrebs schon vorsorglich beim Mädchen entfernen.«<sup>1207</sup>**

Das ist eine Entgleisung? Ein Einzelfall? So denken nicht die meisten Ärzte, die doch so hilfreich und nett sind, meinst Du? Weißt Du denn, wieviel Heuchelei in dieser verrotteten Welt steckt? Besonders, wenn man viel Geld nötig hat. Wie scharwenzelt doch einer um Dich herum, wenn er Dich anpumpen will!

Den Vorschlag des Deutschen greift etwas später sein englischer Kollege Prof. Drife auf, mit der vorgegebenen Forderung nach optimaler Krebsvorsorge:

**Einfach die Brüste abschneiden, die er als nicht mehr gebrauchte Fettanhängsel ansieht!<sup>1207</sup>**

Nur verlangt es dieser ärztliche Schlächtermeister »besänftigend« diesmal nur von den Frauen, die sich keine Babys mehr wünschen. Damit möglichst allen Angehörigen des weiblichen Geschlechts eine »ärztliche Versorgung« zur Profitsteigerung der Chirurgenekünfte zuteil werde: Zuerst also die jungen Mädchen, und später, wenn es eine geschafft haben sollte, den feinen Absäbelungsspezialisten zu entkommen, die nicht mehr gebärwilligen Frauen. Damit darüber hinaus auch noch die bei Ärzten sich so provisions- und geschenkefreudig erweisende Kindernahrungsindustrie noch mehr von ihrem adaptierten, kinderkrankmachenden weißen Trockenmilchpulver an die Frau bringen kann.

Sind die Ärzte in grenzenloser Überschätzung der Möglichkeiten ihrer Heilkünste einer solchen Hybris verfallen, daß sie jegliche Ehrfurcht vor Frauenschönheit verloren haben? Denn wer geglaubt hat, daß sich darob nun ein Sturm der Entrüstung bei den Ärzten und Lesern der allseits anerkannten Medical Tribune erhoben hätte, der hat sich getäuscht. Keine entsetzten Briefe, keine Gegendarstellungen, kein Aufschrei in den Medien - nichts! Ein einziger Leserbrief von einem Nichtarzt - und der kam von mir. (Medical Tribune 30/24.7.1992/2)

Sind die Mediziner auf dem besten Wege, aller Ethik, Humanität und Achtung vor ihren Patienten verlustig zu gehen? Sehen sie vor lauter toten Apparaturen und Geldverdienen nur noch kranke Körperteile und nicht mehr Menschen? Menschen, die prophylaktisch zu Krüppeln operiert und ihrer weiblichen Persönlichkeit beraubt, nach »erfolgreicher Operation« ihrer späteren Qual allein überlassen bleiben?

Und was, wenn Du gar an einen solchen Chirurgen gerätst:

»Jede dritte Frau mit einem in einer Brust entdeckten Krebsherd hat auch in der anderen Brust Krebs. Ich schlage deshalb vor, allgemein durchzuführen, was ich selbst bereits oft praktiziert



habe: vorsorglich immer auch die zweite Brust zu amputieren.« (Prof. Dr. med. Beller, Ordinarius für Gynäkologie an der Universität Münster)<sup>1200</sup>

Haben diese Mediziner vergessen, was ihnen ihr Vorbild Hippokrates ins Gewissen schrieb? Zuerst suche mit dem Wort zu heilen. Wenn das nicht hilft, mit der Diät. Und ganz zuletzt greife zum Messer.

Haben die Mediziner, die da in dieser oder ähnlicher Weise ihre Worte wie Weihwasser segensbringend über die sie so verehrende Frauenwelt verspritzen, vielleicht einmal ihre Frauen oder Op-Schwestern zu ihren Vorschlägen gehört? Die nämlich wüßten schon ein bißchen mehr darüber zu sagen, was von solchen masochistischen Austobungsgelüsten ihrer Machos zu halten wäre.

Vielleicht sollten sie zur Vorbeugung eines diabetischen, fressenden Geschwürs uns vorzeitig alle Zehen amputieren, vielleicht zur Vorbeugung einer Struma die Schilddrüse entfernen, vielleicht allen, die Angst vor einem Arm- oder Beinbruch haben, vorsorglich ihre Extremitäten absägen, vielleicht zur Vorbeugung der Migräne den Menschen das Gehirn herauschälen - die meisten Weiße-Götter-Anbetenden bei uns würden ihnen auch wohl dann noch mit unverminderter Inbrunst die Füße küssen...<sup>3316</sup>

Vielleicht aber sollten sich die noch menschlich empfindenden Ärzte baldigst dafür einsetzen, in den medizinischen Fakultäten einiges zu ändern, deren Ordinarien letztlich dafür verantwortlich sind, daß solches Gedankengut entstehen kann.

Weiter rege ich an, die beim Sezieren in der Pathologie die zwischen den Beteiligten üblichen Späße zu unterbinden, damit die Achtung vor toten Menschen möglicherweise die spätere Mißachtung lebender Patienten verhindert. Insbesondere dann, wenn es sich um auszubildende Jungärzte handelt.

»Unsere Ablatio mammae-Fälle (Brustabtrennungsoffer der Ärzte) können die paar Jahre, die ihnen noch bleiben auch ohne Brüste leben - wir Chirurgen aber nicht! Haha - die Lanzette mit gerieftem Heft her!« (Chirurg zu nicht namentlich genannt werden wollender OP-Krankenschwester)

Inzwischen wirst Du wohl bemerkt haben, daß ich hier keinen Arztroman schreibe, der Jungmädchenherzen heftiger und Jungfernherzen seliger schlagen läßt. Wie soll ein Mediziner viel um menschliches Leiden geben, wenn er bereits im Rahmen seines Studiums das mutwillige Töten von hilflosen Lebewesen lernt:

Zweimal im Jahr werden in den Universitäten Tausenden von Fröschen ohne Betäubung mit einer Schere die Köpfe abgeschnitten, damit den künftigen Ärzten beim Behandeln ihrer Patienten nur ja keine ethischen Bedenken über das »Wie« aufsteigen.<sup>2013/8, 4503</sup> Was sich ja auf die Verdienstmöglichkeiten durchaus negativ auszuwirken vermöchte... Danach schlitzt der Student den kleinen Körper auf und probiert, wie die freigelegten Muskeln und Nerven auf Säure und Salz reagieren. Unter anderem müssen sie mit ansehen, wie Hunde auf langsames

Ausbluten und Meerschweinchen auf Erstickten reagieren.

Ein Grund, warum die Götter in Weiß die tote Sprache Latein so hochschätzen:<sup>9915</sup>

Stell Dir vor, sie sagten ihren Studenten: »Kommt, jetzt schneiden wir mal ein paar hundert Fröschen die Köpfe lebendigen Leibs ohne Betäubung mit 'ner Schere ab«. Dann würden sicher viele der jungen, noch nicht so abgebrühten Mediziner wohl eine Gänsehaut bekommen.

-

Was sich dadurch vermeiden läßt, daß man als humanistisch gebildeter Medizinprofessor erklärt: »Schreiten wir jetzt zur Dekapitation unserer wissenschaftlichen Versuchsobjekte...«

Nicht mal Deinem eigenem Partner kannst Du immer vertrauen - wie denn einem wildfremden Menschen, der hilflosen kleinen Fröschen die Köpfe abschneidet?

Es ist überhaupt nicht zu fassen, daß es jemand straflos wagen kann, einer Frau die Brust abzuschneiden! Und wider besseren Wissens behauptet, diese Schändung sei nötig gewesen. Die amtliche Statistik weist klar auf, daß die Todesrate bei Brustkrebs trotz aller medizinischer Eingriffe immer weiter steigt.<sup>1203ff, 1200-1229</sup> Soziales Gewissen ist bei Medizinerinnen etwa so stark ausgeprägt wie das eines Industrie-Roboters, der Autoteile zusammenschweißt.<sup>1227</sup>

Außerdem:

**Wenn sie Dir die Brust weggeschnitten haben, dann herrscht eine trügerische Ruhe im Körper und Du verdrängst und glaubst, alles kann so weitergehen wie bisher. Während Du vorher den Krebs noch in der Brust spüren konntest und er Dir täglich bewußt wurde - und damit auch der Wille, etwas dagegen zu tun - schleicht er sich nun an alle möglichen Orte und bildet überall seine Metastasen - und plötzlich ist es zu spät, auch zu spät für die UrMedizin.**

Eine meiner Leserinnen schrieb mir: »Neben meiner Amputationsnarbe siedeln sich neue Krebsknoten an. Was soll ich tun?«...<sup>1450, 1458</sup> Wenn Du mir das alles nicht glaubst - was hindert Dich daran, in eine der Krebs-Selbsthilfegruppen zu gehen und dort erst mal Erfahrungen zu gewinnen, was denen dort eine Operation gebracht hat. Und vergiß nicht, Dich nach den trotz Operation inzwischen Verstorbenen der Gruppe zu erkundigen.<sup>1450ff, 1500+</sup>

Mir bleibt bei den sich sonst auf ihre Gefühle so verlassen könnenden Frauen einfach der Mund offen, daß sie sich von dieser Mediziner-Todesschwadron so ergeben die Brüste und damit ihre Weiblichkeit guillotinierten lassen - statt ihnen ob dieser Zumutung schon beim ersten des dafür eingesetzten heuchlerischsüßen Überredungsgeschwafels ins Gesicht zu schlagen! Um dann endlich nicht mehr länger eine liebe Patientin zu sein, die sich bereitwilligst in die Wünsche ihres gottähnlich verehrten, gütigen Arztes fügt.

Merke:

Es geht den Ärzten nicht um Deinen Busen, sondern um ihre Grundsätze:

»Mit Abscheu muß man jene Operationen zurückweisen, bei denen nur der Knoten aus der Brust entfernt wird. Bei der Behandlung des Mammakarzinoms, mag es noch so klein sein, geht es in erster Linie um die Befolgung onkologischer Grundsätze, denen gegenüber alle psychologischen und kosmetischen Argumente zurücktreten müssen. « (Der Freiburger Professor Max Schwaiger auf einem Fortbildungsforum der Bundesärztekammer 1991)

Wieder nur die traurige Entgleisung eines einzelnen? Ich muß Dich enttäuschen. Um ihr schauriges Handwerk weiterhin als vertretbar darzustellen, versucht das offizielle Organ der Ärzte-Machos den Frauen auch noch das Empfinden ihrer Weiblichkeit herabzuwürdigen und als »übertrieben« abzutun:

»Die Brust ist fast zum Fetisch der Weiblichkeit schlechthin geworden. In unserer Zeit der Äußerlichkeiten ist die Identität mancher Frauen übertrieben abhängig von ihrem Äußeren, speziell von ihren Brüsten.<sup>1222</sup>« (Deutsches Ärzteblatt Nr. 45 vom 08.11.1990)

Das grausame, unsinnige, nichts helfende Absäbeln der fraulichen Brust setzt die alte Tradition der Frauenverachtung und der Erniedrigungswünsche der hehren Mediziner-Männlichkeit fort, deren letzter Ausdruck sich in der Klitorisektomie kundtat.

Dieser Wahnsinn des Schamlippen-Absäbelns wurde noch um 1830 in Europa wie selbstverständlich von den Herren Doctores praktiziert, wenn der Ehemann oder der Arzt befanden, die Frau sei sexuell übererregbar, neurotisch, unkontrollierbar oder befriedige sich möglicherweise selbst. Masturbation, »das einsame Laster«, galt damals als schreckliche, unheilbare Krankheit, die mit allen zur Verfügung stehenden Mitteln, die Entfernung der Eierstöcke eingeschlossen, geheilt werden mußte. Bei Männern, bei denen sie ebenfalls als Krankheit galt, begnügte man sich mit Ermahnungen und Restriktionen. An verstümmelnde chirurgische Eingriffe am Penis hätte man sich nie gewagt. Als Zeichen der Macht über die Frauen wurde er vielmehr in den steil aufragenden Siegesäulen und Monumenten versinnbildlicht.

»Warum nimmt man so vielen Frauen auch noch die Lymphdrüse unter dem Arm weg, wenn man deren Brust ausräumt?«

Ein altes Ritual, welches dem Operateur ein beträchtliches Mehrhonorar erbringt. Als die Operation um 1890 aufgebracht wurde, war völlig unbekannt, daß sich Krebs nicht nur über die Lymphbahnen, sondern auch über das Blut verbreitet, wenn operiert wird. Das Herausschälen der Lymphknoten - was übrigens zu den häßlichsten und schmerzlichsten Narben führt (Rz146) - ist nicht nur unnötig, sondern zerstört auch die Lebensqualität. Diese Lymphknoten sind unverzichtbar, wenn sich der Körper wohlfühlen soll.

Trotzdem: Operieren gilt heute immer noch als selbstverständlich, wenn es nur ein Weißkittel verlangt. Genau wie die Kaiserschnitte. 80% aller Kaiserschnitte sind völlig unangebracht, der

Rest fraglich.<sup>2751</sup>

»Warum eigentlich sind denn Lymphknoten so wichtig?« fragst Du.

Weil unser Lymphsystem die vom Körper gebildeten Gewebeflüssigkeiten abzutransportieren und durch die Phagozytose zu reinigen hat. Vor allem bildet es Lymphozyten, die Abwehrzellen für unser Immunsystem. Daneben sammelt die Lymphe alle Schlacken und Abfallstoffe im Körper auf und entsorgt sie: abgestorbene Bakterien und Keime, zerfallene Zellen, Pilze, Krebszellen, Gewebetrümmer, Toxine usw.

Wie die Venen, so durchziehen auch die Lymphgefäße alle Teile des Körpergewebes. Sie besitzen allerdings keinen zentralen Muskel, der die Lymphe am Fließen hält. Dafür sind die über 300 Lymphknoten zuständig, die zugleich auch Filterstationen sind. Diese Knoten wollen aber gepreßt und wieder gedehnt sein, um den Strom der Lymphe durch den Körper zu treiben.

»Da hätte ich aber viel zu tun, wenn ich ständig an mir herumdrücken müßte«, lachst Du.

Das verlangt auch niemand von Dir. Die Natur hat das viel einfacher eingerichtet. Durch ein vielfältiges *Bewegen* geschieht das automatisch. Beim Laufen und Gehen werden die in der Leiste sitzenden, durch Bücken die um die Hüfte lagernden, und durch Armstrecken und -beugen die in den Achseln befindlichen Lymphknoten stets gepreßt und damit bei Lust und Laune gehalten. Bewegst Du Dich also tüchtig, so bringen die Lymphgefäße viele Abfallstoffe aus dem Körper, bist Du eher ein fauler Sack, so verbleibt mehr Dreck aus der Luft und aus der Nahrung drin. Zwar besitzen die Lymphbahnen auch eine kleine Muskelschicht, die sich rhythmisch zusammenzieht, aber die mischt mehr die Lymphe auf. Schließlich sind da noch die feinen Lymphklappen. Kleine Ventile, die für den Weiterfluß sorgen und die ebenfalls nur durch starke körperliche Bewegung ihrer Aufgabe nachkommen können. Doch zurück zum Krebs.

»Und wenn sich der bei mir immer weiter ausdehnt?« fragst Du.

Laß ihn ruhig weiter wachsen. Glaube an die Kraft der Natur in Dir. Du kannst auf sie bauen, weil Du ja mit der UrTherapie zu ihr zurückkehrst. Plötzlich bricht die immer stärker wachsende Abwehrkraft auch bei Dir durch. Wenn der Krebs trotz UrMedizin weiter wächst sagen viele: wäre ich doch gleich zum Arzt gegangen, als er noch kleiner war! Da hätte man ihn noch wegschneiden können! Klar:

Wenn sich Dein Krebs hartnäckig zeigen sollte, wenn er sich, statt zurückzuziehen, noch aufbäumt und weiter wächst, dann gerätst Du leicht in Sorge, zweifelst an der UrTherapie und neigst dazu, Dich wieder medizinisch behandeln zu lassen.

Tu's nicht!

Zig Jahre lang hast Du die Gifte der Zivilisation geschluckt, hast Deinen Körper sträflich vernachlässigt - da braucht die Natur halt längere Zeit, bis sie den Durchbruch erzielt und die

eigenen Abwehrkräfte endlich so gestärkt sind, daß der Körper wieder gesundet.

»Und wenn der Brustkrebs dann nach außen durchzubrechen droht?« 1210

Ja, dann kriegen die meisten das große Heulen, geben auf und flüchten Hals über Kopf in die Arme der Ärzte zurück. Und die nutzen die Situation gleich schnellstens für sich aus und sagen: »Haben wir es Ihnen denn nicht gesagt, daß die Natur allein nicht hilft?! Jetzt müssen Sie aber schnellstens operiert werden.«

Nein und nochmals nein - Du mußt *nicht* operiert werden! 1213,2705

**Sei doch froh, daß der Krebs nach außen durchbricht und so die Giftstoffe im Körper ausstößt. Was Besseres, so könnte man fast sagen, wenn Du ärztehörig bist, kann Dir gar nicht passieren! Denn Brustkrebs wird im Gegensatz dazu nur dann so schrecklich gefährlich, wenn er, wie bei den meisten, ins Skelett hineinwuchert und Metastasen im Knochenmark bildet. (© LV 2466)**

Das ist so wie mit einem offenen Bein. Dein Körper ist klüger als tausend Ärzte, die den offenen Schmutzkanal mit Zinksalben zukleistern und daran mit Medikamententricks herumdoktern. Na, und wenn der Abfluß in Deiner Toilette verstopft ist, was machst Du denn da? Zementierst Du den etwa zu?

Auf meine zwingende Folgerung ist bis heute noch kein Medizinprofessor gekommen:

**Der Körper sucht sich seiner durch Fleisch-Fabrikationskost aufgespeicherten Gifte durch die bequemsten Ausgänge zu entledigen:**

**Da bieten sich vor allem die nach außen führenden Milchgänge in der Brust einer Frau an.**

Wenn der Krebs durchbricht, bekommst Du keine Verwachsungen an einer Operationsnarbe und keine Ausstreuung von Krebszellen in den Körper. Die Wunde wird schrecklich aussehen, aber die schließt sich auch eines Tages wieder. Vorausgesetzt, Du nimmst fleißig Deine UrMedizin. Aber nehmen wir mal an, Du leidest an Magenkrebs. Was raten die Ärzte da?

**Magenkrebs-Operationen: oft nicht radikal genug!**

**40 Prozent aller Operationen wegen Magenkrebs an der II. Medizinischen Klinik der TU München sind Nachoperationen. Und an kleineren Krankenhäusern ist der Prozentsatz noch größer. Die meisten wären gar nicht erforderlich, wenn Ärzte beim ersten Eingriff nicht so zurückhaltend vorgehen würden. Diese Kritik stammt von Professor Dr. med. Jörg Rüdiger Siewert (50) vom Klinikum Rechts der Isar in München. Seine Forderung: Nicht so vorsichtig wie möglich, sondern so radikal wie möglich operieren! (DIE ZEIT Nr. 28/1990)**

Einmal schonend, ein andermal das Gegenteil: radikal operieren.

Und wieso soll man auf einmal bei den Magenkrebskranken noch radikaler operieren? Bei den Brustkrebsen der Frauen aber nun wieder schonender? Verstehst Du das? Nein? Aber ich! Ich verstehe die großen Meister des Skalpells schon:

Über die Brust der Frau regt sich die Presse leichter auf. (Die Frauen natürlich auch, aber die sind ja Nebensache!) Ein Magen liegt tief im Körper drin. Den sieht ja keiner. Wenn der radikal weggeschnitten wird, kommt keiner mehr so schnell daher und beklagt sich. Die Presse greift's nicht auf, also kann sich die Medizinergesellschaft wie gewohnt tüchtig weiter austoben. Je größer und schwerwiegender die Operation, je heftiger klingelt's in der Kasse.

Hämmere es Dir ein:

**Wenn Du Krebs hast, dann gibt es nichts »auszuräumen«. Wenn sie Dir Brust und Lymphdrüse wegschneiden, stößt ein anderer Krakenarm des Untiers Krebs in Deinen Körper vor.**

Was denn, wenn Du es zwar nie offiziell erfährst, es Dir aber so geht wie erst kürzlich einer Leserin von mir, der man gesagt hatte: »Muß noch heute operiert werden - wir halten sie gleich hier!« (um nur erst keinen Widerstand aufkommen zu lassen.) Und bei der ein paar Tage, nachdem ihr Brust und Lymphdrüse weggenommen waren - plötzlich der Chefarzt am Bett erscheint und freudestrahlend berichtet: »Sie hatten Glück, Frau Köhler - Sie müssen doch nicht operiert werden. Die Biopsie hat ergeben: Die Sache ist harmlos!«

Das erlebst Du doch immer wieder: Kaum kommt der Befund vom Labor zurück, und ist positiv, dann heißt es sofort: »Keinen Tag länger warten! Der Krebs muß sofort raus. Lassen Sie sich für morgen eine Einweisung ins Krankenhaus geben«. Und kopflos wie Du bist, voller Angst und Furcht, jeder Tag könnte nun Dein letzter sein, gehorchst Du wie ein Soldat vor dem Wahnsinnsbefehl eines Generals. Was aber wäre angebracht und überlegt zu tun, wenn man einmal in den Kategorien der Schulmedizin denken will?



Korrekt wäre es doch, sich nicht auf diese histologischen (geweblichen) Befunde allein zu verlassen. Denn die können überhaupt nichts über die tatsächliche Aktivität des Mammakarzinoms aussagen. Dazu bedarf es weiterer, äußerst subtiler Laborbefunde und präziser Ermittlung der Blut- bzw. Serumwerte, ob auch diese Tests als abnormal anzusehen

sind. Und es bedürfte einer längeren Beobachtung und Beurteilung dessen, wie sich der Tumor über einen gewissen Zeitraum hinweg entwickelt. Das kann nicht auf dem Operationstisch beobachtet werden, sondern immer nur nach ausgedehnten Zeitabschnitten.

## **Die Anordnung einer sofortigen Operation ist deshalb ein schwerwiegender Kunstfehler!<sup>1214</sup>**

Aber der Patientin oder dem Patienten wird keine Zeit gelassen. Er könnte ja Bedenken bekommen, sich in seiner Verzweiflung gar an einen Naturmediziner wenden oder möglicherweise dieses ketzerische Buch lesen...

*Das sind die Tatsachen:*

### **Brustkrebs mit 30**

Ob operiert oder nicht:

**Nach 5 Jahren: jede dritte Frau tot, jede vierte hat ein Rezidiv**

(Ärztliche Praxis 41/22.5.1993)

### **Früherkennung: Wirkungslos**

**Todesfälle sind gleich bei Späterkennung oder Früherkennung**

(The Lancet, 349/1997/S.779) ®LV 1239b

**Und nach 10 Jahren lebt keine mehr, wenn's echter Krebs war.** (à z.B. Rz 759 Anna Grönemeyer)

Und dann höre und staune: Da sprechen die Onkologen in ihren Fachzeitschriften auch noch über einen »Wechsel der Malignität bei Krebs«.

Was schlicht bedeutet, daß ein als Krebs bestimmter Tumor später auch in ein gutartiges Gewächs umschlagen kann. Die können überhaupt nicht feststellen, ob sich ein Krebs bösartig entwickelt oder nicht. Oder später nicht wieder gutartig wird.<sup>1554, 1561</sup> Und das wollen die auch nicht, sonst könnte ihnen ja der Kunde durch die Lappen gehen!

Sie schmeißen somit zwangsläufig gutartige und bösartige in einen Topf, behandeln also die gutartigen und kommen damit zu positiven Ergebnissen. Wenn sie dann noch zusätzlich, wie wir gesehen haben, die kurz vor dem Tod stehenden bösartigen Fälle schnell nach Hause abschieben, lassen sich so für die Statistiken beste »Heilerfolge« zurechtzimmern.

**Für Dich als Patient heißt das aber auch, wenn Du an einem Krebs leidest, der später einmal gutartig wird, daß Du mit schlimmster Chemie für nichts und wieder nichts mißhandelt wirst.**

### **Verhaltener Vorwurf**

**des Dortmunder Pathologen Prof. Dr. H. Otto an seine Kollegen auf einem Fortbildungskongreß der Bundesärztekammer, es mit dem Abschneiden der Frauenbrüste nicht so zu übertreiben:**

**»(...) bekomme ich doch relativ häufig von Ihnen abgetrennte Brustexzisionen zur Untersuchung vorgelegt - nebst einem Paket auffälliger axillarer Lymphknoten - die nicht im geringsten von Krebs befallen sind.«**

Warum geben sie ihre Unzulänglichkeit, ihre Unfähigkeit in Sachen Krankheitsheilung nicht zu und verweigern z.B. bei Krebs die Behandlung, wie das früher die Ärzte auch hielten. Warum? Weil unsere Zeit immer unehrlicher wird - und die Ärzte beherrschen das besonders gut, da sie als zweitälteste Berufsgruppe so viel Erfahrung im Vorheucheln und Menschen-für-dumm-Verkaufen zu sammeln vermochten. (®Rz.0-99)

Doch mir geht es ja gar nicht darum, die Ärzte zu verurteilen. Die kleinen Praktiker sind doch nur arme Hamster in einem von höherer Warte gedrehten Laufrad, das kein seitliches Abweichen gestattet. Vor lauter Schuferei können die überhaupt nicht richtig klarsehen. Fast bemitleide ich sie auf der einen Seite ein bißchen... Und dann: Sie sind so gut und schlecht wie wir alle. Und warum sollten sie nicht auch die große Chance des schnellen Geldverdienens nutzen, wenn sie ihnen von der Gesellschaft so bereitwillig geboten wird. Wir würden ja genau so handeln. Eine Facharztpraxis eröffnen, das bedeutet heute, trotz allen Geschreis über die sie ruinierende Gesundheitsreform, noch immer eine Einbahnstraße zum Sechser im Lotto, und wer von uns wollte das nicht auch wahrnehmen? Ich will ihnen nur den Heiligenschein nehmen, damit Du endlich die blindmachende Gläubigkeit an sie und ihre Chemie aufgibst.

Und damit Du endlich den Gedanken zu fassen wagst, daß Du Dir selbst helfen mußt, weil Du Dir nur selbst helfen kannst! Damit Du erkennen lernst, daß der Ärztestand keine wohlthätige, ja nicht einmal eine gute Einrichtung für die Kranken bedeutet.

**Die Seiten, die Forscher und Mediziner bisher über das Thema Krebs zusammengeschrieben haben, reichen aufeinandergelegt weit über die Spitze des Kölner Doms - doch was sie wirklich davon wissen, das läßt sich auf einen einzigen kleinen Notizzettel schreiben: nichts.<sup>1067</sup>**

Nun ist aber im Jahr der Medizin 1992 ein Wunder geschehen:

Bis dato erwiesen alle Einzelstudien über die Behandlung von Brustkrebs: Nichtbehandelte lebten länger oder es war gleich, ob behandelt wurde oder nicht.

1992 faßten die doppelblinden Onkologen »in weltweiter Zusammenarbeit« diese randomisierten, klinischen Studien zusammen und - abracadabra - ergab sich, daß die Chemo- und Hormontherapie bei Brustkrebs plötzlich doch »erfolgreich« sein sollte. Noch nach 10 Jahren sei die Sterberate deutlich reduziert.<sup>1200ff, 1424, 1428</sup> Das wird nun all den brustkrebskranken Frauen, die sich da trauen nachzufragen, vor die Stirn gehauen. Du aber wirst Dich auch hier nicht blenden lassen, sondern erneut fragen: »Aber Herr Doktor! Können Sie mir mal erklären, wie das für einen Mann wie Sie, der sich wissenschaftlich gebildet nennt, glaubhaft ist, wenn aus 100 plus 100 plötzlich 300 wird?«



**Wenn bisher jede Studie als einzelne genommen keinen Erfolg zeigte, wie können dann alle Studien zusammen plötzlich einen Erfolg aufweisen?**

**Diese Verdummung können sich die Mediziner nur erlauben, weil sich ihre weltumspannende Betrugsclique hermetisch in ihren Organisationsformen mit Standesrecht, Wissenschaftsgesellschaften, Berufsverbänden, Schweigepflichtgeboten usw. von allen anderen Instanzen äußerst geschickt abzuschotten verstanden hat.**

**Und so verhindert, daß man auch nur irgend etwas kontrollieren kann. Und es ist zu vermuten, daß das, was sich hier offenbart, nur die Spitze eines - allerdings recht schmutzigen - Eisbergs darstellt.**

**Merke Dir als Frau: Treffe beste Vorsorge, daß Dich niemand zu einer Vorsorgeuntersuchung animieren kann!** (à Rz 143 und 759 Anna Grönemeyer)



Je eher sie den Krebs aufspüren, je eher stechen oder schneiden die Edelbarbiere Dir da hinein und verbreiten ihn über Deinen ganzen Körper. Sie selbst bezeichnen das Mammakarzinom als »Krebs der Tränen«. Du wirst noch erkennen: Wahrlich nicht ohne Grund. Selbst eine angeblich harmlose Ultraschall-Vorsorgeuntersuchung bedeutet eine Gefahr für Dich. <sup>1357,</sup> 1419, 1423ff, 9105b

**Sie haben bisher noch keinen einzigen Versuch, keine einzige Untersuchung darüber unternommen, ob sich ein Krebsherd nicht auch wie bei der Tuberkulose abkapselt und damit harmlos sein kann. Keine einzige Studie besteht darüber, ob kleinere Krebsherde nicht sogar für Antikörperbildung nötig sind, um größere Krebsbildungen zu verhüten.<sup>1052</sup> Es gibt nur vereinzelte Beobachtungen sorgsamer Praktiker, die feststellten, daß nach einer positiven Krebsgewebeprobe bei Patienten, die sich nicht operieren ließen, eine viel später gemachte negativ war.**

»Jetzt bin ich aber platt. Warum forschen die denn darüber nicht gründlich nach?«

Weil die Habgier nur nach Profitvergrößerung sucht. Überlege doch mal, was das für einen Einbruch in das Geschäft der Krebschirurgen nach sich ziehen würde, wenn sich meine Ermittlungen und Recherchen in einem größeren Kreis rundsprechen würden! Wenn sich etwa herausstellen würde, daß Abwarten bei Krebs - was Honorarentgang bedeutete! - aus den eben Dir genannten Gründen sich als viel zweckmäßiger erweisen würde! Was meinst Du, was die Schulmedizin bisher alles unternommen hat, mich und das Vorbuch zu diesem Werk kaputt bzw. mundtot zu machen.<sup>9985ff</sup>

***Doch das sind die bitteren Wahrheiten:***

# Kölns schönstes Tanzmariechen

## Krebstod mit 30!

Gaby Neuhöfer ist tot! Sie wurde nur 30 Jahre alt. Brustkrebs zerstörte ihr Leben. Sie wusste, was kommen würde. Chemotherapie, Operationen, Schmerzen. Einsamkeit. „Viele Freunde kamen nicht mehr. Sie konnten mit der Krankheit nicht umgehen.“



Wo liegen die tieferen Gründe dafür, daß sich Frauen nicht mehr auf sich selbst besinnen, sich Angst und Schrecken einjagen lassen und sich von einem Mann ihrer Schönheit und sexuellen Empfindungsfähigkeit berauben und den Busen absäbeln oder aushöhlen lassen? Daß sie vor einem völlig fremden Kerl auf kaltem Chromgestell die Beine auseinanderspreizen und sich ihre Weiblichkeit durch eine Gebärmutterausräumung aus dem Leib nehmen lassen? Das alles gegen ihr tiefes, feines Empfinden? Ist es die Gleichstellung des Arztes mit Gott als unbedingter Autoritätsperson? Von dem man annimmt, er würde nur das Gute wollen und es auch tun?

Wann werden die sehr beeindruckbaren Frauen zu einer kritischeren Wertung der Männer und deren Männlichkeitswahn fähig sein bei denen, die ihre Körper schänden?

Ich meine: Höchste Zeit, daß die Mediziner von den hohen Rössern heruntergeholt werden. Und lernen demütig zu werden.

Jagen wir doch die Schlächter und Chemiedreckverschreiber wieder dahin, wo sie hergekommen sind: auf die Jahrmärkte und in die Wirtshäuser, wo sie sich Männer suchen sollen, die sich von ihnen die Hoden kastrieren und zur Prophylaxe gegen Impotenz Chemiepillen ins Bier schütten lassen...

Kommen wir nun zu einem weiteren, üblen Trick der Schulmedizin - ein Trick, der in seiner Raffinesse nur schwer durchschaubar ist. So ähnlich liest Du es in den letzten Jahren immer wieder in vielen Zeitschriften:

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × »Der Große GESUNDHEITS-KONZ« × »Natürlich Leben«  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

# 1. Kapitel. Klarsehen: Es gibt keine Krankheiten 2017

## 1.42 Angebliche Medizinersiege über den Krebs: Nonplusultra des Für-Dumm-Verkaufens

Der Satz »Ich habe den Krebs besiegt!« springt uns heute immer öfter als Schlagzeile der Presse ins Gesicht. Besonders dann, wenn es sich um Prominente handelt. Für Boulevard-Zeitungen sind solche Sprüche ein gefundenes Fressen, um den Lesern freudige Hoffnung zu machen. Denn das steigert die Umsätze - nicht nur die der Zeitung.

Einer prominenten Kranken zu erklären, sie sei geheilt, unmittelbar nachdem eine Krebsgeschwulst entfernt wurde, ist nicht nur unseriös, das ist auch eine unerhörte Gemeinheit. Und eine noch größere, es in der auflagenstärksten Zeitung bei uns aufzutischen. Nun glauben viele Frauen, der unheilbare Krebs sei plötzlich so ohne weiteres durch eine kleine Operation zu beseitigen. Und halten die Geißel der Menschheit, falls sie der Tod dann auch einmal gegen sie selbst schwingen wird, für leicht besiegbare. Und jubeln bereits lauthals bei noch frischer Narbe ihr Hosianna, wenn die Operationsschnitte der Chirurgen der unbarmherzigen Todesarmee der Krebszellen die Schleusentore zu den anderen Geweben des Körpers weit geöffnet haben. Lobpreisen bereits den Mediziner einen Tag später, wenn sie sich bereits in Marsch gesetzt haben und sich bald als uneinnehmbare Metastasen-Festungen im Körper einnisten werden. (15 Monate später war Elke Kast tot ® Rz 143.)

Das gleiche schlimme Spiel treibt die Sendung »Gesundheitspraxis« mit Berichten über angeblich durch Krebsoperationen oder mittels Organverpflanzung »geheilten« Menschen.

Kurz zuvor lief im ZDF (Gesundheitsmagazin Praxis) eine Sendung über Haut- und Hodenkrebs erkrankte - beides keine echten Krebsarten! - die noch fünf bis sieben Jahre nach der Operation lebten.

Um zehn Operierte dafür vor die Kamera zu bekommen, hatte man ganz Europa abgegrast und sich Leute aus Italien, Irland, Norwegen, Dänemark, Bulgarien, der Türkei und England zusammensuchen müssen. Aber was tut das Fernsehen nicht alles für seine Ärzte-Liebhaber!

Nun, wir wissen: Der eine stirbt früher an Krebs, der andere später. Solche Sendungen sollen Dich dazu bringen, die Leistungen von Wissenschaftlern und Ärzten zu bewundern, damit Du all das von ihnen Erdachte auch schön in Anspruch nimmst und ihnen immer größere Profite verschaffst. Die wissen genau: Der Bewunderung folgt sodann die Ehrfurcht vor denen, die da angeblich unheilbare Krankheiten besiegen können. Das Grundgefühl von Ehrfurcht ist aber der Glaube an den Mächtigen, den Hochstudierten, den Spezialisten, den zum weißen Gott

hochstilisierten Herrn Professor, der alle Weisheit dieser Welt gepachtet zu haben scheint. Und die wissen weiter:



Wer andere bewundert, verliert seine Skepsis, seine Kritikfähigkeit, sein Zutrauen zu sich selbst. Wer ist man denn schon! Man hat Angst, Fehler zu machen, Angst, selbst Verantwortung zu übernehmen. Das soll doch der tun, der es da angeblich so viel besser weiß. Und wenn es dann schiefgeht, ist eben auch der schuld. Dann kann man auf ihn schimpfen. Dann zieht die Entschuldigung: Ich bin ja kein Fachmann,

ich habe mich ja nur so verhalten, wie es alle tun.

**Es ist deshalb an Infamität nicht zu überbieten, wenn man jetzt behauptet - nachdem man die zahlenden Schafe nicht in gewünschter Vielzahl zu den mit viel Propaganda angepriesenen Vorsorgeuntersuchungen hinkarren kann,<sup>1072f, 1150ff</sup> daß sich Krebskranke bereits durch die Operation als geheilt ansehen dürften und so die »Fünf-Jahres-Heilgrenze« (®Rz.162ff), nach welcher bisher die Mediziner von einer »erfolgreichen Krebsbehandlung« sprachen, auf die »Ein-Tages-Heilgrenze« reduziert. Unter dem Motto: Krebsoperation überlebt, Patient geheilt.<sup>1512</sup> Du erkennst, wie in der Medizin die Ehrlichkeit immer mehr verkommt, immer mehr die Sitten verwildern, die Seriosität auf der Strecke bleibt. Was sage ich da: Die Medizin war bis heute zu keinem Zeitpunkt jemals seriös.**

Hinter den Sinn derartiger Aussagen kommst Du aber erst, wenn Du im Inneren der BILD-Zeitung weiterliest, wie überglücklich die Krebsbesiegerin ist und daher all ihren Freundinnen und Bekannten - und somit fünf Millionen Bild-Lesern - empfiehlt, sofort und regelmäßig und brav zu den Vorsorgeuntersuchungen zu eilen - sie sei ja dadurch schließlich gesund geworden! Denn der rettende Held, der strahlende Herr Doktor, der hatte es ihr doch klar und deutlich einen Tag nach der Operation gesagt!

Aber auch klügere und kritischere Patientinnen als die gutgläubige Prominententochter, wissen die Herren Mediziner auf ihre Frage: »Aber was wird später aus mir?« zu überzeugen: »Machen Sie sich doch darüber keine Gedanken! Jetzt sind sie erst mal gesund! Ein Später gibt es nicht! Sie können vom Auto überfahren werden, einen Herzinfarkt bekommen, und, und, und. Also: Denken sie mal nicht so viel...« Das ist die Wahrheit: 1060, 1276, 1306, 1410, 1452, 1457

**Innerhalb weniger Tage verlor Liederstar Herbert Grönemeyer Frau und Bruder durch Krebs. V**

BILD, 26.11.1998

**Bronson-Ehefrau liegt im Sterben V**

Fünf Jahre hat sie verzweifelt gekämpft, doch jetzt hat Jill Ireland (53) den Kampf gegen den Krebs verloren. Die Ehefrau von Charles Bronson (66) liegt im Sterben. Nach einer

Herzoperation in der Krebsklinik Arlington (Texas) kann sie ihr Krankenbett nicht mehr verlassen. Der Krebs hat mittlerweile Brust, Lungen, Hüften und die Beinknochen zerfressen. Jill wiegt nur noch 82 Pfund. Ehemann Charles erweist seiner Frau einen letzten Liebesdienst: er will ihr beim Sterben zur Seite stehen.

(BILD, 28.6.1991)

### **Der Krebs ließ sie nicht los V**

Lee Remick, deren beste Freundin Jill Ireland an Krebs starb, kämpfte mit neuen Behandlungsmethoden dagegen an. Vor einem Jahr galt sie als geheilt. Eine trügerische Hoffnung: Die tückische Krankheit brach wieder aus. Schlimmer als zuvor. (EXPRESS 4.7.1991)

### **Melina Mercouri: Qualvoller Krebstod (Express, 7.3.1994) V**

### **Carolin van Bergen, Krebs mit 26 V**

Bei einem Eingriff versagte ihr Herz. (Kölner Stadt-Anzeiger, 24.10.90)

### **Elke Kast: Krebstod mit 47 V**

28 Monate kämpfte sie. Deutschlands beliebteste TV-Ansagerin wurde operiert. Es folgten qualvolle Chemotherapien, Nächte voller Schmerzen, aber auch Tage voller Hoffnung. Regelmäßig wurde sie chemotherapeutisch behandelt. Sie nahm Kilo um Kilo ab - aber ihr Lebensmut nahm zu. Vor wenigen Wochen freute sie sich, daß sich ein neuer Tumor zurückgebildet hatte, ein paar Tage später war alles vergebens.

(EXPRESS, 07.01.1993)



Was für ein elendes Ende der letzten Lebenszeit: täglich qualvolles Gift in den Körper. Willst Du das auch mit Dir machen lassen? Willst Du auch so früh draufgehen:

Deutschlands Krebsforscher Nummer Eins - so von den Illustrierten genannt - , der Leiter des Deutschen Krebsforschungszentrums in Heidelberg, glaubt ebenfalls, mit der

zweiseitigen Illustriertenschlagzeile » U n s e r e S i e g e g e g e n d e n K r e b s « das totale Versagen der Medizin in einen Triumph seines Instituts ummünzen zu können.<sup>1513</sup>

Wie raffiniert diese Maschen gestrickt sind, das solltest Du wissen, willst Du die Ärzte und die Pharmaindustrie richtig durchschauen und Dir darüber klar werden, daß Dir als Schwerkranker gar nichts anderes übrig bleibt als Dir selbst zu helfen.

Da ist als erstes die psychologisch äußerst geschickte Erhebung eines unbekanntem Jubilars auf das Podest eines Olympiasiegers - indem man ihn zur »Nummer Eins« deklariert. Illustriertenleser, so weiß man, sehen sich in jedem Fall die Bilder und Schlagzeilen einer Illustrierten an. Wenn's hochkommt noch die größeren Überschriften. Das Kleingedruckte wirkt nur noch auf sie, wenn es unmittelbar unter einem Bild steht, wie in diesem Artikel unter dem imposanten Bau des Krebsforschungsinstituts im berühmten Heidelberg mit 1.500 Mitarbeitern und 100 Millionen Mark jährlichen Kosten.

»Mein Gott«, so denkst Du unwillkürlich, so viel Geld und so viele Menschen, die allein bei uns in Deutschland den Krebs bekämpfen - da müssen schließlich Siege herauskommen....

Und da es fast jede Woche ähnliche Medizin-Triumph-Meldungen in der Regenbogenpresse oder den Fernsehsendungen hagelt nebst penetranter Ratschläge, mit jedem Wehwehchen auf jeden Fall den Arzt aufzusuchen, setzt es sich im Unterbewußtsein bei vielen fast unausrottbar fest, daß man bei Krankheit wie selbstverständlich zum Arzt oder ins Krankenhaus geht.

Sehen wir uns näher an, wie das Spielchen von der Schulmedizin so trefflich gespielt wird, denn für Dich hängt vielleicht einmal Dein Leben davon ab! Da heißt es in der Illustrierten:

»Im Keller des Deutschen-Krebsforschungszentrums stehen seit einigen Jahren gewaltige Geräte, die mit Hilfe von Strahlung dem Krebs auf der Spur sind: Röntgenstrahlen machen beim Computer-Tomogramm (CT) Scheibenaufnahmen vom Körper und spüren Tumore auf.



Magnetische Schwingungen verfeinern im Kernspintomographen die Diagnosemöglichkeiten; sie zeigen noch mehr Einzelheiten im Körpergewebe als das CT.

Der letzte Schrei der Strahlenforscher heißt PET (Positronen-Emissions-Tomographie). Mit diesem Zaubergerät kann nun sogar der Stoffwechsel im lebenden Gewebe, beispielsweise in einem Tumor, sichtbar gemacht werden.

Rechtzeitig mit PET entdeckt, kann der erneute Darmtumor erfolgreich operiert werden.«

Jetzt laß Dir mal beibringen, Dich nicht von Professorentiteln und imposanten oder geheimnisvollen Apparaturen beeindruckt zu lassen und statt dessen zu denken: Das sind alles Äußerlichkeiten, von klugen Köpfen erdacht, um an das ganz große Geld zu kommen!

**Mach Dir nun den Kopf frei und nimm auch den letzten Satz der »Krebs-Besieger« richtig auf. Der ist zwar völlig korrekt. Das Wort »erfolgreich« wirkt jedoch auf Dich wie eine Verheißung, Du müßtest bei Tumoren keine Sorgen mehr haben.<sup>9506</sup> Es besagt in**

**Wirklichkeit aber nur: Der Krebskranke kann nicht geheilt werden; er kann von den Ärzten nur erfolgreich operiert werden. Das bedeutet nicht mehr und nicht weniger, als daß er nach der Operation nicht gleich in der Leichenkammer des Krankenhauses landet.**

Und die protzige Aufzählung der »gewaltigen« Geräte des Strahlungstodes wie Kernspintomograph, Zaubergerät Positronen-Emissions-Tomograph, will nur bewirken, mit technischer Leistung und mit weithin unverständlichen Fachausdrücken zu bemänteln, daß es sich hierbei um nichts anderes als um eine bloße Diagnosegigantomanie, jedoch nicht um die Heilung von Krebskrankheiten handelt.

Lesen wir kritisch weiter:

»In den vergangenen fünfundzwanzig Jahren sind wir gut vorangekommen. Heute haben wir zum Beispiel klare Vorstellungen darüber, wie Krebs entsteht: auf der Basis von Schäden am Erbmateriale der Zellen. Das war vor fünfundzwanzig Jahren noch absolut unklar.

Die Hoffnungen der Wissenschaftler ruhen auf einem neuen Zweig der Krebsbehandlung, der sogenannten Immuntherapie. Durch sie soll das menschliche Abwehr(Immun-)system angeregt werden, die im Organismus wuchernden Krebszellen aus eigener Kraft anzugreifen und zu töten.

Professor Volker Schirmacher vom Institut für Immunologie und Genetik des Deutschen Krebsforschungszentrums hat dazu eine möglicherweise erfolgversprechende Methode entwickelt: Die »Impfung« gegen Krebs.«

Plötzlich ist nicht mehr vom »Siegen«, sondern nur noch von »Hoffnungen« die Rede und von »möglicherweise erfolgversprechenden« (nicht mehr wie oben erfolgreichen) Methoden ...

Und weshalb man die »Impfung« ins Spiel bringt, das ist Dir auch klar, nachdem Du Kapitel 0 bereits gelesen hast: Impfungen sind im Gedächtnis der Menschen fest als Erfolge der Medizin verankert.

Da aber angeblich das Impfen nur gegen Viren und Bakterien helfen kann, ist mit dieser Hoffnungsmache ein weiterer Gipfel der Täuschungen durch Professor Schirmacher bestiegen worden: Weil Krebs nicht von Viren oder Bakterien verursacht wird. Wie will er gegen etwas immun machen, das es nicht gibt! Und was sagt die »Nummer Eins« der Krebsforschung zum Schluß, wenn der möglicherweise gründlichere Leser, vom Fachgeschwafel leicht ermüdet, das Blatt sinken läßt? Um zwar angebliche Siege zu vermelden, damit er seinen dummen, hinters Licht geführten, edlen Spendern ein angebliches Äquivalent vermitteln kann, um weiterhin die Spendenmilliarden am Sprudeln zu halten? Das sagt er wörtlich:

**»Unser Kampf gegen den Krebs ist ein zäher Prozeß, der sich noch über viele Jahre hinziehen wird. Und er führt nicht, wie in der Öffentlichkeit vielfach erwartet, schnell zu großen Erfolgen.«**

Endlich, ganz zum Ende, kommt er dann mit der vollen Wahrheit heraus, aber wer kriegt das nach den großartigen Siegesmeldungen so spät noch mit?:

**»Trotz aller Erfolge - die herkömmlichen Strategien gegen Krebs (Operation, Bestrahlung, Chemotherapie) scheinen ausgereizt. Im Augenblick gibt es keine konkreten Aussichten, die Heilungsraten bei Krebs entscheidend zu verbessern«,** <sup>2842ff</sup>

gesteht schließlich Deutschlands Krebsforscher Nummer Eins.

Du aber, mein Leser, erkennst: Die »Nummer Eins« hat sich als »Nr. Null« des Marathonrennens um die Krebsheilung ausweisen müssen, nachdem er sogar »gesteht«, daß es in Wirklichkeit statt der Siege nur Niederlagen gegeben hat. Trotz des gewaltigen Krebsforschungsgebäudes. Trotz der 1500 Wissenschaftler darin. Trotz der über 100 Millionen dafür hinausgeschmissenen harten DM. Jährlich! Doch selbst in seinem Geständnis am Ende des Berichts versucht es die »Nummer Null« noch, die Leser (und späteren Spender) zu täuschen. Nummer Null beliebt nämlich von »Heilungsraten« zu sprechen. Und die habe ich trotz vierzigjährigen, intensiven Studiums einschlägiger Fachzeitschriften und trotz Durchsicht der gesamten medizinischen Nomenklatur bislang noch nirgendwo angegeben gefunden. Was es dagegen gibt, und was er gemeint hat, das sind die 'Todesraten' bei Krebs, welche die Statistiker erfaßt haben. Und die steigen trotz aller »Siege« ständig an...<sup>0805</sup>

Es gibt weder Heilungsraten - noch Heilungsaussichten - seit 600 Jahren bei Krebs. Nicht bei der Schulmedizin.<sup>7014f</sup> Die gibt es nur in der Naturmedizin.

**Für die Klassische Naturheilkunde gibt es keine unheilbaren Krankheiten. Es gibt für sie nur unheilbare Menschen. Menschen, die sich nicht belehren lassen und ihre Gesundheit nicht zulassen wollen. Dummheit ist als bestätigende Ausnahme die einzige unheilbare Krankheit.**

Mir verschlug es die Sprache, als der gleiche Mann (im Fernsehkolleg des SWF vom 2.9.90) das Geschehen auf den Kopf stellte und es den »überragenden Ergebnissen der Schulmedizin« zuschrieb, daß Kindbettfieber nicht mehr existiere. Was, wie Du weißt, nicht der Verdienst der Schulmedizin, sondern der von Semmelweis eingeführten hygienischen Maßnahmen war. Das Kindbettfieber war nämlich von den Ärzten durch Unsauberkeit verursacht worden! Nun, Du durchschaust ja jetzt die Verdrehungen und Lügen, dank dieses Buches - und bist hoffentlich in Zukunft nicht mehr so blindgläubig.

Am 7.9.1994, 21<sup>00</sup> Uhr, im Gesundheitsmagazin Praxis äußerte sich der Krebs Herr zu Hausen in der ARD-Sendung allerdings etwas differenzierter: »Die Ursachenforschung hat nicht Schritt gehalten mit der Krebsdiagnose. Das geplante Krebsregister und die kommende Gentherapie wird da einen wesentlichen Fortschritt für die jährlich 35.000 Krebs-Neuerkrankungen bei uns erbringen...«

Die Hoffnungsmache hat er vom ersten, als Pionier moderner Krebsforschung hochgelobten



Begründer seines Instituts bestens gelernt!

Vor 80 Jahren gab sein Vorgänger von sich:

»Ich glaube, daß man in einem Krebsinstitut nicht allein unheilbare Carcinome und Sarkome aufnehmen soll, sondern daß auch zweifelhafte Fälle, gutartige Tumoren, aber namentlich noch heilbare Anfangsformen des Krebses hineingehören.«

Das glaube ich auch, denn nur so sind Erfolgsstatistiken für die Ärzte machbar! Nur so kann man »mit Recht« öffentliche Gelder und Zuschüsse kassieren und sich bequemste und höchstdotierteste Pöstchen für ewige Zeiten sichern. Und weiter meinte er:

»(...) damit die Anstalt nicht zu ausschließlich den Charakter einer Siechenanstalt aufgeprägt erhält und damit durch die geheilten Fälle der Mut und die Hoffnung der Pflegebefohlenen und die Arbeitsfreudigkeit des Pflegepersonals aufrechterhalten wird. Denn es darf nicht vergessen werden, wie deprimierend und lähmend auf die Ärzte und Krankenpfleger ein Saal voll sterbender Todeskandidaten einwirkt. Ärzte und Pflegerinnen müssen selbst Hoffnung haben, um Optimisten bleiben zu können und auch die Hoffnung bei den verzweifelten Kranken aufrechtzuerhalten.« (Vincenz Czerny schildert 1912 seine Auffassung über die Belegung der Krebsklinik Heidelberg, dem Vorläufer des Krebsforschungszentrums)

Seit September 1994 haben sich die selbstherrlichen Profitmacher wieder was Neues einfallen lassen, um durch eine zusätzliche Operation noch mehr Geld aus dem Krankheitskostenbudget herauszuschlagen. Nun verpassen sie ihren verkrebsten Patienten nicht einfach mehr chemische Infusionen in den Blutkreislauf. Jetzt klemmen sie mittels einer schwierigen Operation alle Blutgefäße ab, die sich außerhalb des Gebietes befinden, wo der Krebsherd liegt oder wo sie diesen vermuten. Das nennen sie dann »die neue Regionaltherapie des Krebs«.

Von Jahr zu Jahr forder der Krebs immer mehr Tote

Doch von Jahr zu Jahr meldet der Chef des Krebsforschungslügen-Instituts immer mehr »Erfolge«. Zuletzt in BILD vom 17.9.1998.

Laß Dir mal diese nichts aussagenden, unbedeutenden und doch Erfolg vortäuschende Worte der BILD-Journalisten auf der Zunge zergehen: »Weltweit anerkannt«. Für was? Dafür, daß er nach wie vor dem Krebs hilflos gegenübersteht?



Ist das nicht verrückt? Niemand setzt diesen Herren eine Grenze, niemand fragt sie, ob das überhaupt etwas Besseres bewirken oder gar die Heilungschancen - die bei der schulmedizinischen Krebstherapie ja sowieso nicht existieren - erhöhen könnte. Die denken sich da einfach etwas Neues aus, was ihnen mehr Pinkepinke einbringt - und schwuppdwupp ist es auch schon in die Wirklichkeit umgesetzt. Das ist etwa so, als wenn ein Fabrikant sich etwas Neuartiges ausdenkt. Wie etwa einen Apparat zum Haarespalten, denselben dann ohne vorherige Marktanalyse in großer Anzahl herstellt und den von ihm selbst dafür bestimmten überhöhten Preis einfach von den Konten aller Haarbesitzer abbucht...

### ***Laser strahlt Mammakarzinom weg!***

(Ärzte Zeitung 229/17.12.1992/14)

Da kann man beim Anblick dieses Fotos nur sagen - und wie!:

*Da wurde dieser brustkrebskranken Patientin nun von den Ärzten die eine Brust ausgeschlachtet, danach die Haut darüber mit Röntgen-Rasterstrahlung verbrannt - und was ist das Ergebnis des medizinischen Quälungsterrors: schwarze Metastasen, die rapide wachsen und in Kürze aufbrechen werden. Danach werden sich die jetzt noch kleinen, roten Erhebungen immer dunkler färben, die Haut zerfressen und sie zu einer einzigen großen Schreckensszene verwandeln. (®Rz58)*



Aber nicht nur unsere bemitleidenswerten Frauen sind von solchem schulmedizinischen Wahnsinn in aller Welt betroffen, auch Männer sind so dumm, auf ärztliche Sprüche von »Chancen auf Heilung« hereinzufallen.

Es ist zweifellos das zweckmäßigste für den Patienten, ihn in einem Dauerzustand der Therapie zu halten... Natürlich auch für den Arzt. (Lachen im Auditorium.)

Prof.C. Niemege, Universitätsklinik Köln (Jpa 4.12.96)

*Am Gesäß eines 46Jährigen hat sich ein großflächiger Basalzellenkrebs (Basaliom) entwickelt. Der Mann liegt auf dem Bauch und oberhalb vom zerstörten Gewebe zeigt sich noch die Glutealfalte. Dieses Foto täuscht; tatsächlich ging die Geschwulst in die Tiefe und es wurden großflächige Bezirke über einen nekrotisierenden Eiterungsprozeß abgestoßen, so daß der Schließmuskel des Afters und Teile des Rektums nicht mehr vorhanden sind:*

**Entscheide Dich!**

**Willst Du weiter die Gifte der Medikamente in Dich schlauchen und Dir von den Medizinern**

die letzten Reste Deiner Abwehrkräfte zerstören lassen, oder willst Du endlich damit anfangen, gesund zu leben? Am besten urgesund! Ja? Dann lies hier gewissenhaft weiter.

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) (Important note!) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer / Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/1/42.html> - Update: 13.01.2000 15:39

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a>                      × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> -                      <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# 1. Kapitel. Klarsehen: Es gibt keine Krankheiten 2017

## 1.43 Die angeblich heilbare Leukämie näher unter die Lupe genommen: nichts anderes als ein Blendungsmanöver

Die »Heilbarkeit« der Leukämie wird besonders laut hinausposaunt. 1615, 3104, 9510 Das soll dann für die Behandlung anderer Krebsarten Vertrauen erwecken. Da solltest Du zuerst wissen, daß der sogenannte »Blutkrebs« überhaupt kein Krebs ist. Man bezeichnet ihn nur so, weil man das Nichtausreifen der weißen Blutkörperchen eine Zeitlang angeblichen »Krebsviren« (HTLV I) in die Schuhe schob. Bis heute ist die angebliche »Heilung« noch vor keiner unabhängigen Stelle bewiesen worden. Die Herren Mediziner sind da ganz unter sich. Und wie in den Statistiken von ihnen getrickst wird, das kannst Du den Literaturverzeichnisbelegen entnehmen. 9502/9, 9521/2, 9702, 9838(@Rz.151)

Was die Mediziner an Statistiken verfassen, das drehen und wenden sie nämlich so lange, bis es zu ihrem Vorteil gereicht. Keiner ist da, der das kontrolliert oder kontrollieren kann. Jeder Kaufmann würde wegen Bilanzfälschung oder Wirtschaftskriminalität hinter Schloß und Riegel wandern, wenn er ähnliches fabrizierte! 9505/7, 9511

Ist doch klar, sie müssen so etwas sagen, sonst würde keiner sein Kind mehr in diese Folterwerkstätten geben. Sie sollten mal meinen Vorschlag aufgreifen und drei Stationen in einem Kinderkrebskrankenhaus aufmachen: eine wie bisher mit Chemie und Bestrahlung, eine, auf der die Kinder nur mit Scheinmedikamenten behandelt werden, und eine dritte, in welcher die UrTherapie praktiziert wird. Dann hätte man sofort die Beweise erbracht, was schnellstens und auf Dauer gesund macht.

**Da die Krankenhumanmedizin nicht mehr zu einer humanen Medizin zurückfinden kann, sollten wir sie schnellstens in die Katakomben jagen und uns von ihren Glaubenslehren befreien. Einfach dadurch, daß wir sie nie mehr in Anspruch nehmen!**

Aber nicht mal die UrMedizin wird bei den folgenden Ursachen von Leukämie helfen können:

### **Garten ohne Unkraut - aber Kind mit Leukämie**

Wer in seiner Wohnung oder im Garten Pestizide und Herbizide verwendet, setzt seine Kinder einer Leukämiegefahr aus. Der Beruf der Eltern allein stellt schon einen Risikofaktor dar: Kinder von Werktätigen, die mit chlorierten Lösungen, Sprüh- und Industriefarben hantierten, zeigten ein auffallend erhöhtes Leukämierisiko. Die Gifte werden zu Hause über die Atemluft

und die Arbeitskleidung auf die Kinder übertragen.« (Science 1569/1987/29)

»In den USA sind kindliche Leukämien, die als Folge von medizinischen Strahlenschäden anzusehen sind, häufiger als Infektionskrankheiten. Ein Arzt hatte ein Sanatorium, wo er radioaktives Thorium einspritzt mit dem Erfolg, daß 20 Prozent der behandelten Kinder Sarkome bekamen.« (Blüchel »Das Milliardengeschäft mit der Krankheit«)

Frag Dich zu diesen Meldungen mit Deinem gesunden Menschenverstand:

Da sind Kinder durch diese schrecklichen chemischen Gifte schwer erkrankt und sollen durch noch schrecklichere Chemiegifte »geheilt« werden können?

**Die Illustrierten riefen vor kurzem - veranlaßt durch die Ärzte - sogar noch zu Spendenaktionen für die kranken Kinder aus Tschernobyl zwecks Chemotherapie und Bestrahlung auf. Noch mehr Radioaktivität auf die kleinen Körper drauf, noch mehr Chemie in sie rein, das soll Schäden wegen Radioaktivstrahlung beseitigen! Ja, warum faßt sich da kein Leser an den Kopf? Warum fällt das keinem auf, der sich noch etwas gesunden Menschenverstand bewahrt hat? Ist die ganze Menschheit bereits blind und erstarrt gegenüber dem Treiben ihrer Medizinmänner geworden - geblendet vom Erstrahlen der über ihnen gesehenen Heiligenscheine?**

Ja - in der Presse wird ständig geredet über »Heilung von Leukämie«, und Dir gegenüber wird der Arzt auch davon sprechen, daß Leukämie, insbesondere bei Kindern, »heilbar« sei.<sup>1303</sup>

Nun - ich bin auch hier der Sache auf den Grund gegangen und stellte mit Erstaunen fest, daß englische und amerikanische Mediziner in ihren internen Berichten über die Leukämiebehandlung ganz andere Töne anschlagen.<sup>1302</sup> Vor allem hüten sie sich wohlweislich, von »Heilung« zu sprechen. Was man dort bei der akuten lymphoblastischen Leukämie des Kindes erzielt, das sind höchstens »Remissionen«. Auf deutsch: vorübergehende Rückgänge von Krankheitserscheinungen...

Also, einmal haben die Mediziner die Leukämie deshalb vor einiger Zeit unter die Krebskrankheiten - Tumore, Sarkome, Karzinome - aufgenommen, weil sie leichter von selbst ausheilt und sich damit »Heilungsraten« erzielen ließen. Ein einfacher Trick genügte. Man nannte sie nicht mehr Leukose, sondern Blutkrebs.<sup>1307</sup> Nun konnten sich die Roßtäuscher Lorbeerkränze gegenseitig aufs Haupt drücken und den ihnen alles abnehmenden Menschen - weil niemand außer den Medizinern deren Behauptungen nachprüfen kann, da sie davor abschotten wie ein ins dunkle Meer eintauchendes U-Boot - stolz verkünden, sie könnten Krebs heilen. Und dann war es immer schon so: Etwa ein Viertel der Kinder starb früher an der Leukämie. Dreiviertel von ihnen überwand sie, falls die Eltern so klug (oder zu arm) waren, sie den Ärzten in die Hände zu geben. (Lies jetzt unbedingt unter LV 1100 b nach.) Daß heute nach Ausklammern der Ärztetricks (@Rz161) und deren Statistikfälschungen tatsächlich nur höchstens 30% der Kleinen überleben, geht auf die Chemo-Behandlung zurück.

»Wie kommt es denn eigentlich zur Leukämie?«<sup>9712</sup>

Weil zu viele Gift- und Schlechtstoffe im Körper sind, bildet er im Übermaß Leukozyten. Hier baut der Körper einen anderen Reinigungsversuch auf, im Gegensatz zu den Ausscheidungsversuchen über die Niere oder Leber. Das ist bei der Verschiedenartigkeit der Menschen und ihrer heutigen Lebensweisen wohl auch zu verstehen.

»Wie man hört, sollen sie das schlimme Erbrechen bei der Chemo-Behandlung der Leukämie jetzt durch ein weiteres Mittel (Ondansetron) reduzieren können«, sagst Du.

Das heißt aber nichts anderes als neuen, zusätzlichen Chemiedreck in den kleinen Körper eines Kindes zu geben. Mütter, die Ihr da mitleiden müßt, teilt mir doch mal Eure diesbezüglichen Erfahrungen mit. Und wie die Jahre nach der Chemo bei Euren Kindern verlaufen.

»Gegen Leukämie - so hört man doch immer wieder - ist die Transplantation von Knochenmark sehr erfolgreich«, meinst Du.

In den Illustriertenberichten. Doch zum Glück gibt es ja noch hier und da Mediziner, die den angeblich erfolgreicheren ihrer Sippe auf die Finger schauen. Und die haben festgestellt, daß die solcherart Transplantierten sich kurz danach eine Koagulopathie, ein hämolytisch-urämisches Syndrom, eine Arteriosklerose und eine Endothelzellenschädigung einhandeln.

Mit anderen Worten: Die sterben vorerst nicht an Leukämie, dafür aber später an inneren oder äußeren Blutungen, an Nierenversagen oder Kleinarterienverschlüssen.<sup>1300, 1307ff</sup> Nehmen wir an, die Chemie- und Bestrahlungssymptombehandlung der Leukämie hat tatsächlich im Blut die Vermehrung der weißen Blutkörperchen stoppen können: »Aber um welchen Preis?« fragt selbst die ärztliche Fachzeitschrift Medical Tribune am 10.07.1992.

**Die Qual, die Dein Kind bereits erlitten hat,<sup>1362</sup> hört nämlich nicht auf: das Risiko, an anderer Stelle einen Tumor zu entwickeln, ist um mehr als das 15fache erhöht. Meist sind es die gefährlichen Hirntumoren, auch Morbus Hodgkin (bösartige Lymphogranulomatose) und Schilddrüsen-Karzinome. Oft kommt es auch zur akuten myeloischen Leukämie nach der »Heilung«. Und die ist dann nicht mehr »heilbar«... Glaubst Du wirklich, die Natur läßt sich betrügen? Mit Chemie?**

Allerdings fand ich in einer englischen medizinischen Fachzeitschrift einen Bericht über echte Erfolge bei der Leukämiebehandlung (»Erstaunlich schnelles Verschwinden von leukämiekranken Zellen im Rückenmark im Vergleich zu Kontrollgruppen«) - aber dem geht kein Krankenhaus bei uns nach. Was Wunder, denn die Erfolge beruhten ja auf nichts anderem als einer proteinarmeren Diät mit alkalischen Flüssigkeiten...<sup>9770</sup>

Nehmen wir mal an, Du bist leukämiekrank und Du nimmst der Schulmedizin ab, daß Du eine 62%ige Chance hast, mehr als fünf Jahre zu überleben. Während die Nichtbehandelten angeblich nur eine 50%ige Chance haben sollen.<sup>1303, 1300</sup> Nehmen wir an, Dein Glaube an die weißen Götter ist so stark, daß Du selbst vor der amtlichen Krebsstatistik blind bist, die Dir zeigt, daß die Todesraten bei den Krebskrankheiten ansteigend sind.

**Nehmen wir auch noch an, Du bist derart vertrauensselig und der Medizin so hörig, daß Du auch um die Ermittlungen des amerikanischen Prof. Jones<sup>9514</sup> nichts gibst, der aufdeckte, daß die herausposaunten Heilungsraten bei Krebs auf betrügerischen Manipulationen beruhten.**

Nun, dann solltest Du Dir wenigstens sagen:

Alle statistischen Erfolge der Medizin sind für mein Kind und mich als einzelnen Krebskranken völlig wertlos! Denn mein Krebs oder der meines Kindes kann mit dem eines anderen Krebskranken nicht verglichen werden! Gehöre ich zur Gruppe, bei denen der Krebs schnell zum Tode führt, dann nützt mir auch eine erfolgreiche Statistik nicht das geringste.

Ich kann dem Tod nur noch dann von der Schippe springen, wenn ich selbst zu denken und selbst zu handeln anfangen: Auf statistische Sandkastenspiele gründe ich jedenfalls nicht eine so verhängnisvolle Entscheidung wie die zur Chemotherapie, Strahlenbehandlung oder Operation!<sup>1350ff</sup>

Selbst wenn Du den Medizinern entgegen all den hier angeführten gegenteiligen Nachweisen abnimmst, daß sie wenigstens in 70% aller Fälle eine (!) Art der Leukämie für fünf Jahre heilen können, dann sagt Dir immer noch keiner der Chemotherapeutikerhasardeure, was Dich (oder Dein leukämiekrankes Kind) danach erwartet und welcher guter Kunde Du für die Pharmaindustrie später immer bleiben wirst.<sup>1301, 1305, 1416</sup>

Mit der Statistik ist das so: Dein Doktor verdient netto 25.000 im Monat, und Du kommst mit Deinen 4.000 Mark hinten und vorne nicht zurecht - obschon Ihr beide, Du und der Doktor zusammen - im Durchschnitt doch 14.500 Mark im Monat habt...

»Und wenn Du nichts von Statistiken der Ärzte hältst, wieso erregt die amtliche Krebsstatistik<sup>1505</sup> nicht Deinen Argwohn?«

Weil die Medizinmänner darin nicht so leicht schummeln können. Hier werden sie nämlich in etwa von anderen kontrolliert, die nicht zu ihrem Berufsstand gehören. Würden die Ärzte beim Ausstellen der Todesscheine statt »Tod durch Lungenkrebs« etwa »Tod durch Herzinfarkt« schreiben, dann würden die Angehörigen doch aufmerken. Für so was will der Doktor doch nicht sein Prestige aufs Spiel setzen!

Überlege deshalb nach dem Studium meiner Dir hier dargebotenen Literatur selbst, ob Du Dein Kind zu einer Leukämiechemo-Terrorbehandlung gibst oder ob Du nicht vorher die UrTherapie selbst völlig gefahrlos zu Hause anwenden willst.

Ein Elfjähriger sagte nach dem zweiten Rückfall zum Arzt, als der meinte, daß er sterben könne, wenn er sich gegen die erneute Behandlung sträuben würde: »Ja - sterben ist schwer - aber 'ne Chemo ist noch schwerer...«<sup>1305, 1400ff</sup> Das ist die Wirklichkeit - früher wie heute:

**Auch dem Kind des Ministerpräsidenten war nicht zu helfen!**

**(dpa) München - Eva-Benita, 11 Jahre, Tochter des Ministerpräsidenten, hatte trotz der mörderischen Chemo- und Strahlentherapie ihr wunderschönes Haar behalten. Die Eltern waren überzeugt: Das ist ein gutes Zeichen für die starken Widerstandskräfte ihres geliebten Kindes, das sich nun schon drei Jahre in Behandlung wegen Leukämie befand. Weihnachten machten sie sich noch gegenseitig Mut, obwohl ein Schatten über diesem Fest lag und sie sich mühen mußten, fröhlich zu sein. Ihr Hoffen war vergebens. Eva-Benita schloß am 31. Januar für immer die Augen. (BILD, 15.2.86)**

Mittels einer großen Spendenaktion hatte man dem leukämiekranken kleinen Fjodor aus Minsk in der Bonner Kinderkrebs-Klinik eine chemotherapeutische Behandlung ermöglicht. Leider war der Kampf der Ärzte um den kleinen Jungen vergeblich. Fjodor starb vorigen Freitag in den Armen seiner Mutter. (Expreß, 15.9.1994)

**Und wenn ein Kind die Behandlung überlebt: immer wieder Rückfälle! Und: Kaum ein Chemokind wird älter als 18 Jahre! Selbst wenn die Chemotherapie bei manchen nutzen sollte: Warum diese Torturen dem Kind zumuten, wenn's doch die UrMedizin gibt! Die es nicht mit 70%iger, sondern mit 99%iger Sicherheit - und ohne Schäden - gesund macht. 1304, 1409, 1359**

**»Mir fällt ebenfalls noch etwas Wichtiges zum Thema Krebs ein: Was denn, wenn einer nur deshalb an Krebs erkrankt, weil er vielleicht als Arbeiter ständig mit Giftstaub oder giftigen Dämpfen zu schaffen hat? Du wirst doch zugeben müssen, daß solch ein Krebskranker auch von Deiner UrMedizin nicht gesund werden kann.«**

**Da hast Du vielleicht recht. Doch ich bin mir ziemlich sicher, daß durch die abwehrkraftstärkende UrMedizin erheblich widerstandsfähiger gegen sein Leiden wird.**

**Andererseits halte ich Dich auch nicht für so dumm - wenn Du ansonsten nach meinem Buch lebst und seinen Sinn verstanden haben wirst - daß Du nicht von selbst auf den Gedanken kommen solltest, Deinen Beruf und Deine Umgebung auf deren Krebsgefährlichkeit kritisch unter die Lupe zu nehmen.**

**Wer in einer Chemiefabrik seine Brötchen verdient, der weiß schließlich, daß für ihn allein die Gefahr, an Blasenkrebs<sup>1556</sup> zu erkranken, vierzigmal höher liegt als bei anderen Menschen. Wer als Lkw-Fahrer ständig auf den Straßen herumfährt und die Auspuffgase und den Staub schluckt, wer von den Tabletten und Pillen der pharmazeutischen Industrie nicht loskommt, wer in seiner Wohnung fleißig Spanplatten verarbeitet und Möbel aus dem gleichen Material herumstehen hat, die das Gift der Chemiefabriken ausschwitzen, wer seine Holzbalken und Zäune so wirksam mit Holzschutzmitteln gestrichen hat, daß er zwanzig Jahre lang beim Rasenmähen von Krebsgiften eingenebelt wird, wer zur Wärmedämmung tüchtig Glaswolle verarbeitete, deren abbröckelnde Teilchen sich wie kleine Speerspitzen in seine Lunge spießen, und**



**wer in seiner Wohnung Insektenvertilgungsmittel versprüht anstatt die Fliegenklatsche oder den Staubsauger zu benutzen, der begibt sich nicht nur in höchste Gefahr, sondern wird auch durch diese Chemie um viele Jahre vorzeitig altern und elend werden.**

Wer als Kellner in Diskotheken bedient und doppelt und dreifach dem Zigarettenqualm der Lärmfetschisten ausgesetzt ist, wer in der Nähe einer Fabrik wohnt, die mit Blei und Cadmium die Landschaft verseucht, wer beim Ansinnen der Ärzte, ihm mit Röntgenstrahlen Krebs zu verschaffen nicht nein sagen kann, oder wer in einem Bergwerk im Steinstaub schuftet - ja, der weiß doch, wie gefährlich er lebt! Spätestens aber dann, nachdem er dieses Buch gelesen hat.

**Wie die Ärzte zu bluffen verstehen:**

**7 von 10 Patienten geheilt - aber Zweittumorengefahr**

**Bösartige Krankheiten sind längst nicht mehr unheilbar. Der Morbus Hodgkin ist das beste Beispiel: 1960 hatte diese Erkrankung noch eine infauste (tödliche) Prognose, heute werden 7 von 10 Patienten geheilt. Der Erfolg ist indes teuer erkaufte, so das Fazit beim 32. Bayerischen Internistenkongress: Noch 20 Jahre später weisen ehemalige Hodgkin-Patienten eine im Vergleich zur Normalbevölkerung 2 - 3 mal so hohe Sterblichkeit auf!**

(Ärztliche Praxis 5/16. Januar 1993)<sup>1427, 1451,1455/6</sup>

Ich rechne das mal mit dem gesunden Menschenverstand durch:

Von zehn Lymphdrüsen-Verkrebsten werden sieben angeblich geheilt und wenn ich den bekannten Fälschungsfaktor<sup>9511</sup> mal ganz gering mit nur einem Toten mehr und das vorzeitige Zum-Sterben-nach-Hause-Schicken<sup>2412</sup> mit einem weiteren, in der Statistik wegfallenden Toten in Rechnung stelle, dann überleben die medizinische Tortur tatsächlich ganze fünf Patienten, also 50%, die nach diesen fünf Jahren erneut unter den Begriff »Krebskranke« fallen. Nun wird im Tenor des oben angeführten Berichts dargelegt, daß früher die Prognose (Vorhersage) für diese Kranken infaust (zum-Tode-führend) hieß. Was meint: Die bis 1969 Erkrankten starben nicht gleich nach dem Tag, an dem ärztlicherseits die Erstdiagnose gestellt worden war, sondern es starb der eine früher, der andere später daran.

Von den zehn Kranken, die an Morbus Hodgkin litten, starben also damals *ohne* Chemobehandlung binnen fünf Jahren noch ebenfalls fünf Kranke, also 50 Prozent.<sup>9516f</sup>

**Die Angabe von oben, bösartige Krankheiten seien längst nicht mehr unheilbar, erweist sich damit als ein nur hoffnungsmachendes, aber aus ihrer Sicht nötiges, wenn auch betrügerisches Argument der Mediziner, die Patienten nicht an die Naturheiler zu verlieren.**<sup>1223, 9506</sup>

**Da kannst Du doch nur noch im Zorn zurückblicken auf Rz 135, was dort oben im**

**Kasten steht: Keine Heilung bei Krebs!**

**Erhalte Dir die Kraft Deines gesunden Menschenverstands. Denn nur er kann Dich vor schlimmen Schäden und Reinfällen bei der Medizinermafia bewahren.**

**Nun wird aber weiter in dem Artikel der Fachzeitschrift gesagt:**

**Auch Infertilität (Unfruchtbarkeit) und Hypothyreose (verstecktes Schilddrüsenleiden) drohen durch Chemotherapie bei Leukämie.<sup>1565</sup>**

Aber auch zahlreiche andere Probleme können als Auswirkungen der aggressiven Therapie auftreten:

\* Störungen der Fertilität (Fruchtbarkeit), Amenorrhö, Azoospermie (Unfruchtbarkeit)

\* Hypothyreose Schilddrüsenunterfunktion mit allen Folgen wie Muskelkrämpfen, Verstopfung, Kälteempfinden, Herzbeschwerden, Schwerhörigkeit, Ermüdung, Fettwerden, Schwäche

\* Herzinfarkt - allerdings läßt sich das früher 3fach erhöhte Risiko vermutlich durch moderne Bestrahlungsverfahren minimieren, \* Pneumokokken- Sepsis. Folgt das Interview mit dem Spezialisten:

ÄP: Patienten mit M. Hodgkin (Lymphogranulomatose, bösartige Krebsform) haben nach erfolgreicher Behandlung vermutlich ihr Leben lang ein erhöhtes Risiko, solide Tumoren zu entwickeln. Welche Organe sind dabei am häufigsten betroffen? Prof. Meter: Besonders oft sehen wir Weichteilsarkome, Tumoren der Atemwege und Mammakarzinome. Daneben finden sich jedoch in praktisch allen Organen gehäufte Malignome. (Ärztliche Praxis 5/ 16.1.1993)

Was also eine »erfolgreiche« Behandlung nach dem Medizinerlatein in Wirklichkeit bedeutet: Die Krähe Morbus Hodgkin ist vertrieben - die Geier kommen dafür jetzt in Form solider Tumore angefliegen.<sup>1460</sup> Lies das aufmerksam - das sagt Dir doch wohl genug:

Kinder, die eine Krebserkrankung überstanden haben, unterliegen einem höheren Risiko für einen Zweittumor als Erwachsene. **Besonders in den ersten zehn Jahren ist das Krebsrisiko erhöht.**

Kinder mit Krebs haben ein deutlich höheres Risiko, sekundäre Tumoren zu entwickeln, als Erwachsene. Besonders bei Knochen- und Schilddrüsenmalignomen bei Kindern im Alter unter fünf Jahren steigt die Häufigkeit bösartiger Neoplasien, wenn die kleinen Patienten die Behandlung ihres ersten Tumors überleben: Das Risiko ist mehr als 20mal so hoch. Aber auch bei anderen Tumoren im Kindes- und Jugendalter liegt das Risiko für Malignome seit Einführung und Intensivierung der Chemotherapie in den sechziger Jahren durchschnittlich fünfmal so hoch wie in der Normalbevölkerung.

Zum anderen habe die nordische Studie eine deutliche Korrelation zwischen der Zunahme der Häufigkeit sekundärer Tumoren und der Intensivierung der Chemotherapie ergeben.

Derzeit wird auch eine weitere Fall-Kontroll-Studie ausgewertet, um die karzinogene Wirkung von Chemotherapeutika zu beurteilen.

(Ugeskriftlaeger 156, 1994, 4565) (Ärzte Zeitung 161/12.9.1994 - Unterstreichung vom Verfasser)

Hallo, Herr Konz,

seit zwei Jahren kenne ich keine Kopfschmerzen und keinen Schnupfen mehr. Meine chronischen Kreuzschmerzen machen nur noch sehr selten auf sich aufmerksam. Natürlich kenne ich auch keinen Arzt mehr. Viele Jahre habe ich Säureblocker-Tabletten geschluckt, weil Sodbrennen zu mir gehörte, wie die Potenz zum Mann. Kein Arzt, bzw. kein Schwein sagte mir, daß zwischen Sodbrennen und Ernährung ein Kausalzusammenhang besteht.

Gipsbrei mußte ich schlucken, geröntgt wurde ich, aber nichts von all diesen Dreck- und Schwachsinnstherapien hat geholfen. Heute kann ich mich kopfüber aushängen und nichts, aber auch gar nichts ist von Sodbrennen oder überlaufender Magensäure zu spüren.

Wäre mir vor zwei Jahren der "GROSSE GESUNDHEITS-KONZ" nicht zufällig in die Hände geraten, hätte ich mit Sicherheit Magen- oder Speiseröhrenkrebs bekommen.

Franz Konz ist mein Lebensretter. Hans-Joachim Freund, Eiche 15, 99198 Büßleben

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × »[Der Große GESUNDHEITS-KONZ](#)« × »[Natürlich Leben](#)«  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/1/43.html> - **Update: 13.01.2000 15:39**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

# 1. Kapitel. Klarsehen: Es gibt keine Krankheiten 2017

## 1.44 Eine Lanze für die guten Ärzte

»Nur komme ich einfach nicht von dem Eindruck los, daß Du zu scharf mit den Ärzten ins Gericht gehst. Der Arzt hat's auch nicht leicht, wenn er mitten in der Nacht zu einem Säufer gerufen wird, dessen Kumpan ihm mit Mord droht, wenn er ihn nicht sofort aufsuche. Oder wenn er zu einem Asthmatiker kommen soll, der an einem komplizierten Atemnotsyndrom leidet. Ich kenne da einen recht jungen Arzt, der ist so lieb, so aufopfernd. Der findet sogar noch Zeit für ein persönliches Gespräch mit mir. Er entspricht nicht im geringsten dem Bild, das Du von ihnen zeichnest«, sagst Du. »Dazu ist er kein bißchen hochnäsig! Meist läuft er in Jeans herum. Ich bekomme von ihm das Gefühl vermittelt, daß er nur das Beste für mich will!«

**Das Beste, was ein Arzt für Dich bei einer Krankheit tun kann, das ist: sofort seine Behandlung an Dir einzustellen!**

Nichts ist ohne sein Gegenteil wahr. Und es dürfte auch zutreffen, daß mindestens ein Teil der jungen Ärzte ihren Beruf aus lauterem, ideellen Gründen ergreifen.<sup>2473</sup> Sie wollen helfen und Gutes tun. Sie wännen, Samariterdienste leisten zu können. Sie glauben fest an die Richtigkeit der Schulmedizin.

»Ich faß nie mehr irgendeine Literatur an, die nach Medizin riecht, wenn ich die Ausbildung hinter mir habe«, sagte mir ein Jungmediziner. In der Tat: Nach dem Studium sind die so geschlaucht vom Büffeln all des nutzlosen Krams, daß sie - ausgenommen von einigen Strebern - die Nase gestrichen voll von Theorie haben und nun auch nichts von alternativen Methoden wissen wollen.<sup>2003, 2183</sup>

Die jungen Mediziner werden nämlich durch ihre Ausbildung vom Selbst-Denken abgeschottet. Sie bekommen nur das einseitige Wissen ihrer Professoren mit, die alle anders gearteten Lehr- und Denkweisen von ihnen abhalten, damit sie nur die Interessen der Zunft vertreten. Genau so wie der Papst und die mächtigen Kardinäle der Kirche es mit ihren Priestern halten.<sup>9726</sup>

Ja, es gibt sie, die Ärzte, die ihren Beruf als ethische Lebensaufgabe<sup>2485</sup> ansehen, denen nichts zuviel wird, die ohne Klagen tagelang hintereinander Nachtdienst schieben, die nichts wollen, als anderen zu helfen, die den nahen Kontakt mit den Kranken als beglückend empfinden, die davon überzeugt sind, als Ärzte eine Aufgabe zu erfüllen. Unbedingt zu begrüßen sind auch die dankenswerten Versuche einiger Ärzte, sogenannte Balintgruppen zu bilden, um dort die Interaktionen mit ihrer Klientel auf Funktionalität und Effizienz zu hinterfragen, um die Kommensurabilität des späteren Procedere mit -

»Sag mal, fängst Du jetzt auch schon mit denen zu spinnen an? Ich denke, ich hab' mir 'nen KONZ geholt. Von dem ich gewohnt bin, daß er so redet, daß ich nicht lange drüber nachdenken muß, was eigentlich gemeint ist.«

'Tschuldige. War nur ein Test, um zu sehen, ob Du der richtige Gesprächspartner für mich bist.

Hut ab also vor jenen noblen Ärzten, die sich vom Geist der Burschenschaftsmediziner nicht unterbuttern ließen und öffentlich gegen den Atomwahnsinn aufgetreten sind. Und eine Verbeugung vor denen, die sogar einen Bund gegen Tierversuche gründeten. Ja, es gibt sie noch, die Ärzte, die aus rein ethischen Gründen tätig sind.<sup>2454/7/9, 2486,3302, 3308, 4503</sup>

Zu achten ist ihr Fleiß, ihr Wissen, ihr Ehrgeiz, die Menschen gesund machen zu wollen mit einem untauglichen, aggressiven, nutzlosen, sinnlosen, naturverachtenden Allopathie-Chemie-System. Wenn ihre Patienten immer kränker werden, dann bemühen sie sich aus Mitleid doppelt stark und glauben allen Ernstes, mit noch mehr Giften helfen zu können. Hut ab vor ihrer Einstellung! Aber nicht Hut ab vor der Tatsache, daß sie trotzdem die Patienten vergiften. Kommt hinzu, daß durch die Wahnsinnsbürokratie mittlerweile der Arzt gezwungen ist, mehr Zeit für die Auswahl der richtigen Gebührenordnungsnummern und erlaubten Medikamente aufzuwenden als für die richtige Diagnose und Therapie in der Betreuung seiner Patienten.<sup>3321</sup>

Und dann die Unfallärzte, die Tag und Nacht ihren schweren Dienst verrichten, um die zuckenden, blutenden Bündel Fleisch wieder zurechtzuflicken und die ihr Fach auch meist beherrschen. Bewunderungswürdig auch die Techniken, den Kindern mit einem Vogelgesicht wieder ein normales Aussehen zu verleihen. Alle Hochachtung vor deren Geschick und Einsatz. Und: Wie müssen sich Krankenhausärzte oft verrückt um kollabierende Kranke machen, hetzen, rennen, sich stressen lassen. Und sich den Hintern naß schwitzen, Essen und Schlaf vergessen, um vielleicht Alkoholiker, Kettenraucher und Fixer in ihr selbst verpfushtes Leben zurückzuholen! Nein, so fleißige, hilfsbereite und gute Menschen kann und will ich nicht schelten. Sie finden meine volle Anerkennung und Hochachtung.

**Merke: Alle Attacken gegen die Schulmedizin von mir richten sich nur gegen die schädigenden Formen der Behandlung von *Krankheiten*, nicht gegen den kleinen Arzt, der Dich sicherlich auch nicht *bewußt* krankhalten will. Aber: Es läuft eben alles darauf aus, daß Du tatsächlich bei schulmedizinischer Behandlung krank bleibst und geschädigt wirst.**

Die meisten Ärzte heute noch schlucken, was ihnen miese Patienten zumuten, müssen Persönliches hintanstellen, ihre Freizeit opfern. Zudem werden die Allgemeinärzte von den Fach- und Klinikärzten nur als Dummköpfe angesehen - das ist hart. Trotzdem sind sich viele nicht zu schade dafür, nach Dienstschluß im Hospital den Eltern krebskranker Kinder noch die Behandlungsaussichten mit Zytostatika mühsam zu erklären. Oder sich das Gerede dummer, eingebildeter, vom Anspruchsdenken verdorbener Patienten (geduldig wie Gastwirte das Gequatsche benebelter Alkoholiker) anzuhören.

Sie müssen oft ihre Nachtruhe opfern, sich mit Prozessen und dem besserwisserischen Denken halbbelesener Kranker herumschlagen, müssen auf ein beschauliches Familienleben verzichten und können genau so pleite gehen, wie jeder andere Geschäftsmann auch. Folge: Der Anteil der Alkoholiker<sup>5402</sup> und Selbstmörder liegt bei ihnen deutlich über dem Durchschnitt der Bevölkerung. An der Spitze liegen sie im Konsum der »uppers« und »downers«,<sup>2002,3310</sup> Warum denkst Du, daß bei ihnen so viel daneben geht? Doch wir wollen daraus keinen Vorwurf herleiten und glauben, wir - Du und ich nicht im geringsten ausgenommen - seien auch nur einen Deut besser! Wer ist schon so tugendhaft und gut, wie er sein sollte?

»Und der hohen geistigen Leistung des Arztes, dem langen unbezahlten Studium, schließlich der Erringung des Doktorhuts - zollst Du dem auch genügend Respekt?«<sup>2025ff</sup>

Was weißt Du denn als Außenseiter schon von den Interna eines Defraudanten-Berufstandes?<sup>2280ff</sup> Inscribiert und nicht krepirt ist promoviert, so heißt es bei den Medizinern. Der Dr. med.-Titel gilt bei anderen Akademikern sowieso nichts, weil man die medizinische Doktorarbeit a) kaufen bzw. b) erringen kann mit einer Anstrengung, für die man bei der Semesterabschlußarbeit in einem anderen Studienfach nicht mal ein »ausreichend« erhalte. Die Doktorarbeit gibt's überall für 10 bis 20.000 Mark.<sup>2168, 2299</sup> Und die Professorentitel werden wie mit dem Weihwasserwedel vergeben.<sup>9528</sup> Aber keine Frage: Wer von den Ärzten viel verdient, der arbeitet meist hart und schwer. Der muß früh raus und kommt abends geschafft nach Hause. Da ist nun der größte Traum eines schönen und gebildeten Mädchens in Erfüllung gegangen - sie hat sich einen Arzt angeln können, und nun stellt sie fest, daß sie ein mit sich unzufriedenes Arbeitstier ohne Zeit für sie geheiratet hat.

In letzter Zeit kommt es zudem knüppeldick auf die Ärzte. Ihre ständigen Klagen über zu wenig Verdienst und ihre immer anspruchsvolleren Honorarforderungen sind durch die Gesundheitsreform erst mal gedeckelt. Mit dem einfachen drauflosmedikamentieren und -chirurgieren scheint es auch vorbei zu sein. Nachdem nun auch die deutschen Gerichte immer mehr Schadensersatzansprüche der von ihnen zu Krüppeln gemachten Patienten anerkennen - trotz der Krähen-Gutachter. Jetzt will man sogar, daß die Doctores noch mal die Schulbank drücken. Um ihr Medizinwissen auf den neuesten wissenschaftlichen Unsinnstand zu bringen. Und um es zu vervielfältigen. Was praktisch heißt: Negatives Wissen um noch schlimmeres Negativwissen vermehren. Der Mathematiklehre »Minus mal Minus = Plus« erweist sich hier leider als nicht anwendbar...

Zu allem drängen nun auch noch immer mehr Studenten in die Medizinerlaufbahn, sich gegenseitig das Geschäft wegnehmen wollend - obschon mehr Konkurrenz ihrem einseitigen Chemiedenken ganz gut bekäme. Aber: Wenn die Jungärzte mal vierzig Jahre alt sind und dann noch nicht aufgeehrt oder nicht eingesehen haben, wie nutzlos und schädlich das System ihrer Schulmedizin ist, verfallen auch sie dem Zynismus aller Mediziner. »Wir können das Leid nur verkräften, wenn wir abstumpfen« sagen sie.

So werden aus den Idealisten dann meistens Zyniker. Hackethal meint dazu:

»Jeder Arzt, der genügend nachdenkt, muß spätestens wenige Tage nach seiner staatlichen

Bestallung die Amoralität und Illegalität erkennen, mit denen der Medizinerberuf zum großen Teil ausgeübt wird.« (Prof. J. Hackethal in QUICK 25/78)

Das ist doch klar: Wer Arzt werden will, der weiß genau, wie sehr er damit an Prestige, Macht und Privilegiertsein gewinnt: solange er mitläuft. Die Angst vor dem Geächtetsein hält ihn bei der Stange der Chemie. Unter seinesgleichen fühlt man sich wohl - besonders dann, wenn es sich um eine angesehene Kaste handelt. Die anderen - die Patienten - kommen da erst viel später, sie dienen ja auch nur zum Gelderwerb. Warum da noch Kraft und Mut aufbringen, sich mit den mächtigen Professoren anzulegen? Wieviel einfacher ist doch da - selbst gegen bessere Einsicht - das zu glauben und zu tun, was die päpstliche Bulle zu Denken vorgibt. Doch natürlich gibt es da auch noch andere, ehrliche Ärzte, deren Horizont weiter reicht als der Blick, der zum Geldzählen erforderlich ist. Die sich wehren, wenn Professoren der Schulmedizin z.B. die sanfteren Heilweisen als »alles für die Katz« herunterputzen (Prof. H. Arnold in Ärztliche Praxis Nr. 25/1992/5). Aber die sind sehr sehr dünn gesät.<sup>2185, 2194</sup>

Und viele Mediziner sind tätig, die sich aus humanistischen Gründen große Verdienste um die Gesundheit ihrer Patienten erworben haben. Und manche, die in den Ärztezeitschriften vehement Stellung beziehen gegen ihre chemiebessenen Kollegen.<sup>3851</sup>

Schließlich sind da noch die an jedem kranken Menschen echt Anteil nehmenden, von ihrer Arbeit besessenen und bei sich selbst keine Rücksicht kennenden Ärzte. Die mit heißem Herzen ihren Beruf ernst nehmen. Die nicht so schnell den Rezeptwünschen ihrer Patienten nachkommen, sondern hinterfragen und sich oft auch sperren. Und die nicht gleich jeden Chemiedreck leichtfertig verschreiben. Zumeist sind es die jüngeren Ärzte auf den Krankenstationen der Hospitäler oder in einer kleinen Praxis. Ich kenne auch sie und achte sie so wie Du. Sie sind mir lieb und teuer. Ich möchte diese feinen Kerle nicht in meine Schelte einbeziehen und bin ein bißchen traurig, daß sie nur diese elendige allopathische Methode kennen gelernt haben.

Leihe einem solchen Arzt ruhig einmal dieses Buch zum Lesen. Vielleicht erkennt er die Zeichen der Zeit und schwenkt um ... Denn es wird den wahren, echten Ärzten, denen mit hippokratischem Blut, wahrlich sehr, sehr schwer gemacht, bessere Erkenntnisse zu gewinnen.

Ich kenne nur drei große Ärzte der letzten 2000 Jahre, die sich nicht kleinkriegen ließen, beharrlich ihrem Gewissen folgten und die Kranken voll im Sinn von Hippokrates behandelten - auch wenn ihnen die Kollegen das Leben noch so schwer machten: Dr. Bircher-Benner, Dr. Shelton, Prof. Hackethal. Hut ab vor diesen Männern, welche die Schulmedizin als Lug und Trug erkannten und - das brachte sonst keiner fertig - dieses auch offen zu sagen wagten.

»Und was ist mit unserem großen Prof. Werner Forßmann, der sich als erster Mensch einen Katheter ins Herz schob? Weißt Du, was für ein Mut dazu gehört! Der hat die Innenfotografie der Adern und Ballondilatation schließlich ermöglicht! Was ja auch durch die Nobelpreisverleihung anerkannt wurde«, wendest Du ein.

Tut mir leid, wenn ich Dich schon wieder desillusionieren muß: Der Forßmann hat das an

hundertten Affen vorher geübt und darauf seine Katheterschläuche immer wieder verbessert. Als endlich die letzten Affen überlebten, wagte er sich auch daran. Daß die so Untersuchten dadurch viel eher sterben als Nicht-Untersuchte, hat man erst 60 Jahre später ermittelt. An den Affen hatte der nobele Herr Professor das schon vorher spitzgekriegt. Aber hätte er das wahrheitsgemäß gesagt, wäre er da berühmt und reich geworden? Medizynikern und Generälen kommt es auf ein paar zigtausend Tote nicht an...<sup>2730b</sup> Und ein letztes:

Müßten sich nicht eigentlich *alle* der angeblich für die Gesundheit der Menschen zuständigen Ärzte mit ihrer ganzen Macht und Lobby dafür einsetzen, daß alternative Landwirtschaft betrieben und Pestizide, Herbizide und alle erdzerstörenden Gifte verboten werden?

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ⌘ = externe Datei · [Disclaimer / Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/1/44.html> - **Update: 13.01.2000 15:39**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---



# **1. Kapitel. Klarsehen: Es gibt keine Krankheiten 2017**

## **1.45 Freiheit der Lehre in der Medizin? Welch eine Farce! 1865**

**Welche Chancen besitzen denn heute junge Mediziner, ihre Sicht zu weiten, ihr Tun kritisch zu hinterfragen? Keine! Die haben zwar schon mal etwas über Naturmedizin gehört, aber, mein Gott, die Leute, die sie vertreten, haben doch meist nicht studiert - die kann doch keiner für voll nehmen! Die Lehrprogramme von Schulen, Hochschulen, Universitäten und ärztlicher Pflichtfortbildung werden von den Kultusministerien bestimmt. Diese Minister sind führende Mitglieder politischer Parteien. Letztere werden von der Wirtschaft und Industrie mitfinanziert.**

**Nach wessen Interessen glaubst Du also, werden die Minister z.B. die medizinischen Lehrprogramme wohl ausrichten?**

**Wollen die Lehrer oder Professoren von diesem vorgegebenen Lehrplan für ihr Fach abweichen, werden sie mal kurz zur Ordnung gerufen. Nützt das nichts, wird es für sie schwer, Beruf und Lehramt zu behalten oder gutbezahlte Gutachten zu erstellen. Freiheit der Lehre? Zu schön, um wahr zu sein! <sup>9422, 9492</sup> Die jungen Menschen, die gerne Ärzte werden möchten, werden somit nur auf die »anerkannte Medizin« indoktriniert und zu einer Medizin geführt, für die nicht die Ganzheit des Menschen Grundlage des Wissens und Therapierens ist, sondern die Zellulärpathologie Virchows, die sich für die Ärzte als so lukrativ erwiesen hat, daß man trotz ihrer inzwischen erkannten Widersinnigkeit weiter daran festhält. Wonach die Patienten als Massenware nach der Methode der einarmigen Banditen in den Spielsalons minutenschnell abzufertigen sind: ein Ruck, ein Zug - und das Honorar im Kasten klingt. Denn nach Virchow besteht der Chipkarteninhaber nur aus zu inspizierenden Einzelteilen. Wie sagte er doch seinen Studenten: »Ich habe Tausende von Menschen sezirt - aber nie eine Seele gefunden.«**

**So konzentriert sich denn der genehmigte Lehrplan nur auf technisch-pharmakologische Schemata. Und deshalb wird auch das Fach Ernährung nicht in die Lehrprogramme aufgenommen. 's wär' ja noch schöner, wenn da später ein Doktor Eier und Fleisch aus deutschen Landen verunglimpfen würde!**

**Damit diese so programmierten Mediziner nicht auf Patienten stoßen, die naturgemäß leben und behandelt werden wollen, beginnt die Indoktrination zukünftiger Klienten schon im Kindergarten: täglich Fluorid-Tabletten! Eltern, die sich dagegen stellen, werden sogleich verunglimpft, ihre Kinder innerhalb der Kindergärten und Grund- und**

**Hauptschulen »sozial« auszugrenzen. Sind die Kleinen mal etwas unruhig, werden sie gleich mit Psychopharmakatabletten gefüttert. Chemie, Tabletten und Pillen werden so zur selbstverständlichen Einnehmens-Gewohnheit gemacht. Im Krankenhaus wird der junge Arzt dann von den Chefs wie ein dummer Junge behandelt. Macht er sich schließlich selbständig, muß er mit den Kassenärztlichen Vereinigungen vorgedruckte Verträge abschließen, wo ihm verbindlich vorgeschrieben wird, welche Behandlungen erlaubt sind. Und das sind nur »anerkannte« Heilweisen!**

Ärzte, die versuchen, naturnahe oder naturheilkundliche Behandlungen anzuwenden, geraten unweigerlich in die fein ausgeklügelte Disziplinierungsmaschinerie: Prüf-, Regress-, Disziplinar-, Kassenentzugs- und Strafverfahren, Berufsverbot. Denn verheimlichen läßt sich eine »berufsfremde« Behandlung nicht - alles muß ja abgerechnet werden.

**Dieses System ist so perfekt und gnadenlos, daß kein Arzt oder Zahnarzt es durchhält, andere als die vertraglich vereinbarten »anerkannten« Behandlungsmethoden anzuwenden. Es sei denn, er gibt seine Kassenzulassung ab und behandelt nur privat.**

Aber wenn Du nun denkst, da hätte er endlich die große ärztliche Freiheit, dann irrst Du. Denn *alle* Ärzte und Zahnärzte *müssen* laut Gesetz den Kammern angehören. Dort sind sie an eine Berufsordnung gebunden. Diese wird zwar von den Kammerversammlungen verabschiedet - kann aber nur nach vorheriger Genehmigung durch den zuständigen Minister in Kraft gesetzt werden.

Klar, daß auch darin wiederum nur die (von uns als falsch erkannte) »anerkannte Lehre« festgeschrieben ist. Daß außerhalb dieser einzig genehmigten Lehre »Allopathie« die wahre Heilkunde überhaupt erst anfängt, merkt keiner. So haben die Mediziner das alles wasserdicht bei sich abgeschottet. Damit nur kein Patient auf Dauer gesund bleiben kann und der Selbstbedienungsladen für alle Schulmediziner bestens am Laufen bleibt. Da ist es mit dem Idealismus eines ehrlichen Arztes, der sein Herz rein halten möchte, bald schnell vorbei...

So ist es schon für uns verständlich, daß wenig charakterstarke Mediziner nur von oben »genehmigte« Behandlungsmethoden für die einzig wirksame Heilbehandlung ansehen. Wer will sich schon gerne selbst unnötig Schwierigkeiten machen, wenn's nicht nötig ist? (Ich selbst bin wohl eine der wenigen Ausnahmen darin.) Sie haben in ihren Lehrjahren und in ihren Fortbildungskursen zudem nie etwas anderes gehört. Und wenn, dann wurden diejenigen, die alternative Methoden vertreten, als Spinner, Fanatiker etc. abgestempelt und nötigenfalls mit allen Mitteln verfolgt. Das sieht man durchaus als rechtens an, weil ja die »anerkannte« Lehre Teil der Berufsordnung ist - also beachtet werden muß.

Will ein Mediziner eine akademische Karriere machen - was bedeutet, Einfluß zu erlangen -, kann er das nicht ohne Hochschullehrer-Verband, in den er eintreten muß. Keine Frage: Auch dieser ist fest auf »anerkannte« Methoden der Heilkunst eingeschworen. Wer davon abweicht, kann seine Laufbahn vergessen. Erst im hohen Alter wagen es daher Lehrstuhlinhaber schon einmal, mit dem Herauskommen, was sie als Wahrheit erkannt haben. Nur: Das verändert nichts. Denn Lehrstühle haben sie dann nicht mehr. Die Fachzeitungen bleiben ihnen

verschlossen. Und auf Kongressen kommen sie nicht mehr zu Wort.

Setzt sich nun trotzdem ein wissender Arzt über alles hinweg, behandelt er nach seinen mittlerweile gemachten Erfahrungen ohne Chemie und hilft den Kranken mit natürlichen Mitteln wirklich gesund zu werden, so muß er diesmal fürchten, von einem Patienten oder Kollegen wegen »nicht anerkannter« Behandlungsmethoden angezeigt zu werden. Bei Gericht stößt er sodann auf Gutachter, die natürlich wiederum der »anerkannten« Lehre anhängen...

Junge - da hab' ich's als Schriftsteller doch besser und kann mit reinem Gewissen den Kranken ehrlich Rat geben. Doch wer weiß, welche Schwierigkeiten noch auf mich warten. Die ersten Schüsse vor den Bug sind ja bereits abgefeuert.<sup>9985</sup>

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/1/45.html> - **Update: 13.01.2000 15:39**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a>      × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> -      <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# 1. Kapitel. Klarsehen: Es gibt keine Krankheiten 2017

## 1.46 Der Blendertrick, mit dem Schulmediziner Krebsheilungen vortäuschen

Bei klinischen Tests von neuen Heilmitteln wurde ein Fünftel der beteiligten Ärzte unsittlicher Praktiken, Unterlagenfälschungen und falscher Verabreichungen überführt.<sup>9502, 9515, 9702</sup> (Einem weiteren Großteil war trotz erheblichen Manipulationsverdachts nichts nachzuweisen.) In 33% der untersuchten Behauptungen waren die angeführten, angeblich zugrundeliegenden klinischen Tests überhaupt nie gemacht, bei weiteren 33% waren die Versuchsbedingungen nicht eingehalten worden!

Fazit der Kommission wörtlich: »Eine ausgemachte Schweinerei!« <sup>9509, 9511, 9512</sup>

*Internationale*, über die ganze Welt hin geführte Untersuchungen an 26.000 Patienten erwiesen:

Hatten die Ärzte bislang von Fortschritten oder gar von Erfolgen in der Krebstherapie oder (noch vermessener) von »erhöhten Heilungsraten« gesprochen, dann war dies niemals auf die Art, die Qualität oder die Sorgfalt ihrer Behandlung oder auf neue »Heilmittel« zurückzuführen, sondern einzig und allein darauf, daß sie sich vorher für ihre Studien und Statistiken Patienten ausgesucht hatten, deren Prognosen entweder für einen Behandlungserfolg von vornherein sehr günstig waren, oder sie hatten diejenigen ihrer Patienten, die vor dem Exitus standen, einfach vorher nach Hause geschickt. Und konnten so deren Tod durch die Behandlung in der Statistik weglassen.<sup>9509, 9512ff, 9838</sup>

Doch ich wette: Wenn Du morgen in einer Illustrierten wieder einen neuen Artikel über die Heilung mittels Gen-Einschleusung liest, bist Du mal wieder voller Hoffnung...<sup>1601, 9426</sup> Die finden aber auch immer wieder neue Schliche, steigende Mißerfolge in großartige Erfolge umzudrehen. Sieh jetzt mal unter LV2283 b nach. Du verstehst unter dem Begriff »Heilung« schlicht und einfach, daß Du nach der ärztlichen Behandlung wieder völlig gesund bist. Stellen wir mal die beiden (für die Schulmedizin unheilbaren) Krankheiten Rheuma und Krebs gegenüber. Hier weißt Du, daß die erste Krankheit den Kranken ständig quält, während die zweite meist schleichend und - abgesehen vom Endstadium - schmerzlos abläuft. Diese anfängliche Schmerzfreiheit bei Krebs machen sich die Medizinwissenschaftler auf folgende Weise zunutze: Sie geben dem Wort »Heilung« für sich selbst, für die medizinische Disziplin und für die Argumentation innerhalb ihrer Disziplin einen anderen Sinn. Diesen:

**Heilung hat nichts mit Gesundwerden zu tun, Heilung bedeutet für die Krebsschulmedizin das Überleben nach einer ärztlichen Behandlung um mehr als fünf**

## **Jahre.**

Selbst wenn Du nur einen Tag später stirbst oder schon an allen Ecken und Enden von Metastasen verseucht bist - für die Wissenschaft und die ärztlichen Statistiken bist Du »geheilt«, wenn Du diese Torturen der Krebsbehandlung auch nur einen Tag länger als 1825 Tage überstanden hast.

Nun stell Dir mal eine Krebspatientin vor, die nach der Bestrahlung oder Krebsoperation nach einer gewissen Zeit bemerkt, daß der Krebs an der alten Stelle weiterwuchert, oder daß er an einer anderen Stelle neu erscheint, oder daß plötzlich überall Metastasen auftreten. Ja, was meinst Du, was die unternimmt?

Sie ist todunglücklich und kehrt doch nie und nimmer in das Haus zurück, in dem ihr durch Operation, Bestrahlung und Chemotherapie soviel unnützes Leid zugefügt worden ist. Die bleibt doch lieber in der Obhut ihres praktischen Arztes, der ihr wenigstens noch ein bißchen Trost zu spenden vermag. So, und nun liegen diese Karteikarten über die Operation, die Chemo, die Bestrahlungen usw. der ersten Klinik zur statistischen Auswertung vor. Irgendeine Angestellte, die damit beauftragt ist, blättert nun Karte für Karte um. Und bei allen Patienten, die sich innerhalb von fünf Jahren nicht mehr gemeldet haben, macht sie ein Kreuz in die Spalte »geheilt«. Was heißt, daß alle, die sich in besagtem Hospital nicht mehr haben blicken lassen, für die ärztliche Statistik als »geheilte Fälle« gelten.

»Und was ist mit den Patienten, die inzwischen gestorben sind?«

Du glaubst doch nicht im Ernst, daß bei den Einwohnermeldeämtern nachgefragt wird, um zu erfahren, wo der ehemalige Patient jetzt wohnt, bzw. ob und woran er gestorben ist. Welcher Angestellte oder Beamte macht sich schon groß Arbeit bei einer Statistik! Die prüft sowieso kein Vorgesetzter nach! Da hält man lieber seine Schwätzchen und haut die Statistik anschließend schnell zusammen. Tot ist für das Krankenhaus nur der Kranke, der in dem Krankenhaus verstorben ist, wo er mal behandelt wurde. Und der dann auf der Karteikarte seinen Todesvermerk bekommen hat.

Sollte man aber durch einen dummen Zufall vom Fortschreiten des Krebsprozesses bei einem ehemaligen Patienten nach den besagten fünf Jahren erfahren - daß also ein erfolgsstatistisch erfaßter Krebskranker seinen Krebs nicht losgeworden ist -, dann schmälert dies keineswegs die erhöhte Heilungsrate der Statistik, o nein!

»Und wieso nicht?«

Weil der Patient »geheilt« *war*! Weil er die fünf Jahre überstanden hat! Und danach ist er offiziell neu an Krebs erkrankt. In die Statistik gehören »neue« Krebsfälle aber nicht rein. So wird das gemacht! Und Du weißt jetzt, daß die Zahlen der Mediziner gleich deren Behandlungsmethoden sind: ohne jeden Wert. Eingehüllt in gefälligen Wahnsinn - das ist ärztliches Handeln!

Weil aber auch jede Klinik zur Gewinnung neuer Krankengläubigen mit ihren eigenen Erfolgsquoten angeben will, scheut man die sterbenden Patienten im eigenen Haus! Man hat ja genügend Erfahrungen damit, wenn es mit einem zu Ende geht. Und nun weißt Du auch, weshalb man so viele Todkranke dann als »austherapiert« nach Hause schickt. Obschon man auch hier, würde man der üblichen Wortverdreherei entsagen, richtiger »Zu-Tode-Therapiert« sagen müßte.

Was Dich nach einer Bestrahlung bei Krebs erwartet, kannst Du im Literaturverzeichnis<sup>2803,1621</sup> nur mit kalten Rückenschauern erfahren. Was bei einer Bestrahlung gegen Krebs auf Dich zukommt, das liest Du jetzt:

#### A. Brust:

Die Strahlen vernichten Deine Abwehrkräfte. Sie können nicht hinter dem Krebsgebiet »abgeschnitten« werden, sondern treffen auch gesundes Gewebe und gesunde Organe wie Lunge und Herz, die im Muskelgewebe und an seinem Reizleitungssystem - oft mit tödlichen Folgen - geschädigt werden. Beim nachfolgenden Strahlenkater kommt es zu vielen Schwächeanfällen, die oft mit dem Tod enden. Wurden Bauch und Unterleib bestrahlt, sind chronische Nierenentzündungen oft die Folge. Es liegt im Belieben des Strahlentherapeuten, wie stark und wie lang die Bestrahlung ausfällt. So bilden sich leicht Narben in der Achselhöhle, deren Spannung das Armgelenk in eine Fehlhaltung bringen. Das sich in der Achselhöhle vermehrende Bindegewebe läßt Gewebeflüssigkeit und die aus Adern und Venen austretenden Eiweiße nicht mehr wegfließen. Folge: Dein Arm wird so dick, daß oft nicht mal mehr die Hand zu bewegen ist. Spannungsschmerzen steigern sich bis zur Wahnsinnsgrenze. Stärkste Schmerzmittel werden nötig und bringen zusätzliche Schäden. Das Narbengewebe platzt auf, die kleinste Wunde führt zu ausgebreiteten Entzündungen, die monsterhaft anschwellen und unerträglich schmerzen.

#### B. Darm/Unterleib:

Fisteln bilden sich zwischen Dick- und Dünndarm, zwischen Mastdarm und Scheide. Totaler Darmverschluß mit Todesfolge ist nicht selten. Darmveränderungen bei Gebärmutterbestrahlung sind die Regel. Neue Operationen werden nötig - oft genug enden sie mit künstlichem Darmausgang. 70% der Frauen, 80% der Männer werden nach der Darmbestrahlung unfruchtbar<sup>9129</sup> oder impotent.

#### C. Lunge:

Atemnöte bekommst Du in jedem Fall. Nach einem halben Jahr kommt es zu Gewebeveränderungen und Vernarbungen - auch dort, wo die Strahlen nicht hinkamen, selbst im Herzmuskel. Bei Kindern wird das Wachstum einseitig gehemmt, werden Gelenke deformiert oder bleiben unterentwickelt. Intelligenz, Denkvermögen und Gedächtnisleistungen gehen zurück. Reizbarkeit und Depressivität entstehen.

#### D. Allgemeine Folgen:

Deine Haut wird trocken, schuppig, geschwürig, Gewebeteile sterben ab, Blasen bilden sich, die Haare verlieren die Farbe und fallen aus, an den Speicheldrüsen bilden sich Ödeme, metallische Teile in oder an den Zähnen strahlen weiter ab, die Knochen neigen zu Verkrümmungen, Du bekommst Schluckbeschwerden; Knochenmark, Herz und Gefäße erleiden nicht mehr rückgängig zu machende Schäden; das Nervensystem wird unwiderruflich beeinträchtigt. Am empfindlichsten reagiert die Lunge, deren Gewebe sich verhärtet. Entzündungen entstehen, Husten und Thoraxschmerzen stellen sich ein. Daneben stark in Mitleidenschaft gezogen werden Magen, Bauchspeicheldrüse, Dünndarm, Dickdarm, Speiseröhre, Leber, Nieren, Harnblase und nicht zuletzt die Keimdrüsen. Kein Wunder, daß Dein eigenes Abwehr- und Immunsystem danach nicht mehr viel wert ist und Du so äußerst anfällig für unzählbare andere Leiden wirst.

Noch nach Jahren können strahlen- und zytostatikabedingte Spätschäden auftreten. Mit degenerativen Veränderungen an Haut, Organsystemen (Fibrose, Stenose) sowie mit neoplastischen Veränderungen (Osteosarkom, akute myeloische Leukämie) ist zu rechnen.  
2800, 2805, 2824-2840

Es gibt schnell wachsende und langsam wachsende Tumore, weil der eine Körper diesem Wachstum - weil noch gesünder - mehr, der andere weniger Widerstand entgegensetzt. Und mehr als die Hälfte werden meist erst 20 Jahre, nachdem sie entdeckt wurden, bösartig. Ein anderer Teil wird überhaupt nicht bösartig und siedelt auch keine Metastasen ab. Es sei denn, Du läßt Dich schulmedizinisch behandeln. Mindestens die Hälfte der betroffenen Frauen erlebt das bösartige Stadium zudem nicht, weil sie schon vorher sterben. Durch die Vorsorgeuntersuchungen zur Früherkennung erfaßt man nun mit Hilfe der modernen Mammographie<sup>1163</sup> immer mehr dieser harmlosen Tumore und ist damit einmal in der Lage, durch Scheinerfolge bei Scheinbrustkrebskranken »Heilungen« vorzutäuschen, die nur auf dem Papier stehen - allerdings in die Erfolgsstatistiken Einlaß finden.<sup>1208</sup> Zum anderen werden dadurch die Frauen noch früher in eine Überwachung und Chemiebehandlung gepreßt, wird die Hydra Krebs noch eher gereizt, werden die Krebszellen nun in alle Richtungen zerstreut, falls sie bösartig sind. Glaub mir: Denn sie wissen, was sie tun!

**Vorsorgeuntersuchung bedeutet also: für den Profit der Ärzte und Pharmazeuten vorzeitig ins Gras beißen. Und davor noch unnötig mit tausend Ängsten geplagt zu sein, die Dich Tag und Nacht verfolgen und Deinen Gesundheitszustand noch mehr schädigen - meistens auch noch so schwächen, daß nun der Krebs erst recht verrückt spielt.**

Damit ihnen nur ja die Tausende nicht durch die Lappen gehen, die sie an einer Krebstherapie verdienen und Du nicht zum Luftschnappen kommst, es Dir noch anders zu überlegen, drängen sie nach einem sogenannten »positiven Befund« darauf, schnellstens den Knoten wegschneiden zu lassen: »Solange er noch so klein ist«.



Die Presse bestätigt nur zu gerne die gesuchten Entschuldigungen der Verkrebten für ihre Krankheit. Jetzt soll schon seelischer Kummer den Krebs bewirken - und nicht das üppige Leben der Jackie Kennedy! Wieviel Leid hatten die Menschen in den Kriegsjahren 1939 - 1945 zu tragen - aber da gab es so gut wie keinen Krebs.<sup>0806</sup> Macht Dich das jetzt nicht nachdenklich?

Erkenne die Wortverfälschung »kroch in«. Richtig: kroch heraus!

### Gesundheitsgesetz der Natur:

**Alle »Krankheiten« sind in Wirklichkeit eine einzige große »Krankheit«. Eine einzige Krankheit deshalb, weil man sie alle auf eine einzige Ursache zurückführen kann: nämlich auf eine falsche Lebensführung.**

Diese falsche Lebensweise meine ich, wenn ich von »unrichtigem Verhalten« oder »Fehlverhalten« sprach und spreche.

### Gesundheitsgesetz der Natur:

**Deine Lebensführung ist falsch, wenn Du nicht gesund bist oder Dich nicht wohlfühlst.**



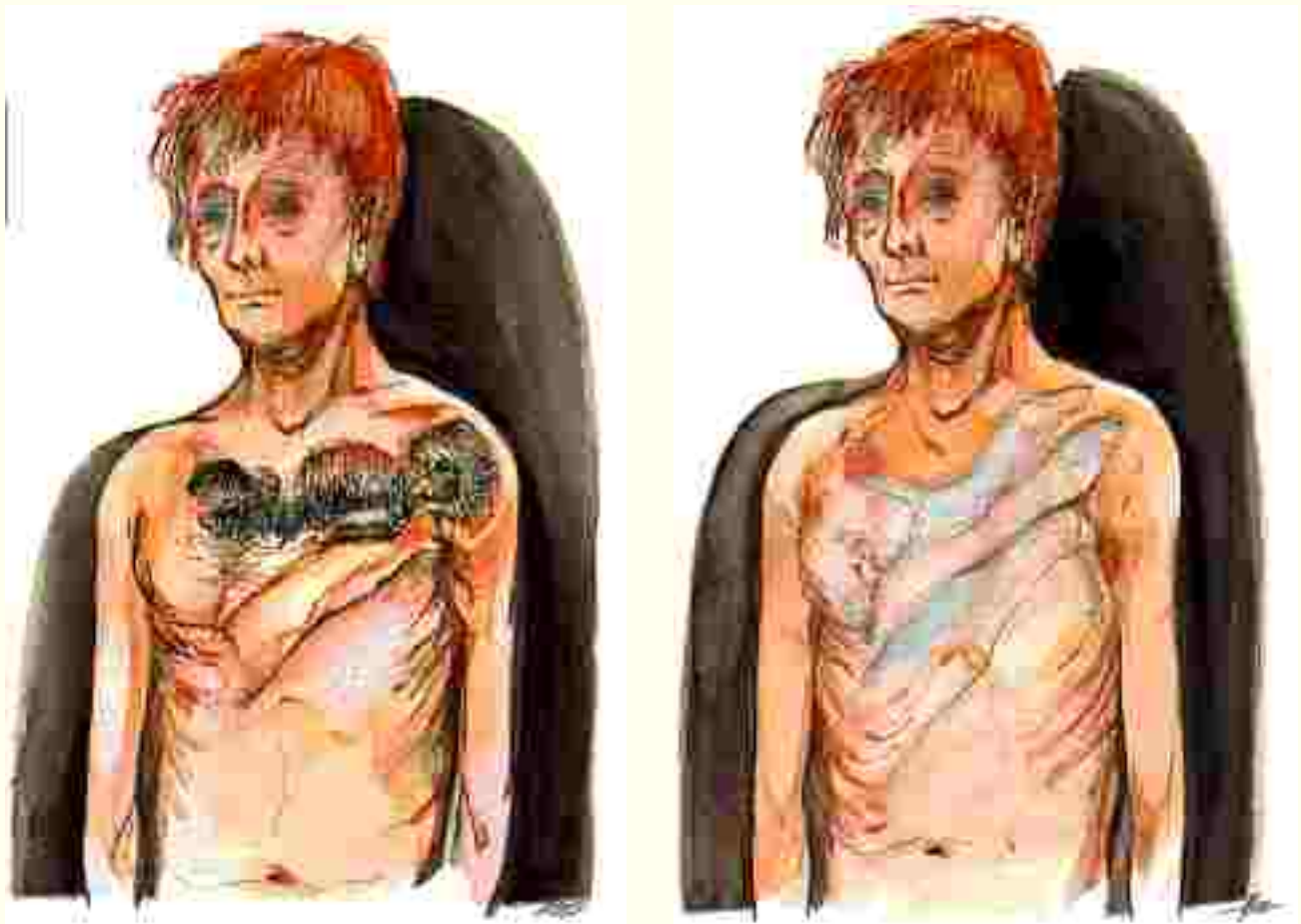
So beginnen die Brustabsäbelungs-Spezialisten ihr blutiges Handwerk an den auf die Hoffungsmache hereingefallenen Frauen: sinnlos, nutzlos, hoffnungslos für die ihnen gläubig Vertrauenden. Ob weggesäbelt oder nicht: der Krebs sitzt im Körper drin und läßt sich nicht wegschneiden. Du wirst nicht gesund durch Operation!



Was heißt, durch Wegschneiden dem Kranken vorzugaukeln, nun sei die Krankheit beseitigt, die Gefahr vorüber. Operation einer Krankheit bedeutet nichts anderes, als den Kranken zu betrogen.



Du glaubst, man kann eine schöne Brustplastik danach machen? Auch zig Operationen nutzen nichts, und das Ergebnis sieht dann wie obenstehend aus - und das operierte sogar ein Spitzenmann für plastische Chirurgie!



Die

*Verschorfungen sind abgefallen, die Wunden grausig vernarbend »geheilt«. Die inneren Strahlungsschäden werden dieser erbarmungswürdigen Frau bald die Tage und Nächte in eine Hölle verwandeln. Wie für die Narbenwülste jede kleinste Berührung zum Aufschrei führen wird:*

So wie ich hunderte Autoren zum Nachdruck ihrer Fotos oder Buchauszüge gegen Honorar gebeten und deren Genehmigung auch erhalten habe (@Literaturverzeichnis), so bat ich auch Herrn Prof. Schlag von der Rudolf-Virchow-Universität darum. Er verweigerte den Nachdruck seiner Originalfotos. Wenn Du diese siehst, weißt Du warum. Ich habe sie deshalb hier auf der Vorseite zeichnerisch wiedergegeben. Als beweisführendes Zeugnis für die grausamen Auswüchse heutiger schulmedizinischer Denk- und Anwendungsweisen.<sup>3015</sup> Fragt sich, worauf der Herr Professor mehr stolz sein kann: auf seine Photodynamische Therapie (klingt so wunderbar positiv) oder den Namen Rudolf Virchow des Universitäts-Klinikums Berlin, wo er seiner Bestrahlungsausbrenntherapie nachgeht.

Vielleicht blätterst Du jetzt mal schnell zurück und siehst Dir die Brustkrebsbehandlung im Mittelalter nochmal an (@Rz.58)... Na, sagte ich Dir nicht, daß sich in der Medizin im Grunde nichts geändert hat?

Am 21.3.1997 greift sie in der Medical Tribune der Frauenquäler Prof. Schmid aus der

Uniklinik Bonn wieder auf und nennt sie nun Photodynamische Lasertherapie. Dort führt er uns eine seiner nach Chemo, Radikaloperation und Atombestrahlung gemarterten Patientinnen in Fotos vor. Zwar: die Narben sind auf beiden weggesäbelten Brüsten nicht mehr gar so schlimm. Für ihn hat sich Folterung gelohnt. Für die Patientin auch, behauptet er stolz: »Der Erfolg hielt immerhin sieben Monate an.« (Medical Tribune 12/1997/S.12: »Unbeherrschbarer Brustkrebs?«)

Nun stürmt noch mehr Neues, Ungehörtes in den Folgekapiteln auf Dich ein: Deshalb schon vorab meine kleine Warnung: Es wird hart für den, der unter Vorurteilen leidet.



*Solange noch Menschen Tiere essen,  
werden sie ihre unschuldigen Opfer  
zu Tode quälen: zu Hunderttausenden  
in den Labors und Massenzuchtanstalten,  
zu Millionen in den Schlachthöfen der Städte,  
zu Myriaden in den Weltmeeren.  
Ihr Blutstrom darf nicht länger mehr*

*als Nahrung dienen, Ihr Leib nicht länger*

*mehr Rohstoff, ihr Leben nicht länger mehr*

*als Lebensmittel für uns Menschen.*

*Verbiete uns, Herr, das tägliche Fleisch.*

*(Eugen. Drewermann, aufrechter Streiter gegen die Heuchelei*

*und Verachtung der Tiere Gottes durch die katholische Kirche)*

*Erkenne: Die Ärzte amputieren Dir zuerst Dein Gehirn. Dann haben sie es um so einfacher, danach Deine Brust oder andere Körperteile zu amputieren.*

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** e-mail : [Report an Webmaster](#) ☼ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/1/46.html> - Update: 13.01.2000 15:39

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

Der Domainname ist  
eine Spende der  
[Transmedia GmbH](#)

× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch  
× [Antivivisektion e.V.](#) × [Für Vegetarismus!](#)  
- [Gegen Tierversuche](#) - [Vegi-Büro Schweiz](#)  
Tierversuchsgegner Rhein Ruhr

# 1. Kapitel. Klarsehen: Es gibt keine Krankheiten 2017

## 1.47 Zwecks Profit der Pharma-Schulmedizin-Verschwörung gegen den Kranken stehst Du unter ständigem Suggestivbeschuß

Am liebsten würdest Du vor Deinem Leiden die Augen verschließen. Es ist schon so: Das eigene Denken wird zugekleistert mit der raffiniertesten Werbung, die es je gegeben hat, die Dir nachhaltig und ständig aus allen Medien täglich mindestens einmal unter die Haut gebracht wird:

»Fragen Sie Ihren Arzt« - »Gehen Sie vorher zum Arzt« - »Sie sollten das Ihrem Arzt vortragen« - »Für diese Dinge ist der Arzt zuständig« - »Das ist Sache des Arztes« - »Das kann nur Ihr Arzt entscheiden« - »Unternehmen Sie nichts, ohne vorher Ihren Arzt zu fragen«. <sup>2303</sup>

Kommt hinzu: Die haben Dir von Kind an eingefleischt, den Arzt aufzusuchen, wenn Du auch nur geringste Wehwechen hast. Das sitzt jetzt so tief wie das 1 x 1. Du bist als Kind ja bestens darauf getrimmt worden, den Vater, den Lehrer, den Pfarrer, den Doktor, den Politiker als jemanden anzusehen, der es besser weiß. Deinen gesunden Menschenverstand, Dein selbständiges, unabhängiges Denken hat man früh genug auf Sparflamme gebracht. Es ist schwer für mich, all diese Erfahrungen zu neutralisieren. Die Ärzte behandeln Dich wie ein dummes Kind, erwarten stets völlige Unterordnung, empfinden alles Nachfragen als lästig, jeden Zweifel als Beleidigung ihrer Göttlichkeit. Sie unterbinden jede selbständige Handlung Deinerseits durch fein dosierte Angstmacherei. Einmal in ihre Fänge gefallen, bleibst Du für immer verunsichert und abhängig.

Und es kümmert die Ärzte nicht, aus ihrem Alleinherrschaftsanspruch heraus sogar ihre Naturärztekollegen schlechtzumachen: »Wie - zu solch einem Scharlatan tragen Sie das sauer verdiente Geld Ihres Mannes?!« <sup>6700, 6702, 6701, 6703</sup> Solch eine Suggestion setzt sich so tief in Dir fest, daß sich nur noch die Stärksten davon freimachen können. Und das weißt Du selbst: als kranker Mensch bist Du gerade das nicht. Du bist dann zutiefst verängstigt, unsicher und schwach.

Seit etwa 10.000 Jahren drängen sich Schamanen, Medizinmänner, Alchimisten, Kräuterhexen, Pillendreher, Salbenstreicher, Knochenbrecher und Weißkittel den Menschen auf. Ja, sie bringen es sogar so weit, daß öffentliche Gesetze sie heute als einzig zuständige Behandler für alle Krankheiten erklären. Für Krankheiten, von denen sie selbst zugeben, sie nicht heilen zu können!

Kann die Blindheit der Menschen größere Blüten treiben? Es gibt Krebsmittel, von denen eine Packung 2.500,- DM kostet, vom Interferon ganz zu schweigen! Allein für den nach wie vor unheilbaren Krebs setzt die Pharmaindustrie jährlich 18 Milliarden Dollar an »Heilmitteln« um - wenn das kein Geschäft ist! »Heilmittel«, die nichts anderes bewirken, als die daran Profitierenden

reicher - und die Kranken kränker zu machen!

Ich staune immer wieder, wie effektiv den Menschen Hoffnungen vorgegaukelt werden können. Einmal sind es Pflanzensäfte,<sup>3522, 3616</sup> dann Metallverbindungen, dann Tierleichenextrakte, dann Hormone, dann Chemiesubstanzen. Jetzt mehr und mehr - weil das in Mode kommt - »Biosubstanzen«. Bald werden es genetische Stoffe sein, welche die Menschen erneut zu den höchsten Gefühlen von Bewunderung für diese ewig betrugsbereite Schulmedizin hinreißen. Zu dieser wahrhaft teuflischen Chemie- und (kommenden, noch gefährlicheren) Gentechmedizin, die dann erneut von den Kranken blind angebetet und verehrt werden wird.

Die Schulmedizin setzt dazu ihre bestens geschmierte Propagandamaschinerie ein. (Aus zigtausenden Beispielen führe ich im folgenden nur einige an)

So spritzt die Hoffnungsmache der von den Medizinern ebenfalls getäuschten oder davon eingenommenen Journalisten wie süßes Gift über die ganzen Lande:

### **Das karten uns die Falschspieler der Schulmedizin für die Zukunft auf:**

Für das Jahr 2020

- **Auftreten der Alzheimerschen Krankheit um 95% verringert. AIDS bereits im Jahr 2003 besiegt.**
- **Krebserkrankungen insgesamt sind um 80% verringert, deren Todesrate ist um 90% zurückgegangen.**
- **Die Gentechnik hat alle Krankheiten ausgerottet und die Kulturpflanzen unangreifbar für Insekten und Schädlinge gemacht.**

Für das Jahr 2025

- **Lungenkrebshäufigkeit um 80%, deren Todesrate um 90% zurückgegangen.**
- **Menschen wird routinemäßig Organersatz zur Verfügung gestellt. Abgenutzte Körperteile sind einfach durch neue zu ersetzen.**


Für das Jahr 2030

- **Koronare Herzkrankheiten und Krebs sind praktisch ausgerottet und so selten, daß sie Schlagzeilen machen. Tragbare Kunstherzen sind üblich. (Wozu, wenn Herzleiden ausgerottet sind?)**
- **Maximale Lebenserwartung wird auf 150 Jahre gesteigert. (Express 5.4.93)<sup>9807</sup>**
- **FISHER/J.EFFREY: »Die Medizin von Morgen und den in Gesundheitsmagazin Praxis am 8.12.1993 besprochenen Delphi-Bericht: Die Ursachen (!) des Rheumas werden im Jahr 2005 ermittelt sein. Im Jahr 2010 kann man Tumore und Karzinome beliebig stoppen, 2013 alle Erbleiden genetisch vorhersagen sowie heilen. Antikörpertherapie besiegt alle Krankheiten**

Erkenne, welche schlimme Gauklerriege Du mit den Medizinern vor Dir hast. Sogar der seriöse Spiegel stimmt in diese betrügerische Hoffnungsmache ein: »Zukunft ohne Krankheiten« heißt die Headline in Nr. 37 vom 7.9.1998/280

Lügnerische Erfolgsmeldungen und Hoffnungsmache sind die Köder an den Angeln der Schulmedizin:

**Das wurde kranken Menschen vor kurzem von den Ärzten weisgemacht: (Alles Originalschlagzeilen)**

- **Neue Waffe gegen Krebs**  
**Angiogenese-Hemmer hungert Tumor aus**  
Medical Tribune Nr. 42 /16.10.1998
- **Brustkrebs: Die neue Wunderwaffe**  
(BUNTE Nr. 25/1998)
- **Krebstherapie vor dem Durchbruch!**  
**Neu: Tumor-Stopper aus dem Gen-Labor**  
(BamS, 20.7.1998)
- **Ende des Sterbens / Das AIDS-Wunder**  
(DER SPIEGEL 2/6.1.1997/Titel)
- **Erste Erfolge mit einer Impfung gegen Krebs...**  
(DER SPIEGEL 23/1996/5)
- **Neuer Impfstoff (gegen Pneumokokken) verspricht Erfolg**  
(Medical Tribune 31.1.1997/24)
- **Wunderwaffe gegen Rheuma** (Ärztliche Praxis Nr.13/12.2.1996)
- **Neues Gen soll Altern stoppen** (BILD, 9.4.1997)
- **Das Gen »KAI 1« unterdrückt die Bildung von Metastasen** (BUNTE Nr.4/1996)
- **Gentherapie ist eine Chance, Krebs an seiner Wurzel zu packen** (Prof.Dr. Harald zur Hausen in Ärztliche Allgemeine 9/1995/33)
- **Neue Methode bremst das Krebswachstum**  
(...) wurde ein harmloser Retrovirus als »Taxi« benutzt, um einen Stoff gezielt in bestimmte Zellen einzuschließen. (Wissenschaftsmagazin »Nature«, Nr.6462, S.554)
- **Brustkrebs: endlich Hoffnung** (BILD, 2.6.95)
- **Hoffen auf eine neue Medizin**  
Die Gentherapie wird immer mehr zu einem Hoffnungsträger für die Medizin. (Münchener Medizinische Wochenschrift 14.5.1993)
- **Sieg über den Schlaganfall**  
 (Der Spiegel 13/1994)
- **Medizin: Gen Therapie – das Ende der großen Volkskrankheiten**

(TV Hören + Sehen, 19.6.1998)

- **Laser strahlt Mammakarzinom-Metastasen weg** (Ärzte Zeitung Nr. 229/17.12.1992/14)

- **Computer mit Zielfernrohr zerstrahlt Krebszellen!** Bei 90 Prozent der Behandelten kam das Tumorstadium zum Stillstand! (BUNTE Nr. 42/1991) Nur den Krebs nicht ...

- **Stromstöße knacken die Krebszellen**

(Medical Tribune, 17/24.4.1992/4) Dr. Steve Rosenberg, der beste Krebspezialist der Welt, kündigt an:

- **»Es gibt bald eine Impfung gegen Hautkrebs«.**

Rosenberg fand körpereigene Gene, aus denen sich der Impfstoff herstellen läßt.  
(BUNTE, 12.11.91)

- **Zur Genterapie: Morgendämmerung eines neuen Zeitalters der Krebstherapie**<sup>1601</sup>

(The Lancet, Nr. 339/1992)

- **Deutscher Professor: Killerzellen heilen Krebs** (Goldene Gesundheit Nr. 7/1991)

- **Die monoklonalen Spürhunde hatten Erfolg!**

Wirksame **Antischneupensprays** kommen Anfang der 90er Jahre auf dem Markt. (Dr. G. Scangos Forschungsteam Molecular Therapeutics, Scientist 37/1989/374-375)

- **Strahlentherapie stoppt Diabetes!**

Bestrahlung mit einem Linearbeschleuniger bringt Diabetes zum Stillstand! (Neue Post Nr. 2/1990)

- **Wir besiegen den Herzinfarkt!**

Internationale Herzforscher sind sich einig. (Goldene Gesundheit 9/89)

- **In der Kölner Uniklinik werden Mäuse dazu benutzt, krebskranke Kinder zu heilen.**

Als Nebenwirkung hat Professor Berthold bisher »nur« starke Schmerzen bei seinen kleinen Patienten festgestellt. (Stern vom 12.7.1990)

Hatte man im Mittelalter nicht auch bereits Mäuseschwänze zum »Heilen« benutzt?

- **Impfstoff gegen Krebs**

In fünf Jahren Forschungsarbeit fand ein Team (University of Cambridge) den Impfstoff gegen Gebärmutterhalskrebs. (Neue Revue, 5.10.1990)

- **Endlich sicheren Schutz vor Malaria**

haben jetzt Wissenschaftler in Marburg mit Hilfe der Gentechnik entdeckt. In Tierversuchen mit Mäusen hat es schon funktioniert. (Stern Nr. 42/1988)

Ärztliche Praxis Nr.35 vom 12.8.1993: Malaria wieder weltweit im Anstieg begriffen!

- **Monoklonale Antikörper: Wunderwaffe gegen Rheuma**

Ärztliche Praxis 13 vom 13.2.1996/16® LV 8324)

- **Neutronenstrahlen zerstören Krebszellen**

(The Lancet 317 (1998) S. 1176)

**Das wurde Dir vor 15 bis 25 Jahren weisgemacht:**

- **Interleukin (1 g kostet 60.000,- DM) heilt Krebs!** <sup>3765</sup>

Dr. Rosenberg und sein Team sind sicher, bald auch Erfolge bei Menschen vorweisen zu können. Im Tierversuch hat die neue Krebswaffe schon perfekt funktioniert. (Bunte vom 2.10.86)

- **Ich stoppe den Krebs, ich mache ihn mit Suprefact klein!**

(Prof. Hackethal in Bild vom 11. Februar 1986)

- **Endlich ein wirksames Heilmittel gegen Krebs: Bumfalin** (Vital Nr. 37/86)

- **Laetrile heilt Brustkrebs!**

Endlich können unsere Frauen aufatmen! Das Mittel Laetrile, aus Aprikosenkernen hergestellt, löst Krebsknoten zuverlässig auf! (QUICK Nr. 51/1974)

- **Anti-Krebs-Tropfen von Dr. Béres:**

endlich wirksame Heilmethode bei Krebs! (Bunte, 14.11.1984)



- **Endlich! Sieg über den Schnupfen in Sicht**(BamS 12.11.1989)

- **Mistel hilft gegen Krebs**

Derzeit prominentester Mistelpatient in der Nachbehandlungsphase: Show-Master Hans Rosenthal. (Goldene Gesundheit 12/1981)

- **Wissenschaftliche Sensation: Diese 19 Gene verhindern Krebs!**

Uni Mainz entdeckt krebsunterdrückende Gene. Zum ersten Mal in der Geschichte der Medizin ist eine Heilmethode gegen Krebs wissenschaftlich bestätigt. (Prod. Dr. med. Gateff u. Dr. Mechler)

(Neue Revue vom 14.7.1989)

- **Extrakt aus fleischfressender Pflanze Carnivora heilt Krebskranke!**

44 Patienten bereits gesund! Carnivora! (QUICK Nr. 12/87)

- **Atomstrahlen zerstören Krebszellen**(Neue Revue vom 4.2.89)

**Solche Hoffnungen wurden Menschen vor 30 bis 40 Jahren in den Kopf gesetzt:**

- **Neoplastin - das Krebswunder: Die ersten sind bereits geheilt!** (QUICK Nr.37/1969)

- **CH-23 stoppt den Krebs**

(Neue Illustrierte Nr. 14/1961)

- **Dr. R. Balas Serum heilt alle von Krebs** Tausende pilgern nach Beirut. (QUICK 44/1973)

- **Der Myokardinfarkt (Herzinfarkt) verliert seinen Schrecken!**

Neues Mittel bereits im Tierversuch erfolgreich. (Medical Tribune, 15.3.1962)

- **Endlich: Bamfolin siegt über den Krebs!**

(Bunte, 13.6.1964 - die Berichte erbrachten eine Auflagesteigerung um 150.000 Exemplare)

**Damit wurden alle Kranken vor 40 bis 50 Jahren bei der Stange gehalten:**

- **Krebs ist heilbar**

»Krebs ist heilbar, wenn Sie rechtzeitig zum Arzt gehen.« (Neue Illustrierte Nr. 16/1946)

- **Biologisches Heilmittel gegen Krebs.**

Mit dem biologischen Heilmittel A.F.2 wurden innerhalb von drei Monaten zwölftausend Krebskranke behandelt, von denen 15 v.H. eine merkliche Besserung und 78 v.H. eine günstige Entwicklung erkennen ließen. Bei zwei Prozent der Fälle sind die Geschwulste völlig zurückgegangen. Die chemische Zusammensetzung von A.F.2 beruht auf einem Extrakt von Lammleber. (Neue Illustrierte vom 8.8.1947)

- **Heilmittel gegen Parodontose:**

Die Entdeckung des Erregers der als Parodontose bezeichneten bösartigen Erkrankung des Zahnbettes, einer Zahnfleischentzündung, die zum völligen Verlust der Zähne führen kann, wird neue Wege in der Zahnheilkunde weisen. Prof. Dr. H. A. Gins vom Robert-Koch-Institut Berlin hat aber nicht allein die Krankheitserreger festgestellt, sondern auch ein Heilmittel zur Abtötung dieser Sprillen genannten Bakterien gefunden und einen Impfstoff hergestellt, der auch bei schweren Fällen wirksam ist. (Neue Illustrierte 1.11.46)

### **Das wurde den Menschen vor 90 Jahren eingeredet:**

- **Schutz gegen Erkältungen und die meisten Krankheiten**

bietet Formamint, weil es Bakterien in Mund und Rachen vernichtet, so daß sie nicht ins Körperinnere gelangen können. Mehr als 10.000 Ärzte haben seine vorbeugende Wirkung bestätigt. Wissenschaftlich erwiesene Wirkung! (Berliner Illustrierte Zeitung vom 24.12.1916, Nr. 52/1916)

[Formamint war Formalin mit Pfefferminzgeschmack: Giftiges Formaldehyd!]

- **Dr. Wohlthat's Chinin, vielfach bewährt,**

### **heilt jedes Fieber, alle Schmerzen nebst Infectionen**

In Röllchen à 20 Stück 25 Pfg. Berliner Illustrierte Zeitung vom 2.3.1909 (Anm. d. Verf.: Chinin unterdrückte nur die Anfälle, wurde hochgelobt, konnte als Malariamittel weder vor der Seuche schützen noch sie verhindern - führte dagegen zu Ohrensausen, Kopfschmerzen, Ekzemen, Erbrechen, geistigem Verwirrtsein, Schwerhörigkeit, Delirium und Erblinden - also zu schlimmeren Schäden als die Malaria selbst. Deswegen vom Markt genommen wie Tausende anderer Heilmittel auch.)

- **Neue bedeutende Erfindung: Salvarsan**

Keine gefürchteten Folgen mehr beim Besuch gewisser Etablissements, falls prophylaktisch appliziert! (Medizin-Landbote für die Ärzteschaft Nr. 26/1.4.1911/25)

- **Dr. Darus erfand das absolute Heilmittel gegen Akne! Verschwindet sofort mit Garantie.**

## **Duparase gegen die Schadstoffe im vergällten Blut**

Die Feinde der Schönheit sind die Krankheiten der Haut. Wissenschaftlich hergestellt unterscheidet es sich von allen anderen Heilmitteln. Es neutralisiert die Schmerzen, regt die Zirkulation an, dringt sofort tief in das Blut und reinigt es. Die Heilung wird garantiert bei Pickeln, Akne, Exzemen, Schuppenflechte usw. 1 Franc die Flasche. (Petit Journal, Suppl. ill., 1.12.1912)

### **• BAYER-Medizin-Werbung um 1899: Nie mehr Kopfschmerzen!**

(...) Schliesslich führen wir noch an, dass infolge seiner langsamen Spaltung das Aspirin bei seiner Anwendung *fast gar kein Ohrensausen* hervorruft, *welch' letzterer Uebelstand in hervorragendem Masse bei den Salicylaten beobachtet wird.*

Wir bitten Sie, dem Aspirin, welches sich zweifellos einen hervorragenden Platz in dem Arzneischatz erwerben wird, Ihre Aufmerksamkeit zu schenken und empfehlen uns Ihnen hochachtungsvoll! Farbenfabriken vorm. Friedr. Bayer & Co. (Pharmazeutische Zeitung, 25.1.1911)

### **Das war vor etwa 150 Jahren das Wunderheilmittel schlechthin:**

**Etwas von dem medicinischen Gebrauch und Nutzen des Salis mirabilis Glauberi, oder Glauberischen Wundersalzes. (Mit Approbation des Herzogl. Braunsch. Lüneb. Ober Sanitäts Collegii.)**

In eine reine gläserne Flasche schütte man so viel Guth von unserm Glauberischen Wundersalze, als die Flasche Pfund oder Löffel Wasser fassen kann: und gieße hierauf die Flasche ganz voll gutes Quell- oder Brunnenwasser.

Sobald nun jemand einen Mangel an seinen Gesundheitsumständen wahrnimmt, so bediene er sich des aufgelösten Salzes, wie folgt: Man nehme sogleich ein ganzes, und nachher alle Stunden ein halbes Weinglas voll davon. Gewöhnlich empfindet man bey diesem Gebrauche eine rauschende Bewegung innerhalb dem Magen und den Gedärmen; welche Empfindung aber mit keinem Schmerzen verbunden, oder auf andere Weise unangenehm ist. Hierauf folgt ein merkliches, gleichfalls nicht unangenehmes Treiben des Urines. Und endlich verursacht das Salz ein gelindes Laxiren. Man kann keine gewisse Zeit bestimmen, wie bald die zuletzt gedachte Wirkung sich hervor thun muß; sie findet sich vielmehr, nach Beschaffenheit der Umstände des Körpers, bald früh, bald spät ein. Man fahre also nur mit dem vorgeschriebenen Gebrauche fort, bis sich das Laxiren einstellt; bis hierher haben wir wenigstens noch kein Beyspiel, daß es zurück geblieben wäre. - Nachdem sich die laxierende Kraft des Salzes geäussert hat, setze man die Anwendung nicht gänzlich aus: sondern man schränke selbige nur dergestalt ein, daß man von der gedachten

Zeit an nur alle zwey Stunden ein halbvolles Weinglas von dem aufgelösten Salze nimmt. Man wird bald auch bei der Fortsetzung des jetzt beschriebenen Gebrauches, die vorhin erwähnte rauschende Bewegung innerhalb dem Körper nicht weiter bewirken. Sehr oft wird sodann zugleich der kränkliche Umstand, weßwegen man das Salz angewendet hat, aufgehöret haben.

Ein nur gelinder offener Leib muß, so lange die Krankheit dauert, erhalten werden, und nach diesem Kennzeichen muß man die Anwendung unseres Salzes bald vermehren, bald vermindern, und bald gänzlich weglassen.

**Das wurde die Menschen vor 200 Jahren glauben gemacht:**

### **Kraft und Wirkung des Balsami Stiptici & Sanguinem sistensis Universalis**

Dieser Balsam ist in allen Verwundungen ein auserlesenes Sanguinem sistensis, oder Universal-Blutstillung, wenn man solchen in die Wunden lasset oder einsprizet. Es hat dieser Balsam eine solche adstringirende Kraft, daß die Herren Chirurgi oder Wund-Aerzte, so sich dessen bishers bedienet, fast Wunder damit gethan haben.

Medicina Universalis omnibus Intermittentibus, oder Universal-Medicin in allen und jeden Wechsel-Fiebern, innerhalb 9.Tagen mit 9 Morsellen zu vertreiben.

Pillulae Bezoardico Universales Antiscorbaticae, oder schweißtreibende und blutreinigende Magen- und Natur-stärkende Pillen, das Schächtelein von 90. Stück kostet 1. Florin.

Spiritus Balsamicus Memoriae retentivae Universalis, welcher wider alle Schwachheiten des Gedächtnisses, sowohl curative als praeservative ganz ausserordentliche Hülfe und Wirkung schafft, und zwar nicht wie die sonst gebräuchlichen Memorien-stärkende Mittel, die zwar anfänglich einige Linderung verschaffen, hernach desto mehr schwächen. Das Gläslein à 30. Kr.  
\*) Pulver wider den heissen und kalten Brand, auch andern äusserlichen Inflammationen, wodurch der Brand binnen 24. Stunden zum Erstaunen aller Aerzte ganz wunderbar gestillet wird.

Aqua mirabilis solaris, oder wunderbares Gold-Wasser, welches in allen innerlichen Krankheiten, sonderlich auch des weiblichen Geschlechts ausserordentliche Hülfe schafft, das Gläslein à 22. und einen halben Kr.

Damit wegen dieser Medicin kein Unterschleif geschehen möge, so habe ich dieses Signet auf ein jegliches Gläslein gedruckt, damit jedermann keines für ächt halten solle, wo nicht solches Signet befindlich, und das Gläslein mit meinem Pettschaft versiegelt ist. (1780)

\*) Das hatten die schlitzohrigen Medikamentenhersteller also schon damals herausbekommen, daß ihre »Heilmittel« die Leiden verschlimmerten. Nur waren sie noch nicht auf die Idee gekommen,

dies verdummend als angebliche »Nebenwirkung« zu erklären.

## **Das waren die ersten Verdummungsrezepturen**

**für die Wunderwirkung eines Medikaments vor etwa 300 Jahren:**

**Von der wunderlichen Tugendt und Proprietät deß uffrichtigen Orvietano Romano**

Französischen Operatorem und Medicum.

Dieses weitberühmte Antidotum, dienet vor allen Gifft im Leibe / wie lang ihn der Mensch auch bey sich getragen hat / wen Gott über die Menschen verhengt durch giftige Nebel oder Lufft / die jezt in vil Länder regieret / oder so der Mensch durch böser Leute Haß und Neyd oder sonst vo unreinem essen und trincken was böses bekommen hett / das deß Menschen Leib erzittert vom Gifft oder sol alßbald dises herzliche Antidotum einer Bonen groß im warmen Wein oder Essig einnehmen / eine Stund darauff schwitzen / es wird mit Gottes hülf bald besser mit ihm werden. So aber in einer Statt oder Ort die giftige Lufft regieret / soll der Mensch ehe er auß dem Hauss geht / einer Bonen groß nüchtern einnehmen / er wird mit Gottes hülf befreüet sein / da durch wird deß Menschen Herz vor aller Ohnmacht sicher erhalten werden. Stöst ihn auch ein Fieber an / so soll er eines Quentleins schwer im Brandtwein oder Cordobenedictenwasser einnehmen / vnd sich warm zudecken. Alte Leut / Mans vnd Weibspersonen / die Husten vnd kurzen Athem haben / sollen alle Morgen einer Bonen groß essen / den es stärckt die kalte Natur / vnd macht frisch Geblüt. Es dienet auch den erbarn Frawen zu erkalten vnd verschleimten Halss / wenn abents vnd morgens einer Bonen groß in warmen Wein oder also trucken gebraucht. Item / dises herzliche Antidotum dienet auch vor mehr Kranckheiten vnd Gebrechen / die zu lang zu beschreiben sind.

Sagte ich Dir nicht bereits, daß bislang alles Neue sogleich auch für eine Krebsheilung von den Medizinem für die angebliche Krebsheilung gut war? Damit die Menschheit – verrückt nach allem was gerade en vogue ist– nur nicht der Glaube an ihre weißen Götter und deren Forschungen abhanden kommt...

Merke: Wir lesen es täglich, diese Werbungen der Hoffnungsmache, aber wir werden uns nicht über deren betrügerischen Charakter klar. Es setzt sich immer tiefer in uns fest. Und bald sind wir so darauf geeicht, daß wir schließlich glauben, nur die gierigen Schulmediziner seien unsere einzige Chance zum Gesundwerden.

**Nach Strahlenbehandlung**

**hatte er ein großes Loch im Rücken.**



**über keiner will's  
gewesen sein!**

**Patientin sinnlos sterben**

Seit der Geburt des Herrn  
und seine Frau, als  
Christus auf die Welt  
kam, hat er...

Die Mediziner hatten vor dem Eingriff  
nicht einmal die Krankenakte gelesen, in der

»Ich frage mich, wieso 2000 Jahre ständig enttäuschter Hoffnungsmache es vermögen, selbst uns sich so aufgeklärt und für nüchtern haltenden Menschen von heute immer noch aufs neue und mit der gleichen Masche so 100%ig in ihren Bann zu ziehen.«

Ganz einfach: Je begehrtlicher etwas dargestellt wird, je heller sein Glanz erstrahlt, je weniger sind wir in der Lage, die schmutzige Klaue desjenigen zu erkennen, der uns das gleißende Licht entgegenhält. Unbeeinflussbar von jeder Vernunft stürzen wir uns mit den vielen anderen in den Sog des uns anziehenden schönen Scheins: wie die Motten in die Glut der Kerze (©Rz.967, LeBon).

Natürlich ist es schon schwer, sich von dieser ständig Hoffnung erweckenden Medizin nicht beeindruckt zu lassen - angesichts dieser großartigen technischen Leistungen, die die Medizingenieure vollbringen. Der Unfallmedizin gebührt daher Anerkennung - aber erkenne auch:

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Die Krankheitsschulmedizin war und ist nichts anderes als eine geschickt verhüllte Gaunerei, den Leuten weiszumachen, man könne ihre Krankheiten mit einer Arznei, einer Behandlung, Operation oder einem Mittel heilen.**<sup>2060, 2500ff, 3494, 3526, 3806f</sup>

»Schadet es nicht der Seriosität des Buches, wenn Du - wie eben - aus weniger ernst zu nehmenden Blättern zitierst?« willst Du wissen.

Nun - darin lesen nun mal die meisten Menschen. Die studieren doch nicht medizinische Werke oder Fachliteratur. Zeitungen, Illustrierte und die Gelbe Presse bilden nun mal die öffentliche - und damit die allgemein vorherrschende Meinung. Und prägen neben dem Fernsehen (das ebenfalls nicht sehr tiefgründig sein kann) die Ansichten der meisten Menschen. Diese Blätter sind nun mal, gewollt oder ungewollt, die Propagandaabteilungen des Riesenunternehmens Schulmedizin.<sup>9527, 9964</sup> Sie machen die unredliche Hoffnungsmache und Erfolgslobhudelei sogar noch glaubhafter, wenn sie auch schon mal von den Puschereien oder den Beutelschneidereien der Ärzte berichten.<sup>2004ff</sup> Denn das nehmen die meisten Leser dann als Zeichen einer objektiven Berichterstattung wahr. Ich schreibe dieses Buch, das merkst Du schon an meinem Schreibstil, nicht für ein paar studierte Kritiker.

**Den vielen von der Schulmedizin Getäuschten sollen die Augen geöffnet werden. Sie sollen erkennen, was es heißt, sich mit dieser Kurpfuscher-Schulmedizin einzulassen.**

Gleichwohl mögen sich wissenschaftlich interessierte Leser im Literaturverzeichnis umtun, worin ich die »seriösen« Quellen (was heißt das schon bei dem großen Lügenepos, das uns die Medizin bis heute aufblättert!) dieses Buches bespreche. Und dann: Berichte über den großen Pusch ihrer Kollegen bringen die seriösen Ärztesfachzeitschriften höchst selten.<sup>2171, 2229ff</sup> In den Medizinjournalen schreiben nur Ärzte. Und meist unter dem Motto: Die Patienten sprachen gut

auf die Behandlung an. Deren Puschereien dagegen nehmen nur allgemeine Zeitschriften und Magazine auf, die von betroffenen Patienten informiert worden sind. Was sie aber nicht davon abhält - wie sollten sie sonst auch mit Sensationsstoff versorgt werden - , das Talkum der Schulmedizin zu fressen.

»Du behauptest dies, die Ärzte und die Presse wieder behaupten das Gegenteil davon!« klagst Du.  
»An wen soll ich da glauben?«<sup>2060</sup>

An Dich! An Deinen gesunden Menschenverstand! An Dein gutes Gefühl, das in Dir vor jeder Bestrahlung, vor jedem Medikament, vor jeder Operation Ängste und kribbelnde Abneigung aufsteigen läßt, solange Dich die Ärzte mit ihren Chemiegiften noch nicht süchtig gemacht haben. Sag Dir immer wieder: **Forscher und Wissenschaftler machen mit ihren Methoden die ganze Erde kaputt - mich sollen sie nicht zugrunde richten.**<sup>3327</sup> Du mußt - um aus Dir wieder eine kraftvolle, lebensstüchtige und lebensfrohe Persönlichkeit zu machen - Dich auf Deine eigenen Füße stellen, mußt Dich zu einem Antipatienten machen, der sich von den Ärzten und deren Giften freimacht und nur noch auf die natürlichen Heilkräfte vertraut. Nach einer der letzten Umfragen verliehen 90% aller Menschen der Pharmaindustrie die Prädikate »vertrauenswürdig«, »zukunftsorientiert« und »verantwortungsbewußt«. 94% sind sogar von der »Wirksamkeit des Medizinangebots« restlos überzeugt. So geschickt kann man mit der Macht der Medien die Menschen verdummen! <sup>3309, 3324 3747</sup>

»Hm. Du meinst also, ich wäre leichtsinnig?«

Wie wurden doch Atophan und Butazolidin gegen Rheuma gepriesen!<sup>3883</sup> Wie Pyramidon gegen Schmerzzustände jeder Art. Sie stellten sich als tödliche Leber- und Blutgifte heraus, nachdem sie viele Jahrzehnte geschluckt worden waren!

Jahrelang gepriesen wurden die Medikamente gegen Herzinfarkt und Angina pectoris. Mit ihnen hätten Arzt und Patient teil am »weltweiten Erfolg im Kampf gegen Verkalkung und koronare Herzkrankheit«. Und was war die Wahrheit? Die Medikamente halfen den Herzkranken nicht die Spur, verschafften ihnen dafür zusätzlich Gallensteine, Erbrechen, Durchfall, Muskelzittern, Impotenz und Krebs. Sicher - alle für ihr ganzes Leben lang Metamizol-Clofibrat- und Phenacetin-Geschädigten kriegt kein Mensch zu Gesicht, alle Toten, die Menocil auf dem Gewissen hat, sind längst vergessen - und man übersieht schon geflissentlich die Contergan-Jugendlichen mit ihren verstümmelten Gliedmaßen. Selbst so harmlos klingende Mittel wie »Hustensaft«<sup>3730, 3778</sup> oder Pinimenthol oder das Einreibemittel Wick-Vaporub sind vielfach schädlich und können zu Allergien führen. Merke: Sie schwächen in jedem Fall die Abwehrkräfte. Mach doch die Probe aufs Exempel: Behandle doch Deinen Husten einmal mit Hustensaft. Dann hast Du statt eines Leidens plötzlich drei: juckende Quaddeln am Körper, Durchfall und am nächsten Tag, weil Du den Saft vor lauter Angst nicht mehr trinkst, wieder Deinen Husten...<sup>3556, 3723, 3744</sup>

**Wie warb kürzlich noch die Pharmaindustrie mit ihren Mitteln Coxigon, Amuno Gits und Osmogit? Von ihnen ginge »neue Hoffnung für die Rheumakranken« aus, »ein erster Schritt in Richtung Kausaltherapie« ward getan, ja mit dem letzten Mittel »brach sogar eine neue Ära in der Rheumabehandlung« an. Bis sie alle sang- und klanglos vom Markt gezogen**



werden mußten, als von den ersten Schwerstschäden und Todesfällen von Rheumatikern berichtet wurde, die sich dieses Gift von ihren Ärzten hatten verschreiben lassen.

Wenn du aber noch immer der Hoffnungsmache erliegst, wenn Du aber noch immer auf diese Chemie-Schulmediziner-Kamarilla schwörst, nimm wenigstens einen guten Rat von mir mit, falls sie Dir den Krebs rausschneiden wollen: Verpflichte den Arzt, das Biopsiepräparat an mindestens drei Institute zur Begutachtung zu senden und deren Gutachten Dir zu zeigen. Besser: Laß Dir die Adressen von diesen Instituten geben und schick sie selbst ab.

Es gibt Menschen, die wollen das alles nicht wissen. Sie sehen nicht mal die Angaben auf den Packungen an, was da alles an giftigen und fremdartigen künstlichen Stoffen drin ist.<sup>3601</sup> »Soll ich mir damit den Appetit verderben?« so denken sie.

Nachdem sie älter geworden sind und ihren Professor in der Tasche haben, meinen ehrliche Mediziner dies und können sich erst dann erlauben, die volle Wahrheit zu sagen:

»Ich bin überzeugt, daß die ganze materia medica auf dem Boden des Meeres versenkt werden könnte. Das wäre viel besser für die Menschheit und desto schlimmer für die Fische.«

(Prof. Dr. O. W. Holmes, Harvard University)



Diese erbarmungswürdigen Kinder, viele mit Armen, aber einer fehlenden Hand, wurden neuerdings seit 1991 wieder vermehrt in Irland, England und bei uns geboren.

Nach den letzten Meldungen sind die von Ärzten vorgenommenen Schwangerschaftsuntersuchungen daran schuld.



**Nur zu, Ihr Mütter, vertraut nicht mehr Euch, nicht mehr Gott, nicht mehr der Natur um Euch und in Euch, betet lieber weiter die weißen Kittel an, glaubt weiter deren Beteuerungen, das sei das Beste für Euch und Eure Babys. Vielleicht merkt Ihr irgendwann mal in einer klaren Stunde, daß man Menschen, Giftmedikamentenherstellern und Institutionen nicht glauben und Medizinern nie vertrauen darf. Und kommt so darauf, wem Ihr Euer so kaputtgemachtes Leben zu verdanken habt...**

Jetzt hör nur mal zu, schwangere Mutti, die Du ein Baby in Deinem Bäuchlein trägst: Wenn Du so etwas liest, wie kannst Du es da noch in Verantwortung um Dein eigen Fleisch und Blut fertigbringen, jemals wieder einen einzigen Schritt über die Schwelle eines Frauen- oder Kinderarztes zu setzen? Wie kannst Du Dir jemals auch nur eine einzige Eisen- oder Kalziumtablette verschreiben zu lassen? Willst Du Dir Deine jungen Jahre durch Spießrutenlaufen mit einem verkrüppeltem Kind zur Qual machen lassen?

Denke mal genau nach: der Arzt ist Spezialist für Krankheiten - Du bist aber nicht krank, sondern schwanger. Und wenn Du Dich an die Richtlinien der UrTherapie und -Geburt auch nur ein bißchen während der Schwangerschaft hältst, dann hast Du keine Komplikationen zu befürchten und kannst bald ein urgesundes Baby in Deinen Armen wiegen. Du willst aber mit Deinem Dickkopf vorher schon wissen, ob das Kind auch gesund oder ob's ein Junge oder ein Mädchen ist? Ja, warum denn eigentlich? Da kannst Du ja doch nichts dran ändern. Oder würdest Du Dich gar für die Ruhmsüchtigkeit eines Arztes hergeben, der eine Operation Deines Babys durch Deinen Bauch mit Hilfe der Dein Kind noch mehr schädigenden Röntgenstrahlungsdurchführen will? Natürlich würdest Du so dumm sein! Wenn Du zu den glaubensbereiten Personen gehörst, die Autoritäten alles abnehmen. Die Ärzte-Fernsehserien wirken doch auch zu vertauenerweckend...

Das kann ich Dir nicht oft genug sagen: Du wirst auch heute noch mit vorsintflutartigen Verfahren behandelt. Du merkst es nur nicht, weil alles dem heutigen Denken bestens angepaßt und modern aufgemotzt wird.

### **Schwachstrom schmilzt den Krebs weg!**

**Mit elektrischem Schwachstrom von zehn Volt Spannung »schmilzt« der schwedische Arzt Dr. Björn W.E. Nordenström Krebs-Geschwülste in Lunge und Brust. Elf Patienten, bei denen alle herkömmlichen Behandlungen keinerlei Erfolg mehr versprochen, überleben bereits mindestens drei bis fünf Jahre mit der neuen Schwachstrom-Therapie. Zwei Patienten sind sogar acht Jahre nach der Elektrobehandlung noch am Leben, berichtet darüber das Ärzteblatt »Medical Tribune«. (GONG Nr. 37/87)**



Es hat sich gegenüber früher nichts geändert. Damals, um 1790, holte man sich die Strahlen vom Mond, heute aus den modernen Apparaten, um die Menschen zu beschwätzen, man könne sie damit heilen. Damals wie heute half es nichts. Der einzige Unterschied: Damals schadete es den so Behandelten nicht. Heute werden sie von der jetzt üblichen radioaktiven Atomfeuerbestrahlung äußerlich verunstaltet, es fallen ihnen die Haare aus, das Immunsystem wird schwerstens geschädigt und es werden Grundlagen zu neuen Leiden gelegt.

Hier nebenstehend »heilt« Dr. Mesmer,<sup>0619</sup> Begründer des animalischen Magnetismus, durch vom Mond hergeleitete und durch eine Trompete verstärkte Magnetstrahlung eine »hysterische« Frau. (Die heilige Hildegard nahm die Strahlung gleich vom Vater des Jesus aus etwas weiterer Entfernung auf.) Unten "heilt" der moderne Arzt die Kopfschmerzen etwas

profaner aus der Steckdose mit einem 8000 Ampere-Elektromagneten.



Erkenne, wenn Du keine Tomaten auf den Augen hast:

Auch heute flicht man den Göttern in Weiß Lorbeerkränze, halten die Menschen ihren größten Verdummern die Treue, legen schützend ihre Gunst über deren Häupter, verehren sie innig, sind als Frauen oft verliebt in sie.

Der gleiche Aberglaube an die Heilkraft des Magnetismus feiert nach 210jähriger Totenstarre just heute wieder freudige Auferstehung aus der Gruft

unerschöpflichen medizinischen Aberglaubens.

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ☼ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/1/47.html> - **Update: 13.01.2000 15:40**

# 1. Kapitel. Klarsehen: Es gibt keine Krankheiten 2017

## 1.48 Über die angebliche Tapferkeit der Krebskranken

### **Jasmin nimmt tapfer den Kampf mit dem Krebs auf**

(...) Breitspektrum-Antibiotika, Fiebersaft und Zäpfchen, Tabletten gegen Pilzbefall, Wundheilsalbe, Saft gegen bakterielle Erkrankungen, Desinfektionsflüssigkeit für die Mundschleimhaut, weitere Tabletten, Sirup, Säfte und Flüssigkeiten. Die Kontraindikationen können einen erschauern lassen: Fast kein Organ, das durch diese Mittel nicht geschädigt werden kann. Da ist von Übelkeit, Juckreiz, Durchfall und Kopfschmerzen die Rede, von Leberschädigungen und fruchtschädigenden Wirkungen bei Schwangerschaft, von Nierenfunktionsstörungen und Blutbildveränderungen. So gravierende Nebenwirkungen haben allein die Begleitpräparate der Chemotherapie. Freitag, so sagt sie, litt Jasmin wieder besonders unter dem Injektionsautomaten. Sie krümmte sich wie ein Embryo und suchte Schutz bei der Mutter, wollte in sie hineinkriechen und jene Geborgenheit verspüren, die sich wohl unauslöschlich in das Unterbewußtsein jedes Menschen eingegraben hat, als er noch im Mutterleib heranwuchs. (Auszug F.J. Klee »Jasmin K. Diagnose Krebs« Moewig-Verlag, Rastatt)

### **Krebstod! Helga kämpfte 2 Jahre** (Express 4.3.1993)

### **Die 5. Operation!** Wieviel Tapferkeit wird vom

krebskranken Köpke noch abverlangt? (Kölner Stadt-Anzeiger)

### **Die ungeheure Tapferkeit der First Lady ist bewundernswert**

»Es ist eine Tragödie«, sagte Vilmar zu Quick, »aber ich bin zuversichtlich, daß ihre dem Leben zugewandte, tapfere Art sich auch in diesen schweren Tagen bewähren wird.« Ebenso wie ihr Mann gilt Mildred Scheel als Frohnatur. Sie ißt gern und gut, sie genießt gern trockenen Wein und andere Freuden des Lebens. Und falls sie je an die These geglaubt hat, wonach mutlose, depressiv veranlagte Menschen besonders prädestiniert seien als Opfer dieses lautlosen Raubtiers Krebs, dann muß dies ihre Frage nach dem »Warum« noch verzweifelter gemacht, ihren ohnmächtigen Zorn noch mehr gesteigert haben. Warum gerade ich? Eine Frage, die jeden Krebspatienten martert. Doch Mildred Scheel ließ sich von der Verzweiflung nicht die Kraft rauben, obwohl sie seit vielen Monaten gewußt hat, daß die erste Operation nicht das Ende war. (Quick Nr. 25/1985)

## Rosenthals tapferer Kampf gegen den Krebs

Operation im Klinikum Steglitz: Magen und Milz kamen raus und ein Drittel der Speiseröhre. Hans Rosenthal deutet auf die Magengegend: »Ich lebe jetzt mit einem Stück Dünndarm, der die Aufgaben des Magens übernehmen soll. Das ist heut kein Problem mehr, sagen die Ärzte. Wenn man aber dann immer weiter abnimmt, kommt trotz aller Zuversicht die Angst. (Neue Post)

Denk doch mal darüber kurz nach: Kämpft einer wirklich tapfer gegen den Krebs, wenn er dem Ansinnen seiner Ärzte passiv und ergeben folgt? Wenn er deren schädigende Behandlung ohne eigenes Zutun einfach über sich ergehen läßt?

Nun ja, diese Tapferkeitserklärungen der Regenbogenpresse, wenn verkrebte Filmstars oder kleine Kinder vorgestellt werden, bedeuten in Wirklichkeit nicht mehr als eine oberflächliche Form von Mitleid angesichts des traurigen Schicksals der Kranken.<sup>1500ff</sup>

Halt, da gibt es ja noch einen, der kämpft und von den Zeitschriften und Magazine oft genug berichten, daß sein Kampf um den lieben Verstorbenen leider vergeblich war: den Arzt.

Nun, wenn er einem Verunglückten in einer langen und schwierigen Operation eine abgerissene Hand wieder funktionstüchtig annäht, dann ist das in der Tat ein Kampf und eine aner kennenswerte Tat. Doch schließlich auch: das gewissenhafte Ausüben seines Berufes, so wie das viele andere auch halten.

Kämpfen heißt doch: Verantwortung übernehmen, und nicht, sie an andere wegzugeben.

Das verstehe ich unter echter Tapferkeit:

**Selbst aktiv sein gegen seine Leiden und sich nicht von den Ärzten dumm und klein halten lassen. So machen es klar denkende Menschen - und da ist es gleich, ob sie Krebs haben oder gelähmt sind.**

Siehst Du, hier hast Du ein Beispiel dafür, wie man wirklich tapfer kämpft:

**Siegesfahrt gegen den Krebs. Extremer Sport statt Selbstaufgabe.**

**Mit beinhartem Training und strenger Diät kämpft eine Amerikanerin erfolgreich gegen ihre tödliche Krankheit: Täglich verausgabt sich Ruth auf dem Fahrrad, beim Laufen, beim Schwimmen(...) Für Lebensmittel braucht sie knapp 60 Dollar im Monat; sie ißt kein Fleisch, keine Milchprodukte und kein Fett. Ihre Kleidung besteht fast ausschließlich aus Sportanzügen. (STERN vom 24.8.1990)**

Doch ich will Dich hier auf einen feinen Unterschied aufmerksam machen: Diese Frau kämpft nicht gegen ihre Krankheit! Sie bekämpft den Krebs in ihrem Körper nicht mit Chemiegiften,

nicht mit Atombestrahlung, nicht durch ins eigene Fleisch schneidende Skalpelle.

Sie kämpft nicht gegen ihren Körper - statt dessen kämpft sie für ihre Gesundheit.

Die stärkt sie. Und das ist ein Bemühen, dem ich voll und ganz zustimmen kann. Und wenn Du klug bist, dann schließt Du Dich solchem positiven Tun besonders als Kranker schnellstens an. Wer also wirklich um seine Gesundheit kämpfen will, der lasse alle Gifte und Schwerter beiseite. Der rappele sich nur auf und tue etwas dafür. Was Du am besten dafür tust, das werde ich Dir hier so nach und nach zeigen, denn ich lehre Dich hier nichts über Krankheit, sondern nur über Gesundheit.

»Gehört das Trinken von Eigenurin auch dazu?« fragst Du.

Ich halte nichts davon. Urin ist ein Abfallprodukt des Stoffwechsels, das nach draußen gehört. Berichtet ein von mir früher mal geschätzter Naturheilarzt:

»Nach dem Eigenhartrinken ist die Monilla (Candidose) üblicherweise ab der dritten Woche nicht mehr im Darm nachzuweisen. Ich habe noch keinen einzigen Versager gesehen.« (Abele, J. "Eigenurin behandlung", Haug, 1994/60) Merke:

**Selbst "Naturheilärzte" kommen nie (!) von der widernatürlichen medizinischen Denkweise los, die ihnen auf der Uni eingebläut wurde.**

Die Klassische Naturheilkunde beschränkt sich nicht auf oberflächliche Reparaturmethoden, sie sieht die Wurzel allen Übels und aller Krankheit in der Gier der Menschen nach Süchten, Macht und Geld und in der Verblendung der Menschen durch eine zerstörerische Wissenschaft.

**Mäuse-Kadaverproteingewinnung zur Arzneiherstellung**

Im Jahre 1595 Seit 1995 und in Zukunft



Wenn Du von den mit den Geldern der Steuerzahler wie Maden im Speck lebenden Medizinforschern liest: »Im Mäuseversuch hat es schon geklappt«, dann weißt Du: Das ist nur die Entschuldigung für den ebenso sicher wie das Amen in der Kirche kommenden Mißerfolg bei den Kranken.<sup>1713, 1769</sup>

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** e-mail : [Report an Webmaster](#) ☒ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/1/48.html> - Update: 13.01.2000 15:40

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

Der Domainname ist  
eine Spende der  
[Transmedia GmbH](#)

× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch  
× [Antivivisektion e.V.](#) × [Für Vegetarismus!](#)  
- [Gegen Tierversuche](#) - [Vegi-Büro Schweiz](#)  
Tierversuchsgegner Rhein Ruhr

# 1. Kapitel. Klarsehen: Es gibt keine Krankheiten 2017

## 1.49 Das tust Du als erstes, um gesund zu werden

Du lebst wie alle normalen Leute - und die leben heute nicht mehr wie die Menschen der Urzeit.

Die normalen Leute leben deshalb heute falsch, weil sie nicht mehr wie die Menschen der Urzeit ihr Leben gestalten. Die Menschen haben sich früher zumeist im Freien aufgehalten. Das ist normal! Sie haben nur das gegessen, was ihnen die Natur bot. Das ist normal! Sie mußten sich viel bewegen, um an ihre Nahrung zu gelangen. Das ist normal! Sie schufen sich keine großen geistigen Probleme. Auch das ist normal.

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Früher lebten die Menschen natürlich. Heute leben sie überwiegend unnatürlich. Lebe wieder weitgehend natürlich. Nur das macht und hält Dich gesund!**

»Und jetzt soll ich meine Arbeit aufgeben, nur damit ich nicht mehr so viel denken oder nur noch draußen spazierengehen soll?«

Aber nein! Der Alltag erfordert Zugeständnisse. Doch wenn Du schon Deine Arbeit in einem Betonklotz leisten muß, dann kannst Du Dich doch wenigstens in den Pausen und nach der Arbeit für eine Zeit im Freien aufhalten.

»Ausgerechnet dann, wenn im Fernsehen die wichtigen Sendungen laufen!«

Eben deshalb! Es wird höchste Zeit, daß Du Dich diesem Einfluß entziehst:

**Das Fernsehen lehrt Dich, was - aber es lehrt Dich nicht, wie Du zu denken hast!**

Du sollst nach der Arbeit ganz abschalten. Draußen kannst Du Dir Bewegung verschaffen. Wenn Du dann noch urzeitnahes Essen zu Dir nimmst, lebst Du schon weitgehend wie ein Urzeitmensch - und das mitten in der Zivilisation.

Bitte vergiß es nicht, lieber Leser: Du bist krank. Konzentriere Dich nur darauf! Alles andere ist jetzt unwichtig. Wenn Du erst einmal erkannt hast, was Dir das Abschalten von all der Unruhe und all dem Trubel für einen wohligen Frieden vermittelt und was die Hinwendung zur Natur für ein Glück in Deine Seele hineinträgt, dann kannst Du vielleicht sogar Deiner



Krankheit Dankbarkeit entgegenbringen. Dank dafür, daß sie Dich auf einen besseren Weg brachte...

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Erkenne: Die Krankheit ist Dein Freund. Einen Freund bekämpft man nicht!**

»Und wenn ein anderer, der sein Leben so führt, wie ich es bisher getan habe - also kein bißchen natürlich - dabei trotzdem nicht krank ist oder wird? Widerlegt das nicht Deine reichlich allgemeine Behauptung?«

Nein. Vielleicht erklärt es sich aus einem Tierversuch:

Forscher ernährten einen Wurf gesunder Ratten mit einer alle Mineralstoffe, Vitamine, Spurenelemente, Eiweiß und Kohlehydrate enthaltenden Nahrung. Die Tiere zeigten sich quicklebendig und freßlustig. Dann entwerteten sie die Nahrung durch Entzug einiger Vitamine. In der zweiten und dritten Generation blieben die Ratten gesund; erst in der vierten Generation traten die ersten gesundheitlichen Schäden auf. Als man die Kost wieder normal aufwertete, blieben die Tiere in der zweiten und dritten Generation krank und die Wiedergesundung trat erst in der vierten Generation ein.<sup>3000ff</sup> Erkenne:

**Dem einen hat die Natur einen besser anpassungsfähigeren Körper mitgegeben als den anderen. Der eine ist robuster als der andere! Der eine besitzt ein widerstandsfähiges Erbgut - der andere ein schwaches und ist anfällig für den kleinsten Luftzug.**

Was weißt Du denn, inwieweit Deine Vorfahren selbst sich bereits mit Exzessen zerstört und damit schlechtes Genmaterial an Dich weitergegeben haben? So daß Deine Erbsubstanz bereits geschädigt und Deine Vitalität nur noch gering ist, Deine Abwehrkräfte schon erheblich geschwächt sind, weshalb Du weniger verkraftest als andere!

Bei dem einen macht der Körper schon sehr früh, oft im Kindesalter, die ungesunde zivilisatorische Lebensweise nicht mit und es kommt zu Neurodermitis, Allergien, Asthma, Fettleibigkeit, Krebs. Der andere kann Steine fressen und es macht ihm, so scheint es - gar nichts.

Über 80 Millionen Einwohner leben in der BRD. Um das 50ste Lebensjahr herum sind es nur wenige Ausnahmefälle, die so was Ähnliches wie gesund sind. Sieh mal auf der Folgeseite, an was die Menschen alles leiden!

Du kannst froh sein, daß Du Dein Kranksein spürst und so noch was dafür tun kannst. Bei denen, die Du so beneidest, braut sich vielleicht schon etwas unter der Oberfläche zusammen: verschlackter Darm, dann tödlicher Darmverschluß, Verkalkung usw. Beim ersten ist es das Herz, beim zweiten der Magen, beim dritten sind es die Adern, beim vierten die Nieren. Arteriosklerose, Krebs, Schrumpfnieren und Leberzirrhose sind es, die weder Schmerzen bereiten noch in irgendeiner Weise vor dem kommenden Desaster warnen.

**Das ist eben die große Selbsttäuschung der Menschen: zu glauben, gesund zu sein, wenn sie unter keinen bekannten Krankheiten oder Schmerzen leiden. Aber sind die Impotenz, die Unlust zur Liebe, die bleierne Müdigkeit, die Schlaflosigkeit, der Haarausfall, das Gereiztsein, das Nicht-Wasserlassen-Können, Völlegefühle, Kopfschmerzen, Periodenschwierigkeiten, das ständige Erkältetsein, sind Beklemmungsgefühle, Kurzatmigkeit oder Krampfadern keine Krankheiten? Viele merken auch nichts vom sich langsam anbahnenden Herzinfarkt, der sie plötzlich mit 40 Jahren wie einen Baum fällt.**

So kann man vielleicht schließen: Urgroß- und Großeltern, die noch einfach und in etwa gesund lebten, gaben ihren Kindern und Enkeln einen erheblichen Schutz an Immunkräften und Gesundheit mit, die den Schäden durch die immer künstlicher werdende Lebensweise einen gewissen Ausgleich entgegensetzen können, der sich aber nun immer mehr erschöpft.

Doch selbst die oberflächlich lebenden Menschen wissen schon, welche Gefahren ihnen drohen. Aber die Gedanken daran werden schnellstens wieder verdrängt. Wie das so trefflich der Jugend gelingt, die da annimmt, nie so gebrechlich werden zu können wie die kranken Menschen, denen sie täglich begegnet. Ja, ja, ich weiß:

Dir kann das alles nicht passieren, nicht wahr, es trifft immer nur die anderen, so bildest Du Dir ein. Und Du glaubst vielleicht auf ewig, zu den 2% Gesundbleibenden zu gehören, während 98% aller Menschen spätestens mit Fünfzig laufend zu den Ärzten rennen und chronisch krank sind.

Und die trotzdem den Medizinern jedes ihrer Versprechen abnehmen: In spätestens soundsoviel Jahren werden durch unsere Forschungen alle Krankheitsprobleme gelöst sein. Keine Sorge, wir schaffen das schon. Doch dafür müssen wir Euch nur noch ein bißchen mehr zur Ader lassen...<sup>3101</sup> Was alle nur zu gern glauben. Seit 10.000 Jahren. Und immer wieder aufs neue. Wisse:

**Diese geistige Haltung des Mir-passiert-schon-Nichts, wie sie sich bei den Noch-Gesunden da ausdrückt, ist in unseren Genen verankert. Denn in der Urzeit mußten sich die Menschen nie Sorgen um etwaige Krankheiten, ihre Zukunft und ihr Leben machen. Alles war von der Schöpfung so einzigartig eingerichtet, daß keiner krank oder elend werden konnte.**

Doch wisse: Jeder zahlt eines Tages für sein Fehlverhalten. Der eine früher, der andere später. Die Natur ist gerecht und unbestechlich.

Du fühlst noch keine Krankheit in Dir? Sei Dir mal nicht so sicher. Du lebst in Deutschland? Dann wisse: <sup>9428, 9918</sup> 60.000 sterben an durch Krankenhäuser verursachten Lungenentzündungen trotz Antibiotika. <sup>1675</sup>

5 Millionen ältere Menschen verkalken, verwahrlosen und verlottern viele Jahre vor ihrem Tod

an Demenz und Alzheimer Krankheit - mit stark ansteigender Tendenz,

7 Millionen können ihren Harn nicht halten,

2 Millionen werden halb verrückt wegen ständiger Ohrgeräusche, 7 Millionen haben chronische Schmerzen: *Rückenschmerzen sind in Deutschland die Ursache für 165 Millionen Arbeitsunfähigkeitstage,*

35 Millionen sind verfettet, bleiben deshalb ungeliebt und sterben früh,

20 Millionen Männer sind impotent,

26 Millionen bekommen brüchige Knochen, werden krumm,

37 Millionen schleppen sich mit Allergien herum (+8% jährlich), 18 Millionen leiden an Rheuma und 9 Millionen an Asthma (1 Million davon sind Kinder), 8 Millionen haben Diabetes (jährlich plus 45%)

4 Millionen werden langsam taub,

35 Millionen sind von chronischer Verstopfung geplagt,

40 Millionen quälen sich mit Hämorrhoiden,

30 Millionen aller über 50jährigen Männer bekommen Prostatakrebs,

22 Millionen sterben vorzeitig an Krebs,

23 Millionen leiden unter Kopfschmerzen und Migräne,

28 Millionen leiden unter Schlaflosigkeit, 14 Mio. unter ständiger Müdigkeit

15 Millionen leiden unter Candidose (Pilzbefall),

27. Millionen sterben frühzeitig an Herz- und Kreislaufleiden,

Daneben: 10 Millionen Trinker und Trinkerinnen und ½ Million alkoholabhängige Kinder.  
60.000 sterben an den durch Krankenhäuser verursachten Leiden. <sup>1675</sup>

Die Hälfte aller 80jährigen besitzen kein Geruchsempfinden mehr

Usw. usw. - ich könnte seitenlang aufzählen. (Die hohe Gesamtzahl ergibt sich, weil die meisten an mehreren der genannten Krankheiten leiden).

**Das ist leider ein Dilemma dieses Buches: Wer sich einigermaßen gesund fühlt, der findet keine Verbindung zu meinen Worten. Denn er kann es sich einfach nicht vorstellen, ihn könne auch nur das geringste davon treffen. Aber:**

**Jetzt hast Du vielleicht nur einen Heuschnupfen. Mit 45 entwickelt sich daraus meist ein böses Asthma.<sup>2514</sup> Jetzt hast Du hinten nur etwas lichtetes Haar. Mit 45 ist's `ne Glatze**

Wenn ich darüber nachdenke, profitierst Du als noch gesunder Leser am meisten. Denn wenn Du - obschon es Dir noch nicht nötig erscheint - meine Ratschläge schon jetzt aufgreifst, ersparst Du Dir viel Leid, allein schon mit Deinen Zähnen.(@Rz422ff) Oder einen plötzlichen Schlaganfall. Oder im Alter den schlimmen Oberschenkelhalsbruch. Oder was dann, wenn Du mit 40 einen Tinnitus<sup>3721, 3951</sup> kriegst, der Dir Tag und nacht in Deinem Ohr das Leben zur Hölle macht und Dich mit Stimmen aus dem Nichts fertigmacht!<sup>2057</sup> Oder Kummer mit dem Abgewiesenwerden durch einen Partner, dem Du zu häßlich oder zu fett erscheinst? Und vor allem brauchst Du Dich nie von Ängsten plagen zu lassen, Du könntest mal Brust- oder Prostata-Krebs bekommen.

Selbst wenn du noch nie einen Arzt nötig hattest: Meinst Du nicht, es ist besser, wenn du *vor* der Behandlung gründlich über Dein Gesundbleiben nachdenkst als danach? Und die UrTherapie mal ein bißchen ins Kalkül ziehst? Und wenn Du das als Noch-Gesunder nicht schaffst, ich hab' dafür viel Verständnis, ich weiß doch am besten, wie schwer sie für Dich ist. Vielleicht ist Deine Zeit dafür noch nicht gekommen. Mir als Autor genügt zu wissen: Ich habe ein Samenkorn in Dich gesetzt. Und eines Tages kann es aufgehen und fruchten. Laß Dir mal den Satz durch den Kopf gehen:

Der Clevere löst seine Probleme nach und nach, der Kluge vermeidet sie, bevor sie auftauchen können.

Wer also klug ist, der sagt sich: Wenn früher jeder fünfte, heute bereits jeder vierte von Krebs zerrissen wird, dann kann es in ein paar Jahren schon jeder dritte sein und die Wahrscheinlichkeit ist dann schon sehr groß, daß es mich ebenfalls frühzeitig trifft. Und da sich der Krebs ja langsam über 20 bis 30 Jahre, unsichtbar und ohne mich vorher durch Schmerzen zu warnen, in den Körper schleicht und sich dort immer fester krallt, ist es dann oft zu spät, etwas dagegen zu unternehmen.

Im übrigen: Sind die Menschen wirklich so gesund, wie sie vorgeben, wenn sie bei uns im Jahr 18 Millionen Tonnen an Kopfschmerzmitteln schlucken?



**Mit solchen Bildern halten sie sich ihre wegzufiegen drohenden Heiligenscheine fest, die Ärzte auf den Krebsstationen der Kinderkrankenhäuser, womit man den geschlagenen Eltern zu suggerieren sucht:**

I Seht doch, wie lieb die goldige Krankenschwester Deinem Baby Märchen vorliest.

I Und seht doch: sogar ein allerliebstes Püppchen voller Bakterien darf Dein Kindchen mit unter sein steriles Polyäthylenzelt nehmen, so daß es Papi und Mami nicht vermissen muß.

I Ja, und seht doch nur, wie sogar der süße kleine Glatzkopf noch herzig lächeln kann - nach den vielen Stunden der Qual und Not, da man ihm das Gift der Chemie in die zarten Äderchen spritzte (Um was es sich dabei handelt, liebe Eltern, das erzähl' ich Euch im 3. Kapitel.)

Wie sich bei Gesunden schleichende Krankheiten bemerkbar machen, das solltest Du deshalb schon wissen.

**Ernsthafte Krankheiten kündigen sich Dir wie folgt an:**

**Allgemeine Leiden durch Schwierigkeiten mit dem Einschlafen und Aufwachen, Haarausfall und verrottende Zähne**

**Unerklärliches Müdesein, Schmerzen an vielen Körperteilen**

**Gedächtnisschwäche und Depressionen**

**Ständige Erkältungen, Husten und Anfälligkeit gegen Infektionen,**

**Stirn Abschuppung und leichte Rötung der Haut: Blase arbeitet nicht gut**

**Leicht gerötet: Dünndarm nicht in Ordnung**

**Haut Blaß oder rötlich nach üppigem Mahl: Vorsicht, das Herz! Kreislaufstörung, Bluthochdruck**

**Leichte Schwellung und feine Schuppen am Nasenansatz: Leber erkrankt**

**Neben Nase leicht geschwollen: Dickdarm funktioniert nicht einwandfrei**

**Hautunreinheiten oder braungraue Haut: der Unterleib macht Kummer**

**Grünlicher Unterton: Leber, Galle sind angegriffen. Zuviel Fett im Essen, Alkohol?**

**Gelblicher Teint: Schwierigkeiten mit Magen und Bauchspeicheldrüse <sup>3228</sup>**

Gräulich: Probleme mit Nieren und Blase

Weiß: Lungen- oder Dickdarmschwäche (bei rundlichem Gesicht mehr Dickdarm)

**Gesicht Tränensäcke und starke Schwellungen um die Augen: Nieren erkrankt**

**Wangen leicht geschwollen und graue Haut: Magenleiden entsteht**

**Falten von Nasenflügeln zum Kinn vertiefen sich: Magenkrebsgefahr**

**Schwitzen**

**auf der Oberlippe Vorsicht. Das Herz ist extrem gefährdet**

**Schluckbeschwerden, Kloßgefühl, Du kriegst Kehlkopfkrebs. Jeder zehnte Mann bekommt ihn bereits.**

**ins Ohr strahlende Schmerzen,**

**Husten, Heiserkeit, Kratzen im Hals**

**Tief eingeprägte**

**Falten neben Kinn Die Lunge macht Probleme**



**Das sind die Zeichen für beginnenden Krebs:**

**Ein Besuch bei meiner Ex-Frau, kurz vor deren qualvollem Tod, die mir kurz nach unserer Scheidung sagte: »Endlich brauch' ich jetzt mit Dir nicht mehr mitzuessen!«**



Zwei Erlebnisse haben sich mir unauslöschbar in die Seele eingegraben: Mein Horror-Lauf am 5. Mai 1944 über die unter Granatbeschuß liegende Spreebrücke in Berlin-Spandau, als ich über zerschossene Menschenleiber hetzte und sich deren Gedärm um meine Füße schlang.

Und als ich am 7. März 1994 eine ehemals geliebte Frau an mich drückte und die rund um ihren Leib liegenden harten, fast

hühnereigroßen Tumor-Metas-tasen des grausigen Krebskraken mit meiner Brust und unter meinen Händen, von tiefstem Entsetzen gepackt, spürte. Und ich meinen Blick nur für kurze Momente auf dem völlig entstellten Gesicht zu ruhen lassen vermochte, hinter dessen linkem Auge ein weiterer Krakenarm seinen Saugnapf angesetzt hatte, um es langsam aus dem Körper herauszudrücken. Was die Ärzte mit Klebepflaster zu vermeiden suchten.

Beide Erlebnisse haben in mir für immer den Vorsatz ausgelöst, dem Haß gegen andere Völker, den Gedanken an Krieg und allem was dazu dient, einen solchen zu führen, mit all meinen Kräften entgegenzutreten. Und zum anderen, nie in meinem Bestreben nachzulassen, von den Menschen das Leid ihrer Krankheiten zu nehmen. Und anstelle einer dagegen hilflosen Schulmedizin die einzigartige Heilkraft der Natur, gebündelt in der UrTherapie, dagegen zu setzen.

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** e-mail : [Report an Webmaster](#) ☼ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/1/49.html> - Update: 13.01.2000 15:40

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

# 1. Kapitel. Klarsehen: Es gibt keine Krankheiten 2017

## 1.5 Die heutigen Behandlungsformen der Medizin schädigen Dich nur und bringen Dich vorzeitig ins Grab

Wenn es bei jemandem zu einem Leiden gekommen ist, dann greift die Schulmedizin mit ihren giftigen, immer schädlichen Arzneimitteln gezielt in das Gefüge des Körpers ein, um ein Organ, eine Funktion, einen Nerv zu beeinflussen oder um den Mangel an einer Körpersubstanz auszugleichen.<sup>3737</sup> Leider jedoch trifft so ein Medikament nicht nur das gewünschte Ziel, sondern stets mehrere, meist sogar viele Stellen im Körper, die gerade für dieses Medikament anfällig sind. Nimm doch aus irgendeiner Arzneimittelschachtel mal den Beipackzettel heraus.<sup>3502, 3557, 9892</sup>

Da steht: »Nebenwirkungen, Begleiterscheinungen, Unverträglichkeit und Risiken.«

Du findest dann eine Menge von Schäden aufgeführt. Doch bilde Dir nicht ein, daß die Firmen hier alles angeben! Da steht nur das Allernotwendigste. Was meinst Du, wie viele Nebenschäden unter den Tisch gekehrt worden sind! Und wenn's in der Fernsehwerbung heißt: »Zu Risiken und Nebenwirkungen fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker«, dann sollte wahrheitsgemäß hinzugefügt werden: Wenn der zuvor an einen Lügendetektor angeschlossen wurde.

Und wenn da steht, in vereinzelt Fällen können folgende Nebenschäden auftreten, dann darfst Du sicher sein, daß Du auch davon betroffen wirst. Denn die wenigen Schäden, die angegeben sind, treffen auch die widerstandsfähigsten Kranken - die schwächsten trifft's noch schlimmer!

**Was ein Wahnsinn von den Ärzten, einen Schaden durch einen anderen zu ersetzen, nur weil der etwas später auftritt. Nur um sagen zu können, wir haben wenigstens den Schaden behoben, wegen dem Sie gekommen sind...**

Außerdem sind dort nur Nebenschäden aufgeführt, die bereits eingetreten und bekannt sind. Du hast also stets die Chance, mal berühmt zu werden und der Nachwelt einen *neuen* Nebenschaden des eingenommenen Medikamentes zu hinterlassen. Leider gehst Du nicht mit Deinem Namen in die glorreichen Annalen der Medizin ein, sondern nur der Arzt, der darauf gestoßen ist.

Solltest Du, nachdem Dir Dein Arzt das Krankheitenverlagerungs-Medikament verschrieben



hat, ihn später mal auf die »Nebenwirkungen« ansprechen, dann wird er Dir sagen: »Tja, lieber Herr Unbedarf, sie haben da ein hochwirksames Mittel gegen ihr Leiden erhalten - eine gute Medizin ohne Nebenwirkungen gibt es nun mal nicht.«<sup>8300ff</sup>

In Kürze wirst Du kontern können: »Sie haben mich nach Strich und Faden belogen. Ich nehme seit längerem die UrMedizin. Und statt Nebenschäden bringt sie mir nur Nebenfreuden!«

Den Ausdruck »Nebenwirkungen« münzen sie mit einem rabulistischen Kunstgriff neuerdings in »unerwünschte Wirkungen« um. So wissenschaftlich exakt ist das Tun der Mediziner: die behandeln Dich mit Giften und *wünschen* sich, daß sie in gewisser Hinsicht nicht wirken! Laß Dir das durch den Kopf gehen, was es für Dich bedeutet, daß die Medizin den von Dir so verehrten Begriff »wissenschaftlich« nicht von »Wissen« herleitet, sondern von »Wunschdenken«...

Statt »Nebenwirkung« müßte es korrekt lauten: heimtückische, körperschädigende und krankheitsverursachende spätere Nebenschäden.<sup>3617</sup>

»Ein Medikament, das keine Nebenschäden verursacht, ist unwirksam!«, so argumentierten die Ärzte noch bis vor einigen Jahren, vor allem, wenn Du ein Naturheilmittel verlangtest.

**Ein und dasselbe Argument dient also nicht nur der Beschwichtigung der Kranken, dem Verleugnen der Folgen schwerer Behandlungsschäden und den Todesfällen durch Medikamentengift-Behandlung, sondern auch noch der Verunglimpfung der Naturheilmittel.**

Denn die ärztlichen Medikamente wirken nach der wahnsinnig-unlogischen Ansicht: Was nicht Schäden anrichtet, das heilt auch nicht! Deshalb können sie die UrMedizin »wissenschaftlich« nicht anerkennen - selbst wenn sie wirksam ist und die Menschen gesund macht. Denn sie verursacht ja keine Schäden - *muß* deshalb ja unwirksam sein!

Der letzte Satz diente dem Direktor des Heidelberger Krebsforschungszentrums gutachterlich zur Ablehnung der Kostenerstattung für ein Naturpräparat durch die Krankenkassen. Weil - so sagte er wörtlich: »...der geistig-philosophische Hintergrund, der Anlaß zu dessen Entwicklung gab, naturwissenschaftlich und medizinisch unbegründet war.«<sup>2517, 8303</sup> (Das Gericht lehnte die Kostenerstattung ab).

Das ist schon ein tolles Argument, mit dem sie uns da alle tügen wollen: Wenn ein Heilmittel keine unerwünschten Nebenwirkungen hat (wie z.B. die pflanzlichen Heilmittel), dann kann es auch keine erwünschten Wirkungen auf die Krankheit haben! Überlege Dir diesen Irrsinn! Es ist nicht zu fassen, daß an der Schwelle des 21. Jahrhunderts es die angesehensten Professoren immer wieder vor den Fernsehkameras von sich geben, studierte Herren, die ernst genommen werden wollen! Nur weil sie behaupten: Das ist wissenschaftlich nachgewiesen.

Unwidersprochen vor den gewiß nicht dummen Medizinjournalisten! Unwidersprochen vor

der ganzen Welt dürfen die uns den schlimmsten Nonsense weismachen! Unfaßbar ist das! Unbegreifbar! Es versagt vor der Ehrfurcht des Wortes »Medizinprofessor« jeglicher gesunde Menschenverstand! Es genügt uns eine mit allem Ernst vorgetragene Widersinnigkeit, unser Denken abzuschalten, wenn die Vorurteile für die Integrität und die gottähnliche Ausstrahlung genügend durch die Scharlatane und deren Helfershelfer aufgebaut und in den Menschen verfestigt sind! Denk an Hitler. Das gleiche Spiel! Was der »Führer« von sich gab, wurde blind angenommen. Mach es Dir ganz klar:

Ein Heilmittel muß dem Körper an einer noch gesunden Stelle Schaden zufügen, um an einer kranken Stelle gesund zu wirken.

**Wobei hinzukommt, daß durch die »Heilmittel« der Schulmedizin nie etwas gesund gemacht wird. Richtig ist, daß diese meist chemischen »Heilmittel« nicht heilen, sondern nur äußere Symptome eine Zeitlang unterdrücken und den Kranken für kurze Zeit eine Heilung vortäuschen. Und daß sie später nicht nur Nebenschäden hervorbringen, sondern anschließend auch noch das Ursprungsleiden weiter verschlimmern. Denk nur an die Medikamente gegen Kopfschmerzen, Magenleiden und Verdauungsprobleme.**

Das alles wissen die Mediziner und noch viel mehr und Schlimmeres. Zu dumm, das zu sehen, sind die Herren ja nicht. Nur:

Es fällt weit weniger schwer, die Wahrheit zu erkennen, als sie zu bekennen.

Aber: Jetzt, da ihnen die Patienten den Chemiedreck immer weniger abnehmen, behaupten sie in den Ärzte-Zeitschriften, gute Heilerfolge mit Pflanzenpräparaten festgestellt zu haben.<sup>6608 ff</sup>

»Also sind die pflanzlichen Medizinen doch wirksam!« sagst Du.

Natürlich nicht! Warum? Weil auch diese Mittel *nicht* im harmonischen Zusammenhang mit der *ganzen* Pflanze stehen, weil sie nicht frisch, nicht im Besitz der vollen Lebenskräfte, sondern extrahiert, destilliert, alkoholversetzt, potenziert usw. sind. Aber die Mediziner wollen schließlich weiter verdienen, sagen sich: o.k. Wenn die Kranken keine schädigenden Medikamente mehr wollen, bekommen sie eben die nichtschädigenden mit Placebowirkung. Was kümmert uns das!

**Das hat die Lobby der Mediziner fertiggebracht: Der Arzt muß nicht mehr gesundmachen - er muß sich nur auf das berufen, was als zur Zeit gültige »Wissenschaft« erklärt wird.<sup>2951,3532</sup> Das allein genügt, damit die Kranken an ihn wie an einen Wundertäter glauben. Und er mit ihnen anstellen kann, was er will. Was meint: anstellen mit ihnen, was seinem Geldbeutel am zuträglichsten ist.**

Das für diese Clique so erfreuliche Ergebnis: Du läßt Dir tatsächlich weismachen, daß irgendein chemisches Mittel heilen kann. Obschon es Dich später krank macht und noch mehr schädigt als die eigentliche Krankheit.

Und das, obwohl in den Krankenhäusern schon nahezu die Hälfte aller Kranken allein wegen Medikamentenschäden behandelt werden. Welch ein Geschäft! Solch eine Masche können sich nur diejenigen erlauben, die mit dummgemachten Kranken zu tun haben. Oder würdest Du einem Händler, der Dir faule Tomaten verkaufte, die gleich minderwertige Ersatzlieferung erneut teuer bezahlen?

Was wird hier mit dem Menschen, einem Naturwesen, gemacht: Da wird mittels künstlicher Stoffe, also chemisch entwickelter Medikamente, der Blutdruck gesenkt oder gehoben, der Herzschlag vermehrt oder vermindert, die Kranzgefäße geöffnet - oder manchmal auch unabsichtlich verengt, da werden die Absonderungen der Nasenschleimhaut gebremst, da wird der Hustenreiz unterdrückt, der Schleim verflüssigt. Bakterien werden abgetötet, wo immer man sie findet. Der Darm wird gezwungen, vermehrt Verdauungssaft zu geben. Da werden Hormone innerlich und äußerlich angewendet, das Blut verdünnt, der Fluß der Lymphen chemisch verstärkt oder geschwächt. Das alles ist möglich und noch vieles mehr. Und all diese künstlichen Eingriffe geschehen gegen den Willen Deines Körpers! Der doch nicht ohne Grund Deinen Blutdruck hochgetrieben oder den Herzschlag vermindert hat. Als älterer Mensch darfst Du überhaupt keine Medikamente nehmen, das wissen zwar die Ärzte - tun aber genau das Gegenteil.<sup>9853</sup>



Wie meinte eine wirklich besorgte Apothekerin zu einer kranken Frau, als sie ihr den Beipackzettel des verlangten Medikaments in die Hand drückte und den Schachtelinhalt in den Abfallkübel warf: »Ich nehme an, daß Sie damit einverstanden sind, diese Tabletten gleich zu entsorgen, wenn Sie erst mal die Angaben über alle Nebenschäden gelesen haben...«. Leider sagte sie das nur in einem meiner Träume...

#### Gesundheitsgesetz der Natur:

So gut wie alle Medikamente lähmen und beeinträchtigen die körpereigene Abwehr, machen den Organismus schutzlos gegen Infektionen und schwächen ihn damit.<sup>1407, 1554, 1562, 3490+, 3510, 3531, 3551</sup>

Daraus ist zu folgern: jedes Medikament verstärkt das Kranksein des Körpers, selbst wenn es die äußeren Symptome zeitweise zu verdecken vermag. In jedem Falle aber macht es den Körper anfälliger für weitere Krankheiten.<sup>3602, 3705, 3726, 3755f</sup>

Somit ist es unausbleiblich: die Mittel der Chemie führen später zu weitaus schlimmeren Krankheiten als die, welche sie zu bekämpfen oder zu unterdrücken vorgeben.<sup>3708, 3710, 3720</sup>

Weil heute jeder Patient schnelle Hilfe haben will, kommt der Arzt gar nicht umhin, gefährvolle Mittel zu verschreiben, die bald darauf zu Superschäden führen. Denn er weiß, daß ihm sonst der Patient wegläuft, in der Hoffnung, ein anderer Arzt wüßte ein besseres Medikament.<sup>3508</sup> Manche Medikamente müssen nach herrschender Meinung jahrelang oder gar lebenslang genommen werden, zum Beispiel Herzmittel, Gerinnungshemmer oder

Andere Medikamente wieder sind sogar so heimtückisch, daß sie nach einiger Zeit der Schmerzerleichterung oder Besserung der Beschwerden genau das Leiden verstärken, das sie zu beheben vorgeben.<sup>3777</sup> »Glaub' ich nicht!«

Aber: Von den Kopfschmerztabletten weißt Du es doch bereits! Genauso ist das aber auch bei Ohrentropfen, Asthasprays,<sup>3801</sup> Herzmitteln, Impfstoffen<sup>0702</sup> und noch vielen anderen<sup>5002</sup> Mitteln der Medizin. Besonders deutlich bei den Antiarrhythmika: Sie lösen später selbst Rhythmusstörungen des Herzens aus - wie jeder Arzt aus Erfahrung weiß.

Dieser Aktionären zgedachte Satz kursiert in Medizinerkreisen: »Patienten sind dumm und frech. Dumm, weil sie an uns Ärzte glauben. Und frech, weil sie von unseren Medikamenten auch noch Gesundheit erwarten.« Jetzt hat es die Pharnalobby durchgebracht, die Ärzte sogar Chemiegifte spritzen zu lassen, die nicht einmal auf Nebenschäden hin überprüft worden sind!  
1814, 3528

Nun ja, was ist eine Prüfung auch wert, wenn jährlich 400 dieser Mittel trotz vorheriger Prüfung später wieder verboten werden müssen?<sup>3787</sup>

Vor allem: Die meisten Medikamente schwächen die Peristaltik des Darms. Besonders Psychopharmaka und Anticholinergika (Hemmungs-/Blockademedikamente) sind dafür bekannt. Nun sag mir nur: Wie kannst Du gesünder werden, wenn die Dir die Verdauung kaputtmachen? Wenn Du Dich nicht mehr regelmäßig von den Abfallstoffen Deines Körpers befreien kannst? Willst Du Dir nicht bald mal ein paar Gedanken darüber machen, was da mit Dir gespielt wird? Du erkennst immer mehr:

Medikamente helfen weniger dem Kranken, aber um so mehr den Ärzten. Fände sich doch endlich eins gegen deren Hybris!



Bei Rheuma werden z.B. anfänglich noch die Schmerzen damit ganz gut in Schach gehalten - aber nur, solange der Körper noch selbst etwas regulieren kann. Dann geht's zu den mehr als gefährlichen Kortisonpräparaten.

Auch Asthma behandeln sie mit Medikamenten - obschon sie nicht wissen, was dessen eigentliche Ursache ist. Deshalb wollen sie jetzt noch mehr Medikamente dagegen einsetzen.2514, 3805, 5303, 6349

**Finde Dich nicht länger ab mit dem ärztlichen Unvermögen zu heilen und dem fein ausgedachten Ratschlag: »Sie müssen eben lernen, mit Ihrer Krankheit zu leben.« Nein! Du mußt lernen, ohne Deine Krankheit zu leben. Ich zeige Dir wie!**

Was nicht alles geforscht wurde, um bessere Schlafmittel herstellen zu können! Und wie weiter dafür geforscht wird! Und doch erbrachte das alles nur Schadensmittel, welche Schlaf vortäuschen. Diese betäuben nur den Organismus, genauso wie der Alkohol. Dadurch werden die Traumphasen übersprungen und Aggressionen und Ängste stauen sich auf. 9858, 9871, 9920, 9932, 9947/9

Welch gefährliche Mittel Du schluckst, erweist schon die Tatsache, daß eine Überdosis tödlich wirkt. Schlafmittel legen bestimmte Körperabläufe für eine gewisse Zeit lahm.3747 Die Folgen des künstlich erzeugten Tablettenschlafs: Du wachst nicht erholt auf, kannst Dich tagsüber schlecht konzentrieren, bist reizbar und weniger leistungsfähig. Und nach längerer Einnahme wehrt sich der Körper dagegen - wie gegen alle Fremdstoffe!

Und: Das Medikament wirkt bald in der bisherigen Menge nicht mehr. Du mußt die Dosis erhöhen, um die gleiche Wirkung weiter zu erzielen. Und so setzt sich das fort. Bis Du völlig fertig bist. Übrigens, ein englischer Arzt, der 400 Leute untersuchte, die sich durch nächtliche Stürze die Knochen gebrochen hatten, stellte fest, daß 93% davon vorher Schlafmittel genommen hatten. Auf eine Formel gebracht: Kurzfristiger Erfolg - langfristige Schädigungen!

Und dann: Seit Jahrtausenden schmieren die Scharlatane den Menschen mit Salben ihre offenen Beine, Geschwüre und Pickel zu.3499, 3515b, 9904 Nicht zu fassen! Da hat sich der Körper mit Mühe ein Loch geschaffen, um sich seiner Gifte endlich zu entledigen, die er übers Verdauungssystem nicht mehr

wegschaffen kann, da fällt den Medizinern nichts anderes ein, als dieses Loch zuzukleistern und mit künstlichen Mitteln schnellstens zum Schließen zu stimulieren. Und wenn noch so viel Dreck raus will! Schnell zumachen, damit der Patient sagen kann: Oh, da haben Sie mir aber eine gute Salbe verschrieben, Herr Doktor!3515, 6843

Dafür wandern jetzt Giftstoffe in die anderen Körperteile. Diesmal aber in schwerer erreichbare Organe, dort schlimmere Beschwerden - diesmal zur Freude der Onkologen oder Chirurgen - verursachend.

Leuchtet Dir ein, wie irrsinnig es ist, ein Bein zu behandeln und zu vergessen, woran es hängt!

»Und was bewirken Weckmittel oder Muntermacher? Das Gegenteil der Schlafmittel?«

Amphetamine oder Aufputzmittel, auch viele Schlankheitsmittel, enthalten Stoffe, die auf

das Gehirn wirken und einen überdrehten Wachzustand erzeugen. Du glaubst, Bäume ausreißen zu können. Aber der Eindruck täuscht. Läßt die Wirkung nach, so fühlst Du Dich um so matter und energieloser.

Greifst Du dann erneut zu dem Medikament, mußt Du die Dosis erhöhen, da sich der Körper sehr schnell an das Mittel gewöhnt. Du brauchst immer mehr Tabletten, um fit zu sein. Holst Du aus dem Körper ständig das Letzte heraus, reagiert er schließlich negativ, weil das Gehirn durch diese Aufputzmittel nur künstlich angetrieben wird. Und weil lebensnotwendige Erholungsphasen verhindert werden, erschöpft sich der Körper und arbeitet immer fehlerhafter. Aufputzmittel erzeugen deshalb nach längerer Einnahme genau diejenigen schwermütigen Stimmungen und Gefühle der Abgespanntheit und Erschöpfung, gegen die sie ursprünglich eingenommen wurden.

Meine frühere Schwiegermutter ist Schluckerin von etwa 15 verschiedenen Medikamenten täglich und pendelt somit seit Jahren ständig zwischen häufig wechselnden Allgemeinmediziner, Fachärzten, Homöopathen, Kurheimen und Krankenhäusern hin und her. Einmal fand sie dazwischen Zeit, um sich zusätzlich meines naturheilkundlichen Rats zu versichern.

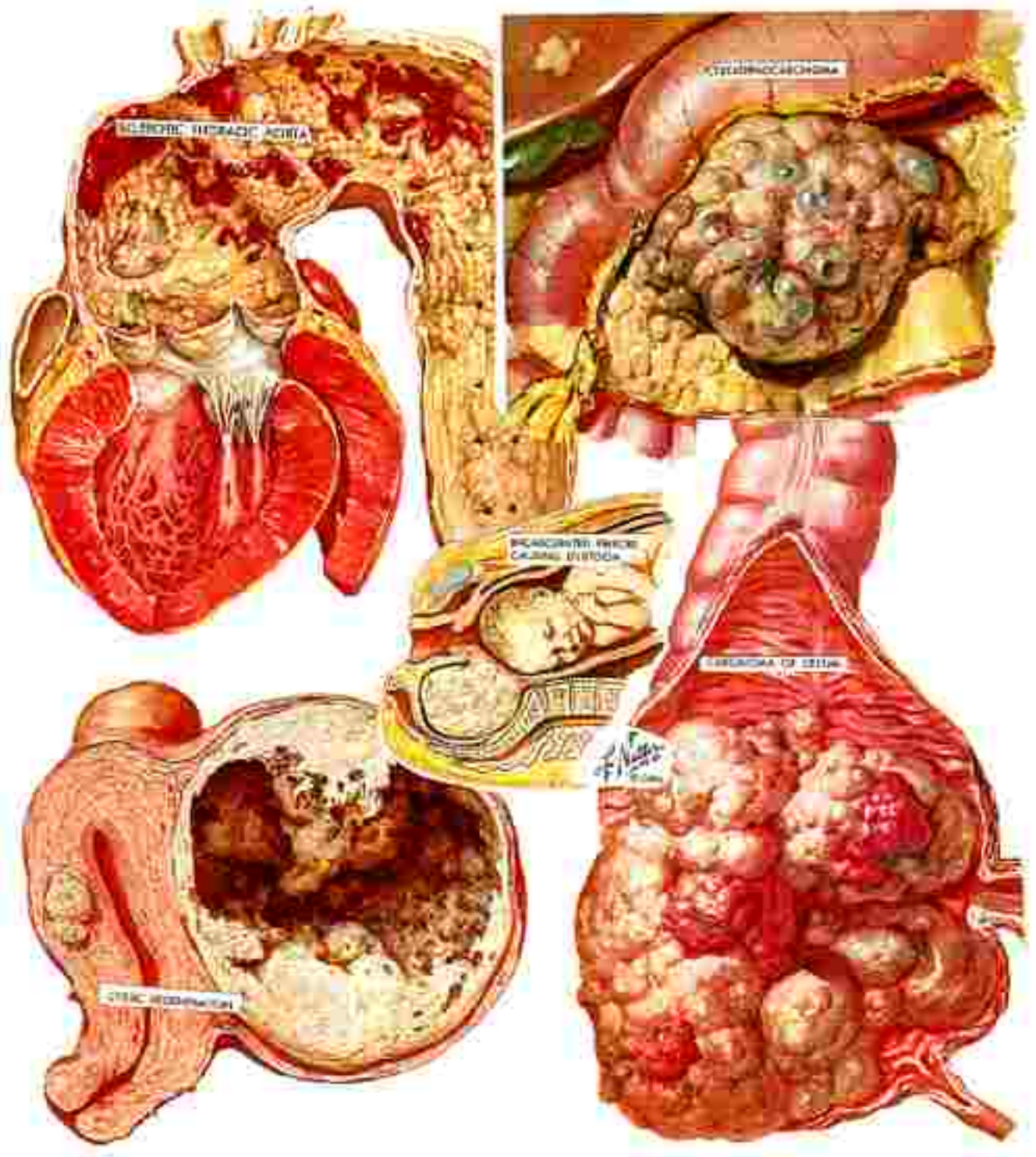
»Zuerst mußt Du mir aber mal sagen, was Du so alles an Tabletten schluckst«, wollte ich wissen.



meinst Du, ich könnte mich daran erinnern?«



Mit Mühe kam sie auf zwei Namen und sagte dann: »Gegen mein schlechtes Gedächtnis nehme ich auch noch ein paar ein - aber



× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × »Der Große GESUNDHEITS-KONZ« × »Natürlich Leben«  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

# 1. Kapitel. Klarsehen: Es gibt keine Krankheiten 2017

## 1.51 Chemie macht die Erde kaputt - und Dich ebenfalls

»Den Zuckerkranken <sup>1002f, 3001/3</sup> hat die Chemie aber echte Hilfe gebracht: das Insulin.« <sup>3323</sup>



Ja meinst Du denn, man könnte sich ein Leben lang Insulin spritzen? Im Laufe der Zeit wehrt sich der Körper dagegen oder er reagiert nicht mehr richtig darauf.<sup>1902, 3746, 3752</sup>

»Ah - deshalb müssen die Zuckerkranken so streng Diät einhalten.«

Anzunehmen. Doch wenn die Diät aus minderwertiger Zivilisationskost besteht,<sup>6914</sup> stellt sie nur was Halbes dar. Ich habe noch keinen Zuckerkranken gesehen, der nicht schnell schwitzte, sich nicht schnell unwohl fühlte - trotz dieses Mittels.

Ein junger Zuckerkranker schrieb mir höchst empört: »Ich bin sehr froh, daß es das Insulin gibt - was mir ein normales Leben in Wohlstand ermöglicht - und ich komme gut damit zurecht. Ihre Attacke gegen die künstlichen Heilmittel ist völlig ungerechtfertigt.«

Na, woher soll so ein junger Mensch denn auch wissen, was da alles auf ihn zukommt. Der studiert doch keine medizinischen Fachzeitschriften und -bücher. Und kein Arzt sagt ihm das. Die sind froh, einen lebenslangen Chipkartenbringer in der Praxis zu haben. Und in jungen Jahren denkt man ja auch nicht daran, einen alten Zuckerkranken mal zu fragen, welche schreckliche Folgen diese Krankheit mit sich bringt.

Die älteren Zuckerkranken sagen mir: Unter dem Einfluß dieses künstlichen Zeugs fühlen wir uns immer unwohl - unser Leben ist ein ständiger Seiltanz zwischen Schock und Koma. Und so ist es: Sie sterben wesentlich früher als andere,<sup>9435</sup> sie bekommen früh Krebs, sind Sklaven der Waage, ihre Wunden heilen nicht. Frauen kommen nicht zum Orgasmus, der Samenausstoß bei Männern versiegt bald, tröpfelt nur, Impotenz ist zwangsläufig, viele werden im Alter blind<sup>3752</sup>, fast alle werden schwer depressiv<sup>3746, 3752</sup>. Sie leiden unter koronarer Herzkrankheit, eine narbige Phimose stellt sich schon früh ein und läßt Sex, wenn er überhaupt möglich ist, zur Qual werden.

Und wenn sie dann noch rauchen, sind auch kaputte Nieren vorprogrammiert. 75% der Diabetiker bekommen ein Nervenleiden (diabetische Polyneuropathie), das sich zuerst durch



ein Taubheitsgefühl in den Beinen, dann in schlimmen, eine Amputation erfordernden Beinschmerzen bemerkbar macht. Überdies leiden sie an Völlegefühl, Verstopfung, Durchfällen, Sehstörungen, Urinierschwierigkeiten, Synkopen, Dysregulationen, rezidivierender Zystitis, Blasenatonie und, und, und. Ob die Nerven bereits geschädigt sind, läßt sich einfach daran feststellen, ob der Kranke das Vibrieren einer am großen Zeh angesetzten Stimmgabel noch bemerkt.

Der Körper ist auf genau die Menge Insulin eingestellt, die er just zu seiner Verdauungsarbeit braucht. Die Insulininjektion gibt dem Kranken aber immer die gleiche Menge ins Blut - gleich, ob er viel oder wenig ißt.

»Immerhin: wenn es das Insulin nicht gäbe, müßten sie sterben!« sagst Du.

Nun, das will die Natur ja, das ist ja ebenfalls Sinn gefährlicher Krankheiten - soll die Welt in ein paar hundert Jahren nur aus Zuckerkranken und Insulinfabriken bestehen? Du weißt wohl auch, daß Diabetes erblich ist.

»Sicher, aber Du würdest wohl genau so wenig an die nachkommenden Generationen denken wie die Zuckerkranken, wenn Du vor der Entscheidung stündest, früh ins Gras zu beißen oder Insulin zu spritzen.«

Da bist Du aber schief gewickelt! Ich würde mein Leben doch nicht von einem Tier- oder Chemieprodukt abhängig machen!<sup>9915</sup> Es sind Fremdstoffe, die da in einen gelangen, die ständig Antikörper erzeugen. Das verkraftet auf Dauer kein Körper! Ich würde meine Selbstbehandlung mit der UrMedizin aufnehmen, weil ich weiß, dann kommt alles von selbst ins Lot. Nein, wir dürfen einfach nicht so kurzsichtig sein und nur an uns denken! Und vergessen, was wir unseren Nachkommen für Lasten aufbürden, wenn wir Krankheiten und schlechte Gene im Erbgut weiterreichen. Dann wird bald ein Gesunder zehn Kranke zu pflegen haben. Die UrMedizin behebt die Leiden von Grund auf, macht Insulingaben überflüssig und korrigiert die negativen Erbinformationen.

Bei Kindern mit Diabetes ist mir noch nicht bekannt, ob die UrMedizin in der Lage ist, die insulinproduzierenden Betazellen in der Bauchspeicheldrüse wieder aufleben zu lassen. Sicher ist aber, daß die noch intakten nicht weiter absterben. Weshalb es hier besonders wichtig ist, die UrTherapie sofort aufzunehmen! Dann geht man daran, nach und nach das Insulin langsam abzusetzen, bis der Körper dessen Produktion wieder voll aufgenommen hat. Es ist durchaus damit zu rechnen, daß die verbliebenen Betazellen unter der sie stärkenden UrMedizin vermehrt das Hormon Insulin ausschütten, um den Stoffwechsel der nun nicht mehr belastenden Kohlenhydrate zu steuern.

Aber laß uns wieder auf Dich zurückkommen. Ich bin ja gesund und werde wohl kaum Diabetes bekommen. Was ich von Dir nicht sicher sagen kann. Wie wäre es denn, wenn Du - auch bei anderen Krankheiten, an denen Du laborierst - Deinem Arzt in einem solchen Falle so oder ähnlich sagen würdest: »Was? Mein Körper erzeugt für mich zu wenig Insulin? Ja, dann sollten Sie doch zusehen, daß er seine Produktion wieder stärker aufnimmt, statt ihm billigen

Ersatz dafür zu geben! Heißt das Verabreichen von Hormonen denn nicht, daß dann die Bauchspeicheldrüse von Tag zu Tag *weniger* arbeitet statt mehr? Ja - was sind Sie denn für ein Arzt? Wollen Sie mich heilen oder kränker machen? Das wäre ja dasselbe, als würden sie einem Kind Vitamin B12 oder einem Erwachsenen Vitamin D verschreiben und damit seine körpereigene Vitaminproduktion abwürgen.«

### Gesundheitsgesetz der Natur:

**Behandlung mit chemischen Medikamenten oder nicht im eigenen Körper gebildeten Hormonen bedeutet nur scheinbare Hilfe - in Wirklichkeit folgen früher oder später Schäden für den Patienten und oft auch für dessen Nachkommen.**

Am deutlichsten kann ich es Dir an den Fieberzäpfchen klarmachen, um die besorgte Mütter die Ärzte oft bitten, statt ihre Kinder abzuhärten:<sup>3749</sup> Diese heilen nicht die Krankheit, an der das Kind leidet. Die Fiebermittel senken nur das Fieber und machen dem Körper die bereits eingeleitete Gesundungsaktion durch Überhitzen (und eine dadurch bedingte Bakterienbegrenzung) unmöglich.

Und es ist zu vermuten, daß es den reaktionsdämpfenden schulmedizinischen Therapien zuzuschreiben ist, wenn vor hundert Jahren die chronischen Krankheiten zu den akuten im Verhältnis 1:9 standen, während das heute genau umgekehrt ist. Erst Temperaturen über 40.5 Grad oder wochenlanges Fieber bedeuten eine echte Gefahr.<sup>8307</sup>

Fieber aktiviert alle Enzyme, bringt die Organe zur Höchstleistung, beschleunigt alle vitalen Reaktionen, steigert die Immunkräfte ins Grandiose - und diese Ignoranten wollen es austreiben! Nicht mal Omas naßkalte Fußwickel sollst Du anlegen, um es zu senken versuchen!

### Gesundheitsgesetz der Natur:

**Fieber ist keine Krankheit. Fieber bedeutet beginnende Gesundheit.**<sup>8307</sup>

Nur hier und beim Fasten ist der Grundsatz der UrTherapie des Nichttrinkens aufgehoben: Hier darf klares Wasser aus unverseuchten Gebieten getrunken werden.

Die Unterdrückung des Fiebers durch Medikamente verhindert weiter, daß körpereigenes Interferon ausgeschüttet wird und daß sich die Immunabwehr bei Deinem Kind stärkt. Und es so immer mehr zu einem kränkelnden, anfälligen Kind wird, mit dem Du ewig zum Arzt laufen mußt. Der Arzt sieht das natürlich gern, aber willst Du das?

Warum halten sich die heutigen Ärzte nicht mehr daran, was sich schon 500 Jahre v. Chr. Parmenides so sehnlichst wünschte: »Gebt mir ein Fieber, und ich heile jede Krankheit«. Weil er wie Hippokrates mit der Natur dachte - die Mediziner von heute aber denken und handeln alle gegen sie.

Noch meine Mutter hat mich früher bei einer Grippe ins Bett gesteckt und mittels ein paar feuchter Laken und vieler Decken zum Schwitzen und damit zu einem künstlichen Fieber gebracht und mir so zu einer gesteigerten Abwehrkraft

und Körperreinigung von Innen verholfen.

Und wenn denn Viren Schuld an Erkältungen, Kinderlähmung oder Geschlechtskrankheiten haben: Sollten die Mediziner nicht wissen, daß diese bei Temperaturen über 40 Grad abzusterben beginnen? Ein Fieber, das schnell mittels Antibiotika weggefeht wird, macht das Kind erst recht krank und anfällig für andere Krankheiten und legt den Grundstein für chronische Leiden.<sup>8307</sup>

Wenn schließlich das Lug- und Truggebäude der Medikamentenmedizin zusammengebrochen ist, dann wird operiert, werden Gelenke durch Prothesen ersetzt, Nervenstränge durchtrennt, Organe ganz entfernt, wird transplantiert oder an Maschinen angeschlossen. Besonders »gelungen« ist die Idee, einen Teil des Darmes zu entfernen, um Fettsucht zu behandeln! Denk noch mal gründlich darüber nach:

Die Ärzte schneiden einfach in Deinen Körper hinein, entfernen wegen angeblicher Notwendigkeit Teile aus ihm. Teile, die für Deinen Leib und den Lebenstakt in ihm unbedingt nötig sind. Sie tun so, als hätten sie den Menschen selbst gebaut. Die Natur hat Millionen Jahre dazu gebraucht, diesen vollkommenen Organismus zu schaffen, an dem nichts zu viel oder zu wenig ist. Und dieser Körper funktioniert vollkommen und problemlos, wenn der Mensch sich nur natürlich verhält.

**Es ist vergebliche Liebesmüh, sich mit einem Medikament von einer Krankheit heilen zu wollen. Oder zu glauben, eine Operation würde gesünder machen können. Damit ist höchstens eine Krankheitswirkung für einige Zeit zu unterdrücken. Und das ist ein großer Unterschied zu einer Ausheilung, nicht wahr!**

»Na, na - jetzt muß ich Dir aber widersprechen«, sagst Du. »Immerhin helfen moderne Medikamente unseren Sportlern. Eine Spritze - und schmerzgeplagte Spitzenfußballer können weiterspielen! Das ist doch fabelhaft, oder?«

Und wie wirkt sich das Gift einmal später aus, wenn der Körper zu altern beginnt? Dann setzt es vielleicht den Krebs in Gang oder den frühen Herztod. Und denk mal an die Todesfälle nach Doping bei Leichtathleten und Radfahrern. Und die ständigen »grippalen Infekte« bei den Spitzensportlern.



Gesundheitsgesetz der Natur:

**Niemand kann ungestraft seinem Körper chemische Fremdstoffe eingeben! <sup>1135</sup>**

»Daß es sich bei der Pille aber um ein wahres Meisterstück der medizinischen Forschung handelt, das willst Du doch nicht abstreiten.«

Auch deren Folgen sind längst noch nicht alle erforscht. Bisher weiß man nur, hier liegt

- nach neuesten Forschungen das Brustkrebsrisiko für die Minipille doppelt hoch<sup>3513, 3673</sup>

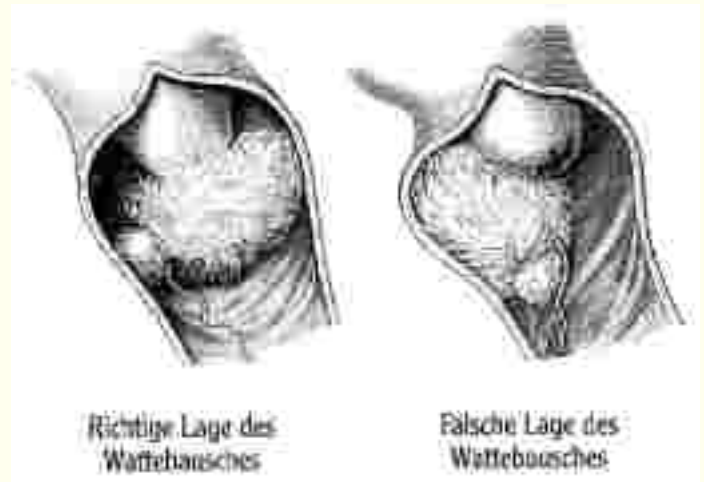
- das Herzanfall-Todesrisiko bei über 30 - 40jährigen fünffach höher,

- das Risiko des zu hohen Blutdrucks sechsfach höher. Zudem kommt es zu Depressionen,<sup>3666, 3669</sup> Kopfschmerzen, Krebs, Thrombose-Embolien und Schlaganfällen.

- die Lust an Sex und Liebe auf Eis. Und somit die Gefahr von weiterem Leid, wenn der Mann deswegen fremdgeht oder sich von seiner lustlosen Partnerin trennt. (Ursache übrigens für Reizbarkeit, Verlust der Zeugungsfähigkeit, Schlaflosigkeit und viele andere Störungen sollen die durch sie zerstörten Folate im Körper sein, die für den Stoffwechsel lebensnotwendig sind.<sup>3650</sup>) Als letztes wurden jetzt vermehrt Lebertumore bei Pillenfrauen ermittelt.

Nimm auch zur Verhütung keine Chemie!  
Der Körper nimmt die Fremdstoffe der Zäpfchen und der spermienabtötenden Gels alle auf!

**Eingeführte Naturschwämmchen, die in Obstessig oder leicht verdünnten Zitronensaft plus etwas Öl getaucht werden, verhüten genau so gut und schädigen zudem nicht die empfindsame Scheidenflora.**



Und wenn es einen auf einer Reise stürmisch übermannt oder überfraut hat und aller Schutz vergessen wurde, dann kann man sich danach immer noch mit diesem Trick helfen: Die Herzensdame huscht schnell zum Kühlschrank, entnimmt ihm eines der kleinen Gingertonic-Fläschchen, öffnet es und begibt sich damit ins Badezimmer zwecks einer kleinen Infusionsspülung.

Nun gibt es noch eine andere Gruppe von Medikamenten, die der Natur oder körpereigenen Wirkstoffen nachgeschaffen wurden und die eine Heilwirkung vortäuschen können. Sie haben in hohem Maße zum Glauben an die Medizin beigetragen: die Breitbandantibiotika. Klar, daß Antibiotika auch heute noch, trotz immer stärkerer Immunität der Keime schnell eine Lungenentzündung zum Verschwinden bringen können. Aber das würde durch eine sofort aufgenommene UrTherapie genau so gut und ungefährlicher geschehen. Ja, ich sehe bei diesen Worten die Ärzte schon lächeln. Wie kann man ein so hochwirksames Medikament nur mit einer UrMedizin aus grünen Urpflänzlein vergleichen!<sup>1684f</sup>

Das läßt bereits ahnen, was die Schlucker mal alles an Spätschäden erleiden werden!

Das laß Dir sagen: Aus den grünen Pflanzen bildet der Körper genau so viel Penicillin, wie er es für gut befindet. Das Penicillin, als Medikament gegeben, tötet jedoch nicht nur die an der Entzündung beteiligten, sondern auch noch viele andere, für den menschlichen Stoffwechsel unentbehrliche Bakterienstämme ab. Es bringt so den Körper in Unordnung - und das für lange Zeit.<sup>3651, 3661, 3656</sup> Von all diesen Bakterien hängt aber ab, ob er seine Abwehrkräfte aufrecht erhalten kann oder nicht. Sind die Kleinstlebewesen einmal vernichtet, so nehmen Fäulnis- und Gärungsprozesse im Darm überhand und setzen schädliche Stoffe frei, die dann zu Leberschäden, Migränen, Allergien, Depressionen und Krebs führen können. Dadurch kann es zu Allergien und zu schweren Schocks kommen. Tetracycline verursachen bei Kindern zudem oft große Zahnschäden.

Ich hab' allein schon deshalb eine gewaltige Abneigung gegen das Penizillin, egal, ob das nun Depot-Penizillin, Oralpenicillin, Ampicillin, Amoxicillin, Ciclacillin, Carbenicillin, Ticarcillin, Mezlocillin oder Azlocillin ist, weil man das Baby einer Bekannten von mir 14 Tage nach der Geburt wegen angeblicher Knochenmarkentzündung von der Brust wegnahm und damit behandelte. Und das wochenlang! Das Baby erlitt daraufhin einen Schock <sup>3651</sup> und kann heute weder gehen noch stehen, noch sprechen noch denken... Das ist nun ein paar Jahre her - aber manche Ärzte können es sich noch immer nicht verkneifen, Babys Medikamentengift zu geben. Das Wort Antibiotika steht ja auch in so hohem Ansehen, daß der Glaube daran so wenig auszurotten ist, wie der an das wertvolle tierische Eiweiß. <sup>3665</sup>

»Sein Husten will gar nicht aufhören, sie müssen was tun!« drängt die Mutter den Arzt, vergessend, daß sie die Verantwortung für Leben und Gesundheit trägt und sie es ist, die was tun muß.

»Das werden wir schnell hinter uns haben«, meint beflissen der Kinderdokter - ein Mann oder eine Frau aus einer Medizinergruppe, die am gefährlichsten, weil am scheinheiligsten, für die Menschheit tätig ist und längst auf den Mond hätte geschossen werden sollen. Noch hier unten auf der Erde kann er aber der, die Gefahr nicht ahnenden, Mutter immer wieder ein Antibiotikapräparate aus der Giftküche der Chemie für ihr Kind verschreiben.

»Wieso ist die Antibiotika-Gabe so gefährlich?« fragst Du.

Weil sich die gesunden Bakterien der Darmflora durch den ungewohnten Angriff übertrieben wehren müssen. Denn die Antibiotikapilze geben sich daran, deren Wände aufzubrechen. Ihre Gene ändern sich dadurch, ihre Ausscheidungen werden giftig, sie können nun in die Darmzellen eindringen. Die das nicht ertragen und die Invasoren wieder loswerden wollen. Wozu sie sich wiederum entzünden müssen. Entzündungen bringen Fieber, Darmkrämpfe und Durchfall - ein schweres, gnadenloses Leiden, der Morbus Crohn kann seinen Anfang nehmen. Aber selbst wenn Du dem Arzt die verschriebenen Antibiotika vor die Füße wirfst, kannst Du Dir eine antibiotikaähnliche Darmerkrankung holen. Wenn Du nämlich den Dreck der Fleischindustrie aus der Mastviehtierzucht in Dich reinschlauchst: die mit Antibiotika vollgepumpten, mit widernatürlichen, artfremden Fischabfällen gefütterten und so halbvergifteten und verseuchten Schnitzel, Steaks und Teile der Schweine, Rinder, Hühner, Hähnchen... <sup>3660, 3662, 3667</sup>

Den Husten des Kindes und das Fieber haben die Antibiotika (übersetzt: gegen das Leben gerichtet!) zwar fürs erste verdrängen können. Warum? Weil sich der Körper der schlimmeren Gefahr zuwenden mußte: die für die Verdauung lebenswichtige Darmbakterienflora aufrechtzuerhalten und den Abwehrkampf in den Bronchien vorerst einzustellen, um alle Abwehrkräfte an die wichtigere Darmfront zu beordern.

Doch Husten und Fieber wären nach drei Obsttagen wieder von selbst gegangen. Jetzt entwickelt das immer kränker werdende Kind vielleicht langsam eine Darm- oder eine andere Krankheit. Der Husten kommt, von Mal zu Mal hartnäckiger werdend, schließlich auch wieder

hinzu.<sup>3663</sup> Die Mutter rennt erneut zum Doktor. Der verpaßt immer stärkeres Chemiegift, und, und, und. Das Kind wird so für viele Jahre zur schweren Bürde für die Familie.

**Halte Dein Kind nicht für dumm oder uneinsichtig, wenn es sich vor dem Arzt fürchtet. Es spürt mit seinem überaus feinen Empfinden, daß ihm von dessen Seite mehr Gefahr als Gutes droht.**

Meine arztgläubige Freundin belustigte sich über die Worte ihres ständig verschleimten, sechsjährigen Gerd, als sie mir erzählte: »Heult der Junge doch tatsächlich auf der Straße nochmal los, nachdem der Arzt ihm eine Spritze gesetzt hat: "Zu so einem dummen Doktor gehn wir aber nie mehr wieder hin!" Dann faßte er sich an seinen Hals und sagte: "Hier tut es mir weh, und" - dann zeigte er auf seinen Po - "hier spritzt er rein!"«

Noch wirst Du wie meine Freundin ebenfalls darüber lächeln. Wenn Du das Buch aber zu Ende gelesen hast und in die UrMethodik gründlich eingeführt bist, nicht mehr.

Antibiotika bringen das Fieber weg und unterdrücken damit die größte Kraft im Selbstheilungsbestreben des Körpers. So passiert es, daß eine einfache Angina in wenigen Tagen abgespritzt ist. Dafür aber kommt es dann in fünf Wochen zu einer schweren Nierenentzündung.<sup>3654</sup> Oder, daß eine in wenigen Tagen kurierte Lungenentzündung dank Antibiotika sich in spätere Asthmaanfalle wandelt. Oder sich eine behandelte Grippe zu einem schweren Herzleiden ausartet. Oder, daß Antibiotikagaben gegen Schnupfen bei Kindern in wenigen Monaten den Grauen Star hervorrufen.<sup>3655ff</sup> Warum meinst Du denn, daß sich Erkältungen oder Husten heute bei Kindern über Monate hinziehen, die früher mit einem Halswickel in ein paar Tagen abklingen!

**Das angebliche Wunderheilmittel Antibiotika nehmen heißt: die eigenen Abwehrkräfte schwächen und sich in Zukunft für die damit bekämpfte Krankheit noch anfälliger machen.**<sup>9479</sup>

Ich zitiere Prof. Scholthol vom Bundesverband der Pharmazeutischen Industrie: »Jeder Patient muß sich klarmachen, daß er bei der Medikamenteneinnahme *immer* ein Risiko eingeht und daß ohne Nebenschäden kein Medikament wirkt. Aber die Nebenschäden sind immer nicht schlimm. «<sup>3501, 3531, 3715/9</sup>

Für ihn persöhnlich nicht. Ist ja klar. Denn der wird den Chemiedreck ja nicht schlucken.

Ja - wenn Du vom höchsten Chef und informiertesten Mann unserer Medikamentenindustrie hörst, daß Du *immer* von Medikamenten geschädigt wirst,<sup>3748</sup> dann mußt Du doch wirklich nicht mehr bei Trost sein, wenn Du ein wirklich heilendes Mittel, daß Dich *niemals* schädigen kann, nicht anstelle der Chemie nimmst: UrMedizin! Wo Dir außerdem hier nachgewiesen wird, daß die Nebenschäden stets schlimmer sind als die eigentliche Krankheit, für die man sie Dir verschrieben hat. Was geschieht nun weiter durch die künstlichen Breitband-Antibiotika?

Dieses: Die Mikroorganismen in Deinem Körper werden in unglaublichen Mengen gekillt. Aktive, sich fröhlich tummelnde und fleißig ihre von der Natur zugewiesenen Arbeiten verrichtende kleinste Lebewesen fallen plötzlich tot zusammen. In Massen liegen nun deren Leichen überall in Deinem Körper herum. Darüber freuen sich am meisten die Pilze, die sich als Saprophyten (Fäulnisverzehrter) von totem Gewebe ernähren können. Was für ein großes Fressen für sie! Nur: Pilze können sich in Null Komma nichts vermehren und dann den ganzen Körper überschwemmen. Das vom Antibiotikabombardement der Ärzte gedüngte Bakterien-schlachtfeld (auch wenn dies viele Jahre zurückliegt!) ist nun vor allem ein idealer Boden für die Candida-Pilze.<sup>3659, 3668</sup> Die sich ob der durch die Medikamente geschaffenen unnatürlichen Gegebenheiten rasend schnell ausbreiten. Und sich nun durch die ihnen nun möglich werdenden Mutationen von ursprünglich harmlosen und friedlichen Keimen zu schlimmen Krankmachungserregern wandeln, die allen Vernichtungsmitteln künftig trotzen. Natürlich sterben die Pilzzellen auch einmal - doch sie setzen bei ihrem Zerfall dann wiederum ihrerseits toxische Substanzen frei, die hohe Histaminausschüttungen veranlassen. Wodurch dann Allergien aller Art hervorgerufen werden können.

Man hat es auf die Philosophen gemünzt, aber glaub mir, es trifft noch mehr auf die Ärzte zu: **Mediziner versuchen ständig, Probleme zu lösen, die es ohne sie nicht geben würde.**

»Hältst Du denn wenigstens was von der Chelat-Therapie, mit welcher die Adern entkalkt werden oder anderen Lyseverfahren? Das ist doch fantastisch!«

Chelate wählen nicht aus. Sie fangen nicht nur Kalzium, sondern auch Magnesium, Zink und Eisen ein. Damit ist diese Behandlung keine gezielte Therapie zur Verminderung des Kalziums, sondern sie zerstört darüber hinaus noch das Gleichgewicht der Elemente. Eine unkontrollierte Verarmung an Kalzium kann einen Herzstillstand verursachen, weshalb sie übrigens wieder aus der Mode kommen.

»Und wenn ich mich zur allgemeinen Auffrischung zu den Radon-Stollen von Bad Gastein<sup>2815, 2833</sup> aufmache und dort dieses Gas einatme?«

Und warum? Weil das irgendein bedeutender Professor untersucht und angeblich herausfand, es habe eine vorzügliche Wirkung auf Krankheiten? Während sein Auftraggeber, die kluge Kurdirektion, nur nach einem Trick suchte, die Hotels auch im umsatzschwachen Frühjahr und Herbst zu füllen. Und nicht vergaßen, dem Professor das Gutachten fürstlich zu honorieren...



Und nun liegen sie denn da, den weißen Göttern ergeben, atmen in Liegestühlen verseuchte Radonluft oder künstlichen Sauerstoff, lassen sich das Chelat oder das nächstens modern werdende Gift in die Adern einflößen, diese einfältigen Menschen, und warten auf die nie eintretenden Wunder, die ihnen eine Hängeflasche voll Chemie oder ein Kubikmeter Giftgas versprechen.

Warten, warten, warten ... Eine Stunde Waldlauf, eine Wanderung auf den Stubnerkogel in der klaren Bergluft, um dort Waldbeeren oder Preiselbeeren voller Vitamine und Naturminerale zu pflücken, würde ihnen hundertmal besser tun! Ohne all die Spätschäden durch Chelate, Lysen, Sauerstoff oder Radongas auszulösen!

#### Gesundheitsgesetz der Natur:

**Millionen um Millionen Jahre hat die Natur getestet und immer wieder getestet. Bis sie das Beste für die Lebewesen der Erde hinsichtlich deren Lebensweisen, deren Ernährung und deren Bewegungsweisen herausfand. Nur die Rückkehr zu diesem Besten kann Dir bei Krankheiten helfen.**

Und nun kommen so ein paar Medizinmänner im weißen Kittel auf Dich zu und wollen Dir weismachen, daß Du diese toten Mittel aus den Giftküchen der Chemie - die Medikamente - nötig haben sollst.

Ich finde, wenn Du die Natur als Gottes Schöpfung ansiehst, dann ist das die schlimmste Form von Gotteslästerung: Wenn Du an künstlich hergestellten Chemiedreck - der von Menschen gemacht wurde, die nur an Profit denken - mehr glaubst, als an die vom Schöpfer dazu geschaffenen Naturmittel und -kräfte. Du kannst auch, (wenn Du an einen Gott nicht glaubst) statt Blasphemie, Naturmißachtung sagen.

Es gibt nicht nur Negatives über Ärzte und Medizinforscher zu berichten: Manchmal gelangen auch die Weißkittel zu Ergebnissen, welche die Erkenntnisse dieses Buches in bester Weise bestätigen.<sup>3529</sup>

Da befaßte man sich kürzlich auf einem Ärztekongreß mit dem starken Zuwachs von Allergien. Die psychiatrische Abteilung eines englischen Krankenhauses scheute sich nicht - höre und staune! - einen der Schulmedizin völlig widersprechenden Vorschlag zu machen. Nämlich den, mit nichts anderem zu behandeln, als mit reiner Luft und reinem Wasser.



»Hatten die den Pfarrer Kneipp mit seinen Wasserkuren studiert?«<sup>8203</sup>

Sicher nicht. Die wollten nur testen, inwieweit Überempfindlichkeitsreaktionen durch Zivilisationseinflüsse, Nahrungsmittel nebst deren chemischen Zusätzen, durch Medikamente oder Luft- und Trinkwasserverschmutzung ausgelöst werden können. Als eine junge Frau mit schweren und häufigen epileptischen Anfällen<sup>9404, 3607</sup> eingeliefert wurde, war



sie nach fünftägigem Fasten bei reinem Quellwasser in unverschmutzter Luft völlig geheilt. Und bei einer anderen Epileptikerin wurde nach langwierigen Versuchen als Grund für deren Leiden nichts anderes als das Trinken von Pulverkaffee ermittelt: zwei Tropfen Pulverkaffee, unter die Zunge gegeben, lösten nach fünf Minuten einen epileptischen Anfall mit Bewußtseinsverlust aus. Als sie keinen Kaffee mehr trank, war sie auch ihr Leiden los.<sup>9794</sup> Übrigens: Beklemmung und Angstgefühle verschwinden ebenfalls auf wundersame Weise, wenn Du keinen Kaffee mehr trinkst!<sup>3797, 6410</sup>

Die wichtigste Erkenntnis dieser Außenseiter der Medizin, die wir uns hier ruhig zu eigen machen können:

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Ständiger Genuß beliebter, nicht naturbelassener Nahrungsmittel und Getränke können (ebenso wie Alkohol und Rauschgift) zur Sucht führen und ebenso zerstörerisch wie krankmachend wirken. Drogen dieser Art können zum Beispiel Süßigkeiten und Schokolade sein, aber auch Salz und Fernsehen.**

Aber bleiben wir einmal bei den allergischen Reaktionen. Du weißt ja selbst, daß immer mehr Menschen an Allergien und Neurodermitis leiden. Daran sind, wie man inzwischen weiß, vor allem Schadstoffe in Nahrung und Umwelt schuld.<sup>2695, 3818, 6128, 8212, 8232 9525f, 9943</sup>

Wenn Du Dein Kind der UrMethodik zuführst, mußt Du Dich nicht mehr mit diesen schrecklich belastenden Krankheiten herumschlagen: Die UrMedizin besitzt derzeit den geringsten Schadstoffgehalt.

»Gegen Allergien kann man sich aber auch desensibilisieren lassen.«<sup>3814</sup>

Viele Menschen gehen bei Allergien zum Arzt und lassen sich desensibilisieren, damit sie wieder alles vertragen. Ich sehe das anders und betrachte die Reaktion Deines Körpers als einen deutlichen Hinweis auf etwas, das Dir nicht zuträglich ist und was Du deshalb nicht essen solltest. Für diese Hilfe solltest Du ihm dankbar sein, statt seine Reaktion vertuschen zu lassen.

Allergien zeigen an, daß die Abwehrkräfte des Körpers zu schwach sind. Dagegen helfen keine Tricks. Wenn Dir ein Arzt dies vorschlägt, dann verlange von ihm die Namen von mindestens zehn Patienten, denen er damit angeblich geholfen hat. (Tja - da sperrst Du die Augen auf. So einfach macht man das, sich von anderen nicht für dumm verkaufen zu lassen!) Denn so gut wie immer ist auch hier außer Spesen nichts gewesen. Und sieh Dir dann die desensibilisierten Patienten an. Und Du wirst feststellen: kein Erfolg, dafür aber oft schlimme Nebenschäden. Von heftigen allergischen Reaktionen bis zum Schock mit Todesfolge.

Willst Du nur deshalb nächstens mit Deinem Wagen in den Tod rasen, weil Du Dir gegen eine »harmlose Allergie« vom Doktor ein paar »gut verträgliche« Tabletten hast verschreiben lassen? Du fährst nämlich nach deren Einnahme in leichten Schlangenlinien, und Deine Reaktionszeit verlängert sich um mehr als das Doppelte, wie man erst kürzlich feststellte.

Und was die gegen Allergien<sup>3702</sup> und Neurodermitis<sup>9926</sup> verschriebenen Salben angeht: Fragen die Ärzte sich bei nässenden Entzündungen, wie bei Neurodermitis überhaupt, wie die angeblich »guten« Wirkstoffe an die angeblich beeinflussbaren Stellen gelangen sollen, wenn die Salbe auf dem Gewebewasser schwimmt?

Was meinst Du, was man hinsichtlich chemischer Medikamente noch alles entdecken wird! Die Gefährlichkeit der Spraydosengase für die Atmosphäre erkannte man auch erst nach Jahrzehnten! Willst Du die Allergietabletten nur deshalb weiter schlucken, weil niemand bisher deren Schädigungseffekte spitz bekam?

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Ein »Heilmittel«, das nicht imstande ist, Krankheiten zu verhüten, kann allein aus diesem Grunde keine Krankheiten heilen!<sup>3814</sup>**

Wir haben bisher nur über Arten von Medikamenten gesprochen, die nicht als direkte Gifte zu bezeichnen sind. Bei den giftigen ist die vermeintliche »Heilwirkung« anders gelagert. Verschreibt Dir der Arzt Hormone, so wirken sie anfänglich noch ganz gut und werden nicht als feindlich erkannt, weil sie in ihrer Struktur den vom Körper selbst erzeugten Hormonen sehr ähnlich sind. Erst später zeigt sich dann der Pferdefuß. Bei den körperfremden, giftigen Medikamenten erkennt der Organismus dagegen sofort die Gefahr. Und er unterbricht sogleich den bereits laufenden, von ihm selbst eingeleiteten Stör- und Aufschreckprozeß, den Du und die Ärzte fälschlich als »Krankheit« bezeichnen.

Das kann warten, schlimmer für mich ist augenblicklich dieses Medikamentengift, so sagt sich Dein Körper. Er stellt sich also um, womit die Erscheinungen der »Krankheit« erstmal zurückzustehen haben. Du fühlst Dich dadurch erleichtert und meinst, das giftige Mittel heile nun Dein Erstleiden.

In Wirklichkeit ist Dein Körper dabei - das braucht natürlich seine Zeit - gegen das neue Gift seine Abwehrmaßnahmen zu treffen, um es schnellstens aus dem Körper zu treiben oder Abwehrstoffe dagegen zu bilden. Aber da Gift nun mal Gift bleibt, auch wenn es in kleinen Mengen eingeschleust wird, kann ihm das nicht gelingen.

Und so setzen die Gifte langsam eine neue Krankheit in Gang, während die alte Krankheit erst langsam später wieder aufkommt. Doch nun müssen die Abwehrkräfte des Körpers sogar zwei Arten von »Krankheiten« bekämpfen: das

ursprüngliche Leiden und die durch das neue Gift verursachten Moläste.

Daß diese Schwächung nicht gutgehen kann, leuchtet Dir sicher ein. Nur - das ist den Ärzten nicht klarzumachen. Sie besitzen ja nicht Dein Wissen der natürlichen Zusammenhänge, wie da eins ins andere webt. Sie sind ja nur darauf aus, Hackholz aus allem zu machen, was störend anfällt. Ohne den Menschen als ganzheitliches Lebewesen, als eine Einheit anzusehen. Auf den Beilagenzetteln liest Du bei vielen Medikamenten: "Nur auf Verordnung einzunehmen, wenn nach ärztlicher Meinung die Vorteile die Risiken überwiegen." Wieso und woher weiß Dein Doktor, ob für Dich der Nutzen die Gefahr überwiegt? Wenn im stillen er doch genau weiß, daß giftige Chemie nie von Nutzen sein kann. Merkst Du auch, daß nach Deiner Meinung niemand fragt? So arrogant können Sie sich bereits aufspielen, diese Schweinedreckfabrikanten und Menschheitsvergifter!

**Gift ist Gift! Gift bleibt Gift!**

**Gift wirkt nicht weniger giftig, wenn du es als kranker Mensch einnimmst. Ganz im Gegenteil: Denn Dein geschwächter Körper ist ja nicht mehr so abwehrkräftig, daß er sich des schädlichen Stoffs so einfach zu erwehren vermöchte.**

Das Paradoxon, das Du jetzt klar erkennen solltest:

Nicht den Gesunden, die vielleicht damit noch fertig würden, verabreichen die Ärzte das Gift, sondern den Kranken.

Nun sieh mal, wo ich Dich hingeführt habe! Ich hoffe, Du steigst jetzt besser dahinter, was für ein Wahnsinn ärztliches Behandeln bedeutet und weshalb ich mich so bemühe, Dich davor zu bewahren.

**Das ist der Grund, daß die UrTherapie strikt alle genetisch fremde, künstliche und ungewohnte Stoffe oder Behandlungen ablehnt und nichts darauf gibt, was Menschen Dir zur Krankheitsbeseitigung aus Gründen ihres Lebensunterhalts weismachen wollen.**

Und weshalb diese neue, wahre Naturheilkunde, die UrTherapie, nicht nach »Heilmitteln« sucht oder solche empfiehlt, sondern nur krankhafte Lebensweisen richtigzustellen trachtet.

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Ein »Heilmittel« kann nur nützlich sein, wenn es der Organismus verwerten kann. Alle fremden und ungewohnten Stoffe, mit denen der Körper noch niemals in Berührung kam, die er weder einmal verstoffwechselt, noch in sein Blut integriert hatte, können ihm nicht helfen. Sie müssen ihm zwangsläufig immer nur schaden.**

Du erkennst weiter: Der Mediziner, der die Krankheitswarnsignale Schmerz, Beschwerden und andere Symptome unterdrückt, ist mit einem Zugführer zu vergleichen, der einen mit roter Laterne auf den Gleisen Winkenden nicht sehen will und den vollbesetzten Zug in die eingestürzte Brücke rasen läßt.

Lerne vor allem auch aus solch kleinen, sich Deinem Unterbewußtsein als »Alles-halb-so-Schlimm« einprägenden Meldungen:<sup>9609, 9964</sup>

## Bei Akne kein Verzicht auf Süßes<sup>3709</sup>

Aknepatienten brauchen auf Süßigkeiten wie Bonbons und Schokolade nicht zu verzichten. Eine Verschlechterung des Leidens ist nach Ansicht der Aachener Professorin Dr. Elke-Ingrid Grußendorf-Conen durch die Nascherei nicht zu erwarten.

(DAS GOLDENE BLATT 2.2.1990, NEUE POST Nr.52/1989, BUNTE Nr.16/90)

**Erkenne die Masche der geistig führenden Schulmediziner und professoralen Ärzteführer, die mit solchen Presseerklärungen die Zukunft ihrer Kaste finanziell absichern wollen!<sup>9527</sup> Den kleinen, hart arbeitenden Doktor erkennen wir jetzt klarer als weniger schuldig.**

**Ich frage mich, wie sich eine solche »Spezialistin« habilitieren konnte! Wenn das Gesicht durch essen von Süßem mit Pusteln übersät ist, kann es natürlich nicht noch schlechter werden, klar. Doch steigen wir hinter deren Worte. Einmal gibt die mit Nullkenntnissen über Gesundheit ausgestattete Dame zu erkennen, daß ihre Giftchemieapotheke nichts dafür parat hält, eine einfache Akne zu heilen. Zum anderen wählt sie ganz geschickt das Wort »verzichten«. Denn wer von unserer heutigen Jugend will schon auf irgendwas, und dann auch noch auf Cola und Süßigkeiten, verzichten! (Was ja auch die Umsätze der Zuckerindustrie und Medizinerkollegen schmälern könnte!) So rät die sicherlich ihrer Verantwortung voll bewußte, die Gesundheit unserer Kinder schlimmstens mißachtende Frau Professor raffiniert indirekt dazu, sich weiter mit dem Zuckerdreck der Süßwarenindustrie die Knochen entmineralisieren und die Zähne kaputtmachen zu lassen.**

**Wird Dir deutlicher, warum ich hier ab und zu derartige Ausschnitte aus vielgelesenen Presseorganen und Käseblättchen bringe? Da liest Du ja meist so drüber weg und denkst, na ja, alles halb so schlimm, was von der alternativen Gesundheitsliteratur über Zucker verbreitet wird. Eine Professorin muß es schließlich wissen. Nun weißt Du es besser: Die Fratze des Profits versteckt sich hinter allem, was vom Menschen kommt.**



**Der größte Schadstoff für den menschlichen Körper ist der Zucker, das weiß inzwischen auch der Dümme. (Ich bewerte Zucker und Salz als »die weißen Gifte«.)**

**Heute schon sind so gut wie alle Kinder bereits süchtig nach Süßigkeiten. Zudem: Überaktivität, Aggressivität und Lernschwäche und Kopfschmerzen bei Kindern können nachweislich durch Zucker und künstliche Farb- und Aromastoffe in industriell produzierten**

**Nahrungsmitteln verursacht werden. Und: Die Hauptauslöser von Dickdarmgeschwüren sind: Kuhmilch und ihre Produkte, danach Weizenmehl und weißer Zucker, Hühner und Eier aus Käfig-Hühnerfarmen, Kaffee und schwarzer Tee. Dazu solltest Du wissen: »Dickdarmgeschwüre«, das hört sich harmlos an. In Wirklichkeit heißt die Antwort der Ärzte auf eine solche Diagnose: Der Dickdarm muß meist entfernt und ein künstlicher Darmausgang angelegt werden.<sup>6715</sup> Du weißt was das heißt...**

### Gesundheitsgesetz der Natur:

**Es sind unnatürliche Stoffe, die körperliche Störungen bewirken und »Krankheiten« verursachen. Wenn wir uns unsere Nahrung durch Fabriken, Bäcker oder Köche herstellen lassen, dann machen wir aus natürlichen Lebensmitteln unnatürliche Stoffe. Antilebensstoffe, die von der Schöpfung für uns noch nicht auf ihr Geeignetsein für den von ihr geschaffenen Organismus getestet und für gut befunden wurden.**

Ein Schritt in eine ärztliche Praxis - nachdem Du dieses Buch gelesen hast -, und Du erliegst erneut betörenden Sirenenklängen. Nach der ersten Behandlung muß Du immer wiederkommen, weil der Doktor dann die Probleme zu behandeln hat, die Du ohne ihn nicht bekommen hättest.

Aber deshalb mit einem Mediziner zu streiten ist zwecklos, weil sie sich in einem scheinbar rationalen System eingelebt haben und Glaubenszweifel an ihren orthodoxen Maximen bereits als Gotteslästerung ansehen. Die Ärzte wollen allein entscheiden, wollen sich nicht dreinreden lassen, die Initiative der Patienten wird bewußt kleingehalten. So wird Dir Dein Selbstbehauptungswille ausgetrieben. Und gerade der ist beim Kranksein am nötigsten!

Wisse: Du machst Dich allein damit schon fast gesund, wenn Du um Ärzte in Zukunft einen weiten Bogen schlägst.<sup>2206</sup>

Deren Motto lautet nämlich: Was weißt der denn schon! Hab' ich studiert oder der? Dabei sind ihre Ratschläge so dumm, daß ich mich fast dafür schäme, sie hier wiederzugeben. Aber das wirst Du wohl oft genug schon selbst gemerkt haben. In dieser Art etwa reden sie dann:

1 Zu einem Freund von mir, der unter Nierenschmerzen stöhnt: »Warten Sie nur ruhig ab, bis sich ein Stein gebildet hat, dann können wir Sie operieren und dann wird alles gut.«

1 Zu einem Schwerkranken mit beidseitig schwerer Hüftgelenkarthrose: »Warten Sie, bis Sie 65 sind, dann können wir Ihnen künstliche Hüftgelenke einsetzen«.<sup>2131, 2145, 2149</sup>

1 Im Kreisspital Oberengadin Samedan, als ich mit einer Gehirnerschütterung wegen eines Skiunfalls in jungen Jahren kunstfehlerhaft mit Kortison behandelt wurde, sagte mir der behandelnde Professor: »Daß Sie so lange brauchen um wieder gesund zu werden, kommt nur dadurch, daß Sie dauernd das Fenster offen haben - sogar des Nachts!«

»So dumme Vorwürfe habe ich schon selbst erlebt«, sagst Du, »man muß für den Doktor dann

nur die richtige Antwort parat haben: Als der mir ziemlich forsch an den Kopf warf, mir fehle im Grunde überhaupt nichts, ich sei nur zu schwergewichtig und nervös, gab ich ihm trocken zurück: "Jetzt übersetzen Sie mir das schnell in ihr Medizinerlatein und schreiben es auf die gelbe Arbeitsunfähigkeits-Bescheinigung. Dann kann ich mal wieder zwei Wochen krankfeiern. Trotzdem: Ein Professor sollte nicht solch einfältige Reden schwingen«, meinst Du.

**Wann begreifst Du? Vom Staat verliehene Titel sind keine Garantie gegen Dummheit oder Arroganz - vor allem heilen Titel keine Krankheiten. Das kannst nur Du! Du allein - nicht mal Gott kann es, den Du vielleicht schon manches Mal deswegen angefleht haben magst. Mal abgesehen davon, daß er das auch gar nicht wollen dürfte, wenn er seine Schöpfung nicht hintertreiben will...**

»Wenn Du mir noch genau erklären könntest, warum Medikamentengifte bei Krankheiten keinen Erfolg bringen, wäre ich eher geneigt, sie aufzugeben«, sagst Du.

Ungläubiger Thomas! War meine erste Erklärung Dir nicht gut genug? Aber ich will es Dir zuliebe noch mal andersherum deutlich zu machen versuchen:

Das, was die Ärzte als Krankheit bezeichnen - die Symptome einer vergiftenden Lebensweise - stellt nach der wahren Naturheillehre bereits einen Gesundungsprozeß dar. Der Körper bekämpft die Giftstoffe, und dessen Ausscheidungsprozesse zeigen sich in den Krankheitssymptomen, z.B. Schmerzen oder Gewebeaufbrüchen. Medikamentengift - meist chemische Fremdstoffe - ist wesentlich gefahrvoller für den Körper. Denn der ist ja noch niemals in seiner 30 Millionen jahrelangen Geschichte damit in Berührung gekommen. Da muß er besonders rasch reagieren, um diese ungewohnte, weil neuartige und für ihn Lebensgefahr bedeutende Vergiftung auszuschalten. Also tut er was?

Er veranlaßt die Abwehrzellen, den Ausscheidungsprozeß gegen die zuerst aufgekommene »Schlechkostkrankheit« einzustellen. Deren Symptome gehen dadurch plötzlich oder nach und nach zurück. Die dadurch bedingten unangenehmen Krankheitsempfinden vermindern sich gleichzeitig. Die gesamte Abwehr läßt nun von den leichteren Giften aus der Nahrung ab - und wendet sich der Verteidigung gegen das gefährlichere Chemiegift zu. Der Patient sagt: »Herr Doktor, Ihr Mittel hat mir gut geholfen!«. Ihm bleibt vorerst unbekannt, daß sich bereits im stillen Schlimmeres in seinem Körperinneren anbahnt.

Sind die Medikamentengifte dann fürs erste abgelagert oder egalisiert, so wendet sich der Organismus wieder der ursprünglichen Schlechkostkrankheit zu, deren Symptome sich wieder bemerkbar machen. Der Doktor sagt: »Sie haben einen Rückfall!«

Oder: Der Körper wertet das neue vom Arzt verordnete Gift als nicht so gefährlich wie das alte, beachtet es also vorerst nicht. Und bleibt bei seinem Bemühen, die ursprüngliche Schlechkostvergiftung auszutreiben. Was der Arzt so ausdeutet: »Das Mittel hilft nicht. Sie sprechen nicht darauf an. Wir müssen es mal mit einem stärkeren probieren.«

»Ah - jetzt ist mir alles richtig klar geworden« rufst Du.

Na, Gott sei Dank. Das ist auch wichtig für Dich, damit Du weißt, wie Dich das Pharma-Ärzte-Komplott drankriegt und Dir wirklich klar wird, daß Du von denen keine wirkliche Hilfe bei Krankheiten erwarten kannst. Sonst denk mal an Deine eigene Arbeitsweise: Wenn Du einen Erpresser- oder Drohbrief erhältst, überlagert die unmittelbare Gefahr doch im gleichen Augenblick Dein ganzes bisheriges Denken. Du rennst sofort zur Polizei oder Du tust schnellstens alles, um diese Gefahr von Dir abzuwenden. Und reparierst nicht erst vorher noch die defekte Schnur des Bügeleisens. Und die Polizei? Auch sie stellt alle leichten Fälle zurück und sammelt ihre Kräfte um gegen einen gefährlichen Frauenmörder vorzugehen, der eine Stadt in Aufruhr versetzt. Willst Du noch einen weiteren Beweis? In immer kürzeren Abständen und immer höheren Dosen muß ein Medikamentengiftschaum über die weiter schmorende alte Krankheit gesprüht werden, damit diese vorerst nicht aufflammen kann. Bis sie sich dann mit einem Mal vielleicht in einer Explosion Luft verschafft und sich und ihren Träger ganz auslöscht.

**Was immer auf Dich zukommt: Chemiegifte sind heimtückisch. Bei dem einen schneller, beim anderen weniger schnell bringen sie nach und nach die organischen Abläufe, die ganze Körperharmonie durcheinander oder behindern sie. Dann rennst Du wieder zum Arzt oder mußt ins Krankmachungs- Haus. Du bekommst immer mehr Gifte verordnet - und wenn die dann ihre Giftigkeit offenbaren, dann hat das Krankhaltungskartell der stets ihre Hände in Unschuld waschenden Mediziner-Pharma-Kongregation ihr erstrebtes Ziel erreicht: Dich zu einem ihrer treuesten Anhänger zu formen.**

Die Herren Doktoren der Schulmedizin in der Tierversuchsforschung: Gemeinster Abschaum sadistischen, herzlosen Lumpenpacks, was sich derzeit auf unserem Erdenball tummelt:



Zur Erzeugung von Psychosen werden kleine Affen von ihren Müttern getrennt. Danach bekommen sie künstliche »Ersatzmütter«, die mit Nägeln gespickt sind. Am Anfang der Experimente rennen die kleinen Äffchen zu den Ersatzmüttern hin und nehmen bei der Umarmung Schmerzen in Kauf. Nachdem sie sich immer wieder an den Nägeln verletzen, werden sie immer verzweifelter, bis sie sich nur noch ständig zitternd in eine Ecke des 80x80x80cm großen Gitterkerkers zusammenkauern.

(KROTH, E., Das Tierbuch, 2001 Verlag)

Und von den Medizinforschungs-Ärzten, die sich solches ausdenken können, die es dann auch noch in die Tat umsetzen, von solch gemeinen Kreaturen des absoluten Bösen erwartest Du, daß sie Dich mit ihren, aus solch mitleidlosen unbarmherzigen jahrelangen Beobachtungen des Grauens gewonnenen Medikamenten und psychologischen Behandlungsschemata heilen?

**Wisse: Du machst Dich mit diesen Tierverbrechern gemein, wenn Du zukünftig noch jemals ein Medikament einnimmst!**

Aber gehen wir mal kurz auf die fatale Denkweise der Schulmedizin ein, aus *Krankheiten* Schlüsse zu ziehen, statt *Gesundheit* zu studieren. Leserbrief:

**Mein Kind ist so oft erkältet. Ist das normal, oder muß ich mir Sorgen machen?**

**(BUNTE, am 4.8.1994) Prof. Dietrich Reinhardt, Kinderarzt, antwortet u.a.:**

**Bei Kleinkindern sind etwa sechs bis acht Erkältungen, bei Schülern drei bis fünf pro Jahr normal. (Folgt das übliche Blabla)**

Aus Erfahrung mit Krankheiten der Kinder weiß der Universitätsprofessor, daß die Kids heute von einer Erkältung in die andere fallen. Was ihm deshalb »normal« scheint. Für die UrzeitTherapie bedeutet das aber Alarmstufe Eins. Denn für sie ist höchstens alle drei Jahre mal ein Schnupfen oder Husten für drei Tage »normal«. Sechs bis acht jährliche Erkältungen, die Kinder wie Eltern nerven, das bedeutet: Ein solches Kind besitzt zu wenig Immunkraft. Die im Körper befindlichen Giftstoffe sucht dieser mit aller Gewalt über die Schleimhäute herauszudrängen. Doch bald werden schwere Schäden verursacht sein, denn allein mit Erkältungen schafft der Körper das nicht.

Das war ein Beispiel dafür, wie das Tun der Ärzte, aus Krankheitszuständen Schlüsse zu ziehen, nur als fortschreitende Gehirnerweichung<sup>0667</sup> zu bezeichnen ist. Und sie deshalb mit ihren Folgerungen daraus schief liegen müssen. Die UrzeitTherapie geht dagegen nur von der Gesundheit aus und folgert von dieser Basis. Sie kann Dich deshalb richtig unterweisen.

Falls Du aber mal einige gute Hausmittelchen gegen Erkältungen oder andere Krankheiten in petto hast, die Dir wirklich geholfen haben, dann teile sie mir mit. Ich werde sie dann an die Spitzen der Schulmedizin weiterleiten. Damit sie gleich ihre Ärzte informieren können. Sind die doch wegen anderweitig fehlender Erfolgserlebnisse um so was äußerst verlegen.

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!



# 1. Kapitel. Klarsehen: Es gibt keine Krankheiten 2017

## 1.6 Warum Du aus der Tierverbrechens-Medizin stammenden Medikamenten nie vertrauen darfst

Nicht mal den geringfügigen Krankheiten - wie dem Schnupfen - haben die Ärzte etwas entgegensetzen.<sup>3492</sup> Gegen die größten und gefährlichsten - wie Krebs, Rheuma, AIDS, Asthma - sowieso nicht. Willst Du also darauf vertrauen, daß sie etwas dauerhaft Heilendes gegen die mittelschweren Krankheiten einzusetzen haben? Darüber hast Du Dir im ganzen Leben wohl noch nie Gedanken gemacht. In Deinen Augen kann Dir ja nur ein Doktor helfen. Er ist noch immer ein halber Gott für Dich! Das ist der Grund weshalb niemand dessen Entmystifizierung wünscht. Die ich hier gnadenlos zu Deinem Wohl betreibe.

»Aber die Mediziner haben Mittel gegen den wichtigsten Bestandteil der meisten Krankheiten: gegen den Schmerz!« sagst Du. So leicht willst Du Dich von mir nun doch nicht unterkriegen lassen.

Doch zu welchem Preis! Daß die Mediziner gegen den Schmerz Betäubungsmittel fanden, war für kranke Menschen das Folgeschwerste und Schlimmste, das ihnen passieren konnte!<sup>5003ff, 5104</sup>

»Du mußt nicht ganz bei Trost sein! Wenn Du mal so richtige Schmerzen gehabt hättest - Du würdest doch auch zum ersten besten Mittel greifen, damit Du die schnellstens wieder los wirst!«

Da bist Du wieder mal auf dem falschen Dampfer, lieber Leser-Freund, liebe Lese-Freundin! Ich würde doch heute nicht mehr etwas nehmen, von dem ich im vorhinein bereits weiß, daß es mir schadet. Und das tut schließlich jedes schulmedizinische Medikament. Deshalb würde ich zu den Mitteln der anderen Fakultät greifen - der Natur. Und deren Mittel gegen Schmerz lautet: fasten! Einfach mal 'ne Zeit nichts essen!

**Schmerzstillende Mittel sind vor allem deshalb ein Fluch, weil die Menschen sich einbilden, wenn der Schmerz verschwunden sei, habe sich auch die Krankheit in Luft aufgelöst. So sehen sie keinen Grund mehr, selbst etwas gegen ihr Kranksein zu unternehmen. Sie zeigen sich daher geneigt, die alten Fehler fortzusetzen, welche zu den Schmerzen geführt haben!**

Sie denken: Was soll's! Nehm' ich einfach 'ne Tablette, und weg ist's. Schmerzstillende Mittel

führen dazu, daß kranke Menschen Ärzten und Chemiefabrikanten unberechtigtes Vertrauen schenken und sie noch als ihre Wohltäter ansehen. Anstatt ihnen mit äußerstem Mißtrauen zu begegnen. Anstatt ihnen aus dem Weg zu gehen, wie gefährlichen Rabauken.<sup>3724, 3761, 9856</sup>

Denn tatsächlich wird der Schmerz durch das Mittel nichts anderes als nur betäubt - bald meldet er sich wieder, und das doppelt stark; bald ist man an das Medikament gewöhnt und hat sich dann auch noch mit den dadurch hervorgerufenen Schäden herumzuschlagen.<sup>3813, 3854</sup> Da eine schwerwiegende Krankheit nebst Schmerz wegen der nicht beseitigten Ursache auf Dauer nicht wegzubringen ist, greift der Kranke dann immer öfter nach dem Betäubungsmittel. Bis er letzten Endes neben seiner Krankheit auch noch süchtig ist. Und dann: Weil das Ausschalten von Schmerz operative Eingriffe in den Körper zuläßt, werden sie auch ausgeführt! Wenn die erkrankte Galle einfach herausgeschnitten wird, statt sie solange zu behandeln, bis sie gesund ist, so kann man sich nur fragen, wie ein vernünftiger Mensch dies einem Chirurgen gestatten kann.

Was glaubst Du denn, was die Tabletten, die Du danach nehmen muß, weil Dir eigene Gallenflüssigkeit jetzt fehlt, alles in Deinem Körper anrichten?! Logisch also:

**Wenn alle Medizinen, Medikamente, Spritzen, »Heilmittel« und Operationen erhebliche Gefahren und schädliche Nebenwirkungen heraufbeschwören<sup>3820</sup> - dann ist es nur zu vernünftig, sich einer Heilmethode zuzuwenden, die so etwas mit Sicherheit vermeidet.**

»Also: alle Medikamente, alle Spritzen auf den Müll?«<sup>3534</sup>

Nicht mal dahin darf man sie geben, so schädlich sind sie! Siehst Du endlich, was die sogenannten Heilmittel in Wirklichkeit sind? Nehmen wir aber wirklich einmal an, daß irgend ein Medikament existiert oder entdeckt werden sollte, das frei von schädlichen Nebenwirkungen wäre - ja, selbst dann muß ich als verantwortungsbewußter Gesundheitslehrer davon abraten, es zu nehmen.

»Das ist mir zu hoch!«

Ein solches Mittel würde stets die Fähigkeit Deines Körpers vermindern, sich aus eigener Kraft zu helfen. Wirst Du z.B. mit Steroiden behandelt, dann hört Dein Körper auf, selbst Steroide aufzubauen. Wenn Du ihm ständig künstlich Vitamine zuführst, wird er bald die Kraft verlieren, diese selbst aus der Nahrung herauszuziehen, da er sich auf die künstliche Zufuhr einzustellen beginnt und sich darauf verläßt, sie bereits extrahiert bequemer zu erhalten. Gibst Du ihm Kopfschmerzmittel, dann produzieren Deine Drüsen immer weniger schmerzstillende Endorphine und Deine Schmerzen werden immer stärker. Nun weißt Du auch - hast Du einmal mit dem Dreck der Chemie angefangen - warum es immer schlimmer für Dich kommt.

Muß ich es noch deutlicher machen? Dann will ich einen anderen zu Wort kommen lassen, einen früheren Präsidenten des ehemaligen Bundesdeutschen Gesundheitsamtes, das richtig ja »Krankheitsamt« heißen müßte; denn es befaßt sich so gut wie immer nur mit Krankheiten und nicht mit Gesundheit. Er sagte:

**»Die Mehrzahl der gesundheitspolitisch bedeutsamen Krankheiten ist mit den Mitteln der Schulmedizin nicht oder nur unvollkommen zu bekämpfen!« Und sein Vertreter ergänzte: »Therapieschäden sind die häufigste Krankheitsursache.«**

Als Frauen gegen drohende Fehlgeburten das chemische Hormon DES (Diäthylstilböstrol) verschrieben wurde, stellte sich bei deren Töchtern - 25 Jahre danach (!) - Vaginalkrebs ein. Bedenke: bei deren Kindern! Laß es in Deinen Kopf rein: Nach 25 Jahren bekommen die Kinder medikamentenbehandelter Frauen Krebs! Das ist Chemie!<sup>1102, 1115, 1118f</sup>

»Das DES gibt es heute ja Gott sei Dank nicht mehr«, atmest Du auf.

Aber immer noch genügend Dummköpfe, die sich mit dafür neu auf den Markt geworfenen Ersatzmedikamenten<sup>3751, 3758</sup> oder anderem Gift füttern lassen. Bei denen die giftigen Auswirkungen nur besser zu vertuschen sind, weil man in der Medizin Erfahrungen stets erst dann macht, wenn das Kind in den Brunnen gefallen ist. Eine unbestrittene medizinische Erfahrungstatsache ist jedenfalls die: In jedem kranken Körper wohnt eine äußerst gesunde Pharmaindustrie!

»Nun ja, bei dem Medikament DES handelt es sich nur um einen einmaligen Fall, Du kannst doch deshalb nicht alle Chemie verdammen!«

Deine Blauäugigkeit in Ehren, aber recherchiere *ich* das alles, oder Du? Wo und wie hast *Du* Dich denn sachkundig gemacht? Wenn es Dich interessiert, dann wirf mal einen Blick ins Literaturverzeichnis am Buchende...<sup>1115, 1118</sup> Sei doch ehrlich: Du hast anderes im Kopf. Dir ist das zu lästig, Du willst das alles nicht so genau wissen, damit Du weiter die Verantwortung für Dich, Deine Kinder, Deine Zukunft auf Deinen weißen Gott übertragen kannst, nicht wahr? Na, dann will ich Dir noch zwei DES-ähnliche Fälle auf Deinen künftigen Gesundheitsweg mitgeben:

I Dir als Frau schwellen plötzlich die Brüste wie Ballons an und schmerzen wie verrückt? Dann bist Du in jungen Jahren vielleicht mal mit Penicillamin behandelt worden.

I Du ißt kein Fleisch und bekommst mit 40 Jahren trotzdem mit Gelenkrheuma zu tun? Dann kann das durchaus deshalb sein, weil Du eine Injektionsimpfung gegen Kinderlähmung erhalten hast.

Denn was Dir da jetzt als »unbedenkliche Ersatzmittel« oder als ein nach neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen hergestelltes neues Heilmittel verkauft wird, das ist nur deshalb unbedenklich, weil dessen schädigende Auswirkungen mangels mindestens 50jähriger Prüfung am Menschen noch nicht festgestellt werden konnten!

Glaub mir: Für jedes geschluckte chemische Krankheitsverlagerungs-Medikament vom Arzt zahlst Du eines Tages bitter!<sup>3773</sup> Was meinst Du denn, wieviel von den Ärzten diesbezüglich

alles unter den Tisch gekehrt wird! Die Amerikaner sind da schon mal offener:

»Viele Millionen sind mit der Poliovakzine geimpft worden, die den krebserregenden Virus SV-40 enthielten, der in Affenurien vorhanden ist. Es ist deshalb wahrscheinlich, daß erst in 20 Jahren die schädlichen Folgen sichtbar werden.« (Prof. Dr. Med. Clausen/Universität Odessa/USA.)

Willst Du genau wissen, warum überall auf der Welt auf Teufel komm raus gegen immer mehr angebliche Krankheiten geimpft wird? Zum Wohl und zum Schutz der süßen Kleinen? Du ahnst es nicht:

**Deshalb, weil es so nicht ans Licht der Sonne kommt, daß ungeimpfte Kinder gesund bleiben, während geimpfte krank werden. Und die meisten davon für ihr ganzes Leben viel anfälliger für Krankheiten sind!**

Die Eingabe von Antikörpern auf natürlichem Wege halte ich dagegen mit großen Vorbehalten für akzeptabel - wenn auch bei gesunder Lebensweise für völlig unnötig. Bei den Füchsen z.B. werden gegen Tollwut Hühnerköpfe ausgelegt, bei der Schluckimpfung gelangt der Impfstoff, also die körperfremden Eiweißstoffe bzw. das Impfserum, auf natürliche Weise in den Körper und nicht sofort in die Blutbahn.

Sieh den Zusammenhang: Jahre hat es gedauert, bis man Formaldehyd, Holzschutzmittel und Asbest als giftig erkannte, und bedenkenlos haben Fabrikanten wegen des damit verbundenen hohen Profits selbst Schulkinder mit dem Giftbrei verseucht. Merke: Medikamentenhersteller sind Fabrikanten. Zu Deinem großen Glück wirst Du Dich zukünftig mit Medikamenten sowieso etwas schwerer tun: Allein schon die (sehr berechtigte) Angst, die ich Dir vor deren Einnahme hier im Buch gemacht habe, steigert die auftretenden Nebenschäden um ein Vielfaches. <sup>3508f</sup>

Du mußt Dich endlich von der Illusion befreien, daß Dir nicht nahestehende Menschen stets wohlgesinnt seien, nur Dein Bestes wollten und Dich ehrlich behandeln würden. Warum die Ärzte gar nicht daran denken, für Dich das Beste zu tun? Weil sie *nie* ein Netzwerk gegenseitiger Erfahrungen aufgebaut haben, mit dem sie hätten feststellen können, daß z.B. bisher noch kein stets nur rohe Kost essender Mensch an Krebs, AIDS, Rheuma, Multipler Sklerose, Allergie und was auch immer erkrankte.

**Wären sie nicht ethisch verpflichtet, das zu veröffentlichen, nämlich daß unter Milliarden Krebstoten auf dieser Welt die Krebsforscher keinen einzigen fanden, der Rohkost zu sich genommen hat! Doch das wird totgeschwiegen. Das nennt sich wertfreie, objektive Wissenschaft!**

Jetzt hat endlich Prof. Leitzmann von der Universität Gießen eine Studie über diese alternativ Lebenden gestartet. Wenn das die Presse aufnimmt, wäre dies seinem Ruf und Einfluß zuzuschreiben. Merke:

Nur Du selbst kannst etwas für Dich tun. Deshalb unterbreite ich Dir hier diese Selbstbehandlungsmethode UrTherapie. Wenn Ärzte das Wort »Selbstbehandlung« nur schon hören, sträuben sich ihnen die Haare!<sup>2136, 2138</sup> Klar: Denn da geht's bei denen ans Eingemachte!

»Also ist es völlig aus damit, mir jemals wieder von einem Arzt etwas verschreiben zu lassen?«<sup>9929</sup>

Es sei denn bei einem schweren Unfall. Niemals aber bei Krankheit. Sei froh, daß Du Dir all diese Gifte künftig aus dem Leib halten kannst. Mit der UrMedizin im Körper wird das alles für Dich entbehrlich.

»Und wenn es gar kein Gift war, sondern nur etwas, das dem Körper dringend fehlte, wie etwa Kalk oder Vitamine?«

Bei jedem Menschen wirkt eine Krankheit anders. Weil die Menschen nicht auf Krankheit genetisch programmiert sind, weil der eine noch gutes, der andere bereits schlechtes Erbgut besitzt. Weil sie schwache oder starke Widerstandskräfte besitzen. Weil dabei alle mitbetroffenen Organe verschiedenartig stark erkrankt oder geschwächt sein können, da jeder Mensch seinen Körper anders behandelt hat. Du bist also nie sicher, ob eine Verordnung - vor allem eine ärztliche - Deinem Krankheitszustand genau angemessen und ob eine Dosis nicht zu hoch oder zu niedrig angesetzt ist. Etwas zu viel vom Kalk und er stärkt nicht mehr, wie von den Medizinern erhofft, Deine Knochen, sondern lagert sich an Deinen Aderwänden ab. Etwas zuviel Vitamin - und es bilden sich Harnsteine oder Dir fällt die Haut in Fetzen ab, wie z.B. bei den B-Vitaminen..

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Der menschliche Körper reagiert auf Künstliches unvorhersehbar und verschieden. Nur auf Natürliches reagieren alle Menschen gleich positiv.**

Es ist nicht im geringsten damit getan, dem Körper etwas Fehlendes - nicht mal für Hormone gilt das! - zuzuführen. Das Fehlende ist abgetrennt und aus seinem natürlichen Zusammenhang gerissen. Der Körper dagegen ist gewohnt, es in einer für ihn richtigen, ihm bekannten und gewohnten Form und Zusammensetzung vorzufinden und aufzunehmen. Wird ihm etwas einzeln für sich angeboten, so nimmt er den zugeführten Stoff nur schlecht (oft gar nicht) auf. Oder er lagert ihn in nicht dafür vorgesehene Depots ab, weil diese Stoffe meist nicht im lebendigen Zusammenhang mit natürlicher Nahrung angeboten werden..

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Der Körper ist seit Millionen von Jahren darauf eingestellt, Sauerstoff, Vitamine und Mineralien nicht pur, sondern in inniger Verbindung mit anderen Lebensstoffen und in zu deren Stoffwechsel unentbehrlichen und in den seit seiner Evolution gewohnten Mischungsverhältnissen zu erhalten.**

Weiter: Der Körper muß in der Lage sein, das Richtige in seiner richtigen Zusammensetzung auch richtig aufnehmen zu können. Besser gesagt: Er muß die rechte »Aufsaugkraft« dafür besitzen. Kein Arzt weiß, ob sein Patient die besitzt.

Wird Dein Körper nicht genügend bewegt, ist sein Blut nicht in der Lage, ihn genügend zu versorgen. Seine Zellen besitzen zu wenig Sauerstoff, um das bei der angewöhnten Lebensweise nebenbei Zugeführte aufzunehmen oder verarbeiten zu können. Selbst wenn er genügend bewegt wird, dürfen im Körper selbst keine Hindernisse bestehen, welche die erforderliche Sogwirkung verhüten. Etwa, daß seine Adern zu viel Ablagerungen, seine Gewebe zu viele Fettstoffe enthalten oder seine Organe durch eine unnatürliche Lebensweise ganz oder teilweise bereits gestört oder zerstört sind.

Bedenke: wenn Du als Kranker nur schon ein bißchen Kaffee oder Tee täglich trinkst, dann verhindern diese Genußmittel allein schon, daß Dein Darm z.B. Eisen voll aufnehmen kann:<sup>5200, 6309ff</sup>

50% gehen durch die darin enthaltenen Gerbstoffe dem Körper verlustig. Ißt Du dazu noch Wurst, Fleisch oder andere phosphatsalzhaltige Lebensmittel, dann wird das Eisen so gebunden, daß es von Deinem Körper nicht aufgenommen werden kann. (Bei Noch-Gesunden dauert es länger, bis die Folgen erkennbar werden.)<sup>6300, 6304, 6336, 6348</sup>

Frisches Vitamin C in Beeren, Früchten und Pflanzen bringt es dagegen fertig, daß das vorhandene Eisen in Deiner Nahrung bis zu 100% verwertet wird.<sup>7002, 7006</sup> Bei nur dreitägiger Lagerung in der Speisekammer verliert Vitamin-C-haltiges Gemüse allerdings bereits *zwei Drittel seiner Wirkstoffe*, beim Kochen bis zu *70 Prozent*. Und künstliche Vitamine sind Fremdstoffe, voller heimlicher Gefahren, wie Du schon weißt. Merke:

**Auch das Denken muß mitspielen. Der Mensch muß einen gesunden Körper wollen, er muß den echten Willen zur Heilung aufbringen, ja, er muß zutiefst davon überzeugt sein, daß er das einzig Wahre dafür tut! Deshalb mein längeres Ins-Thema-Einführen hier in diesem Buch: Nur, um Dich einsichtig zu machen. Um so mehr stärkt es Dich, das Notwendige auch zu tun.**

Nur nicht künstliche Mittel schädigen Dich auf Dauer nicht. Nur natürliche, von der Natur für den Menschen bestimmte Mittel sind ungefährlich. Die großen Profiteure der Menschheit haben uns von Kind an einer Gehirnwäsche unterzogen, die bestens funktioniert:

- Man geht zum Doktor, wenn man krank ist!
- Man ißt, was die Menschen feilbieten und verkaufen.
- Man akzeptiert, was gelehrte Herren der Wissenschaft als richtig verkünden.
- Man glaubt, was die Doctores wollen, daß wir es glauben - und widersprüche das noch so sehr dem gesunden Menschenverstand!

Das sitzt so tief, daß jeder Andersdenkende für leicht verrückt gehalten oder mit tiefstem

Mißtrauen beäugt wird, wenn er diese Vorurteile brechen will.

Wie war das noch, was das Krankheitsamt bekannt gab: Therapieschäden der Schulmedizin sind die häufigste Krankheitsursache. Dann also laß Dir sagen: Deine Gesundheit ist ein zu kostbares Gut, um sie einem Arzt zu überantworten! Nimm sie in Deine eigenen Hände!

Täglich gehen bei den Staatsanwaltschaften an die 50 Strafanzeigen gegen die Ärzte in der Bundesrepublik wegen schlimmster Kunstfehler ein. Doch ist anzunehmen, daß mindestens hundertmal so viele Menschen schwerstens geschädigt werden, die sich scheuen, deswegen gegen die Mediziner vorzugehen. (Wer bekommt schon gegen die recht!) Und tausendmal so viele Kranke werden es sein, die geschädigt sind, aber nicht erkennen, daß sie ihre Krankheiten ärztlicher Behandlung verdanken. Und millionenmal so viele Kranke gibt es, die nach Jahren aufgrund der vorher eingenommenen Mittel erkranken und deswegen qualvoll oder frühzeitig sterben.<sup>3821, 3759</sup>

**Vor unser aller Augen verseucht die Chemie mehr und mehr die Erde, lösen chemische Gase die Schutzschicht der Erde auf, lassen chemische Verbindungen aus Schornsteinen und Automotoren die Wälder sterben (und lösen Katastrophen größten Ausmaßes aus), machen chemische Drogen süchtig. Und Du glaubst noch immer, daß Dich die Chemie gesundmachen kann?** <sup>3518, 3786, 3828, 3731, 3852</sup>

Ja - es dürfte doch niemand mehr krank sein, wenn die Medikamente so gut wären wie man sie anpreist! Oder wie siehst Du das? Und doch ist der Glaube an das Gift nicht ausrottbar.

»Aber die Nahrung besteht doch ebenfalls nur aus chemischen Verbindungen.«

Richtig. Aber es ist ein Unterschied, ein grenzenlos großer Unterschied, ob die Nahrung von Menschen des Profits wegen produziert wird, oder ob sie aus der Natur - Du magst auch sagen von Gott - stammt. Zwischen der göttlich eingehauchten Chemie und der vom irrenden Menschen gemachten besteht ein Unterschied wie zwischen einem gesunden Weidenbaum und einer Aspirin-tablette.

**Dich müssen jetzt allein schon tausend Schauer überlaufen**, wenn Du nur das Wort Chemie hörst.

Mach Dir angesichts der durch Medikamente verursachten Schäden klar: Hier handelt es sich nur um die Spitze eines Eisbergs! Vergiß nicht, daß das Medikament Contergan<sup>3523</sup> die Kinder im Mutterleib verkrüppelte. (Die Skrupellosigkeit der Pharmaindustrie sprengt jede Dimension des Denkbaren: Heute wird Contergan den Ärmsten der Dritten Welt verkauft. Als Lepra-Heilmittel.) Vergiß nicht das Antidepressivum Normud, das schreckliche Entstellungen bewirkte. Vergiß nicht den Appetitzügler Menocil, der viele Einnehmende an primärem Lungenhochdruck erkranken ließ, was meist zu lebenslangem Siechtum und frühem Tod führte. Vergiß nicht, wie das Rheumabehandlungsmittel Coxigon vielen Menschen den Tod brachte und unzähligen anderen irreparabel Knochenmark, Leber, Galle und Nieren schädigte. Vergiß nicht, wie durch das Durchfallmittel Mexaform tausende Menschen erblindeten,

gelähmt wurden und zu Tode kamen! Vergiß nicht die vielen Toten bei den Rheumamitteln Butazolidin und Tanderil. Vergiß nicht - 3800ff

»Komm, hör schon auf«, unterbrichst Du. »Schreckensnachrichten höre ich täglich genug.«

Na schön, wie Du willst. Und wenn wieder so ein Chemiepräparat Hunderttausenden Kranken für das ganze Leben einen Mühlstein von Leid und Schmerz angehängt und ihnen die Freude am Leben genommen hat – dann wird das von den Verursachern nicht etwa finanziell wieder gutgemacht oder entschädigt, iwo, das läßt diese Malefizbande völlig kalt. Es folgt nicht mal 'ne Entschuldigung.

Wisse:

**Weltweit sind es über 220.000 verschiedene Medikamentenarten, die Dich schädigen und Dir frühen Tod bringen. 3800ff**

Kleine Bröckchen aus den Leichenteilen von ägyptischen Mumien verwandten die Ärzte des Mittelalters für die Krankenmedizin. Die schwierige Art des Beschaffens, der lange Transportweg, die seltene Art der Arznei und der durch den Glauben an sie hochgeputzten Hoffnung wurde zu einem gewinnbringenden, blühenden Geschäft für alle Beteiligten – natürlich außer den kranken Menschen.

Die obige Mumie ist bereits stark ausgeweidet. Kein Wunder, es handelte sich um einen Amon-Priester, dessen Verwesungsreste besonders große Heilwirkung versprach... Das vertrocknete Leichen- und Verbandsgewebe dieser Mumien wurde den damaligen Artzeneyen für teures Geld beigemennt.



»Puh, wie abscheulich! Da bin ich froh, damals nicht Patient gewesen zu sein«, sagst Du.

Wie naiv Du noch immer bist: Heute werden z.B. Hirnhäute von Leichen genau so zu Medizin verarbeitet und Patienten verschrieben! **Nur ist das kannibalische Stinkzeug jetzt so fein verkapselt, daß Du nicht mehr riechst, von welchem vielleicht an Krebs, Tuberkulose oder AIDS verstorbenen Krankenhauspatienten es stammen könnte.**<sup>2315</sup>

Die Teile der in unserer Zeit gefledderten Leichen sind nur etwas frischer und zufolge der kräftigeren Leichgiftaktivität doppelt so gefährlich für Dich. Du erkennst erneut: In der schulmedizinischen Krankheitsbehandlung hat nicht der geringste Fortschritt stattgefunden! Nichts hat sich geändert.

»Damit aber kein Ekel oder Widerspruch beim dummen Volk bzw. der auf Seiten der Schulmediziner stehenden Journalisten aufkommt«, so sagten sich die deutschen Ärzte,



»sprechen wir in Zukunft nicht von Leichenfledderei, sondern von "Leichenteilentnahme"«. Und die amerikanischen Ärzte prägten einen noch schöner verharmlosenden Begriff dafür: Leichenteil-Ernte... Was die Kranken dann ernten, das werden sie später erleben...

Bald wird man ihnen versichern, daß es sich bei den heutigen medikamentös verarbeiteten menschlichen Kadavern um garantiert biologisch wertvolle, gepflegte und sorgsamst desinfizierte Leichenteile handele, die man pietätvollerweise jedoch eingerührt in schwarzen Kaffee zu sich nehmen solle.<sup>2291, 2315, 2529</sup> Unter Garantie: Auch das würde geschlürft - stammt es doch von der am höchsten angesehenen, göttergleichen Kaste auf dieser Erde: den Ärzten der Schulmedizin.

Und sollte dieser dezente Kannibalismus von heute in ein paar Jahren seine Mystik und auch die Chemiegifte ihre Anziehungskräfte verloren haben - dann werden wieder Krokodilskot (falls wir die Tierart Großechsen nicht bis dahin ausgerottet haben) und Mäuseschwänze als Medizin genommen werden. Natürlich auch diese feinstens extrahiert, püriert, pulverisiert, keimfrei hergestellt. Zweifach hygienisch verpackt, vierfach eingeschweißt in Goldfolie, bestens versehen mit Garantiegutachten der renommiertesten Professoren. Wissenschaftlich einwandfrei in ihrer Heilwirkung bestätigt durch multizentrische, superrandomisierte Dreifach-Blindstudien...

Die KLASSISCHE NATURHEILKUNDE gehört nicht zu den Alternativ-Medizin-Verfahren. Diese Behandlungsarten bedingen alle – und Patienten erwarten das vor allem - die Therapie durch einen Therapeuten. Die KLASSISCHE NATURHEILKUNDE sieht dagegen eine Heilung der Kranken in größter Gefahr, wenn ein fehlerhafter Mensch einen anderen behandelt und sich dafür vor einer Heilung bezahlen läßt. So wurzelt die KLASSISCHE NATURHEILKUNDE in der Tradition des Priesterarztes Hippokrates, der für seine Hilfe nichts verlangte und höchstens ein Geschenk dann annahm, wenn er erfolgreich gewesen war. Sehr nahe steht sie der buddhistischen Lehre: In allem was ihr tut, seid achtsam! Respektiert alles Leben auf der Erde!

Teilnehmend frage ich eine Seminaristin, die mit dick verbundenem Arm im schwarzen Dreiecktuch vor mir sitzt: »Wie klappt das denn morgens mit dem Anziehen? Hättest Du doch Deinen Mann mal mitgebracht!« Die Antwort wird ihr von der sehr jungen und sehr schönen hinter ihr sitzenden Petra abgenommen:

»So was schaffen wir auch allein, lieber Franz – so hilflos sind wir Frauen heute nicht mehr! Im übrigen können die Männer eine Frau sowieso stets besser ausziehen als anziehen!« Erst als meine Tischgruppe laut zu lachen anfang, überflog ein zartes Rot ihr Gesicht.

»Wir danken Dir, liebe Petra, für den aufschlußreichen Ratschlag aus Deinen Erfahrungen«, schloß ich das Lachen.

---

# 1. Kapitel. Klarsehen: Es gibt keine Krankheiten 2017

## 1.61 Die Homöopathie aus Sicht der UrTherapie

»Dann kann ich zu den homöopathischen Heilmitteln also unbedenklich greifen? Die sind ja meist nicht künstlich hergestellt.«<sup>2058, 8213, 8229</sup>

Diese Medizinen, deren angeblichen Heilstoffe so weit verdünnt sind, daß oft nicht mal mehr ein einziges Molekül von ihnen im Wasser der Medizin vorhanden ist, schaden Dir sicher nicht. Sie vermögen es vielleicht auch, als Einbildungsmedizin und Placebo<sup>3514, 3525</sup> mittels Selbsttäuschungseffekt - falls der stark genug ist - das Leiden eine Zeit zu unterdrücken.<sup>3491</sup> Erklärt wird die angebliche Wirkung mit »einer Art Übertragung von Energieschwingungen im feinstofflichen Bereich«. Also eine harmlose Spinnerei.<sup>6704</sup> Wenn ich von dieser Hokus-Pokus-Medizin auch nicht viel halte und mich deshalb über sie auch nur in homöopathischer Dosierung verbreiten will, bin ich allein schon deshalb für die Handaufleger, Geistheiler und Homöopathen, weil sie Dich vor den wirklich Schäden verursachenden Medizinern fernhalten. Und immerhin bist Du hier bei den Praktizierern der »Sprechenden Medizin«, während Du Dich bei den Ärzten - wie bekannt - bei den Anhängern der »Sprachlosen Medizin« befindest. Ich hoffe, Du hast inzwischen erkannt:

*Medicina vinci fata non possunt.* (Durch Medikamente kann das Schicksal nicht besiegt werden.)

Wenn Du Dir aber mit einer unschädlichen Placebomedizin<sup>9411, 9450</sup> für 'ne Weile für Deine Krankheit Hoffnung holen willst - ich hab nichts dagegen. Ich glaube nämlich, daß dieser Samuel Hahnemann, der Erfinder homöopathischer »Heilmittel« im stillen ein ganz schlauer und trotzdem gütiger Menschenfreund war, ein sich selbst gegenüber ehrlicher Arzt und guter Kenner der menschlichen Seele. Ich möchte ihn hier nicht dem gleichen Gelächter ausliefern, wie das die Schulmedizin (noch!) praktiziert. Von der er sagte, daß »diese unter dem Mantel des Schafes wie ein tollwütiger Wolf unter den Kranken wütet«. Der - um die hilflosen Kranken vor ihr zu retten - statt dessen eine ungefährliche Suggestivmedizin schuf. Eben jene Homöopathie, die auf harmlose Art das durch keine Niederlagen und Enttäuschungen kleinzukriegende Sehnen der Kranken nach heiltätigen Wundermedizinen zu erfüllen vermochte.<sup>2181/4/9, 2190</sup>

Samuel Hahnemann (1755 bis 1843) hat - wenn ich sein Werk recht verstehe - das Simile-Prinzip nie als ehernes Naturgesetz verstanden, mit dem er alle Krankheiten heilen könnte. Es bedeutete ihm mehr eine Alternative zur sich gerade entwickelnden Allopathie, die damals neben den in Kauf zu nehmenden Schäden auch noch mit dem Erdulden schlimmster

Schmerzen verbunden war. Hahnemann verfeinerte die Theorie von Brown, der kurz zuvor gelehrt hatte, Krankheit entstünde durch Hemmung oder Überreizung.

Doch auch er griff auf die alte Signaturlehre des Paracelsus zurück - nur nahm er statt Pflanzen Extrakte, verdünnte Auszüge von Alkohol oder Opium, mit denen er Heilbehandlungen vorschlug. Was auch viele Ärzte der Schulmedizin um die Hälfte des 18. Jahrhunderts freudig als Lehre annahmen und weiter verbreiteten. Brachte es ihnen doch viel Zulauf. Selbst von Nichtkranken, die sich eigens dafür als krank ausgaben, um an die neuesten, so angenehmen Heilmittel zu gelangen. Die Ärzte sahen so ihre guten Pfründe in Gefahr und verbreiteten, daß diese Therapie mehr Menschenleben gekostet hätte als die Französische Revolution und die Napoleonischen Kriege zusammen. Doch Hahnemann wußte: Der Kranke kann sich durch den Glauben an einen Arzt, an eine Methode oder eine Pille für eine gewisse Zeit tatsächlich gesund fühlen. Und gerade bei der Homöopathie kann er sich der Selbsttäuschung besonders lange hingeben, da diese nicht mal unangenehme Nebenwirkungen in ihm hervorruft, weil deren Mittelchen zu 99% harmlos sind.

**In Wahrheit wird er auf diese Art natürlich nie gesund werden. Im Gegensatz zur UrTherapie, die den Kranken nicht täuschen will, sondern tatsächlich für immer gesund macht. Wenn dieser ihr so nachkommt, wie sie hier angeraten wird.**

Diejenigen, die dem Hahnemann nachgeforscht haben, wollen wissen, daß er - wie die meisten Ärzte heute auch - bald wußte, wie schädlich die damals üblichen Medikamente für seine Patienten waren. Er habe aber ein hohes Maß an Verantwortungsbewußtsein besessen und verdünnte deshalb die Mittel so sehr, daß diese seinen Patienten die Leiden weder verlängerten noch neue schufen und sie mit der Zeit von selbst heilten. Für die verblendete Arroganz der Schulmediziner sind jedoch Naturheilärzte und Homöopathen nur Unwissende, »die es unausrottbar kitzelt, sich als Ärzte zu versuchen.«

Wenn es Dir nach einem Besuch beim Chemiedoktor besser ging, dann wisse: Das war entweder der Placebowirkung »Doktor« zuzuschreiben oder aber der 'vis medicatrix naturae'. Also entweder Deinem Glauben, der Arzt könne Dir helfen, oder aber der Stärke des »Medikaments« Natur in Dir, welche die meisten Wehwehchen nach einiger Zeit von selbst zum Verschwinden bringt.

Ein kluger Arzt rechnet mit seiner eigenen guten Placebo(ich werde gefallen)-wirkung. Ein dummer rechnet mit der guten Wirkung des von ihm verschriebenen Medikaments. Unter den amerikanischen Mediziner kursiert dieser Witz:

»Haben Sie schon gehört, Herr Kollege, daß Dr. Jones seine Praxis verloren hat?«

»Nein, wie kam das denn?« »Er war ziemlich lange in den Ferien. Als er zurückkam, waren all seine Patienten gesund.«

Du solltest wissen, daß dieser Witz sogar völlig erwiesenen Tatsachen entspricht.<sup>2063, 2701</sup>

Die Wirkung der Homöopathie beruht auf ihrer Nichtwirkung. Das ist kein Paradoxon: Weil diese mit ihren Kleinstmengen an Medizinextrakten nicht schädigt, können sich die eigenen Heilkräfte des Körpers besser entfalten und brauchen sich nicht auf die Nebenschäden der eingegebenen Giftstoffe zu konzentrieren. Jedenfalls versucht sie nicht, die Symptome, durch die der Körper seine Abwehr gegen die Krankheit kundtut, mit Medikamenten zu unterdrücken. Hahnemann gab vielmehr dem Kranken ein Mittel, das die spezifischen Abwehrzeichen des Patienten verstärkte und meinte, so die Selbstheilkräfte anregen zu können: Similia similibus curentur.

»Aber dieser Gedanke ist doch gar nicht so schlecht«, rufst Du, »das kann doch nur in Deinem Sinne sein: sich den Teufel um die Krankheitskeime scheren und der Natur das Heilen überlassen.«

Das hast Du schon gut erfaßt. Aber vergiß nicht: Die UrTherapie bestreitet das Vorhandensein von Krankheit. Wenn der Körper vergiftet ist, muß das Gift raus. Und später darf kein neues mehr rein! Und auch Heilmittelchen für das Immunsystem gibt es nicht. Es läuft immer wieder auf eins raus, willst Du wirklich gesund werden oder es bleiben: Kein Mittel und kein Mensch kann Dir helfen.

**Du selbst mußt die Sache angehen! So hat es die Natur für alle 600.000 Lebewesen seit Millionen Jahren eingerichtet. So will sie es! Und so muß es auch sein, soll das Schlechte nicht über das Gute siegen.**

»Und was hältst Du z.B. von der Kneipptherapie<sup>8203ff</sup>, die mit Wassergüssen Heilung verspricht?«

Es gibt keine bequemen Wege zur Gesundheit. Andererseits: Bei einer solch harmlosen und unschädlichen Therapie habe ich nichts dagegen, wenn Du sie ausprobierst. Kneipp als Naturapostel, lieferte einen kleinen Baustein zum großen Gebäude der UrTherapie, die Abhärtung und »Raus aus der Stadt« und »Rein in die Natur« fordert!

Aber am Ende wirst Du als chronisch Kranker um die UrMethode nicht herumkommen! Nicht sehr viel halte ich dagegen von den vielen esoterischen Zirkeln. Die verwirren mehr, als Dir Geistesklarheit zu verschaffen. Bleib Du mit beiden Beinen fest auf der Erde!

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Die UrMethodik stellt die höchste Stufe aller gesundheitlichen Erkenntnis dar. Sie erspart es Dir, daß Du Dich noch mit anderen Theorien befassen muß. Denn sie ist der Gipfel aller Naturmedizinen.**

Aderlaß, Baunscheidtieren, Schröpfen,<sup>3210</sup> Mayr-Kur,<sup>8332</sup> Ozontherapie, Neuraltherapie, Cantharidin-Pflaster und was es sonst noch an sogenannten alternativen Methoden gibt, das kannst Du alles vergessen - es bringt allein nicht viel.<sup>8220</sup> Die Neuraltherapie mit dem Spritzen von Procain soll manchmal blitzartig helfen, aber leider meist nicht bei Dir. Kneippen ist aber

immer gesund.<sup>6820, 8200ff</sup> denn es härtet Dich ab und bringt Dein Immunsystem auf Trab. Allerdings stimmt es gar nicht, daß Kneipp die Eisdecke eines Flusses aufgeschlagen habe, um dann in den Fluß einzutauchen. So verrückt war der Kneipp nun doch wieder nicht. Derart martialisch ging es bei ihm gar nicht zu. In der Kneipp-Biographie von Eugen Ortner heißt es: *»Der Schnee fiel in dicken Ballen leise, leise auf die Erde. Nun schob sich der Fluß gelbgrau unter ihm hin, und die Schneeflocken schwammen wie weiße Blasen auf den dunklen Wassern. Nun trat er ins Wasser. Noch einen Schritt, noch einen.«* (S.52) Von Eis keine Spur, aber ganz schön kalt war das Flußwasser wohl doch... Der Aderlaß bürgert sich langsam wieder bei den Ärzten ein. Das Baunscheidt-Verfahren magst Du von mir aus mal probieren, es ist ungefährlich.<sup>8221</sup> Chiropraktik und Akupunktur kann helfen - aber es müssen die besten sein, die Du deswegen konsultierst.<sup>9879</sup> Ärzte kannst Du vergessen - die machen 'nen Wochenendkurs und locken damit Patienten.

»Und was hältst Du von der Bach-Blüten-Therapie, der Ajurveda-Medizin, Reiki und Moxa-Therapie?«

Die erstere holst Du Dir mit der UrTherapie, wenn Du wieder in Wald und Flur hinauswanderst. Süße Düfte streifen ahnungsvoll das Land... Ich ziehe sie dort als reinen Naturduft so tief in mich ein, daß mir schwindlig wird. Ich hoffe, Du tust das auch, wenn Du Dir noch ein bißchen Herz für die Natur bewahrt hast. Denk daran, wie viele Blüten für diese Essenzen den Insekten genommen werden, wieviel Natur zerstört wird, um sie herzustellen, falls das ehrliche Ölhersteller tun...

Aber wir wollen das nicht kleinlich sehen: Die UrMethode lehnt nichts ab, was den Menschen der Natur und dem Natürlichsein zuführt und ihm das Eigenverantwortlichsein für seine Leiden und sein Dasein bewußter macht. Die UrTherapie ist weit gespannt. Unter ihrer Kuppel finden alle sanften Naturthesen Platz. Doch was Ajurveda betrifft, frag Dich doch selbst:

Was sollen frische Heilkräuter auf den Gelenken? Die gehören höchstens in den Mund! Was soll warmes Öl, über Deine Stirn rinnend, bewirken? Und letztlich: Was soll die Zauberformel Nehana - Entgiften - mit dem Essen von Butter zu tun haben? Als wenn Du nicht schon genug schädliches Cholesterin vom tierischen Fett im Körper hättest!

Die Begründer dieser Heilweisen wissen, daß sie damit nur Erfolg haben, wenn sie es den Kranken möglichst bequem machen - genau wie die Schulmediziner das auch halten: Pillen schlucken, in den Schlaf versetzen und operieren. Oder an Essenzen riechen. Oder: Hinlegen und warmes Öl auf sich tropfen lassen, oder mit letzterem ein Viertelstündchen den Mund spülen. Und wenn Du Dich nicht nur auf das Wirken der kosmischen Energie verläßt, habe ich auch nichts gegen Reiki. Nur - besser, Du öffnest Dich dem Energietanken in der freien Natur, statt Dir von anderen die Hände auflegen zu lassen - was ich eher gut für das soziale Leben in der Familie finde. Doch da die esoterischen Heilweisen immer größere Kreise ziehen, muß ich ihnen wohl ein eigenes Kapitel widmen, das Du gleich anschließend findest.

Bei der Moxa-Therapie, bei der eine »Moxa-Zigarre« über bestimmte Hautstellen gehalten wird, na, da kannst Du ja wohl selbst dran fühlen, daß die nur was für gutgläubige Dumme

sein kann. Genau so wie das Hopi-Räucherkerzen ins Ohr stecken. Nicht zu glauben, auf was die Kranken so alles hereinfallen...

»Die Sauerstoff-Mehrschritt-Therapie des Nichtarztes Manfred von Ardenne wird jetzt auch so langsam von der Schulmedizin akzeptiert«, wirfst Du ein.

Das mußte so kommen - sie nutzt ja ebenfalls nichts, bringt viel Geld und kann zu Schäden führen, die dann erneut behandelbar sind.

»Und Naturheilärzte?«

Oje - wer einmal Medizin studiert hat, ist dem salvatorischen Denken mit Haut und Haar verfallen. Und ist von dem Aberglauben nicht abzubringen, man könne einem Kranken durch Manipulationen wie Eigenblutspritzei, Prokaininjektionen, Sauerstoff-Einatmen oder Ozon-ins-Blut-Mixen die angesammelten Abfälle und Gifte aus dem Körper entfernen, damit der wieder normal arbeiten und so gesunden kann.

**Die UrTherapie als Nachfolgerin und Verwirklicherin der wahren Naturheilkunde lehnt alles Unbewiesene und Spekulative zur Heilung von Menschen ab - sie baut allein auf exaktes Beobachten der Natur und der natürlich verbliebenen Lebewesen. Woraus sie dann die entsprechenden Schlüsse zieht. Sie zieht aber auch alles von der Wissenschaft (zumeist nur scheinbar) Bewiesenes kritisch ins Kalkül, da der Irrtum des Menschen beständigster Begleiter ist.**

Die UrMedizin löst im Gegensatz zu chemischen Medizinern keine anderen Schäden oder spätere Krankheiten aus! Denn sie ist nichts als unverfälschte, reine, unbehandelte Natur.

Warum ich Dir jetzt noch immer nicht das Rezept der UrMedizin verrate? Das ist wie mit einem Turmspringer: Bevor er zu seinem kunstvollen Sprung ins kalte Wasser ansetzt, muß er die Drehungen erst geistig vollzogen und bewältigt haben, wenn er keinen Bauchklatscher machen will.

»Und wieso hältst Du vom Einatmen reinen Sauerstoffs nichts? Der ist doch ein Bestandteil der Luft! Etwas ganz Natürliches!«

**Hast Du den schon jemals da draußen in der Natur pur eingeatmet? Was ein Wahnsinn! Du sollst Luft einatmen, keinen Sauerstoff! Auf die ist Deine Lunge eingestellt. Und wenn Sauerstoff im Übermaß in den Körper gelangt, bedeutet er nichts anderes als ein schweres Gift. Das ist so, als wolltest Du einem Durstigen den Durst stillen, indem Du ihn unter Wasser tauchst. Früher sind Frühgeburten erblindet, wenn man sie ins Sauerstoffzelt legte. Was sie bei der »schonenderen« Sauerstoffbehandlung von heute an Spätschäden erleiden, das wird sich wohl erst in den kommenden Jahren herausstellen...**

»Und was sagst Du zur anthroposophischen Krankenbehandlung im Sinne Rudolf Steiners?«

Das ist eine gesamte Philosophie für sich! Mir geht sie ein bißchen zu sehr ins Transzendente. Wenn Du meiner Meinung - Ärzte seien Scharlatane - nicht folgen willst, dann bist Du allerdings in einem anthroposophischen Krankenhaus noch am besten aufgehoben, z.B. in Witten-Herdecke.

Hüte Dich auch vor den sogenannten alternativen Heilversprechen, die da mit Sensoren, Bio-Antennen, Pendelei, Energie-Ruten, Elektroakupunktur sogenannte Diagnostik und Heilung betreiben. Und alles was auf Gesundheitskongressen, Paracelsusmessen an esoterischen Hilfsmitteln angeboten wird, solltest Du links liegen lassen wie Talismane, Heilsteine, Klangmassagen...

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ⌘ = externe Datei · [Disclaimer / Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/1/61.html> - **Update: 13.01.2000 15:40**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# 1. Kapitel. Klarsehen: Es gibt keine Krankheiten 2017

## 1.62 So steht die wahre, Klassische Naturheilkunde zum Hokusfokus von esoterischen und alternativen Lehren und Heilweisen 9715

Die Frage nach dem Sinn des Lebens bewegte die Menschen schon immer. Sie suchen nach Orientierung, Gemeinschaft mit Gleichgesinnten und Erweiterung ihres Selbst. Die Kälte des Lebens in der nur auf Profit und Materielles ausgerichteten Zivilisation kann auf Dauer den Menschen nicht befriedigen oder glücklich machen. Es muß ihn zu widernatürlichen Verhaltensweisen führen, wenn sich der Mensch nicht mehr als eine Ganzheit fühlt. So erklärt sich der Hang zum Paranormalen, nach Andacht und Meditation, nach Pendel und Wünschelrute, nach Erleuchtung und Sinnsuche. Wie schön, wenn dies dazu führt, Deinen Körper, Deine Gefühle, Deine Seele besser verstehen zu lernen. Wenn Du tiefer in Dein Bewußtsein einzudringen versuchst, um Dein Selbst zu finden. Ich begrüße solch stilles Suchen nach dem Sinn und Zweck des Lebens und vor allem nach Selbsterkenntnis sehr. Alles was Dir hilft, Dich zu verinnerlichen, kann nur positiv für Dich sein: wenn solches Dir Deinen derzeitigen Zustand klarmacht und zu Konsequenzen führt. Aber es darf nicht dazu dienen, Dich zum Träumen zu verleiten und esoterische Themen nur deshalb aufzunehmen, um nicht wahrnehmen zu müssen, in welchem Zustand Du im Augenblick lebst. **Deshalb will Dich die Klassische Naturheilkunde hier in diesem Buch vor einer Flucht in alles Okkulte, Nichtbewiesene, Unfaßbare und jeden Glaubensfanatismus zu bewahren versuchen.** Denn sie steht mit beiden Beinen fest auf der Erde.

»Du spielst da auf die *Reinkarnation* als tragende Säule der Esoterik an...«<sup>9835</sup>, meinst Du.

Genau. Natürlich entsteht neues Leben aus altem Leben, das ist nun mal der Kreislauf in der Natur - aber lohnt es der Mühe, das auszuspinnen, um mit Rebirthing in frühere Entwicklungsstufen zurückzukehren? Das Geburtserlebnis als Vertreibung aus dem Paradies wiederzuerleben, körperliche Beeinflussung durch Beziehungs- und Übertragungsdynamik mittels Atemtechniken, Hyperventilation und Hypnose zu erfahren - mir ist das zu hoch, zu unnatürlich, um davon Heilung erwarten zu können. Ich finde, mit solcher Spökenkiekereie verlierst Du nur wertvolle Zeit, die Du anderweitig besser zu nutzen vermagst.<sup>9035</sup>

»Wenn Du der bioenergetischen Strahlung positiv gegenüberstehst, dann wirst Du aber wohl *Reiki* als *Radiance-Technik* und bekanntestes Heilverfahren des New Age ebenfalls positiv sehen, auch wenn es inzwischen nicht mehr so gefragt ist«, meinst Du.



Überlege doch mal: Wie kann eine Therapie positiv sein, die angeblich weder gelehrt noch gelernt, sondern nur von einem Meister an seine Schüler weitergegeben werden kann? So soll in zwei rituellen Einweihungsverfahren der Körper des Schülers für die Aufnahme kosmischer Energie geöffnet und anschließend wieder so versiegelt werden, daß die aufgenommene Energie ständig verfügbar bleibt. Durch diese Strahlungsenergie soll der Schüler fähig sein, besonders die emotionalen und mentalen Probleme von Kranken durch Handauflegen zu heilen. Sogar fernbehandeln soll er können. Schließlich kann er sich in Grad III zum Meister weihen lassen und hat dann die Befugnis, seinerseits Grad I und II zu verleihen. Das natürlich alles gegen klingende Münze: Grad I kostet ca. 100 DM, Grad II kostet ca. 380 DM, Grad III kostet ca. 10.000 - 25.000 DM.

Für diese Preise kann man sich schon einbilden, ein Auserwählter zu sein, durch den »göttliche« Energie fließt.

Auf die *elektromagnetische Polaritäts- und Kristalltherapie* der heiligen Hildegard von Bingen will ich erst gar nicht eingehen. Das ist mir wirklich zu dumm. Ebenso gilt das für die Bioresonanztherapie und der Matrixregenerationstherapie.

Reizvoller scheint mir da der *Feuerlauf* zu sein, der Dich »spirituell« reinigen soll. Über heiße Kohlen laufen, soll einen »transformatorischen Wandel« und eine »geistige Läuterung« bewirken. Wie neugeboren sollst Du Dich durch die Glut des Feuers fühlen. Dazu wird im Freien ein Scheiterhaufen errichtet und während eines Rituals entzündet, es werden Meditationsformeln rezitiert oder es wird gesungen. Dabei wird rhythmisch in die Hände geklatscht und auf den Boden gestampft. Nun schreibt jeder seine Probleme auf einen Zettel, der dann - siebenmal gefaltet - ins Feuer geworfen wird. Die nachglühenden Kohlen des abgebrannten Feuers werden zu einem Teppich von etwa sechs Meter Länge auseinandergespreitet. Mit einem »Mantra« auf den Lippen laufen dann die Teilnehmer in vier oder fünf Schritten über die Glut. Nur:

**Wieso die Überwindung der eigenen Angst vor den glühenden Kohlen irgendwelche Heilwirkungen besitzen soll, ist für mich nicht nachvollziehbar. Als spannende Abendbelustigung mag das ganz nett sein und ich rate Dir davon auch nicht ab. Wäre es doch dadurch sogar möglich, daß Du die Scheu verlierst, vor Ärzten die Meinung der besseren Naturheilkunde zu vertreten...**

Übrigens: Befürchtungen, Dich zu verbrennen mußt Du dabei überhaupt nicht haben. Jeder Fuß berührt höchstens dreimal für Sekundenbruchteile die unter einer oberen Ascheschicht liegende ca. 500 bis 700 Grad heiße Glut - es kommt dabei zum sogenannten Leidenfrost-Phänomen, wobei der schwitzende Fuß die Kohleschicht abkühlt und man höchstens zwischen den Zehen verbrannt werden kann.

Da scheint mir die bei psychischen und psychosomatischen Störungen »segensreich« wirkende *Bach-Blüten-Therapie* schon vielversprechender zu sein. Nach Bach sind negative Gedanken und Gefühle in Harmonie zu bringen, um wieder zu gesunden. Die Blüten werden nur kurze Zeit - allerdings unter rituellem Brimbamborium - in Wasser gelegt, das sich dann

mit »feinstofflicher« Pflanzenenergie füllen soll. Für Bach gibt es keine Störung oder Erkrankung, die nicht einer geeigneten Essenz zugänglich wäre. Die Blütenessenzen sind tropfenweise zu nehmen, sollen aber auch heilen, wenn man ein Fläschchen davon bei sich trägt oder neben sich ans Bett stellt.

Bach war Homöopath, dessen Theorien sich gut für die esoterische Placebobehandlung eignen. Vor allem aber der Name der Therapie klingt so schön. Sich mit Blütendüften behandeln zu lassen oder zu behandeln - wie angenehm, wie bequem! Und außerdem so vornehm gegen entsetzliche Krankheiten vorgehen zu können - das löst bei nullstofflichen Seelchen schon einen gewissen seligen Augen-zum-Himmel-Hebeeffekt aus...

Ähnlich steht's mit der *Aromatherapie*<sup>3498</sup> des Chemikers Gattefosse, der gewisse Pflanzen zu »höheren Wesen« erklärte und sie damit gottähnlich machte. Wodurch man Einfältige glauben machen kann, daß durch Auftragen der »göttlichen Pflanzenseele« Heilwirkungen zu erzielen sind. Dir werden dabei verschiedene Pflanzenöle einmassiert, meist entlang den Verlaufslinien von sogenannten »Energie-Meridianen«. Ähnlich also den Regeln von Akupunktur oder Shiatsu. Der Duft der Öle soll - was immer das heißen mag - auf »feinstofflicher« Ebene wirksam werden und in Sekundenschnelle Depressionen, Ängste und Spannungen vertreiben. Kostet natürlich was. Verschwiegen wird dem Klienten nur, daß die Öle nicht von den »höheren pflanzlichen Wesen« stammen, sondern aus den Tiefen chemischer Tiegel. Überhaupt: So gut wie alle angebotenen Pflanzenöle sind synthetischer Art. Die aus echten »höheren« Pflanzen wären auch schlicht unbezahlbar. Aber das finde ich schon ganz gut so, müßten doch sonst zur Befriedigung menschlicher Einbildungskräfte tausende Bienenvölker und Schmetterlinge verhungern.

»Etwas ernster zu nehmen ist aber wohl die *Farbtherapie*«, sagst Du.<sup>8230</sup>

Mit Farben hat man schon immer zu heilen versucht. In der ajurvedischen Heilkunde Indiens setzt man Wasser unter farbigem Glas dem Sonnenlicht aus. Wobei die Farbe dann Energie erzeugen, das Wasser damit aufladen und so die Krankheiten heilen soll. Auch die anthroposophische Medizin von Rudolph Steiner glaubt, daß Farben bei bestimmten Erkrankungen einen Heileffekt ausüben. So soll die Farbe rot Blutkrankheiten, blau Schmerzen und grün AIDS aus dem Körper treiben. Bei psychischen Störungen und Krankheiten ist angeblich die Farbtherapie besonders wichtig. (Mir klingt da doch schon wieder der Name des Bombastus Paracelsus in den Ohren...).

Hier in Europa muß Du kein klares Farbwasser trinken, da bekommst Du mit einer Art Taschenlampe eine Heillicht-Dusche verpaßt. Oder es wird durch Pendelei festgestellt, welche Farbe Du zum Heilen Deiner Krankheit brauchst. Andere Farbheiler versuchen phototechnisch zu ermitteln, welche Tasse, äh Farbe, im Oberschrank bei Dir fehlt. Die »Heillichtdusche« aus der Handlampe wird etwa zwanzigmal wiederholt. Was zwanzigmal auch das Öffnen Deines Geldbeutels er fordert...

Die »*Esogetische Farbpunktur*« des Heilpraktikers Peter Mandel vollführt einen noch beeindruckenderen Medizinmann-Feuertanz um die Farbentherapie auf. Er bestrahlt gleich mit

vielerlei Farben seine Kranken. Und wohin? Nein, nicht auf die Stirn, damit sich heilige Einfalt in aufgehendes Licht verwandele - er bestrahlt die Energiepunkte und Meridiane, welche aus dem Zauberschrein der chinesischen Medizin bei uns zu Ehren gekommen sind. Ob auch zu Erfolg, das möchte ich gerne einmal von meinen Lesern erfahren und nicht von den Naturheilärzten und Heilpraktikern, die das felsenfest behaupten. Übrigens: Die Farbtherapeuten berufen sich auf den Schweizer Max Lüscher, der mit seinem Lüscher-Test vor Jahren Aufmerksamkeit erregte. Sicher: die Wirkung von Farben auf Stimmungen ist nicht abzustreiten. Auch von Albert Einstein wurde nachgewiesen, daß jede Farbe eine bestimmte Energie besitzt, mit der sie den Körper beeinflussen kann. Aber das hat mit Heilwirkung kaum etwas zu tun. Des festen Einprägens um Deinetwillen wiederhole ich:

**Nicht durch *Aufbringung* von Licht, Hand oder Öl, sondern nur durch *Ausscheidung* von Giftstoffen können sich die Menschen von ihren Krankheiten befreien.**

Die *New Age-Bewegung* aus den Staaten mit ihren Holistik-Health Ideen gab der Alternativ-Medizin auch bei uns erheblichen Auftrieb.<sup>0666</sup> Deren Verdienst: Endlich besann man sich auf den Menschen als eine Ganzheit, wenn auch nach meiner Meinung die spirituellen Dimensionen zu sehr überbetont wurden. Die Bewegung zersplitterte sich mit parapsychologisch und esoterisch arbeitenden Zirkeln immer stärker, ohne daß dem einzelnen genaue und umfassende Anweisungen zuteil werden, wie er sich selbst in *allen* Lebenslagen am besten helfen kann. Und so irrt der Esoteriker von Lehre zu Lehre, um schließlich festzustellen, daß die Leere in ihm immer mehr zunimmt.

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Von Menschen erdachte Theorien sind nicht in der Lage, Glück und Gesundheit zu schaffen. Dafür ist allein der Schöpfer bzw. die von ihm geschaffene Natur zuständig.**

Die UrTherapie sieht sich am Ende eines Weges im Aufbegehren gegen die rein naturwissenschaftlich agierende Schulmedizin und die Phantastereien der Esoterik. Sie macht den Menschen autark und gibt ihm seine Selbstbestimmung zurück. Der ihr Folgende weiß, wie er sein Leben auf Dauer bestens zu führen vermag. Wie er sich entscheidet, bleibt seine Sache. Er mag sich nach dort und da neigen - er verliert aber nie den sicheren Fels unter seinen Füßen.

Wer sich jedoch ganz für die UrMethodik entscheidet, der kann voller Vertrauen zur Natur sagen: Nun nimm denn meine Hände und führe mich.

Auf die vielen anderen esoterischen bzw. alternativen Heilweisen will ich wegen deren offensichtlichen Krankenverdummung nicht näher eingehen. Sie sind nicht mehr wert als der Kaffeesatz, aus dem Esoteriker und andere Abergläubische die Zukunft lesen: hochpotenzierter Hokuspokus – wie z.B.:

Aderlaß, Schröpfen, Blutegel-Setzen, Angewandte Kinesiologie, Atemtherapie, Ayurveda, Bioresonanz-Therapie,<sup>8343</sup> Cantharidenpflastertherapie, Chirophonetik, Edelsteintherapie

(Bergkristall wird heute gegen Rheuma empfohlen, 1583 in einem Buch noch gegen Nymphomanie eingesetzt: »Chrystall lescht böse lüst«.), Elektroschock-Therapie,<sup>0675</sup> Elektrotherapie (Hochfrequenzwärmetherapie), Elektro-Stimulationsakupunktur, Elektrolytersatztherapie, Enderlein-Therapie, Eutonie, Farbpunktur, Geistiges Heilen (seltsamerweise durch die britische Ärztekammer anerkannt), Heißdusch-Therapie, Hildegard-Medizin, Höhlentherapie, Laser-Therapie, Magnetfeldtherapie, Meerwasser-Auftriebs-Therapie, Meridiantherapie, Metalltherapie, Mikrobiologische Therapie, Misteltherapie, Molekulartherapie, Moxibution (Räucherstäbe auf die Haut setzen), Myofunktionelle Therapie, Nasale Reflextherapie, Neuraltherapie, Öldispersionsbad, Phytotherapie, Sauerstofftherapie, Schüsslers Biochemie, Skoliosetherapie, Spagyrik, TENS (Transkutane Elektro-Nervenstimulation), Überwärmungstherapie, Würenloser Heilgesteintherapie, Zilgri-Therapie.<sup>9494</sup>

»Wie war das nur möglich, daß es heute zu einer solchen Inflation neuartiger Heilweisen gekommen ist?«, fragst Du.

**Die Menschen spüren langsam, daß sie das rein wissenschaftliche Denken in die Irre führt.<sup>8234, 8316</sup> Bloßes materielles Behandeln der Krankheit und Wegschneiden kranker Teile hinterläßt im Menschen ein Vakuum, das er als gefühlsbetontes Wesen mit mehr ihm entgegenkommenden, sanften Heilweisen auszufüllen trachtet; eben mit esoterischen. Selbst wenn er im stillen vielleicht weiß, daß sie genau so wenig nutzen wie die Schulmedizin. Aber wenn er sich schon nutzlos behandeln läßt, dann will er das wenigstens ohne Schädigung und mit menschlicher Zuwendung hinter sich bringen.**

Mit anderen Worten: Wir werden der Rationalität überdrüssig. Die geistige Haltung der Menschen entfernt sich vom sachlich-materiellen Denken. Ein Glück. So kann man hoffen, die wissenschaftlichen Eierköpfe mit ihrem menschenverachtenden, erdzerstörerischen Tun bald los zu sein. Was mich aber nicht abhalten kann, die Deine Gesundheit betreffenden Verfahren nüchtern und wahrheitsgemäß zu beurteilen. Wie ich Dir das in meinem Dir eingangs gegebenen Eid versprochen habe. Doch will ich auf zwei dieser Heilverfahren noch zum Erkenntnisschärfen eingehen:

1. Die *Metalltherapie*, die mit Auflegen von verschiedenen Metallen den Kranken Heilung verspricht.

Besonders Armreifen aus Kupfer waren vor Jahren als Heilmittel sehr beliebt. Gegen Rheuma werden heute Metalle in Knieeinlagen eingearbeitet. Gold wird nach wie vor bei Gicht verschrieben, obwohl es Leber und Nieren kaputt macht und schwerste Depressionen hervorruft. Und nun erinnere Dich: Diese Metalltherapie gab's um 1750 schon mal<sup>0556</sup> (® Rz.76). Bekannt unter dem Namen Perkinismus. Nur sprechen die heutigen esoterischen Metalltherapie-Anwender nicht mehr von »auszutreibender animalischer Elektrizität«, sondern von einer Heilwirkung der Metalle als »irdische Entsprechungen einer kosmischen Ordnung«...

2. Die *Elektrotherapie*, die mit Hilfe von Stromüberflutung des Körpers Heileffekte hervorrufen oder mittels Elektroinfrarot oder schwachem Kribbelstrom Schmerzen lindern

soll.

Die gab's auch schon mal. Um 1780 ging es genau so effektiv zu wie heute mit den riesigen elektrizitätsgespeisten Bestrahlungsapparaturen, um die Kranken zu beeindrucken:

Zu schweren Elektroschocks war sie damals zwar noch nicht in der Lage, wohl aber konnte die Guericke'sche Elektrisiermaschine die Haare der Patienten zum Sträuben bringen. Wie solches funktioniert? Jemand dreht ein großes Schwungrad, was eine mit Schwefel bestrichene Kugel in Drehung versetzt. Der Arzt, ganz links im Bild, steht davor und hält seine »heilenden Hände« dagegen.



Die so durch Reibung erzeugte Elektrizität wird mittels einer herabhängenden Seidenschnur in das auf einem Brett über der Heilmaschine liegende Medium geleitet, welches die »Heilkraft« in den Körper der Patienten solchermaßen sicht- und fühlbar abstrahlt...

Der Gatte (ganz rechts) kann höchst entzückt das zur damaligen Zeit so beeindruckende Haarknistern wahrnehmen und an einen Heilvorgang bei seiner kranken Frau glauben. Was ihn eher bereit macht, seine Börse zu zücken. Bis zu 150 solcher Heilbehandlungen wurden von den Ärzten als das mindeste angesehen, bis sich »erste Wirksamkeit« zeigen sollte. War der Ehemann es dann noch nicht leid oder durch das bei diesem eindrucksvollen und großartigen Aufwand bedingt hohe Honorar - damals gab es noch keine Krankenversicherungen - nicht ruiniert und mittellos, so wurden weitere 150 Sitzungen verordnet. Bis endlich die Patientin für »austherapiert« erklärt wurde...

Übrigens: Auf die Kaltwasseranwendungen des guten Pfarrers Kneipp muß ich hier nicht eingehen. Das von mir empfohlene morgendliche Kaltduschen als Kalt-Regenersatz ist noch effektiver.

Merke:

Ärzte sind Mediziner, die bei Stromausfall keine Ärzte mehr sein können, sondern nur noch hilflose Dummköpfe.

**Erkenne: Auch die jetzt so in Mode kommenden Alternativ-Heilweisen sind nur Schwindel. Statt der Mediziner - die aber auch schon darauf abfahren - versucht jetzt eine andere Menschengruppe den Kranken ihre Mätzchen anzudrehen und sich an ihnen eine goldene Nase zu verdienen. Die Alternativ- oder Komplementärmedizin ist nichts anderes als die kommende Nachfolgerin der Schulmedizin - aus dem gleichen materiell-**

technischen Gedankengut geboren wie diese.

Nun gaukelt sie den Menschen Heilung vor mit irgendwelchen sanften, biologischen und harmlosen Mitteln und Gegenständen. Nun will sie die Menschen zu den »besseren Ansichten« alternativ agierenden Menschen bekehren. Und wir haben gesehen, wie leicht Kranke in ihrer Not und Hilflosigkeit zu überzeugen sind. Damit Dich auch diese Schalmeitöne der Loreley nicht stranden lassen, nimmt der Verfasser das Steuer Deines Lebensschiffes für eine Weile als Lotse in die Hände. Ihm kannst Du Dich guten Gewissens anvertrauen. Esoterisch Angehauchte und Spinner à la Dahlke/Dethlefsen werden sich mit der einfachen Wahrheit der Klassischen Naturheilkunde schwer tun. Denn die ist nun mal nicht verzwickelt genug für intellektuelle bunte Luftballons.

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × »[Der Große GESUNDHEITS-KONZ](#)« × »[Natürlich Leben](#)«  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service** : [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen** :

**Kontakt** : [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL** : <http://www.bfgev.de/dggk/1/62.html> - Update: 13.01.2000 15:40

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a>	× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr
--	---

# 1. Kapitel. Klarsehen: Es gibt keine Krankheiten 2017

## 1.7 Paß gut auf Dich auf, wenn Du Dir ein Baby wünschst

Hat Dir je ein Frauenarzt gesagt, daß selbst von so einem einfachen elektrischen Gerät wie einem Heizkissen höchste Gefahr für Dein Baby ausgeht? Daß es für viele Fehlgeburten verantwortlich ist? Nein? Und warum nicht? Mag ja sein, daß er es nicht weiß. Doch das sollte er eigentlich wissen, nicht wahr? Oder vergißt er es deshalb, weil Du ihn sonst danach fragen könntest, ob sein nach etwa gleichem Prinzip wie ein Mikrowellengerät<sup>9105, 9112, 9655f</sup> arbeitendes Ultraschallgerät<sup>9487</sup> nicht vielleicht auch unfruchtbar machen könnte? Frage ihn auf alle Fälle, ob er Dir sein »Nein« schriftlich mit der Zusicherung von Ersatz allen Schadens in die Hand gäbe! (Verwende dazu die Erklärung unter Kap. 9.62ff). Vor 50 Jahren machte sich auch niemand Gedanken über Asbest. Heute haben viele davon Krebs und man verflucht es.<sup>3829</sup> Heute wiederum macht sich niemand Gedanken über widernatürliche Geräte u.a. Chemiegifte. Nun, ich als Verfasser dieses Gesundheitsbuches mache mir Gedanken.

Was ist das überhaupt für ein Gel, daß Dir der Chemiedoktor auf den Bauch aufstreicht, und dessen Gift da langsam in Dich und über die Plazenta in Dein Kind eindringt? Sei mal etwas kritischer und frag nach der Zusammensetzung! Hat er Dich auch darüber beraten, daß eine elektrische Wärmendecke das Risiko einer schwangeren Mutter um das Vierfache erhöht, daß ihr Kind später einen (unheilbaren) Hirntumor bekommt? Wußtest Du, daß innerhalb der letzten Jahre in den Staaten die Zahl der Multiplen Sklerotiker von 230.000 auf 760.000 anstieg? Was der intensiven Nutzung der Mikrowellen<sup>9679ff</sup> zugeschrieben wird.

Ach ja, *Dir* kann das nicht passieren, an einem so schlimmen Leiden zu erkranken!

Worauf begründest Du eigentlich Deine Zuversicht? Bei all dem Widernatürlichen, dem Du Dich ständig aussetzt!

Erkenne: Die ganzen Apparaturen der Ärzte bedeuten nichts anderes als eine riesige Beeindruckungsschau, damit Du zu ihnen rennst: Wie Du heute mit Computertomographen oder Ultraschallsichtgeräten<sup>9650ff</sup> durch Technik beeindruckt wirst, so dienten dazu früher Abbildungen der Ärzte im Brustformat in feinstem Samt, kunstvoll gelockten Perücken, umgeben von Mörsern, Salbenschalen, Schröpfgläsern und Tinkurflaschen, die von Seidenbändern umrankt waren mit der verheißungsvollen Aufschrift »Aqua vitae« oder »Aqua sapientiae«. Obgleich die Ärzte schon immer mehr Tod als Leben und mehr Dummheit denn Weisheit in ihrem Repertoire besaßen.

Doch auch Du selbst kannst schuld daran haben, daß Du statt eines süßen Babys ein geschädigtes Kind auf die Welt bringst.<sup>3817</sup> Sieh hin, sieh ruhig genau hin, auf die nächsten Seiten, werdende Mutter! Sieh diese Mißgeburten an, die Mütter geboren haben, die der Schulmedizin<sup>9123</sup> und der Chemie blindes Vertrauen schenkten oder auf die Genußgifte der Zivilisation trotz des werdenden Lebens in ihnen nicht verzichten mochten.

Nach der Schätzung des USA-Gesundheitsministeriums sind:<sup>9103</sup>

61% aller Mißbildungen bei Kindern und 80% aller Tot- und Frühgeburten die Folge von Arzneimittel-Nebenwirkungen (auch Röntgen gehört dazu). Nikotin, Suchtdrogen, Alkohol und Fehlernährung stellen den Rest. Besonders gefährlich für das werdende Leben sind:

- Antibiotika - Blutgerinnungshemmer - Kunstvitamine<sup>3552</sup> - Schlafmittel - Alkohol, Nikotin

- Grippemittel - Geschlechtshormone - Psychopharmaka - Sulfonamide

**Noch eher ist es drin, trotz aller anderslautender Beteuerungen, ein verkrüppeltes Kind in die Welt zu setzen, weil Du in ein Haus für Kranke eilst, um dort ein gesundes Kind gebären zu wollen.**<sup>3262, 9106ff</sup>

Was da nicht alles passiert - mit der Schilderung solcher Tatbestände könnte ich Bände füllen. Die Geburtenzahl geistig und körperlich behinderter Kinder ist nach dem Krieg bei uns um das 166fache gestiegen! Stolz verkünden die Mediziner: Die Sterberate bei Geburten sinkt immer mehr. Klar, wenn sonst nicht lebensfähige Geschöpfe künstlich durchgebracht werden. Und die Ärzte damit den Eltern ihr ganzes künftiges Leben in eine einzige Qual verwandeln.



Der weiteste Umweg lohnt sich, wenn Du nach Süden fährst: Besuche das unter Prof. Dr. Stüber vorzüglich geleitete HAUS DER NATUR in Salzburg. Alle Lebewesen der Erde und eine einzigartige Reptilienschau findest Du dort versammelt. Diese menschlichen Monster in Alkohol, präpariert, hat er allerdings nach meiner Veröffentlichung ins Archiv gestellt. Will er die Medikamentenverbrecher nicht an den Pranger gestellt sehen?



Mißgebildete, bedauernswerte Contergan-Menschen mit ihren verstümmelten Gliedmaßen kannst Du als Chemiegroßtaten noch heute auf unseren Straßen finden.







Ein schwer mißgestaltetes Kind, das die Ärzte gnadenvoll töten, bekommen Zigaretten-süchtige allerdings nicht. Wohl aber meist eins mit abgeplatteter Nase, weiten Augen und Intelligenzdefekten. Willst Du ein Kind, das dumm und häßlich und krank ist? Nur zu junge Mutter, nur lustig weiter gequalmt und dem Alkohol zugesprochen. Kinder von Säufer- und Raucher-Pärchen (es genügt, wenn nur einer dem fröhnt!) halten nachts durch Schnarchen, immer wieder auftretenden Husten, Schnupfen und Bronchitis ihre verantwortungslosen Erzeuger wach und erinnern sie so an ihr Verbrechen gegen ihr eigenes Fleisch und Blut, sie zu gestörten, oft sogar noch der Gesellschaft zur Last fallenden Opfern der Glimmstengelbesessenen gemacht zu haben. Das sind die bis 1992 nach gerade darüber angelaufener Forschung ermittelten Ergebnisse über Alkohol- und Raucher Kinder. 1994 vermochte man schon, diese Kinder mit denen von Nichtrauchereltern zu vergleichen. Und siehe da: das Intelligenzniveau der Sargnägel-Kinder lag deutlich niedriger als das der Kinder von Nichtrauchern. Willst Du Dich als nikotinsüchtige Mutter oder als qualmender Vater eines Schniefkinds auch noch ständig über dessen Dummheit aufregen, ihm ständig Nachhilfeunterricht geben, es später als Drogendealer sehen, weil es keinen Beruf bekommen kann und Du ihm die Suchtgrundlagen bereits ins Blut legtest? Dann nur zu und tüchtig weiter Lungenzüge in Dich reingezogen und im Glück-glück gelebt!

Die Kinder von gerne Alkohol trinkenden Eltern (ein Elternteil genügt!) besitzen stets ein vermindertes Gewicht und sind wesentlich kleiner als andere Neugeborene. Sie leiden an Herzfehlern und anderen inneren und äußeren Mißbildungen. Ein Grund für die Säufereatern, nach der Geburt dann noch mehr der Flasche zuzusprechen. Welch ein Glück: Dich können solche Kinder nicht ein Leben lang in Deinen Träume verfolgen. Denn Du deckst ja wohl ab heute Deinen Vitamin-A bis Z-Bedarf nur aus



natürlich gewachsenen Pflanzen und Früchten - und nicht mehr aus Kunstvitaminen der Pharmaindustrie.

»Aber das chemische Vitamin ist doch völlig identisch mit dem natürlichen«, sagst Du.

Ja, den Aussagen der Wissenschaftler und den chemischen Formeln nach... Glaub nur blauäugig alles, was sie von sich geben. Um 166% stiegen die Mißbildungen in den letzten fünf Jahren an! Um 75% stieg gleichzeitig der Medikamentenverbrauch von Frauen an Tranquilizern, Neuroleptika und Antidepressiva an, um 20% der Anteil rauchender Frauen... 5201, 5303

### **Erkenne den Zusammenhang, werdende Mutti, Du wirst sonst Deines Lebens nicht mehr froh.**

Nicht nur, weil Du für viele Jahre nichts anderes mehr als ein Sklave für ein aus dem Leib entsprungenes behindertes oder mißgebildetes Kind sein wirst. Das Leben wird Dir zusätzlich zur Hölle, weil Du Dir beständig Selbstvorwürfe machst und für Dich jeder Gang nach draußen zu einem Spießrutenlaufen durch entsetzte oder mitleidige Blicke wird. (Übrigens: Nach einer Studie des John-Hopkins-Instituts in den USA lag die Gefahr, ein mongoloides Baby zu bekommen, bei röntgenbestrahlten Müttern um das Siebenfache höher als bei nicht bestrahlten!)<sup>2834</sup>

Halt Dich also immer nur schön brav an das, was Dir die Mediziner und die von ihnen geistesgeimpften einfältigen Frauen nach Krebsoperationen in Boulevardzeitschriften empfehlen: zur Vorsorgeuntersuchung gehen, fleißig die Brüste röntgen lassen. Damit den Ärzten nur ja keine Einkommensverluste durch das neue Gesundheitsgesetz entstehen...

Den Chemieprodukten gleich ist dieses weiße Kunstpulver, das einem Kind die Muttermilch ersetzen soll. Laß es Dir von den Ärzten oder Krankenhausschwestern nicht andrehen und gestatte nicht, daß sie Deinem Baby davon auch nur ein einziges Fläschchen geben. Und laß Dich vor allem nicht dazu bewegen, das Stillen aufzugeben.

»Mein Gott, wie konntest Du nur diese entsetzlichen Bilder hier veröffentlichen«, sagst Du.

Weil ich mir bewußt bin, wie wenig ich mit meinem Reden allein ausrichte.

**Ein Bild sagt mehr als tausend Worte! So wird sich die eine oder andere werdende Mutter dann hoffentlich sagen: Wenn vom Arzt verordnete chemische Medikamente, künstliche Vitamine und Bestrahlungen solche Schreckensbabys hervorrufen können, dann hab' ich mich heute zum letzten Mal mit so etwas behandeln lassen - denn dann können auch die anderen Mittel der Chemiegiftmischer nicht viel besser sein. Eingeschlossen deren Apparaturen! Ich laß mir von den Weißkitteln doch nicht trotz aller Fernsehserien, wie »Schwarzwaldklinik« »Dr.Frank«, »Der Landarzt«, »Der Frauendoktor« und wie die kommenden auch noch alle heißen mögen, meinen Verstand vernebeln.**

Und vielleicht bringt das dann auch die Menschen zur Umkehr, welche die Mediziner mit ihren Medikamenten krank und süchtig halten wollen. Und die Bauern hören endlich damit auf, Chemie zu benutzen, um sich selbst und uns leidend zu machen. Und gehen zu ökologisch-biologischem Landbau über, um uns und unseren Kindern die Erde zu erhalten und die Gewässer nicht zu vergiften.

Bedenke auch, wenn Du ein gesundes Kind haben willst, solltest Du spätestens am Tag der Zeugung mit der UrMedizin beginnen, am besten noch vorher! Denn nur unter deren Einnahme ist Dir ein gesundes und fröhliches Kind sicher. Wisse:

Ende des dritten Schwangerschaftsmonats sind alle entscheidenden Entwicklungen Deines Kindes abgeschlossen, das Lebensschicksal des Kindes - ob es intelligent, gesund, krank, schön oder ob es schwachsinnig, kränklich, schwächlich und von bemitleidenswerter Häßlichkeit werden wird - ist weitgehend entschieden.

Solltest Du aber eine von den kommenden Müttern sein, die das hier Gesagte nicht einsehen wollen oder es geringschätzig abtun, na schön, dann ist das Deine Sache. Ich kann nicht neben Dir stehen und Dir das mit irgendeinem Alkoholgetränk gefüllte Glas, die Zigaretten oder die Medikamentenschachtel aus der Hand schlagen. Das sollte Dein Partner tun, wenn Du nicht einsichtig zu kriegen bist oder Dich schnellstens verlassen. Denn nicht nur Du allein wirst ja nun - Du mußt einsehen zu Recht - mit einem solchen Kind für mindestens 20 Jahre Deines kommenden Lebens - und oft noch viel, viel länger - bestraft. Dein Partner muß ja auch, wie Du, die mitleidigen oder auch abwertenden Blicke seiner Kollegen, Freunde und Nachbarn ob des Kindes ertragen, sowie Dein ewiges Spektakel mit Deinem Kind, wenn es lange Jahre das Bett einnäßt. Und Kinder von Alkoholiker- oder Rauchereltern bleiben meist viele Jahre Bettnässer...

Du kannst keine Kinder kriegen?

Vielleicht liegt's am operierten Blinddarm, wenn Du kein Baby bekommst. Wie wär's denn, wenn Du mal den Kaffee wegläßt?<sup>9100/3</sup> Die Chance, ein Baby zu bekommen, vermindert sich bei Kaffeetrinkern um die Hälfte. Hast Du dann noch immer Schwierigkeiten, ein Baby zu bekommen, dann speck mal zuerst mit der UrTherapie ab. Die Chancen steigen um 70%.<sup>9825</sup> Und wenn es dann noch nicht klappt, so Sorge für Reinheit in den Eierstöcken und Tuben durch Einnehmen der UrMedizin!

Oft kriegst Du auch deshalb keine Kinder, weil Du tagsüber kein Sonnen- oder Tageslicht mitbekommst. Sonne regt über die Sehnerven und die Zirbeldrüse das Bilden von entsprechenden Hormonen an. Du mußt Dir nichts vormachen: Genetische Gründe sind äußerst selten dafür, daß Du unfruchtbar bleibst. Und zu einer Fehlgeburt können schon eine Zahnfleischentzündung bzw. Deine täglichen drei Tassen Kaffee führen.<sup>9103, 9126</sup>



Jedes Semester, also zweimal im Jahr, wird an unseren Universitäten Tausenden von Fröschen der Kopf abgeschnitten. Ohne Betäubung, mit einer Schere. Nach dieser Exekution wird mit einer Nadel das Rückenmark ausgehöhlt, der kleine Körper wird aufgeschlitzt, der Herzschlag wird beobachtet. Noch einmal: ohne Narkose.

Dann wird ausprobiert, wie die freigelegten Beinmuskeln und Nerven auf Säure und Salz reagieren. Dieses sinnlose Experiment ist Pflicht für fast jeden Studenten der Medizin und Biologie. (KROTH, E., Das Tierbuch, 2001 Verlag)

Nur wenn wir auf die Barrikaden gehen, nur wenn wir diese Professoren-Medizinbarbaren und die deren Verlangen nach perverser Brutalität hörig erfüllenden Studenten nach Begehen ihrer Untat beim Herauskommen aus der Uni im Beisein der Medien ins Gesicht spucken würden, könnten wir diesem sinnlosen Tiermord ein Ende machen.

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#) × [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English! \(Important note!\)](#) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ☞ = [externe Datei](#) · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/1/7.html> - **Update:** 13.01.2000 15:40

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

# 1. Kapitel. Klarsehen: Es gibt keine Krankheiten 2017

## 1.8 Mißtraue am meisten von allen Menschen den Ärzten 2290, 9523

Du mußt Dir selbst helfen! Weil Du nur Dir allein vertrauen, und weil Du Dir nur allein helfen kannst!

Wenn Du einmal die Lebensgeschichte von wirklich alt gewordenen Menschen ansiehst, so haben alle eins gemeinsam: sie haben stets einen großen Bogen um jede Arztpraxis gemacht!

Der Arzt sagt sich: Die Leiden der Patienten entstehen in der Hauptsache dadurch, daß sich etwas Krankhaftes oder Fremdartiges im Körper eingenistet hat. Das muß ich unbedingt herausschaffen oder bekämpfen. Oder er glaubt, daß Krankheiten durch einen Mangel entstehen. Dem Körper fehle etwas Wesentliches, was eigentlich in ihn hineingehöre. Also führe ich ihm das Fehlende zu. Nehmen wir mal den bekannten Eisenmangel, unter dem besonders Frauen leiden, weil sie während ihrer Regel Blut verlieren. Das fehlende Blut wird sich zwar mit der Zeit wieder auffüllen, aber das genügt nicht! Der Körper braucht für sein Kreislaufsystem sofort nach dem Menstruationsblutverlust die fehlende Flüssigkeit, und die nimmt er sich dann aus dem Gewebe. Gewebewasser ist aber kein Blut und so wird das Blut bei nicht ganz gesunden Frauen verdünnt und dadurch in seiner Qualität gemindert. Weil die roten Blutkörperchen einen Eisenkern benötigen, um aus der Lunge den dort abgegebenen Sauerstoff zu den einzelnen Körperteilen führen zu können.

»Ah - deshalb sehen viele Menschen so blaß und leichenhaft aus! Das zu schwach eisenhaltige Blut kann nicht genug Sauerstoff transportieren. Nun - dann ist es doch logisch und richtig, wenn der Arzt ihnen ein Eisenpräparat verschreibt.«3530, 6409

Es ist völlig verkehrt, so zu denken: Dem Menschen fehlen diese oder jene Vitamine, also verschreiben wir Vitamine. Dem fehlt Kalzium, also kriegt er davon. Dem mangelt es an Eisen - deshalb führen wir es ihm künstlich zu. Denn:

Eisen ist nicht gleich Eisen. Das in einer Pflanze gespeicherte Eisen wirkt ganz anders als das Eisen der Nägel, mit denen die Bretter zusammengeklopft sind, die allopathische Ärzte vor dem Kopf tragen, wenn's um von der Schulmedizin abweichende, alternative Erkenntnisse geht.

Wie will der Arzt denn einen Eisenmangel *korrekt* ausgleichen? Wie will er nachprüfen, wieviel genau dem Körper dieses einen Patienten fehlt? Unternehmen die Ärzte dazu auch nur den kleinsten Versuch? Und schon die kleinste Menge davon kann verhängnisvoll sein!

Die sagen zwar, daß Eisen der Klasse III von Deinem Körper aufgenommen würde - na schön, das mag ja stimmen. Nur nutzen tut es dort nicht. Das jedoch nur dann, wenn Dein Körper genügend natürliche Vitamine besitzt und laufend erhält - sonst kann das Eisen nämlich gar nicht richtig verwertet werden! Doch die Mediziner haben ja auch nicht den Hauch einer Ahnung von den Zusammenhängen des Gesundseins. Das hat sie keiner gelehrt und in den Fachzeitschriften, die kaum einer von ihnen liest, steht darüber nichts, um so mehr über seltene Krankheiten. (So ist es dem Organismus z.B. nur mit Vitamin D3 möglich, das organische Kalzium aus der UrNahrung in Deine Knochen einzubauen.)

Und Eisen als Medikament dem nur auf Natürliches geeichten Organismus zuzuführen, das ist nicht natürlich, und deshalb ist davon nichts zu halten. Weil es der Körper nicht naturgerecht verarbeiten kann, es falsch ablagert oder Geschwulste bildet, wenn er ein bißchen zuviel davon erhält. (Die Frauen, denen man Geschwülste entfernt, sollen sich mal fragen, ob sie von ihrem Doktor nicht Eisenpräparate verschrieben bekommen haben!) Das ist so ähnlich wie bei einer Auster zu verstehen, die um eine Mineralablagerung in ihrem Organismus eine (Perlen-) Geschwulst bildet.

Künstliche Monozufuhr von Mineralien kann nie sonderlich wirksam sein. Der Körper war 30 Millionen Jahre gezwungen, sich aus der natürlichen Pflanzennahrung die richtige Menge »naturgewachsenes« Eisen herauszufiltern. Ja, der Körper hat direkt einen Eisensog bei organisch gebundenem Eisens aus Pflanzen entwickelt. Mit all den anderen Stoffen und Mineralien, die heute noch unbekannt, aber dennoch unverzichtbar, dem Körper wirksam auf diese allein mögliche Weise zugeführt werden müssen. Was wissen wir denn schon vom Eisen III, das in einem Labor hergestellt wird? Für unseren Organismus sind eigentlich nur solche Mineralien verwertbar, die an organische Stoffe, wie zum Beispiel an Aminosäuren, gebunden sind (und nur die Photosynthese der Pflanzen kann diese Mineralstoffverbindung herstellen). Die Giftmischer haben dieses Problem seit einiger Zeit berücksichtigt und binden die Mineralien deshalb an organische Stoffe wie Citrat, Gluconat, Orotat usw. Dadurch kann nach deren Ansicht die sogenannte Bioverfügbarkeit der Mineralien wesentlich gesteigert werden. Bioverfügbarkeit besagt aber nur, daß ein zugeführter Stoff auch im Gewebe bzw. im Organismus nachgewiesen werden kann. Auch wieder eins der geschickt benutzten Suggestivwörter, um uns weiszumachen, Medikamente könnten etwas Gutes sein. Denn: Nicht im lebenden Verbund mit Pflanzen stehende Mineralsalze sind für unseren Organismus praktisch nicht verwertbar, sie sind sogar eine Belastung. Sie lagern sich nämlich z.B. an Cholesterinkristalle an und bilden dann in den Gefäßen fleckweise Verhärtungen und Verengungen, genannt arteriosklerotische Plaques.

Du meinst vielleicht: Je mehr ich von den Mineralien im Leib habe, desto besser für mich. Setz Dich ab von dieser Denkweise. Je mehr Wäsche Du in Deine Schränke stopfst, je weniger Luft kriegt sie. Sie wird stickig, fleckig und fällt den Motten zum Fraß. Zudem:

Eisenwerte werden in Nanogramm (0,0001 Milligramm) gemessen. Aber im Blut, wo sie ständig schwanken, sagen sie nichts über ihren Gehalt im Gewebe aus! Jedoch nur im Blut wird es von den Medizinern gemessen.

**Von der Natur aber wissen wir mit Sicherheit, daß sie ihren Geschöpfen seit deren Entwicklung die richtige und beste Nahrung bereitstellt. Wie sonst hätte sich diese herrliche Schöpfung, diese Harmonie ohnegleichen - wenn wir Menschen nicht dazwischenfunken - in solcher Vollkommenheit entwickeln können?**

Denk auch mal darüber nach, daß Dein Kind in wenigen Stunden infolge Leberstoffwechselstörung sterben wird, wenn es die von Dir offen herumliegen gelassenen Eisentabletten versehentlich schlucken sollte. Soll Dir etwa guttun, was Dein Kind ins Grab

bringt? Auch daran ist erkennbar: Der Körper will kein gesondertes, nicht im Lebensverbund stehendes Eisen. Er sieht es in dieser ihm ungewohnten Form mehr als Schadstoff an, will es über die Leber entgiften und aus dem Organismus herausbringen. Merke Dir besonders: Wenn Du zu wenig Eisen im Blut haben solltest, dann kann das sehr leicht einen Tumor bedeuten, der dieses Eisen zu seiner Entwicklung verbraucht.<sup>6952</sup> Und laß Dir sagen:

UrMedizin kannst Du in rauhen Mengen bei Dir rumstehen lassen, in riesigen Mengen zu Dir nehmen. Und wenn Dein Kind davon schluckt, wird es nur - gesünder! <sup>6100</sup> Ja: Je mehr davon, desto besser wird's ihm gehen!

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Was Schulmediziner heute als Wahrheiten verkünden, sind nichts anderes als Lügen, die noch der Aufdeckung harren.**

Leider weiß ich aber auch, daß die Menschheit sich nur schwer von ihren Medizinern trennen wird... Wie sagt schon Kafka in seiner Erzählung "Ein Landarzt": »Der Arzt ist Euch ins Bett gelegt.«

Wisse - das gilt besonders für das kommende Kapitel:

Die UrTherapie sieht keine künstlichen Zusatzstoffe vor, unterdrückt keine Symptome, normalisiert nicht künstlich, bekämpft nicht, steuert nicht gegen körperliche Abläufe an, starrt nicht verbissen auf Symptome, sondern behandelt den Gesamtkomplex Mensch.

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/1/8.html> - **Update: 13.01.2000 15:41**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

# 1. Kapitel. Klarsehen: Es gibt keine Krankheiten 2017

## 1.81 Kurz unter die Lupe genommen: die Vitamine

Ratten können Vitamin C noch selbst in ihrem Körper herstellen - wir nicht. Da durch das Essen gekochter Nahrung vermehrt Sauerstoff freigesetzt wird, und weil Vitamin C sehr licht- und sauerstoffempfindlich reagiert, besteht bei den meisten Menschen ein ständiger Vitamin-C-Mangel. Rohnahrung bildet dagegen im Darm kaum Sauerstoff.

»Viel Vitamin C soll besonders bei Krebs so wirksam sein! Der zweifache Nobelpreisträger Linus Pauling schwört darauf, das viele von ihm geschluckte Vitamin C habe ihn so alt werden lassen!«

Gerade, wenn Autoritäten etwas behaupten, muß Du besonders wachsam sein. Denn sie bekräftigen meist den Status quo - und beharren auf den von ihnen selbst aufgestellten Grundsätzen. Bisher sind aber alle Auffassungen der Medizin innerhalb von Jahrzehnten durch andere überholt worden. Warum ich mir so unverschämt sicher bin, daß der Linus Pauling kein künstliches Vitamin C geschluckt hat? Weil zuviel künstliches Vitamin C das Vitamin B<sub>12</sub> im Körper zerstört.<sup>3796</sup> Und ohne letzteres wäre der alte Fuchs nicht so alt geworden! Überlege doch:

Der Körper ist nicht im geringsten darauf vorbereitet, plötzlich in einer größeren Menge Vitamine pur oder Mineralien zu erhalten, die nicht in Pflanzen eingebunden sind. Bedenke: In den Pflanzen gibt es mindestens 10 000 verschiedene Inhaltsstoffe. Davon kennt man vielleicht 4000. Und wie alle zusammen in der Natur funktionieren, das haben die Forscher bei Ihrem heutigen noch als primitiv zu nennenden Stand der Wissenschaft überhaupt noch nicht verstanden. Zudem wird das kaum untersucht. Denn das bringt ihnen weder Profit noch Ruhm.

Menschen, Affenmenschen und Meerschweinchen sind einige der wenigen Säugetiere, die kein Vitamin C bilden können. Sie sind deshalb immer auf frisches Grün und Obst angewiesen.

»Weil sich bei ihnen bereits Degenerationserscheinungen bemerkbar machen?«

Nein, das dürfte genetisch codiert sein. Die Affenmenschen brauchen ebenfalls Vitamin C von außen. Und die wirst Du kaum als degeneriert bezeichnen wollen...

**Wisse: Falls Du längere Zeit künstliche Vitamine<sup>3780/1</sup> zu Dir nimmst, dann kann der Körper aus der Nahrung kein Eisen mehr aufnehmen! Weiß das Dein Doktor, wenn er**

**Dir fleißig Vitamindrops verschreibt? Sagt er Dir, daß Dein Erbgut dadurch geschädigt wird und sich dein Krebsrisiko erhöht?<sup>6018, 9460</sup> Denn: Der Stoffwechsel einzelner Vitamine ist von dem anderer Lebensstoffe nicht einfach abtrennbar. Das gilt auch für die Enzyme. Bis heute kennt man 80 Enzyme - aber wenn die insbesondere der Mineralien entarmte gutbürgerliche Totkost kein Zink enthält, wirken sie alle nicht richtig.**

Halt es Dir ständig vor Augen, weil derzeit die Werbung für künstliche Mineralien, Hormone (Melatonin) und Zusatzvitamine höchste Wellen schlägt: Synthetische »Vitamine« sind Pseudovitamine. Sie sind ohne Wert, weil tot. Sie lagern sich schädlich ab und schaden später nur. Dieses Pharmadreckszeug ist nichts anderes als eine armselige Imitation, vergleichbar einem billigen Pornofilm zur berausenden Liebesnacht mit einem Traumpartner.

Wenn allerdings das Blut in der Lunge, wo es Sauerstoff tanken will, infolge Zigarettenqualmens oder Kaffeetrinkens noch mit Kohlenmonoxid, Nikotin, Teer und anderen Giftstoffen beladen wird, dann kann es diesen natürlichen Eigensog, von dem wir bereits sprachen, nicht vollbringen. Bei Rauchern ist überdies die Kalziumaufnahme gestört. Sie bekommen später also sehr schnell brüchige Knochen - die verhängnisvolle Osteoporose.

»Also könnte man auch mit dem Einnehmen von Kalk dem Knochenschwund bei älteren Menschen nicht entgegenwirken, oder?« fragst Du.

Man kann nicht:

Dieser Kalk geht in die Weichteile - und nicht in die Knochen. Und deshalb bessert sich die Osteoporose der Kranken nicht - sie werden nur noch steifer. Und vergreisen noch schneller! Dank der Kalktabletten! Ohne den Gegenpart Magnesium - der Körper kann es nur aus organischen Stoffen, also Pflanzen, entnehmen - ist Kalzium allein nur schädigend!

Es gibt noch einen Grund, warum sich Kalzium (Kalk) an nicht gewünschten Plätzen ablagert, selbst wenn der Organismus genug davon durch Milch, Käse und Tabletten zugeführt bekommt: Weil dieses Kalzium nicht im Verbund mit lebenden Organismen (Pflanzen) steht. Weshalb er es für den Erhalt der Knochen und Zähne nicht nutzen kann. Er lagert es deshalb zum Großteil ab, am liebsten in den Adern.

Warum? Weil es ihm dort, in diesem mehr als viermal den Erdumfang umfassenden Netz am ungefährlichsten erscheint. Immerhin ist deren Netz 160.000 Kilometer lang. Die Alternativmedizin spricht bei gesondert zugeführten Mineralien gerne von anorganischen. Korrekt ist das nicht. Denn es gibt eigentlich keine »organischen« Mineralien. Es gibt nur im natürlichen Lebensverbund mit lebenden Organismen stehende anorganische Mineralien. Und im Gegensatz dazu unbelebte Mineralien, die allein für sich vorkommen. Kochen löst z.B. die im organischen Verbund mit den Pflanzen stehenden Mineralien. Daß die infolge dessen nicht mehr so ideal vom Körper aufgenommen werden können, darüber brauchen wir wohl kaum zu streiten. Denn die Eichung des Stoffwechsels durch die Schöpfung lautete allein auf rohe Nahrung.<sup>6102, 6104</sup>

**Das Einnehmen künstlicher Vitamine, Mineralien, Geriatrika usw. ist nichts anderes als eine Selbstschädigung für Leute, die über zu wenig gesunden Menschenverstand, aber zu viel Geld verfügen. Vor kurzem war Selen und Weihrauchmittel, dann war es Teebaumöl, dann grüner Klee, dann war Magnesium in aller Munde. Zur Zeit werden grüner Tee und Grapefruitkerne wie wild gekauft.<sup>3547/8, 6611</sup> (Wenn nicht organisch, durch Pflanzen aufgenommen, kann z.B. Selen schnell zu Erbrechen, Haarausfall und brüchigen Nägeln führen)**

»Ist das also Unsinn, wenn die Ärzte und Ernährungswissenschaftler sagen, wir brauchen Magnesium, um z.B. nach einem Herzinfarkt besser wegzukommen«, sagst Du.

Natürlich brauchen wir Magnesium - es enthält ja ein Molekül des grünen Blutfarbstoffs Chlorophyll als Zentralatom. Aber nur in seiner eßbaren Form, also im Pflanzenblatt kann es uns dienlich sein. Nimmst Du es als Pulver ein, so ist das oft schon zuviel. Und schon geringe Übermengen davon führen zur Schläffheit bis hin zur Lähmung der Skelettmuskulatur. Und kein Arzt sagt Dir, daß selbst in der Schlechtkost genug Magnesium vorhanden ist. Dessen Mangel im Organismus allein auf einen verkoteten, unsauberen Darm zurückzuführen ist, der ein Überführen des Nahrungsmagnesiums durch die Darmzotten unmöglich macht.

Nicht nur das: Ißt Du zuviel Fett, Salz und Zucker, kann der Körper ebenfalls das Magnesium nicht nutzen. Das gleiche gilt auch für die anderen Mineralien.<sup>3549</sup> Ich hoffe, so langsam geht es Dir ein, daß Dir nur die reine Natur helfen kann, ohne spätere Probleme auszulösen.

Nur weil man vor einigen Jahrzehnten die Vitaminsäuren zu bestimmen vermochte, konnten die Vitaminhersteller daraus Profit schlagen. 1992 wurde das Sulforaphan entdeckt, das die Zellen anregt, Enzyme zu produzieren, die krebsauslösende Substanzen unschädlich machen.

**Was denn, wenn Dir gerade eines der noch nicht analysierten Vitamine, Enzyme oder Lebensstoffe fehlt, weswegen Du vielleicht jetzt so krank bist? Das Vitamin B15**

(Pangamsäure) z.B. wurde erst vor kurzem entdeckt.<sup>6950</sup> Vielleicht entdeckt man in 50 Jahren, daß die ätherischen Öle oder die Hormonstoffe in der Rohnahrung noch wichtiger als die Vitamine sind - dann wissen die Vitaminpillenschlucker endlich, warum ihnen die Kunstvitamine nicht geholfen, sondern sie im Gegenteil langsam krank gemacht haben. Die Wissenschaft schätzt die noch nicht entdeckten Vitamine auf etwa 60 Stück. Die Kunstvitaminproduzenten können sie Dir noch nicht verkaufen - aber in den Wildkräutern kriegst du sie bereits intus - falls Du sie ißt. Mitsamt all den anderen zigtausend noch nicht entdeckten Lebensstoffen. Zur Zeit sprechen plötzlich alle von Enzymen, den Zündfunken des Lebens. Hast Du auch schon gehört, daß dies Miniverbindungen von Vitaminen und Proteinen (Eiweiß) sind, die im Körper Maxi-Wirkung erzielen? Und daß Enzyme hitzeempfindlich sind (sie sterben bei 50 Grad)?

In der UrMedizin befinden sich neben voll aufnahmefähigem Eisen auch alle Enzyme, sie regt darüber hinaus sogar noch Deinen Körper an, Eigenenzyme zu bilden!



# 1. Kapitel. Klarsehen: Es gibt keine Krankheiten 2017

## 1.82 Näher betrachtet: die Enzyme

Schon vor Jahrzehnten wurde ein vitaminähnlicher Vitalstoff analysiert, der in allen Lebewesen und Pflanzen steckt, also auch reichlich in uns Menschen. Trotzdem war es bis vor Kurzem noch ein toller Verkaufs-Gag: Q10.<sup>2304, 3493, 9474</sup>

Die Japaner schlagen es massenweise in sich rein. Ein Mangel daran soll angeblich entstehen, wenn man älter wird. Weil dann der Körper zu wenig davon produziere... Jetzt versucht ein Buch, das Q10 bei uns noch populärer zu machen.<sup>2520</sup> Damit die Pharmaindustrie wieder ein gigantisches Geschäft verbuchen kann. Der Trick: Man preist es als »Herzwunder« an. Deshalb analysieren die Forscher so gerne: Man kann sagen, das gibt es alles in den Nahrungsmitteln - um dann später festzustellen, daß man das unbedingt brauche. Weil es in der kaputtgemachten Nahrung von heute nicht mehr in genügender Menge vorhanden sei. Nun müsse man es sich eben zusätzlich kaufen. Für teures Geld. Hergestellt in einer Pharmaziefabrik. Zu deren Profit, zu Deinem Schaden. Zur Zeit läuft dasselbe mit Melatonin...

»Klärst Du mich auch noch über die Enzyme aus Deiner Sicht auf?«

Merke: Die Enzyme sind viel mehr als die Katalysatoren, die nur einfache Mineralstoffe sind. Ein Enzym ist eine organisch lösliche Substanz, die eine biochemische Reaktion auslöst oder beschleunigt. Die Enzyme sind biologische Lebenselemente. Die Katalysatoren reagieren chemisch, die Enzyme chemisch *und* biologisch.

Ein Teil der Enzyme kommt in lebendfrischer, roher Nahrung vor. Sie sind äußerst hitzeempfindlich. Bereits bei 50°C zerfallen sie. Einen anderen Teil synthetisiert der Körper selbst aus Vitaminen und Spurenelementen. Sie sind die eigentlichen Lebensträger und Lebensspender in unserem Körper. Als sie 1940 von E. Howell<sup>6504, 6505, 6516</sup> entdeckt wurden, schwieg man sie tot - im Gegensatz zu den Vitaminen. Jetzt, wo man sie künstlich herzustellen vermag, werden sie durch die Werbung hochgepuscht - weil man sich von ihnen ein weiteres tolles Geschäft verspricht,<sup>3618</sup> wie seinerzeit mit dem Q10.

Die Enzyme können aber nicht ihre volle Wirksamkeit entfalten, wenn der Körper übersäuert ist.

In diesem Fall bewirkt die Azidose, daß sich das Bindegewebe zwischen den Zellen der Organe, das Interstitium, verdickt. Was heißt, die Zellen werden unterernährt, schreien nach mehr Nahrung. Der Körper wirft nun einen zusätzlichen Motor an und baut seine Glucose zu energiereicher Milchsäure ab. Die wiederum vermehrt die Gewebersäuerung. Zur Auspufferung entnimmt der Körper dann den Zähnen und Knochen Kalzium, aus dem als

Rückstände Kalksalze entstehen, die sich um die Gelenke setzen, oder sie verbleiben in den Blut- und Nervenbahnen und lagern sich dort ab. So entsteht die Adernverkalkung und möglicherweise auch die Multiple Sklerose. Sind zu wenig Enzyme vorhanden, dann werden die Nahrungsbestandteile nicht mehr genügend aufgespalten. Und fehlt dann noch Vitamin E, so werden laufend freie Radikale in den Organismus ausgetrieben, die dann schnell Krebs entstehen lassen.<sup>6200</sup>

Das führt dazu, daß zu große Eiweißmoleküle in das Blut gelangen und diese dort als Fremdkörper betrachtet werden. Können Moleküle aber nicht synthetisiert werden, so reagiert der Körper auf bestimmte Nahrungsmittel besonders empfindlich. Was die Ärzte dann als Allergie bezeichnen. Doch gleichzeitig wird durch einen so verursachten langen Abwehrkampf das eigene Immunsystem mehr und mehr geschwächt. So wird der Körper auch für andere Krankheiten immer anfälliger - bis hin zur Entartung der Drüsen. Denn durch das Vermeiden bestimmter Nahrungsbestandteile, mit dem Ärzte hin und wieder dem begegnen wollen, wird die Übersäuerung des Gewebes ja nicht aufgehoben.

So entgleisen dann die Funktion der Keimdrüsen (Impotenz), der Prostata (Krebs, Wucherungen), der Bauchspeicheldrüse (Diabetes), der Schilddrüse<sup>1903, 1914, 9520</sup> (Kropf, Froschaugen), der Thymusdrüse (Immundefekte, Beklemmungsgefühle, Atemnot, Bronchitis, plötzlicher Kindstod).

**Und: Bist Du sauer, dann ist Deine Seele sauer! Und damit sind auch Deine Gefühle nicht mehr in Ordnung.**

Denn auch die Neurotransmitter erfüllen ihre Aufgabe nur dann zufriedenstellend, wenn das Gesamtmilieu des Körpers im basischen Bereich liegt. Launen, Depressionen, Neurosen u. a. angeblich »seelische« Krankheiten bis hin zur Schizophrenie sind deshalb nur im »sauen Zustand« des Organismus möglich.



Sieh immer gleich die Zusammenhänge: Was sich schädlich für Deinen Körper auswirkt, wirkt sich auch auf Dein Gefühlsleben und Deinen seelischen Zustand schädlich aus.

Kürzlich erzählte mir eine Freundin, wie sie sich mit Abscheu von einem Fernsehbericht abgewandt hatte, als dort die jungen Männer eines primitiven Stammes in Indien der Reihe nach den alten Männern ins Essen spuckten.

Wir sollten auf weniger zivilisierte Menschen nicht herabsehen. Ich halte es eher für ein Erfahrungswissen, wonach die schwache Verdauung der Alten durch die in der Spucke stärker vorhandenen Enzyme und Fermente möglicherweise angeregt wird. Eine Mutter praktiziert gleiches, wenn sie ihrem Baby die Nahrung vorkaut und von Mund zu Mund weiterreicht.

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Medikamente für den menschlichen Körper sind wie künstliche Düngemittel für die**

**Erde: kurzfristig übertrieben wirksam, zuerst hoffnungsfroh stimmend. Jedoch die natürliche Harmonie vernichtend, die Lebensgrundlagen (bzw. Bodengare) zerstörend, und so immer mehr künstliche Eingriffe und mehr schädliche Mittel erfordernd.**<sup>3531</sup>

Bis es schließlich zum vorzeitigen Umkippen und Zusammenbruch kommt. Erkennst Du nun schon etwas besser den schlimmen Zusammenhang allen unnatürlichen Tuns?

Beide Täter profitieren voneinander:

Der Bauer spritzt die Felder ein - dem Doktor bringt's den Krankenschein.

??



*Hinter diesen Tier-KZ-Stacheldrahtzäunen geschehen, gut verschant, die Verbrechen der Tierschänder-Mediziner, welche sie nach wie vor für »unverzichtbar« halten. Und all diese Ruchlosigkeit nur für den Profit der Herren mit den weißen Westen, der Pharmazeuten und Ärzte, am die Menschheit nur schädigenden Chemie- und Medikamentengift:*

»Warum gehst Du so auf die Barrikaden für Tiere? Die christlichen Kirchen regt das kein bißchen auf. Denn die Tiere haben schließlich keine Seele«, wendest Du vielleicht ein.

Du scheinst wenig die Tiere zu kennen: Sonst würdest Du spüren, daß sie wie Du eine Seele, m.E. sogar eine bessere wie wir Menschen, besitzen. Nur: Dir ist sie bewußt – dem Tier nicht.

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

# 1. Kapitel. Klarsehen: Es gibt keine Krankheiten 2017

## 1.83 Diese Schulmedizin baut auf milliardenfacher Tierfolterung auf



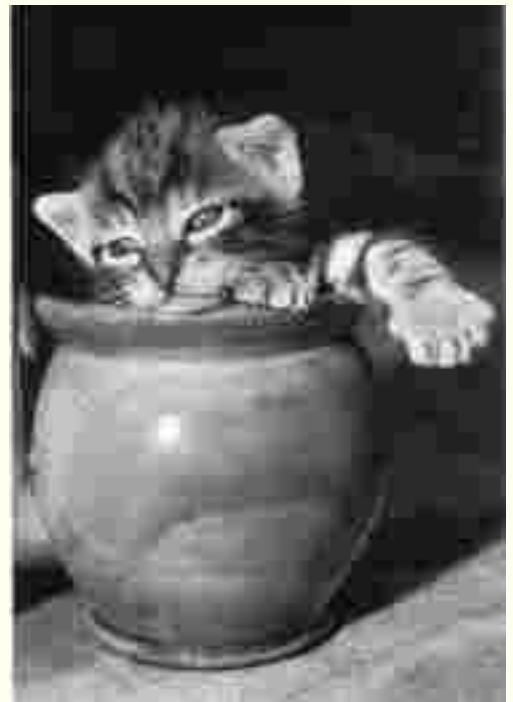
Im Chor der Hoffnungsmache der Ärzte und Forscher zwecks weiterem Erhalt von Geldmitteln erklingt immer wieder der Satz, daß sich dieses oder jenes angekündigte Wundermittel im Tierversuch bereits als erfolgreich erwiesen habe. Dabei muß jedem der gesunde Menschenverstand sagen, daß eine künstlich in ein Tier eingebrachte eine gänzlich andere Krankheit ist, als eine, die sich in einem Menschen aufgrund seiner Lebensweise, seines seelischen Zustands und

seiner eigenen Erbanlagen entwickelte.

Nur wenn niemand mehr Tabletten schluckt und chemisch-kosmetische Artikel braucht, enden diese Qualen für unsere Tierbrüder. Alle, die den Fabrikanten diesen Dreck abnehmen, machen sich mitschuldig am milliardenfachen Leid der Tiere, die in den Labors nach unendlicher Tortur getötet werden.<sup>2027, 2031/8, 4500, 9822</sup>

Denke auch hier in gesamtheitlichen Kategorien: **Nur das dient dem Wohl der Menschen, was auch dem Wohl der Tiere dient.**

Es sind durch eine medizinische Ausbildung gegangene Spitzenmediziner und Medizinprofessoren, die mitleidlos die Tierfolterungen<sup>9488</sup> veranlassen und ohne Rührung zusehen, sich immer Neues an Quälereien dazu ausdenkend um dafür gut zu kassieren.<sup>4501f</sup> Glaubst Du denn, die empfinden auch nur eine Spur von Mitgefühl mit diesen armen Geschöpfen?



Damit aber niemand die vom Blut unschuldiger Tiere bespritzten Kittel sieht, damit niemand hinter den glatten Stirnen dieser Schlächtergesellen deren Scheußlichkeiten erkennt, und ihr schandbares Tun erkannt werden kann, streifen sie sich schwarze Talare über, lassen sich Bundesverdienstkreuze nebst Fluten von Professorentiteln verleihen und krönen sich gegenseitig jährlich mit Dutzenden von Preisen.<sup>2130ff</sup> So der Öffentlichkeit und den Medien vorgaukelnd, wie ehrenwert und vertrauenswürdig sie doch wären: diese an Unbarmherzigkeit, Heuchelei, und Gemeinheit kaum zu überbietenden Mediziner...Wisse aber:

**Die Milliarden gefolterter Tiere nehmen gottlob - und das bezeichne ich mit Befriedigung als ausgleichende Gerechtigkeit - über ihren grausamen Tod hinaus Vergeltung: Die aus deren unendlichem Leid gewonnenen Medikamente bringen nach und nach Qual, Verderben und frühen Tod.**

**Über alle, die sie einnehmen, und über deren Kinder und Kindeskinde! (® RZ 361)**

Hast Du denn nicht damals im Fernsehen die voller Furcht geweiteten Augen des kleinen Rhesusäffchen gesehen, sein hilfloses Umklammern der Gitterstäbe seines 30 x 40 cm Käfigs, als man es ins Versuchslabor zu seinen wissenschaftlichen Folterknechten schob, vor deren Gefühlskälte einem der Speichel im Mund zum Ausspucken gefriert? Oh - dieses Untier Mensch!

**Ich wiederhole, damit es sich tief in Dir verankert: Die Qual, die man diesen unschuldigen, liebenswerten Geschöpfen Gottes antut, zieht (und ich weiß hier wirklich nicht, ob ich »zum Glück« oder »zum Unglück« sagen soll) in alle die ein, welche die aus den gräßlichen Torturen unserer Brüder entwickelten Medikamente gedankenlos und ohne Skrupel einnehmen. Denn nun übertragen sich Ängste und Leiden der gemarterten Tiere in sie selbst als ausgleichendes Rachenehmen der höheren Macht über uns.**

**Heute werden 23.000 Tiere getötet.**

**In deutschen Versuchslabors werden heute, wie durchschnittlich jeden Tag, 23.000 Hunde, Katzen, Schafe, Hamster, Ratten, Mäuse, Kaninchen, Hasen und Frösche getötet. Dies geht aus einer neuen Statistik der pharmazeutischen Industrie hervor. Tierschutzorganisationen schätzen, daß tatsächlich fast dreimal so viele Tiere sterben**

**müssen.** (Kölner Stadt-Anzeiger/B, 22.4.1993)

Ich will den heute durch die Mediziner wieder getöteten Kreaturen Stimme verleihen:

»Was hab' ich Dir getan, o Mensch? Was zwingst Du mich, der ich die Freiheit, das Draußensein, das Herumtollen mit Dir so liebte, der ich mich meines kleinen Lebens auf der Erde so freute, was zwingst Du mich in dieses Gestell aus kaltem Eisen und schneidenden Ledergurten, die meine Glieder unbarmherzig auseinanderziehen?

Was hab' ich Dir getan, o Mensch? Erkennst Du nicht, daß mir der Schöpfer ein Gesicht wie Deines gegeben hat?

Wie bringst Du es über Dich, meinen kleinen Mund mit einem Eisenstab für lange Monate aufzusperren? Weißt Du nicht, daß er nach Minuten völlig ausgetrocknet ist? Was hab' ich Dir getan, o Mensch, daß Du mir nicht mal jetzt einen Schluck einfachen Wassers gönnst? Gleich wirst Du mir Deine Stahlstifte, Deine Sonden, Deine Messer tief in mein Körperchen treiben. Wirst sie in meinen lebendigen Leib stechen, in einen weichen Leib, der die gleichen Organe, die gleichen Schmerzen kennt wie der Deine. Dem Du nicht mal erleichternde Schmerzensschreie zuläßt, weil Du mir meine Stimmbänder herausgeschnitten hast. Anderen meiner Schmerzensbrüder nähst Du die Mäuler zu, wenn Dich auch noch deren Wimmern und Stöhnen stört. Und ist Dir unser hilfloses Zucken noch zu viel, dann bringst Du es gar fertig, uns in einem Panzer aus Gips zu lebendigen Mumien erstarren zu lassen.



*»Was hab' ich Dir getan, o Mensch, daß Dir keine Folter zu grausam, keine Scheußlichkeit zu schrecklich für mich und meine Brüder scheint?*

*Mit Gasen verätzt Du unsere Bronchien und Lungen, daß selbst jeder Atemzug zu einem Messerstich wird. Du jagst stärkste Stöße von Strom durch unsere Leiber, die Du verbrennst, vergiftest, erträankst.*

*Und das ohne die Gnade*

*eines Schmerzmittels.*

*Weil dies angeblich die Ergebnisse für die Medizinforschung verfälschen könnte. 1.700 Jahre lang forschst Du bereits an unseren Reaktionen auf solche Folterungen, mit dem Ergebnis, daß Du immer mehr von Krankheiten heimgesucht wirst. Mit Nervengiften rufst Du in uns die*

*schrecklichsten Krämpfe hervor, ins Gehirn einzementierte Elektroden treiben uns in den Wahnsinn.*(?Rz 570) Durch chemische Mittel erzeugst Du die schlimmsten Leiden in uns, stichst uns die Augen aus, wenn Dich einer dafür bezahlt. Du steckst uns in Gefrierschränke, unseren langdauernden Erfrierungstod beobachtend, setzt uns auf glühende Platten - gnadenlos zusehend, wie wir uns in Schmerzenstänzen windend, unsere Pfoten der roten Glut zu entziehen suchen. Mit Apparaturen aus Stahl zerbrichst Du unsere Knochen oder zertrümmerst sie uns mit eigener Hand durch mitleidlose Hammerschläge. Was haben wir Dir getan, o Mensch? Was haben wir Dir getan!«<sup>4504ff</sup>

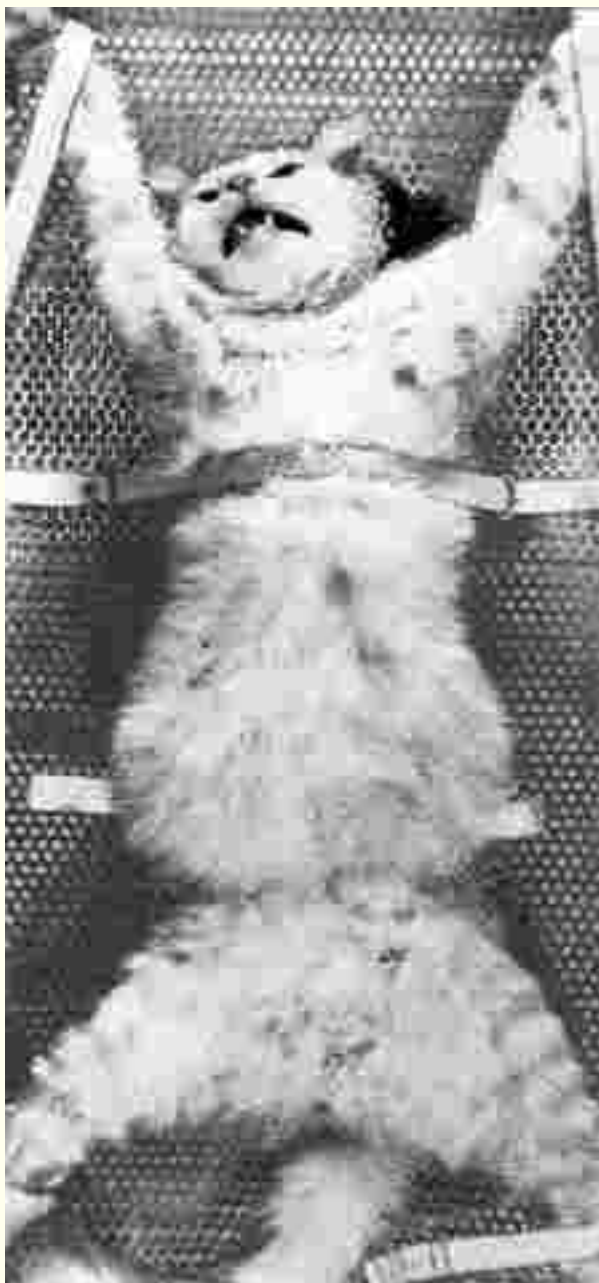
Dir, mein lieber Leser, der Du vielleicht für diese Stimme der geschundenen Kreatur kein Ohr hast, laß Dir trotzdem sagen:

**Wie kannst Du widerspruchslos dulden, daß man quält, was ein Gesicht hat! Boykottiere allein aus diesem Grund die Ärzte, die Dir Medikamente verschreiben wollen. Für Tierexperimente zugelassen sind heute alle Chemiepräparate und Kosmetika und die kommenden genetischen, noch heimtückischeren 'Heilmittel'.**

Kämpfe dafür, daß diese Folterungen ein Ende finden und daß diese Mediziner-Tierschänderbande ihrer gerechten Strafe zugeführt wird. Wir müssen von Tag zu Tag mehr erkennen, daß Tiere die besseren Menschen sind:

**Tiere quälen nicht einander, Tiere beschießen sich nicht, Tiere rotten keine Menschen aus, Tiere zerstören nicht unser aller gemeinsame Mutter Erde.**

Setz Dich, wo auch immer für die Gleichstellung aller Säugetiere und Wirbeltiere mit dem Menschen ein, und unterstütze die entsprechenden Hilfsorganisationen.<sup>4000ff</sup>



Natürlich ist den Versuchstierforschern ganz klar bewußt, daß ihre Tierquälereien sinn- und zwecklos sind und einer Nachprüfung nicht standhalten. Das sind ja keine Dummköpfe. Aus diesem Grund und unter dem Aspekt, was für ein feines Schweinegeld damit in ihre Taschen wandert, bestreiten sie einfach vorsorglich den Sachverstand derer, die keine Ärzte sind und die keine Tierversuche machen. So einfach ist das für die (und alle anderen Mediziner), die da jetzt in den großen Anstalten und Laboren fest im Sattel sitzen... Dieses Wissen um ihre Macht ist es, das sie so überheblich werden läßt. Und sie auf Einwände und Argumente erst gar nicht eingehen: Wundert's Dich, da ihnen bewußt das Wissen um Ethik, Natur, Natürlichkeit und Tierliebe oder wenigstens Achtung vor den Geschöpfen Gottes durch ihre Universitätsprofessoren nicht gelehrt wurde?

Weil man sich keinen denkenden, sondern nur gut parierenden Nachwuchs heranziehen will. Der das alte, für alle so profitbringende Tun, weiter ohne Gewissensbisse fortführt ...

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** e-mail : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/1/83.html> - **Update: 13.01.2000 15:41**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!



# 1. Kapitel. Klarsehen: Es gibt keine Krankheiten 2017

## 1.84 Wie sich die Mediziner beim Rheuma immer wieder an der Wahrheit auf Kosten der Kranken vorbeidrücken

Wenden wir uns mal der großen Krankheit Rheuma zu.<sup>3741</sup> Tatsache ist, daß die moderne Schulmedizin es bisher nicht geschafft hat, die Rheumakrankheitsstatistik auch nur geringfügig zu verbessern.<sup>3527, 3722</sup> Trotz aller neuen Mittel, die ständig auf den Markt geworfen werden. Trotz Milliarden sinnlos gequälter Versuchstiere, trotz Milliarden an Mitteln für Forschungszwecke.<sup>1008, 9461</sup>

Dabei ist vollkommen klar: Die besonders in Fleisch, Fisch und hochprozentigem Alkohol gespeicherten Purine, - die beim Stoffwechsel in Harnsäure und in andere Abfallprodukte verwandelt werden<sup>6007</sup> - sind eines Tages nicht mehr über die Nieren auszuscheiden. Sie gelangen so in Form von kleinsten scharfkantigen Kristallen an die Gelenke und Sehnenscheiden. Folge: Diese schwellen an und entzünden sich. Es entstehen schmerzhafte Knoten, besonders bei der Hauptform des Rheumas, der Gicht. Für rheumatische Kinder hat man bei uns sogar schon eine eigene Klinik einrichten müssen, weil gedankenlose Eltern ihr Kind mit tierischen Produkten vollstopfen.

Doch denke nicht, die Kinder würden in der Rheumaklinik etwa geheilt! Sie werden bloß besser behandelt. Sie werden zwar zu Krüppeln, doch nicht zu gar so schlimmen. Weil diese Ärzte ein bißchen mehr von Bewegung halten und ihnen diesbezüglich etwas mehr Gewandtheit beibringen. Aber vom Einfluß des Essens auf die Krankheit halten sie nichts - weil die Wissenschaft angeblich noch keinen eindeutigen Zusammenhang zwischen Ernährung und Krankheit feststellen konnte.<sup>6037</sup>

So stellt, laut einem Merkblatt der Deutschen Rheumahilfe, der Chefarzt der Rheumaklinik Tegernsee, Dr. J. M. Engel, dazu das Dümme fest, was es dazu zu sagen gibt:

**Weil es so gut wie nie einen unmittelbaren Einfluß der Ernährung auf die Entstehung rheumatischer Krankheiten gibt, kann es auch keine Rheumadiät geben, mit der sich Rheuma heilen ließe.**

Weil also niemand nach einem Sauerbraten (also unmittelbar nach dem Essen) einen Rheumaanfall kriegt, kann er das den Einfältigen weismachen. Kriegt der Rheumatiker die Schmerzen ein paar Stunden später, so ist für diesen Dummkopf von Chefarzt (und die Rheumakranken sowieso) kein »unmittelbarer Einfluß« mehr zu erkennen. Ich stelle deshalb

richtig:

**Weil es aber immer einen *mittelbaren* Einfluß auf das Entstehen der rheumatischen Krankheiten durch falsche Ernährung gibt, kann Rheuma *nur* durch eine gesunde Diät geheilt werden.**<sup>2116, 8326</sup>

»Aber, aber«, sagst Du, »so ein bedeutender Mann kann doch kein Dummkopf sein!«

Natürlich ist er das nicht! Ganz im Gegenteil! Was er da über die Ursache Rheuma sagt ist zwar dummes Zeug, aber das weiß er natürlich ganz genau. Denn er sagt die Unwahrheit ja ganz bewußt und unter dem sehr klugen Hintergedanken: Gebe ich zu, daß die Ernährung sogar einen erheblichen Einfluß auf das Entstehen und Verschwinden von Rheuma und Gicht besitzt, dann bin ich gezwungen, in meiner Klinik gesunde Ernährung aufzutischen. Und da die kaum einer essen mag, und ich weder Zeit, noch Lust, noch Interesse dafür habe, meine Patienten von deren Notwendigkeit zu überzeugen, würde mich bald eine menschenleere Klinik und die vorwurfsvollen Blicke des Personals anstarren - von den vernichtenden Blicken meiner Frau ganz zu schweigen...

Was Dich, lieber Leser, zu der ernüchternden Erkenntnis führt, daß ein Arzt niemals,<sup>9463</sup> wohl aber ein Patient stets als Dummkopf auf der Strecke bleibt. Und somit der Rat, Dich nie zu einem Patienten machen zu lassen.

Eigentlich solltest Du nach all den Fleischskandalen (die man immer geschickter vertuschen kann) selbst wissen, was das »wertvolle tierische Eiweiß« in Wirklichkeit ist: in Verwesung befindlicher (weil gut abgehangener), verseuchter (weil mit Chemie vollgestopfter und mit Fischköpfen, Haaren und Hufmehl gefütterter) Kadaver artfremden Eiweißes.

»Wieso bekommen denn Kinder überhaupt Gelenkrheuma? Bei älteren Menschen ist das noch zu verstehen, weil sich bei denen die Harnsäurekristalle mehr und mehr absetzen konnten.«

Die neuesten Vermutungen gehen dahin, daß es sich um eine Abwehrreaktion des jungen Körpers gegen fremdes Eiweiß handelt, das bei den einen Mehlschorf-Allergien und Asthma-Neurodermitis, bei den anderen Rheuma (wodurch die Gelenkschleimhäute geschädigt werden) oder sogar Krebs hervorrufen kann. Die UrTherapie kennt keine »Vermutungen« über Krankheitsursachen! Sie weiß um die genauen und eigentlichen Krankheitsursachen und kann sie eindeutig beweisen, wie Du später sehen wirst.

Das erste unverträgliche Fremdeiweiß, das Du Deinem Kind gibst, ist der Milchpulver-Stillersatz und die Kuhmilch. Später dann das fremde Eiweiß von Ei und Fleisch. Gib Deinem Kind nur verträgliches, arteigenes Eiweiß: Deine Muttermilch! Und danach nur pflanzliches Eiweiß. Denn nur darauf ist der Körper programmiert.<sup>9108, 9116</sup> Dann bist Du schon mal die Hauptsorge los, später ein allergieanfälliges Kind zu bekommen.

Laß Dich deshalb nicht vom Stillen abbringen. Sonst bezahlst Du das in den folgenden fünfzehn Jahren doppelt und dreifach mit Leid. Und bekommst ein stark anfälliges, ständig

erkältetes, meist krankes Kind, das sich und Dir das Leben zur Qual machen wird.<sup>9104, 9110/9</sup>



»Und wieso kriegen so viele andere Kinder kein Rheuma, haben keine Allergien? Trotz Kuhmilch!« fragst Du.

Jede Mutter weiß, wie schwer sich ihr Baby mit dem Verdauen tut, wenn es keine Muttermilch bekommt und mit Brei (Gluten!), Milch und Zwieback gefüttert wird. Aber die Abwehrkräfte der meisten Babys hören nach einiger Zeit auf, sich gegen das artfremde Protein zu wehren. Sie tolerieren das Zeug.<sup>6204, 6344</sup>

»Bei diesen Kindern gewöhnt sich der Organismus also nur schneller an das naturfremde Eiweiß?«

Nein - der Körper gewöhnt sich nie daran: Er wehrt sich nur (vorerst) nicht mehr gegen die ihm aufgezwungene, an sich für ihn unverträgliche Fehlkost. So vermag sich dann das körperfremde Eiweiß überall im Körper festzusetzen. Um irgendwann - bei dem einen früher, bei dem anderen später - Krankheiten oder vorzeitigen Tod auszulösen.

Das hast Du als Rheumakranker von einer Medizinbehandlung zu erwarten:<sup>1008, 1119, 3759, 3821</sup> Akne, Gelenkbeschwerden, Grüner Star, und vor allem das Cushing-Syndrom, eine schwere Stoffwechselstörung, verbunden mit Vollmondgesicht und Fettsucht des Leibes bei dünnen Gliedmaßen, Knochenschwund, Zuckerkrankheit, Hornhautgeschwüren und Sehnervschädigungen.

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Was Du in der Krankenbehandlungs-Schulmedizin heute noch als richtig ansiehst, wird sich gegen Ende Deines Lebens alles als falsch erwiesen haben.<sup>2953, 3004</sup> Nur mit der Natur behandelst Du Dich bis zum St.Nimmerleinstag gesundmachend und -erhaltend.**

**Sapere aude**

**Der Wunsch des Verfassers an Dich, lieber Leser: sapere aude! Prüfe alles hier Gesagte kritisch auf seine Widerlegbarkeit und Logik. Liege ich falsch mit meiner Aussage, so verwirf sie sofort. Und suche an anderen Orten nach einer besseren Erkenntnis. (Das Literaturverzeichnis bietet Dir genügend Hinweise dazu.) Akzeptiere nicht etwas deshalb, weil es hier schwarz auf weiß gedruckt steht, oder weil ich Bestseller-Autor bin. Laß Dich nie beeindrucken von dem, was gelehrt klingt oder rhetorisch beeindruckend formuliert wird. Verwechsele nicht die Beeindruckungskraft und sympathische Wirkung einer Persönlichkeit mit der Wahrheit. Laß besser die Wahrheit beeindruckend auf Dich wirken.**



Christina Egel...

Die immer größer werdende  
Macht der Mediziner über  
Kranke, Behörden, Amts- ja

sogar über Landgerichte bedarf der Revision! Erkenne, mit welch  
schandbaren Mitteln die Ärzte ihre Macht- und Profitgier immer  
stärker durchsetzen. Erkenne, wie sie mehr und mehr die Menschen  
zu krankmachenden Medikamenten (®LV 9458, 9998 u. Rz 365) und  
sinnlosen Operationen mit Autoritätsgebaren und indirekter

Gewaltanwendung zwingen!

Die Konsequenz: Wir sind es in Verantwortung vor unseren Kindern in Zukunft schuldig, sie  
nie mehr bei Krankheit einem Arzt vorzustellen. Wir sollten das Liebste, das wir besitzen -  
unsere Kinder - , wie wertvolle Perlen schützen, die man nicht vor die Säulen der Ärztetempel  
wirft.

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × »[Der Große GESUNDHEITS-KONZ](#)« × »[Natürlich Leben](#)«  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!

Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ☼ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/1/84.html> - **Update: 13.01.2000 15:41**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

Der Domainname ist  
eine Spende der

[Transmedia GmbH](#)

× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch

× [Antivivisektion e.V.](#)

× [Für Vegetarismus!](#)

- [Gegen Tierversuche](#) -

[Vegi-Büro Schweiz](#)

Tierversuchsgegner Rhein Ruhr

# 2. Kapitel. Lerne aus der schlimmen Puscherei der Ärzte

## 2.1 Wie logisch klingende Ratschläge der Mediziner Dir nur Verderben und Tod bringen

*»Suchet die Ursache der Ursache!« (Hippokrates)*

Die Mediziner sind heute völlig unfähig, Krankheiten ohne Chemie zu heilen. Und: Verderbnis bringende Anordnungen der Schulmediziner sind leider nicht die Ausnahme, sondern die Regel.<sup>2953</sup> Hier will ich Dir den Weg zeigen, sie mit dem gesunden Menschenverstand erkennen zu lernen. Auf die üblichen verderbenbringenden Ratschläge gehe ich jetzt noch nicht ein, wie z. B. nach einer Operation: »Jetzt müssen Sie sich besonders schonen«, oder: »Nachdem der Tumor weggeschnitten ist, dürfen Sie jetzt wieder alles essen, was ihnen schmeckt!«. Wenn Dir als chronisch Kranker oder Krebsleidender aber Deine verbleibenden Lebensstage noch etwas wert sind, so höre um Himmelswillen nicht auf scheinbar logische Ratschläge medizinischer Dummköpfe und pekuniärer Schlaumeier, die es da anscheinend so gut und fürsorglich mit Dir meinen:

»Sie werden mir zu dünn, Herr Gutgläubig! Wenn Sie weiter so abnehmen, verhungern Sie mir noch. Sie müssen nicht auf den Unsinn der Alternativen hereinfallen, die da von ballaststoffreicher Kost reden. Was Sie jetzt brauchen, das ist doch offensichtlich: viel kalorienreiche, hochwertige Nahrung! Sie sollten richtig schlemmen. Lassen Sie sich Eis, Süßspeisen, Schokolade, Kuchen und Pralinen jeden Tag nach Herzenslust schmecken. Besonders viel Fleisch müssen Sie essen. Wenn das auch den Tumor nährt, so ist das zur Stärkung Ihres Immunsystems aber unbedingt nötig!«<sup>6004, 6010, 6019, 6030</sup> So wirst Du es in Zukunft noch oft von manchen Ärzten hören, nachdem es ihnen ihre bekannteste und meist gelesenste Fachzeitschrift vorgebetet hat.

»Mir scheint das aber gar nicht so abwegig zu sein«, meinst Du.

**Besinne Dich auf den weisesten aller Ärzte, auf Hippokrates, der 400 Jahre v. Chr. unumstößlich festschrieb, daß zur Erhaltung der Gesundheit und Bekämpfung der Krankheit eine gesunde Lebensführung - vor allem das Maßhalten beim Essen - die oberste Maxime des Gesundseins wäre.**

Und daß nur einfachste Speise bei genügend Bewegung, Reinlichkeit und Schlaf garantiere, daß die Krankheit heilen könne. Was zugleich dem Idealbild der griechischen Naturphilosophie und dem optimalen Leben eines gebildeten Menschen entspräche.

(Diesen Grundsatz muß ich in Deinem Kopf verfestigen - weshalb ich gezwungen bin, ihn ab

und zu mal aufzufrischen.)

**Hippokrates hat in seinen Schriften ausdrücklich angeordnet, daß die Ärzte unheilbare Kranke nicht behandeln dürfen.<sup>6017, 6605</sup>**

**Das haben die allopathisch tätigen Ärzte heute vergessen. Richtiger: Sie wollen es einfach nicht mehr wissen! Zu welcher »Heil«-Behandlung sind sie heute verkommen, wenn sie ihren krebskranken Patienten das Schlemmen empfehlen? Also genau das Gegenteil dessen zu tun, was der Lehrmeister aller Ärzte Hippokrates vorschrieb:**

**Bei Krankheit ist zu fasten, später ist einfache Speise zu sich zu nehmen.**

**Für derartige unverantwortliche Ratschläge schulmedizinisch tätiger Ärzte gibt es Gründe.**

**Der erste: Die Ärzte erweisen sich als zu ängstlich oder zu einfältig (was noch schlimmer für einen Mediziner wäre!), den Krebskranken die ungeschminkte Wahrheit vorzuhalten, ihnen zu sagen: *Euren Krebs habt ihr euch angetrunken, angefressen, angeschlemmt, oder euch durch Giftstoffe in der Wohnung, im Betrieb oder auf der Straße eingefangen.***

**Was dann vielleicht bei den Verkrebsten zur Erkenntnis führen und so auch heilsam sein könnte.**

**Der zweite: Das Wissen, daß sich mit schulmedizinischem Instrumentarium nichts gegen den Krebs ausrichten läßt, stürzt die Ärzte in Unsicherheit. Lassen sie doch im allgemeinen Zweifel an der eigenen Allmacht und ihrem Können nicht zu. Sie fühlen sich hier wie auf glatter, abschüssiger Piste und tun aus Furchtsamkeit das Falsche: Sie lehnen sich zurück statt sich bewußt nach vorne, in den gefährlich scheinenden Hang zu beugen - und fallen auf den Allerwertesten!<sup>6025</sup>**

**Richtig ist: 20% bis 30% der Krebskranken im fortgeschrittenen Stadium magern ab. Wenn Du als Krebskranker in diesem Stadium nun aus Angst oder auf Anweisung des Arztes damit beginnst, übermäßig Kalorien in Dich hineinzuschlingen, so vermag dies - besonders bei Krebskranken -, bedingt durch das Mehr an Salz, die Kraft der Nieren sehr beeinträchtigen, Natrium auszuschleiden und damit vielleicht sogar eine Bauchwassersucht auszulösen.(® Rz.974 [36])**

Wegen der Gefahr eventuellen Verhungerns den Krebspatienten das Schlemmen zu empfehlen, bedeutet nichts anderes, als die Schnellvollstreckung des für jeden Verkrebsten bereits ausgestellten Todesurteils.<sup>6630, 6020ff</sup> Denn das weiß heute auch der Dummste: zuviele, zu fette und tote Nahrung macht krank.

Du entlarvst solch ärztliches Unsinnsgerede, indem Du den Vergleich mit einem anderen Krebserreger heranziehst und Deinen evtl. ebenfalls Schlemmerkost empfehlenden Arzt um

Stellungnahme zum gleichen Rat in dieser analogen Fassung aufforderst:

Zur Heilung eines Asbestverkrebstes wird empfohlen, reichlich Asbestfasern einzuatmen.

Natürlich kann der Arzt für sich argumentieren: Besser der Verkrebstete frißt sich tot, als daß er Hungers stirbt. Doch in Wirklichkeit verhungert der Verkrebstete ja nicht! Seine Eßorgane wollen einfach nicht mehr. Was sogar als schwaches Anzeichen seiner körpereigenen Abwehr interpretiert werden kann:

Ein Aufbäumen des darniederliegenden Immunsystems, das den Körper in seinem Heilbestreben veranlaßt, sich keine krankmachende Kost mehr einzuverleiben, ja zu hungern und nur wenig zu essen, um dem Körper eine letzte Gelegenheit zu geben, sich seiner aufgenommenen Gifte auf diese Weise zu entledigen. Denn nur durch Fasten greift er seine Gifte an und baut sie ab.

Krebskranke sind überdies im Stadium hoher Gewichtseinbußen meist kaum in der Lage, sich vollzustopfen. Die Kranken sprechen auf eine kalorienreiche Nahrung mit noch so viel Zucker, Sahne und fettem Fleisch einfach nicht mehr an. Sie magern immer mehr ab, selbst bei hochkalorischer Astronautenkost, wie jeder Praktiker weiß. Oder wissen müßte.

**Der dritte Grund: Fast allen allopathisch tätigen Ärzten geht leider jedes Verständnis für eine gesunderhaltende Ernährung ab. Einmal, weil sie nie etwas darüber lernten. Zum anderen, weil sie sich nie mit Gesundheitsfragen, sondern nur mit Krankheitsfragen beschäftigen. Bei der Frage, welche Ernährung sich nun als krankmachend erweist, gibt es für einen verständigen Menschen kaum Zweifel:**

**Krankmachend kann nur die Ernährung sein, welche heute von den meisten Menschen als sogenannte »gutbürgerliche Kost« verzehrt wird. Krebserzeugend sind auch nicht die angeblich jetzt neu entdeckten, vererbten Krebsgene.**

**Krankheits- und krebserzeugend sind die überlieferten, gegen das geringste gesundheitliche Verantwortungsgefühl gerichteten Bequemlichkeits- und Eßgewohnheiten bei allen Medizinern, die diese Tatsache nicht einsehen. Wohl aber ist stark an der ihnen vererbten Intelligenz zu zweifeln.**

**Welche Essensweise ist nun gesünder als die normale Kost? Es ist die Kost der Außenseiter und sich alternativ Ernährenden. Es ist die Nahrung derjenigen, die nicht gutbürgerlich essen, weil sie krankmachende Kost nicht zu sich nehmen wollen. Dazu sollten den Ärzten der Schulmedizin zuerst einmal die Vegetarier einfallen. Schließlich hat eine Studie des Heidelberger Krebsforschungszentrums<sup>6400ff, 6412f</sup> ergeben, daß Vegetarier, Veganer und Rohköstler weitaus weniger von Krebs befallen werden als ihre nach Fleisch und tierischen Produkten wie Eier, Milch und Käse lechzenden Zeitgenossen. Und daß die alternativen Esser außerdem weniger unter den vielen anderen Krankheiten zu leiden haben.<sup>3753, 6022ff, 6510ff</sup>**

**Nun, solange dieser Schlemmer-Artikel unter dieser schulärztlichen Mischpoke verbliebe, wäre das ja noch halb so schlimm. Weil einmal so gut wie niemand von dieser Kaste pharmaziehöriger Apologeten auch nur den blassesten Schimmer davon hat, wie man die Menschen mittels einer gesunden Ernährung gesund macht und gesund erhält. Zum anderen, weil sie - sollten sie wenigstens etwas Abglanz von diesem Schimmer besitzen - alle Gespräche über die Lebensführung mit ihren Kranken ängstlich vermeiden. Um nur ja keinem Patienten auf den Fuß zu treten und in Gefahr zu geraten, einen Krankenbesuch einzubüßen.**

**Oder ihn fragen zu machen, woher das denn komme, was ihm seine Krankheit brachte.**

Schlimm, wenn solche, schon als kriminell zu bewertenden ärztlichen Empfehlungen in die Öffentlichkeit gelangen.<sup>9726</sup> Und genau das ist geschehen! In der größten Zeitung Deutschlands:

**Diät falsch - viel essen gut** <sup>6233</sup>

»Wer Krebs hat, muß essen wie ein Schwerstarbeiter«, rät Dr. Hildburg Goeke vom Klinikum Fürth. Empfehlung: mindestens 3.000 Kalorien pro Tag. Davon 50 bis 60 Prozent Zucker, 20 bis 30 Prozent Fett, 15 bis 20 Prozent Eiweiß. Besonders viel Fleisch essen. Die Ärztin: »Das nährt zwar auch den Tumor, aber zur Stärkung des Immunsystems muß man diesen Effekt hinnehmen.« Diät ist nach ihren Untersuchungen absolut falsch. (BILD am SONNTAG, 3./4. April 1994)<sup>6606f,6614, 6630/3</sup>

Nun wurden also Millionen informiert. Und am darauffolgenden Montag wurde es dann an den Krankenbetten, Biertheken und in den Kaffeekränzchen bei den restlichen Bürgern und Krebskranken breitgetreten.<sup>6603/9, 6610/3</sup>

Der Schulmedizin geht einfach noch nicht ein, was einem gesundheitsbewußten, nicht von allopathischem Fehldenken beeinflussten Menschen ohne weiteres einleuchtet:

<b>Krebsursachen (in Prozent)</b>	
Überernährung	35
Tabak	30
Sexualverhalten	7
Beruf	4
Alkohol	3
Luft- und Wasserverunreinigung	2
Sonnenlicht (UV)	1,5

Nur das, was gesund erhält, kann auch gegen Krankheit helfen. Jeder, der den menschlichen Körper als eine Ganzheit ansieht, wird sich sagen müssen: Was gesunden Menschen Krankheit bringt, das kann auch für krebskranke Menschen nicht gut oder gar förderlich sein.<sup>6623f</sup>

Und wenn Du bis jetzt noch kein Auge ins Literaturverzeichnis geworfen hast: Gönn Dir nun mal einen kurzen Blick da hinein, und zwar auf die Nr. 0805. Um ganz einfach zu erkennen, daß zu den Zeiten, wo die Menschen noch nicht schlemmen



Medikamente	1
natürliche Sonnenstrahlung	1,5
Nahrungsmittelzusätze, Haushaltchemikalien	1
Medizinische Strahlenbelastung	0,5
Kernkraftwerke	0,0001
Quelle: DOLL, R., PETO, R., HENSCHLER, D.: Daten Report 1993/94, Fischer alternativ	

konnten, so gut wie kein Krebs (außer den berufsbedingten) existierte. Während er in gleicher Weise anstieg, wie das Schlemmen immer mehr möglich wurde. Sollten die Ärzte eigentlich nicht darüber orientiert sein, daß mindestens 35% der von ihnen behandelten Krankheiten auf Überernährung (also auf Schlemmen, von mittelhochdeutsch: slampen = verschlammen) zurückzuführen sind? Sollte nicht die oben aufgeführte Tabelle, die auch bestens geeignet wäre, das Anspruchsdenken gewisser Patienten zu begrenzen und zu einer Selbstbesinnung zu

führen, in jedem Wartezimmer ausgehängt sein? Das Fazit für Dich:

**Wenn Du den Krebs im Leib hast, dann füttere ihn nicht weiter mit dem, was ihn Dir sehr wahrscheinlich gebracht hat. Füttere ihn nur mit dem, was Dir zweifelsfrei keinen Krebs bringen kann.**

Und dann bedenke auch: In vielen Fällen zerstört Krebs intaktes Körpergewebe für immer. Auch die UrMedizin kann das nicht alles wieder neu aufbauen. Mir selbst hat der Krebs die Magenschleimhaut zum großen Teil so zerfressen, daß jetzt meist nur funktionsuntüchtiges, erosives Narbengewebe vorhanden ist. Mir zahlen es die Erinnyen gleich heim, wenn ich nur einen halben Finger breit vom UrMedizin-Weg abweiche.

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ☒ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/2/1.html> - **Update: 13.01.2000 15:42**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

# 2. Kapitel. Lerne aus der schlimmen Puscherei der Ärzte

## 2.11 Operationen sind gefährlich und bringen bei Krankheiten nur Schaden

Diesen Satz des Hippokrates »Suchet die Ursache der Ursache« hat sich die UrTherapie bis ins kleinste Detail zu eigen gemacht. Das wäre allein schon ein Grund, daß Du ihr blind vertrauen könntest, da sie sich nicht mit vordergründigen Scheinargumenten zufriedengibt. Das erspare ich Dir. Das hast Du bislang ja stets bei den Medizinern gemußt. Und wurdest um so schmerzlicher enttäuscht.<sup>9716</sup> Deshalb hast Du nun als Kranker zu diesem Naturheilbuch gegriffen, das Dich auffordert, nicht unbegründet zu vertrauen, sondern *vorher* die Behandlung auf deren Berechtigung und deren Richtigkeit gründlichst abzuklopfen.

Wie ist das z.B. bei vielen Operationen, welche von den Krankenkassen - nachdem diese Eingriffe bislang nicht als erstattungsfähig angesehen wurden - plötzlich den Ärzten bezahlt werden? Da schnell mit einem Male deren Anzahl so hoch, als wären sie von einem Tag auf den anderen bei besonders vielen Menschen notwendig geworden. Du weißt warum. Die Krankenkasse honoriert vor allem nur den quantitativen Aufwand des Arztes, nicht aber den qualitativen Erfolg. Belohnt wird, wer möglichst viele Spritzen in möglichst kurzer Zeit verabreicht. Nicht, wer einem Patienten hilft oder sich Mühe gibt, daß er mit weniger Spritzen und Medikamenten auszukommen weiß.<sup>2290ff</sup>

**Merke: Operationen läßt man nicht einfach zu! Viele gehen daneben.<sup>3211f, 3228, 3241</sup> Millionen Operierte leiden an den Nachwirkungen!<sup>3209</sup> Bei so manchen bleibst Du zeitlebens von Medikamenten und Hormongaben abhängig, zum Beispiel auch bei der Wegnahme der Eierstöcke, der Galle, des Magens, bei Implantationen usw.**

»Was soll ich denn etwa tun, wenn wegen der schlimmen Schmerzen meine Gallenblase weg muß?«<sup>3239</sup>

Die Gallenblase speichert die von der Leber gebildeten Verdauungssäfte. Wenn sie Dir die Gallenblase wegschneiden, fließen diese Säfte laufend in Deinen Darm. Dir ist ständig übel und Du mußt oft erbrechen. Daß Du nach der Operation meist schlimmer dran sein wirst, erzählen Dir die Ärzte vorher jedoch nicht.

Damit die Leber nicht zu viel der für die Galle bestimmten Verdauungssäfte bildet, mußt Du nach der Gallenentnahme fettarm und mindestens sechsmal täglich essen - letzteres schlägt Dir die UrTherapie von Anfang an vor. Warum willst Du Dich deshalb also noch vorher operieren lassen?<sup>2110, 2342, 3249</sup>

**Und dann: Du kannst Dir nie sicher sein, daß neben Deinen Gallensteinen nicht auch schon Krebs in Deiner Galle wuchert. Dann operieren sie. Die Folge: Du bist Deine Steine zwar los - aber auch in kürzester Zeit wegen der Krebsausstreuung unter der Erde.<sup>1122</sup>**

**»Hör mal, ich wäre doch verrückt, wenn ich mir nicht mit Hilfe von Stoßwellen meine Gallensteine zertrümmern lassen würde. Statt sie mit der UrMedizin in Gott--weiß-wie-langer-Zeit mühsam in meinem Körper auflösen zu lassen.«**

**Ja, weißt Du denn nicht, daß nur die Steine zertrümmert werden können, die aus Cholesterin bestehen? Und das trifft nur bei 15% der Kranken zu. Außerdem mußt Du vor der Stoßwellen-Lithotrypsie (und sogar noch Monate danach) eine äußerst schädliche Behandlung mit krebserregenden Gallensäuremedikamenten über Dich ergehen lassen. Und dann kann es trotzdem noch passieren, daß sich die Mediziner irren oder sich die Steine hartnäckiger als erwartet zeigen, so daß Du dann also doch noch unters Messer mußt - wie alle anderen 85% der Gallensteinerkranken.**

**Aber bilde Dir um Himmelswillen nicht ein, daß Du von nun an gesund bist. Denn es wurde Dir ja nur *ein Schmerzherd* entfernt. Du bist meist sogar noch kränker und immungeschwächerter nach diesen Torturen. (Beruhigungs- und Narkosespritzen sind ebenfalls schädliche Gifte!) Denn der *Krankheitsherd*, der Dir diese Steine bescherte, steckt ja immer noch in Deinem Körper!**

**»Und wie sieht es mit der Zertrümmerung von Harnsteinen aus?«**

**Denk nicht, daß die Zertrümmerung dieser Steine mit Stoßwellen einfacher wäre. Was ist, wenn der Stein nicht vollständig zertrümmert werden kann? Laß Dir nichts vormachen. Stell Dir das mal richtig vor und fall nicht immer wieder auf »die großen Fortschritte der Medizin« oder auf »neue und bessere Verfahren« herein. Der Stein wird also *zertrümmert*, was heißt, ein großer, leicht faßbarer Stein platzt mit großer Gewalt in viele kleine Splitter auseinander, die dadurch noch viel tiefer in die umliegenden Gewebe (mit ihren eventuell vorhandenen Krebszellen) eingetrieben werden. Deine Galle sieht danach aus wie ein gespickter Hasenrücken, Deine Blase wie ein umgekehrter Igelpelz. Und die Steinsplitter verursachen nicht nur mehr Schaden als vorher, sie sind auch viel mühseliger zu entfernen, wenn sie Koliken verursachen. Und was viel Chirurgengeschnitzel in Galle, Blase und Niere anrichtet, kannst Du Dir wohl ausmalen. Sicher, ein kleiner Teil des Gallensteins zerfällt auch in kleineres Gebrösel und kann - meist unter schweren Koliken - von selbst abgehen.**

**Was denn, wenn kleine Bruchstücke den Harnleiter verstopfen? Was denn, wenn sich dadurch der Urin aufstaut und die Blase zu platzen droht?<sup>9772</sup> Passiert immer wieder! Dann müssen sie Dich trotzdem aufschneiden! Und da das dann in höchster Not geschieht, kannst Du Dir denken, wie leicht dabei gefuscht wird.<sup>2211, 2740</sup>**

**»Aber es bleibt ja immer noch die Steinentfernung mittels einer Harnleiterschlinge«,**

sagst Du.

**Du vergißt, daß dabei sehr, sehr leicht der Harnleiter perforiert werden kann und dann alles noch komplizierter wird. Und offene chirurgische Steinentfernungen sind häufig mit Nachblutungen verbunden. Auch kann dadurch Urin aus dem Harnleiter in die umgebenden Gewebe abtropfen oder auslaufen, was oft kaum bemerkt wird, und was Dir erst später die schlimmsten Schäden bringt.**

**Die meisten Mediziner sind bei so schwierigen Zuständen meist leider nicht in der Lage, lege artis zu behandeln.**

Mein Gott: Warum willst Du denn nicht die sanfte Methode der Natur für Dich wählen? Da kann nichts schiefgehen. Dann können sich auch keine neuen Steine mehr bilden. Begreife:

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Das Natürliche ist allein das Beste für Dich!**

**Die Ärzte leben nicht davon, daß Du gesund, sondern daß Du krank bist.**

Einfach rausschneiden, wo sich was Unangenehmes zeigt? Haben Ärzte auch hier wieder die Worte ihres Lehrmeisters Hippokrates vergessen, der ihnen klar sagt: »Wo auch immer der ursprüngliche Krankheitsherd sein mag, die verschiedenen Körperpartien geben ihn untereinander weiter.«<sup>0566</sup>

Und wenn Du vor der Entscheidung stehst, ob Du Dich operieren lassen sollst oder nicht, dann erkundige Dich zuerst nach allen Möglichkeiten, ob es nicht einen Weg daran vorbei gibt.<sup>2702ff</sup> Und wenn es scheint, daß dies nicht drin ist, und wenn Du die UrTherapie nicht aufnehmen willst, dann fordere von den Ärzten wenigstens Einblick in die *internen* Berichte über die (wie Du ja weißt nur kurzfristigen) Erfolge und Mißerfolge der betreffenden Operation. Jede gute Klinik hat so was in ihrer Bücherei. Wenn nicht, leih sie Dir in einer Uni-Bibliothek aus.<sup>2220ff, 2730ff, 3200ff, 3243</sup>

»Es werden aber immer bessere Techniken entwickelt!«

Das weißt Du doch: Je mehr Technik, um so mehr Fehlerquellen erschließen sich, um so mehr menschliches Versagen kommt zustande. Das Einfachste ist das Beste! Englische Ärzte entdeckten z.B. auf den Fidji-Inseln bei Notoperationen, daß mit Kokosnußfasern genähte Operationsschnitte wesentlich schneller und komplikationsloser verheilten, als wenn dies mit Catgut geschehen wäre. Doch benutzt heute ein Arzt etwa Kokosfasern, also natürliches Material? Wo das doch wirklich angebracht wäre, wenn er das Beste für seine Patienten will.

Wenn Dich die Ärzte verdorben haben, bist Du auch noch Dein restliches Leben lang von ihnen abhängig. Es wird geschätzt, daß jede dritte Operation nicht gelingt. Und zudem weißt

Du nicht, ob es nicht gerade der junge Assistenzarzt ist, der sie ausführt und der an Dir lernen soll.<sup>2708</sup>

Wenn Du wenigstens diese Reinfälle als Lehrgeld dafür benutzen würdest, Dich künftig von den Burschen fernzuhalten! Doch wie hast Du Dich bisher verhalten? Du bist zum nächsten Doktor gerannt im Glauben, der könne es besser! Pustekuchen! Begreife es doch endlich: Die haben alle die gleiche miese, unnatürliche Schulung hinter sich, haben nichts anderes als die völlig widersinnige Allopathie gelernt. Der eine kann nicht mehr taugen als der andere - soweit sie Krankheiten, nicht Unfälle oder Chirurgie, als Fach betreiben. Die Krankheitsbekämpfungsscharlatane verlassen sich alle auf Chemie oder andere Mätzchen.

Einen meiner Freunde haben sie nach einer Hodenkrebsoperation bestrahlt, wonach sich dann seine beiden Blasenleiter verklebten, was wiederum die Nieren schädigte. Daraufhin setzte man ihm einen künstlichen Blasenleiter ein. Und damit sich der nicht entzündet, mußte er laufend Antibiotika schlucken, was auch nicht half. Nun ist wieder die nächste Operation fällig.<sup>1550ff</sup>

Und wie erklären die Ärzte das, wenn sich als völlig falsch herausstellt, was bisher praktiziert wurde? Gesteht man die Fehler ein? Klopft man sich reuevoll auf die Brust für den Mist, den man da fabriziert hat? Daß die Medikamente zu schlimmsten Schäden führten oder die Krebsoperationen nur sinnlos verstümmelten? <sup>1352ff, 1405, 2101/3, 3117, 3211</sup>

Nein - in solchen Fällen hat man schließlich zum Nutzen kommender Operationen »durch fortführendes Praxisstudium neue wissenschaftliche Erkenntnisse gewonnen«. Denn die Wissenschaft und der Staat - man weiß es - haben eins gemeinsam: sie irren nie. Das zugeben könnte ja zu einem Autoritätsverlust führen. Und die Menschen könnten womöglich darauf kommen, daß sie von diesen Institutionen nur für die Zwecke der Mächtigen ausgenutzt werden.

Du weißt doch: Jägerlatein unterscheidet sich vom Medizinerlatein dadurch, daß die Mediziner *nicht* von den Böcken reden, die sie geschossen haben.<sup>2233</sup>

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

# 2. Kapitel. Lerne aus der schlimmen Pfuscherei der Ärzte

## 2.2 Laß Dich nie in ein Krankenhaus einweisen, wenn Du krank bist oder ein Baby bekommst

Da holen Dich die Pharisäer in ihre Tempel, und schon erliegst Du ihren zweifelhaften Segnungen und dem ganzen Brimbamborium. Wie psychologisch überaus klug und wirkungsvoll: Zuerst mal stecken sie Dich ins Bett. Damit der Halbgott wie zu einem Kind sprechen kann.

Da erzählt mir mein Rechtsanwalt: »Wenn ich abends mit meinem Freund, einem Chirurgen, bis zwei Uhr nachts gebechert habe, dann weiß ich nicht, ob der am nächsten Tag seine Patienten so schlecht operiert, wie ich die Akten meiner Mandanten bearbeite... Ich habe ihn mal danach gefragt - doch der meinte leichthin: »Was willst Du - wir machen sowieso zu 80% nur Pfuscharbeit...«<sup>2230, 2238, 2245, 2254</sup>

Doch seien wir ehrlich: Nicht der Konsum der Chirurgen an Alkohol, sondern der ihrer Patienten gefährdet am meisten die Gesundheit der Menschen. Nach einer schwedischen Untersuchung drohen beim Trinken von etwa 60 Gramm Alkohol (etwa eine Flasche Wein oder drei Flaschen Bier) pro Tag bei einer Operation vor allem lebensgefährliche Blutungen, schwere Infektionen im Bauchraum und Herzversagen. Mein Rat: Laß Dir vor jeder Operation schriftlich bestätigen, welcher Arzt sie eigenhändig ausführen wird. (® Rz.968-970) <sup>3100</sup>

Oder willst Du lieber unter der Fummelei frisch approbierter Ärzte verpfuscht werden oder nicht mehr aufwachen? Aber auch wenn Dich der Chef selbst oder ein erfahrener Arzt unter dem Messer hat, weißt Du immer noch nicht, ob Du nicht eines der Opfer bist, an dem neuartige Techniken eingeübt werden. Seit den alten Römern ist das nicht anders: Man lernt das Rasieren am Kinn eines Dummkopfs.<sup>2030/2/6, 2055/6</sup>

Und wie behandeln die Götter in Weiß die Leute, die deren Unsinn nicht mitmachen? Selbst ihrem Nobelpreisträger Linus Pauling verweigerte die Schulmedizin die Mittel, als er nachweisen wollte, daß Vitamin C für Krebskranke hilfreicher wäre als Chemie. Aber da kannst Du Dir schon denken, warum sie mit einem der ihren mal nicht mitzogen...<sup>2201</sup>

»Wie ich gehört habe, schluckt er jeden Tag sogar das Zehnfache der angeratenen Vitamin-C-Pillen-Menge«, sagst Du. »Und vor der Presse führte er darauf auch sein hohes Alter von über 90 Jahren zurück. Und das, wo Du doch behauptest, künstliche Vitamine seien nichts wert.«

Na, na. Wenn Du an dessen Stelle und so ein alter Fuchs wärst wie der Pauling, und noch ständig von der Presse als berühmter Mann interviewt würdest, ja und wenn Du dazu noch verrückt hinter schönen jungen Mädchen her sein würdest, die einen im Alter viel Geld kosten, und wenn Du ständig an den sonnigsten Plätzen der Welt in den feinsten Hotels Ferien machen möchtest, die 360.000 Mark Nobelpreis aber längst verjubelt hättest, ja was würdest Du da wohl tun? Vielleicht würdest Du doch dann mit den Vitamin-Herstellern so eine kleine Vereinbarung treffen...<sup>2530/1/2</sup>

Und Du, lieber Leser, der Du dieses Buch liest und noch Mitgefühl aufbringen kannst: Hole vor allem Deinen sterbenden Angehörigen heraus aus diesem Horrormaschinenhaus, das sich Krankenhaus nennt und das nicht mal einen würdigen Tod zuläßt.

Morphiumsspritzen kannst Du Deinem Angehörigen auch selbst setzen, wenn man Dir's erklärt, falls es nötig sein sollte. Dein Partner, Deine Mutter, Dein Vater, die ein Leben lang für die Familie sorgten, haben verdammt noch mal ein Recht darauf, im Kreise ihrer Familie in Würde und Frieden zu sterben. Und Du solltest Dich schämen, ihnen das persönliche Erlebnis des Todes für ein nur zum Zwecke des höheren Profits hinhaltendes Sterben im Krankenhaus einzutauschen. Die Profitsucht der Schulmedizin stiehlt den jungen Müttern das intime Geburtserlebnis und den Alten sogar den eigenen Tod. Meinst Du nicht, daß es auch für Dich seelisch viel bedeutet, wenn Du die letzten Tage an der Seite des Sterbenden weilst? Das solltest Du tun, statt ihn abzuschieben: ihm die letzten Wünsche erfüllen, ihm von schönen Stunden erzählen. Wenn es geht, gemeinsam mit ihm singen oder ihm seine Lieblingsmusik vorspielen, ihm Gedichte vorlesen und nicht müde werden, ihn zu streicheln und liebzuhalten. (Wie ich höre, soll Hasch-Rauchen besser gegen die Schmerzen sein als Opium...)

**Wenn bei Dir nun eine Behandlung im Krankenhaus oder beim Arzt glimpflich ausfiel, so muß das nicht meinen Thesen widersprechen. Denn Du weißt noch lange nicht, was die in Dich gesetzten medikamentösen Vergiftungen (die sich in Deinem Körper abgelagert haben), was Dich die Organentfernung und die gesetzten Narbenstörfelder usw. noch später an Leid und Leiden erwarten lassen...**<sup>1133, 1153, 2710/2/8, 2720f, 3259</sup>

Merke: Nicht zu den medizinischen Krankheitsunterdrückern und nicht ins Krankenhaus gehen heißt auch, unserem Staatswesen die untragbaren Krankheitskosten ersparen helfen!<sup>2312</sup>



Du willst Dich in einem Krankmachungshaus wegen Deiner Prostatabeschwerden operieren lassen? Da sieh lieber zuerst mal im Literaturverzeichnis nach, was Dir da blüht. Schon die kleinste Schwellung der Prostata schädigt die Nieren. Sobald Du also auch nur die leichtesten Beschwerden mit dem Wasserlassen hast, beginne gleich mit der UrTherapie, bevor die Nieren kaputt sind (bei 90% aller über 50jährigen passiert's).<sup>1121, 1401f, 1550ff, 1908, 2732, 9719</sup>

Doch mußt Du Dir klar darüber sein, daß Prostatawachstum meist Krebs bedeutet und hier die UrMedizin nur langsam in das wuchernde Gewebe einwirken kann. Du mußt also Geduld aufbringen. Das Beste ist hierfür: Viel zu lieben - es schränkt die Gefahr von Prostatakrebs ein - aber nur bei Nichtrauchern. Übrigens: Du schaffst es, bis ins hohe Alter liebesfähig zu bleiben, wenn Du der UrMedizin treu bleibst. **So kündigt sich Prostatakrebs an:** 1. Wenn Du während das Gefühl hattest, daß sich Deine Blase nicht ganz entleerte.

2. Wenn Du in weniger als 2 Stunden ein zweites Mal Wasser lassen mußtest.

3. Wenn Du mehrmals aufhören und wieder neu mit dem Wasserlassen beginnen mußtest.

4. Wenn Du Schwierigkeiten hattest, das Wasserlassen hinauszuzögern.

5. Wenn sich nur ein schwacher Strahl beim Wasserlassen zeigte.

6. Wenn Du pressen oder Dich anstrengen mußtest, um mit dem Wasserlassen zu beginnen.

»Gegen Prostatabeschwerden sollen doch Kürbiskerne und Blütenpollen helfen.«

Die Prostataprobleme beginnen mit einer Drüsenvergrößerung. Dieser Vergrößerung soll eine verringerte Hormonproduktion zugrundeliegen, die während des Alterungsprozesses entsteht. Diesen Rückgang versucht der Körper zu kompensieren, indem er zusätzliches Drüsengewebe wachsen läßt.

Lieber Herr Konz,

ich habe gelesen, daß die meisten Männer bereits gestorben sind, bevor der Prostatakrebs gefährlich wird. Und man deshalb ganz gut damit leben könne. Nun gehöre ich zu den 10% der Über-Fünfzigjährigen, die ihn noch nicht haben. Muß ich mir jetzt Sorgen machen? Herbert Oedingen, Hürth-Alstädten

Weil Kürbissamen, Brennesselwurzeln und Blütenpollen Spuren eben dieser Hormone aufweisen, die normalerweise von der Prostata produziert werden, bildet sich inzwischen auch die Schulmedizin ein, diese Samen könnten helfen, den Hormonmangel auszugleichen. Und dadurch das zusätzliche Wachstum des Drüsengewebes einzudämmen. Kürbissamen enthalten auch noch zwei andere Wirkstoffe, die für die Gesundheit der Prostata entscheidend sein sollen: Zink - ein Spurenmineral - und Vitamin F. Das alles nutzt aber nichts, wenn keine UrTherapie aufgenommen wird!

Gesundheitsgesetz der Natur

**Nur die Gesamtheit dessen, was Gott uns an natürlicher Nahrung bestimmte, kann gegen Krebs helfen, nicht einzeln ausgewählte und zugeführte Bestandteile daraus.**



**Ist Dir klar, daß Du vor jeder Operation als 50jähriger geröntgt wirst? Angeblich, weil das wegen der Narkose wichtig ist, obschon das gar nicht stimmt. Und daß dann vielleicht diese Bestrahlung genau das für Dich ertragbare Maß an Radioaktivität voll macht und den Prostatakrebs erst richtig wild macht.** 2804, 2810ff, 2841ff, 9782

**Einmal operiert, und Du bist für immer verdammt, Sklave der Ärzte zu sein:**

Es begann mit Prostatabeschwerden. Köpcke wurde ins Hamburger Krankenhaus eingeliefert und operiert. Und damit begann ein Martyrium, das alle privaten, aber auch alle beruflichen Pläne des vielumworbenen Tagesschau-Mannes zerstörte:

Elfmal mußte er nach der ersten Operation erneut ins Krankenhaus, elfmal wurde die Unterleibsoperation wiederholt, um Beschwerden zu beheben, die durch Wucherungen immer wieder auftraten.

(Express 15/1994)

Schlagen wir auch dazu wieder mal bei Hippokrates nach:

*»Die Medizin soll heilen - nicht schneiden.«*

**Erkenne: Die Schulmedizin kann Menschen, die denken können, nicht überzeugen - sie ist nur eine Medizin für die Dummen - eine Hilfsschulmedizin.**<sup>1614</sup>

Deshalb setzt die UrTherapie an die Stelle des Behandeltdewerdens das eigene Handeln. Früher ließest Du die größten Dummheiten passiv über Dich ergehen. Jetzt übernimmst Du die Initiative! Zieh dieses positive Prinzip nun konsequent durch: Auf daß es Dir wohl ergehe und Du lange lebest auf Erden!

Mach Dein Leben nicht von den irrenden Erkenntnissen eines Arztes, das Leben Deines Kindes nicht von den derzeitigen medizinischen Ansichten eines noch so lieben aber mit der Chemie im Bunde stehenden Kinderarztes abhängig. Denn Du mußt für deren Schadensbehandlung später den Kopf hinhalten. Ärzte behandeln sicherlich nicht aus Bosheit falsch. Aber dies zu wissen nutzt Dir nichts, wenn Dein Kind erst einmal von deren Giften kaputt gemacht ist. Vergiß es nie!

Aber wenn Du nun glaubst, Du würdest hier mit Wundermittelchen zum schnellen Gesundwerden beglückt, bist Du schief gewickelt. Nur echtes Tun bringt echte Erfolge.

»Da gibt es doch jetzt ein ganz neues Verfahren, genannt Hyperthermie, das ohne Operation Prostatakarzinome und -adenome heilt«, sagst Du.

O je, wie oft soll ich es Dir noch klarmachen, daß alles Neue in der Medizin nur Schwindel und immer neue betrügerische Hoffnungsmache darstellt. Also, diesmal solltest Du wirklich

im Literaturverzeichnis <sup>1550, 3664</sup> nachsehen, wenn Du bereits Schwierigkeiten mit dem Wasserlassen hast.

**Merke: Hinter schönen, hehren oder edlen Worten verbergen die Schulmediziner ihre wahren Absichten.**<sup>2756</sup>

So lautete die Meldung:

**5 fremde Organe: Tabathas kleines Herz gab auf...**

**Ein halbes Jahr kämpfte die dreijährige Tabatha Foster tapfer um ihr Leben. Dann transplantierten die Ärzte in Pittsburgh dem kranken Mädchen einen Dünndarm, eine Leber, eine Bauspeicheldrüse. Teile eines Magens und einen Grimmdarm. Doch jetzt brach der gesamte Organismus des Kindes zusammen. Die Eltern baten die Ärzte, auf Wiederbelebungsmaßnahmen zu verzichten. (EXPRESS vom 14.5.88)**

(Veraltete Meldung? Nein! Jetzt in 1999 wurde erneut eine fast gleiche Operation gemacht!)

So hätte sie lauten müssen:

**Kind zu Tode operiert!** <sup>3116, 9698, 3007, 3620</sup>

**Ruhmsüchtige und profitgierige Ärzte (je mehr Organe operiert werden, je mehr wird daran verdient!) machten am 1. November 1987 die kleine Tabatha zu einem Spielball ihrer Experimentiersüchte. Ingeheim wissend, daß sie das dreijährige Kind nur quälen würden, implantierten sie ihm fünf fremde Organe ein und folterten anschließend den kleinen Körper durch Unmengen chemischer Präparate ein halbes Jahr lang zu Tode. Selbst als die Kleine endlich von ihrem Leiden erlöst war, wollten sie ihr Opfer unter neuen Qualen ins längst verpfuschte Leben zurückvergewaltigen.**

Weder in der Ausbildung noch auf den Universitäten, weder in den Krankenhäusern noch in den Praxen, weder in der Pharmawerbung noch in den Ärztezeitschriften wird vom kranken Menschen, seinen Sorgen und seinen Nöten gesprochen.<sup>3224, 9726</sup> Da wird über Krankheiten fachgesimpelt und welche Chemie in Verbindung mit welcher anderen Chemie, die vertrieben werden soll, damit die geballte Chemie wieder neue Krankheiten erbringe, die man behandeln und woran man erneut verdienen kann.<sup>2507, 2511ff</sup> Da werden immer wieder Ratschläge erteilt, wie man zu vielen Punkten bei der Abrechnung kommt, oder dafür sorgt, daß die Ehefrau sich mit ein paar Brosamen nach einer Scheidung abfinden muß.

Noch mehr wird geschrieben über Betriebskosten, Gewinn nach Steuern, Bettenzahlen, Budgets, Praxisfinanzierung, wie man sich vor Schadenersatzforderungen drückt, bei der Steuer alles herausholt und zu mehr Chipkarten kommt. Ständig wird laut gejammert über die schlimme Gefahr, das Hunderttausende betragende Einkommen könne sich, statt weiter ins Unermeßliche zu steigen, durch neue Bestimmungen zur Krankheitskostenbegrenzung um ein

paar Mark mindern, könnten zu viele junge Ärzte den alten Geldfüchsen Konkurrenz machen. Über all das wird ständig palavert, aber kein Wort darüber, was man für das Wohl der Patienten tun könnte. Die immer schlechter werdende Volksgesundheit interessiert die einen feuchten Dreck - nur um den eigenen Reibach geht es, wenn ich mal Bilanz ziehen will.<sup>2061/3, 2120ff, 2758ff</sup>

**Was ist der tiefere Sinn, was steckt dahinter, daß die schulmedizinisch tätigen Ärzte so wenig um den Patienten als Menschen geben? Daß ihnen sein Schicksal so gleichgültig ist und sie ihn mit schädlichen Krankheitsverlagerungs-Medikamenten behandeln?**

Ich sehe das so: Vor Christi Geburt war es selbstverständlich, den Arzt erst dann zu bezahlen, wenn feststand, daß er wirklich geholfen hatte. Was nicht mehr als recht und billig war. Erst die Ware, dann die Marie. Oder es wie die Chinesen zu halten, die den Arzt auspeitschen ließen, wenn sie krank wurden. Nachdem die Mediziner es aber fertiggebracht hatten, ausgezahlt zu werden, bevor man völlig gesund war, nutzten die cleveren Burschen das gründlich aus. Was mit den Patienten passierte, wurde mehr und mehr für sie uninteressant. So oder so erhielten sie ja ihr Geld.<sup>2330ff</sup> Wem die Gesellschaft solche Privilegien zubilligt, dem mußte das ja zwangsläufig zu Kopf steigen.<sup>2349</sup> So fühlten sie sich jetzt zu Höherem berufen - nachdem bloßes Arztsein so gut war, wie eine amtliche Gelddruckmaschine zu besitzen.<sup>2318</sup> Es sei das höchste Ziel, der ärztlichen Wissenschaft zu dienen und nicht den Kranken.<sup>9726</sup> Nun hat der Kranke dem Arzt zu dienen, so sehen die das. Nämlich als Mittel zu dem Zweck, die Wissenschaft zu fördern. Und er dient. Als Studienobjekt.<sup>3100ff</sup> Als Chipkartengeber. Nicht bei jedem Arzt zum Glück, aber dies immer in den Universitätskliniken und Krankenhäusern. Und weil jeder Arzt dort gelernt hat, steckt diese schändliche Betrachtungsweise noch tief in ihm drin!<sup>3101</sup> Natürlich ist kein Arzt so dumm, das seinen Patienten zu offenbaren, aber seine ganze Schulung lief ja darauf hinaus: Er studierte Reaktionen, Krankheitsverläufe, Chemie - aber der kranke *Mensch* stand nicht auf dem Programm. Wissen: Unsere öffentlich verehrten Götter der Schulmedizin sind heimlich zu Gaunern und Ganoven mutiert, welche ihre Patienten weniger auf ihren Gesundheitszustand denn mehr darauf abklopfen, wie sich am meisten an ihnen verdienen läßt.<sup>2024</sup> Und die man lediglich in Fallzahlen abrechnet, als Listenziffern einträgt, als Chipkartenbringer schätzt oder als Patientengut behandelt - nur hat das die Mehrzahl der Kranken noch nicht mitgekriegt.

Klar, auch Krankheiten behandelnde Ärzte müssen verdienen, niemand - auch ich nicht - will sie pleite gehen sehen - außer der Vernunft, die mit Sicherheit weiß, daß die Menschen dadurch nur gewinnen und gesünder werden würden.

Selbst als Multiple-Sklerose-Kranker darfst Du nie in eine Spezialklinik oder ein Krankenhaus gehen.<sup>1912, 8331</sup> Dort glaubt man - und Du kannst Dir denken, warum - daß Schonung und Liegekuren die richtigen Heilmittel für Dich seien. Nur: Es gibt von der Schulmedizin keine Heilmittel für die Multiple Sklerose, wie für alle anderen Krankheiten. Logisch ist es, dem Körper mehr Bewegung zu verschaffen, statt weniger! Du kannst auch mit UrMedizin Deiner Multiplen Sklerose davonlaufen. (@Rz974 [8])<sup>3762, 8014, 8008, 8226f, 9983</sup>

Bei Krankheit ins Krankenhaus zu gehen oder zu Hause im Bett liegen zu bleiben ist wirklich das Verkehrteste, was

Du tun kannst. Wie soll die reinigende Lymphe da fließen, die doch so auf Deine tägliche Bewegung angewiesen ist!  
(@Rz910, 897, LV 9612)

Eine Ausnahme sind natürlich Grippe und schlimmere Leiden, wo Dir der Körper sagt, daß er nichts als Ruhe will. Aber schon bei einer Verletzung wie einem Bein- oder Armbruch solltest Du alle bewegungsfähigen Glieder nebst Deines Körpers in ständiger Bewegung halten!

»Angenommen: Ich bin schwer krank geworden, habe blutigen Stuhlgang oder es bahnt sich eine Lungenentzündung<sup>2064</sup> an. Oder der Arzt sagt: Der Blinddarm muß schnellstens raus! Da muß ich doch einfach ins Krankenhaus!«

Um Dich dort in noch größere Gefahr zu begeben? So etwas bekommst Du schnell in den Griff, wenn Du sofort

1 Erde schluckst - das Mittel des Hippokrates,

1 das Essen für 14 Tage einstellst und anschließend,

1 UrMedizin für mindestens 12 Wochen zu Dir nimmst.

So einfach ist das!

Warum Du meinem Rat doch nicht folgen wirst? Weil Du zu ängstlich bist. Weil uns die Ärzte zu lauter Angsthasen gemacht und uns weisgemacht haben, wir kämen ohne sie nicht mehr aus. Klar, ich weiß, daß Du nicht viel um meine diesbezüglichen, vielleicht auch hier etwas übertriebenen Darstellungen gibst und ins Krankenhaus gehst. Du mußt halt Deine eigenen Erfahrungen machen - ich wünsche für Dich, sie sind nicht gar so schlimm! Doch:

Die Krankenhäuser geben nicht viel um Deine Gesundheit, das sollte Dir klarwerden, wenn Du dort nur ein bißchen die Augen offenhältst. Denn dort wirkt nicht nur ein Arzt, dort wirken gleich mehrere! Die Gefahren für Dich sind deshalb auch mehrfach größer!<sup>2051/3, 2061/6, 2104f, 2111, 2462ff</sup>

Jeder Krankenhausarzt erkennt auf den ersten Blick die durch Bewegungsfaulheit entstandenen Schäden und Krankheiten. Findest Du aber auch nur ein einziges Standfahrrad, ein Rudergeät oder gar einen Muskeltrainer dort, um die Kranken wieder fit zu machen? Gibt es da etwa Moorbäder, eine Sauna<sup>1757b</sup> oder wenigstens immunstärkende Kaltwasseranwendungen nach Kneipp? Gibt es auf dem Gelände wenigstens einen kleinen Trimpfad oder ein Hinweisschild, wo Du Jogging treiben kannst? Milliarden werden rausgeschmissen für die schädigenden, unsinnigen Diagnosegeräte - aber ein paar Hunderter für etwas wirklich Gesundmachendes, daran sind die Herren Ärzte nicht im geringsten interessiert. Du weißt warum.

Verarbeitet die Krankenhausküche etwa frisches Gemüse von ungespritzten, naturbelassenen

Böden und biologisches Vollwertgetreide? Und kommt das bißchen Obst wenigstens täglich frisch vom Biobauern? Nein - fast alles kommt aus Büchsen und wird in großen Dampfkesseln zerkocht. Wo gibt es so oft billigstes Schweinefleisch? Wo krankes Kalbfleisch von im Pferch gehaltenen, gequälten Tieren? Wo die stärkstens denaturierte Nahrung? Wo lappiges, totes Weißbrot? Wo Zuckermarmelade? Im Anti-Gesundheitshaus Hospital!<sup>6227</sup> Du erkennst: Denen liegt nicht allzuviel an Dir. Da geht's wie überall ums große Geld. Aber das merkst Du nicht. Zu gut ist das alles vertuscht. Zu geschickt hat man Dich, Dir jegliche Eigenverantwortung austreibend, darauf eingeschworen: Für Deine Gesundheit sind nur wir Ärzte zuständig.

### Gesundheitsgesetz der Natur:

**Wenn ein Gesunder von Zivilisationsnahrung schon krank wird, kann einem Kranken mit der noch ungesunderen Krankenhauskost nur geschadet werden.**

Solltest Du Dich also gegen meinen Rat bei einer Krankheit oder Geburt ins Krankenhaus legen, dann weise Deine Besucher auf alle Fälle an, Dir statt pestizidverseuchter Rosen aus dem Blumenladen einen selbstgepflückten Wiesenblumenstrauß mitzubringen. Du verlebst dann wenigstens einen lustigen Nachmittag mit Deinem Besuch - wenn... aber das laß ich Dich in Kapitel 7 wissen. Andererseits: Es ist auch wiederum ein Glück für Dich! Wenn das Essen dort besser schmecken würde, wolltest Du möglicherweise noch länger in diesem Seuchenkasten bleiben. Jeder Tag mehr dort bedeutet: größere Gefahr! Sieh zu, daß Du schnellstens da rauskommst! Oder willst Du bald zu denen gehören, die sich dort handfeste Infektionen holen? Allein 800.000 Wundinfektionen (davon 270.000 Harnwegsentzündungen) sind es jährlich! 30 - 40.000 sterben daran. Inzwischen sind von zehn Betten allein sechs mit Kranken belegt, die sich schwerste Schädigungen durch eine vorherige medizinische Behandlung zugezogen haben. 1662ff, 1690, 2052, 2253ff, 2711

Mein lieber Scholli, ich bin schon früh in meiner Jugend von einem Krankenhaus zum anderen gewandert, habe dutzendemal Schläuche und Kontrastbreie geschluckt, mußte Biopsien über mich ergehen und den Magen mit Alkohol und wer weiß was noch alles nach dem Gusto der Ärzte spülen lassen. An mir und anderen habe ich das ganze Elend dort kennengelernt, mir macht keiner was vor. Doch ein Licht ging mir erst auf, als einer meiner Bettnachbarn im Alter von 30 Jahren mit leichten Herzbeschwerden fidel eingeliefert und am Ende der »Behandlung« als Frühinvalid entlassen wurde. So hatten die ihn dort mit Spritzen, Infusionen, Sauerstoffbegasungen fertig gemacht.<sup>2256</sup> Und der Blitz der Erleuchtung schlug bei mir ein, als die Krankenschwester einen anderen Bettnachbar, der am Abend bereits seelig schnarchte, wachrütteln wollte, um ihm die verordneten Schlaftabletten zu verpassen. Ich rief ihr zu: »Hören Sie auf damit, sehen Sie nicht, daß der schon tief schläft?!« Sie ging und kam in zwei Minuten zurück: »Tut mir leid, Herr Konz, ich muß ihn doch wecken. Der Arzt sagte mir, ich habe *seine* Anordnungen zu befolgen. Und nicht die eines Patienten.«

Als Anhänger der UrMethodik brauchst Du keine Desinfektion mehr - denn Du kriegst bei regelmäßiger Einnahme der UrMedizin keine Entzündungen. Weder am Körper noch im Körper. (Wer die nicht nimmt, für den kann es schon besser sein, wenn er seine Wunden

desinfiziert, seine Abwehrkräfte sind dann nicht viel wert - auch wenn die Wunde dann schlecht heilt.)

## **Impotenz: Männer können wieder lieben <sup>9128f</sup>**

**Spezialisten der Urologischen Klinik in Aachen schaffen kleine Wunder - vor allem mit Hilfe der Mikrochirurgie und mit Injektionen. Gegen Impotenz helfen auch Injektionen von Papaverin und Phentolamin, die einem unwilligen Glied wieder zu Kraft verhelfen. <sup>9446</sup> (STERN 12.1.91)**

Mit allen Tricks bringen es die Schulmediziner fertig, die Leute ins Krankenhaus zu lotsen. Wenn ein impotenter Mann obenstehenden Artikel in einer großen Illustrierten liest, dann sagen sich viele sofort: Menschenskind, was die Ärzte heute nicht alles können! Nix wie hin in die futuristische Monsterklinik nach Aachen. Man hört zwar öfter, daß die Mediziner so manchen verpfuschen. Nun ja, das werden halt nur seltene Ausnahmefälle sein - bei mir geht das schon gut.

Immerhin kannst Du bei solchen Entscheidungen noch froh sein, daß Du im Krankmachungshaus für körperlich Kranke landest. In einem Krankhaltungshaus für geistig Kranke hättest Du überhaupt keine Chance.

In der Psychiatrie werden gesunde Menschen, die sich nur vorübergehend abweichend verhalten, leichtfertig eingesperrt, gequält, erniedrigt, unmündig gemacht, und müssen auch noch ihre endgültige geistige und körperliche Vernichtung befürchten. <sup>9458, 9891</sup>

Im vorstehenden Artikel ist die Rede davon, daß die Impotenz<sup>3791, 9129</sup> nicht mehr wie bisher von den Medizinern angenommen zu 90% seelisch, sondern jetzt zu 80% organisch bedingt sei. (Da wird plötzlich wieder einmal einfach das Gegenteil der früheren Schulmeinung behauptet, ohne für den plötzlichen Sinneswandel Beweise anzuführen.)

»Ich denke, die Mediziner dürften nicht straflos von ihren Lehrmeinungen abweichen?«

Im allgemeinen nicht. Aber wenn es den Interessen der Chirurgenschaft dienlicher ist, dann schon. Ist doch klar. Du denkst ja auch immer wieder daran, wie Du zu mehr Penunzen kommst. Nun also soll mit Hilfe der neuen Mikrochirurgie die Durchblutung des Penis zu verbessern sein. Und wie? Indem man eine Bauchwandarterie durchtrennt, die bisher den Oberkörper mit Blut versorgte, und sie in den Penis umleitet. Oder einfach die Venen im Penis verschmort, damit nicht mehr so viel Blut aus ihnen abfließen kann. Oder Schwellkörper-Injektionen macht...

Statt über die »fantastischen Leistungen der modernen Chirurgie« mal wieder platt zu sein, solltest Du Dich lieber fragen: Wieso ist es Klinikchirurgen eigentlich erlaubt, neue Behandlungsmethoden, über die man noch keinerlei Langzeit-Erfahrungen sammeln konnte, einfach so auszuführen?<sup>3261</sup> Wo man schon bei den Bypass-Operationen nachweisen konnte,

daß sich in der neuen Zuleitung verstärkt die Schlacken ablagern und diese schnell wieder zusetzen. Abgesehen von der anderweitigen Nutzlosigkeit des Bypasses.<sup>2736/9, 2755/7</sup> Und dann, welch ein Wahnsinn: Venenverlötung am Penis! Das ahnt man schon als Laie, wie das ausgeht. Und wie stimulierend für Deinen Partner, wenn Du Dir kurz vor dem Liebesakt 'ne Spritze in den Penis jagst. Ich kenne einen, dessen Glied unter den größten Schmerzen steif blieb und erst nach Wochen zum Erschlaffen gebracht werden konnte! Ach ja, und wieso ist das denen erlaubt? Die Herren haben Kurierfreiheit!

Merke:

Tierische Produkte und Fleisch führen in den jungen Jahren zu einer übersteigerten Sexualität. Im Alter führen die dadurch bedingten Ablagerungen in den Gefäßen zu Impotenz.<sup>9129</sup> Bei dem einen früher, bei dem anderen später. Leben ohne lieben zu können - was ist das für ein Leben!

Ich würde mich nie damit abfinden! Anderen scheint es weniger auszumachen. Als ich auf unserem letzten, mit über 1.300 Teilnehmern gut besuchten Gesundheitskongreß in München einen Workshop über die UrTherapie gab, erhob sich in einer der hinteren Reihen ein Teilnehmer in meinem Alter. Zur Beantwortung seiner Frage ging ich auf ihn zu und bemerkte mit gewisser Erheiterung, daß sein Hosenlatz auseinanderklaffte und ein Stück seines kleinen Zipfels zu erkennen war. Bei einer klugen Frage wenden sich die meisten in ihren Stühlen dann zu dem Fragenden hin. So auch hier. Ich bewegte verzweifelt meine rechte Hand nach oben im Sinne des Reißverschlußzuziehens, aber der ältere Herr reagierte nicht. Als dann auch noch die neben ihm sitzende jüngere Dame loskicherte, rief ich ihm zu: »Darf ich Sie unterbrechen: Ihre Hose steht offen!« Statt rot zu werden sah er ruhig an sich herunter, knöpfte das offene Teil zu und sagte laut ins Publikum: »Keine Aufregung! Wo ein Toter liegt, kann ruhig die Tür offenstehen - der tut keinem mehr was! Aber vielleicht verhilft ihm die Konz'sche UrMedizin ja eines Tages zur Auferstehung!«

Tja, Impotenz ist kein einfaches Thema bei Vorträgen. So frei wie mein Offener-Hosenlatz-Teilnehmer sein Nicht-mehr-Können einzugestehen vermochte, habe ich bisher nie jemanden sprechen hören. (Und Frauen beteiligen sich nicht mal an der Diskussion, wenn das Thema Frigidität zur Sprache kommt.) Solltest Du vielleicht einmal einen meiner Workshops besuchen, so scheue dich nicht, dort frei von der Leber zu reden - diese Dinge sind doch alle menschlich, allzu menschlich.

Ich möchte den soviel Lebensfreude missenden, liebesschwachen Menschen nur helfen, wenn ich sie offen frage: »Wer von den anwesenden Männern ist impotent?« Wenn sich darauf niemand meldet - und bis heute habe ich das noch nie erlebt - entspanne ich die entstehende, leicht verlegene Stille mit der impertinenten Conférenciersfeststellung: »Na, den Arm kriegen die auch schon nicht mehr hoch...« Und habe so wenigstens die Damen als Lacher auf meiner Seite.



**Krebs-Tumore sind möglicherweise nur Hilfsmaßnahmen Deines Körpers, Gift- und Schlechtstoffe aus Deiner langjährigen Fabrikkost aufzunehmen und abzukapseln. Um den augenblicklichen Schaden so gering wie möglich zu halten. Je mehr Du davon weiter zu Dir nimmst, je eher wächst die Geschwulst weiter. Gegen diese Schutzmaßnahme körperlicher Weisheit mit Chemiegiften und Bestrahlungen anzugehen ist**

**genau das Dümme, was Du machen kannst.**

**Merke: Es ist sicherlich sehr schwierig für Dich einzusehen, nichts *gegen* Krebs zu unternehmen. Du mußt aber lernen: Das ist das einzig Richtige! Es entspricht dem tieferen Sinn der Anweisung von Hippokrates an alle Ärzte, Unheilbares nicht zu behandeln. Denn Hippokrates wußte - und im Literaturverzeichnis dieses Werks wird es hundertfach nachgewiesen: Behandelt hier der Arzt, dann macht er zwangsläufig mehr verkehrt, denn richtig. Er wird dann dem höchsten Gebot für einen Arzt - dem Patienten keinen Schaden zuzufügen - nicht mehr folgen können. Denn er kann in diesem Falle nur Symptome aber keine Ursachen behandeln.**

---



# 2. Kapitel. Lerne aus der schlimmen Pfuscherei der Ärzte

## 2.3 Das ist der wahre Grund für die vielfachen Leiden der Menschheit

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Körperliche Beschwerden und Leiden der Menschen werden verursacht durch:**

- **alle schulmedizinischen Behandlungen (insbesondere durch Medikamente, die in die natürlichen Abläufe des Körpers eingreifen),**
- **Ausstreuen von Gewebepartikelchen und Störfelderschaffung durch Operationsschnitte, Entfernung notwendiger Organe und Nervtötung von Zähnen,**
- **bei Operationen vergessene Instrumente, Folgen der Skalpelleinschnitte oder sonstige Kunstfehler der Ärzte,**
- **eigenes Fehlverhalten in der Lebensführung.**

**Zum Nachweis meiner ersten Behauptung könnte ich Dir Gott weiß wieviele Fälle anführen, die tausend, hundert oder zehn Jahre zurückliegen und die sich alle als schlimme Schädigungen durch Medikamente erwiesen haben. Aber da Du ja immer nur an das Neueste glaubst, gebe ich Dir hier eben dieses zur Kenntnis. (Ich hoffe, Du paßt auf derartiges in der Presse zukünftig auf!) Also:**

**Du mußt nicht denken, daß in einem Medikament nur der eigentliche Wirkstoff enthalten ist, der Dir angeblich helfen soll. Da ist alles mögliche an Dreck mit drin, wie ich Dir schon bei den Impfstoffen klarmachte. Was Du an Fremdstoffen aus Filteranlagen, Filtrier- und Reinigungsstoffen schluckst, kann meist noch größtenteils über den Darm ausgeschieden werden. Wenn Dir aber (meist mit Asbest und Silizium) verseuchte Medikamente, Vitamine oder Hormone in die Blutbahn oder ins Fleisch gespritzt werden, bekommst Du sie nie mehr aus dem Körper heraus. Sind die Mütter also dumm genug, in einem Krankenhaus zu entbinden, wird dem Neugeborenen z.B. meist eine Vitamin K-Spritze verpaßt (Konaktion).<sup>3600</sup>**

**Das Fraunhofer Institut in Hannover stellte fest, daß eine einzige Ampulle allein 436 Asbestfasern<sup>9684</sup> enthielt! Nun lagern sich die bei dem Säugling an alle möglichen Organe ab und verursachen irgendwo früher oder später Krebs - der dann auch nicht mehr durch die UrTherapie wegzubringen ist. Denn diese Kunstfasern (auch Steinwolle, Glaswolle usw.) sind die schrecklichsten und tödlichsten Kampfstoffe der Chemiewerke gegen den Menschen. So werden Krankheiten immer mehr auf dieser Welt verbreitet. Die Zukunft der Ärzte ist somit voll gesichert.**

**Siehst Du: Nicht die (noch) von der Natur in die Welt gesetzten, unsichtbaren Viren und Bakterien sind Deine heimtückischsten Feinde! Nein, es sind die von Menschenhand geschaffenen, von Dir nicht erkennbaren Fremdstoffe! Einige davon werden nun nicht mehr wie früher als Giftgas in eine bestimmte feindliche Richtung geblasen, sondern vom Wind aus den Fabriken und Häusern (als Verwitterungs- und Zerfallsprodukte, wodurch sie feiner und damit noch gefährlicher werden) in alle Richtungen getragen...<sup>9662, 9675</sup> Ich glaube zwar, daß die Menschen eines Tages aufwachen und mit Spitzhacken und Vorschlaghämmern bewaffnet Atomkraft- und Chemiewerke dem Erdboden gleichmachen - aber nicht mal das ist mehr ungefährlich möglich. Nur wird es dann längst zu spät dafür sein.**

**Ich sehe allmählich doch, daß ein Noch-Gesunder von meinem Buch mehr profitieren kann als ein Kranker: Der nämlich wird hier - so gründlich wie sonst nirgendwo - über die wie ein Damoklesschwert über ihm hängenden Gefahren aufgeklärt und so zu vermeiden wissen, sich den Giften der Chemie oder den Behandlungen von Medizinern erst auszusetzen.**

**Allein schon wegen der im Körper entstehenden tiefen Narben solltest Du Dich möglichst auf keine Operation einlassen. Ganz schlimm sind zweite Eingriffe. Jede erneute Operation führt zu weiteren Vernarbungen. Diese Vernarbungen beeinträchtigen dann in erster Linie die nervalen Strukturen bis ins Rückenmark.**

**Das unter der oberen Haut gelegene Gewebe ist seit den Jahrmillionen der Urzeit nur von Rissen, Prellungen und Stößen betroffen worden, die dann auch problemlos wieder ausheilen. Daher sind Oberhaut- und Unterhautgewebe bei natürlichen Verletzungen - wie etwa Schürfwunden nach einem Sturz - auf ein komplikationsloses Wiederherstellen des Normalzustandes eingestellt. Da bei einer Operation der Einschnitt des Arztes jedoch auch in die tieferen Schichten gelangt - die normalerweise im Verlauf der Menschheitsentwicklung von einer Verletzung nie betroffen wurden -, schließen sich zwar derartige Wunden, aber es verbleibt im Körper eine Narbe, auf die er mit seinen Erbanlagen nicht eingestellt ist. Er tut sich deshalb schwer damit, die gewohnten Abläufe wiederzufinden.**

**Die in den tieferen Innenbereichen des Körpers verlaufenden elektrischen Ströme, die Durchblutungsgefäße, die Lymphflüsse und andere Ströme, von denen wir noch wenig oder nichts wissen, werden durch Narben erheblich gestört. Was auch für die möglicherweise existenten Flüsse Yin und Yang gilt, an welche die chirurgische Schulmedizin nicht glaubt.**

**Oder aber es entstehen Verwachsungen unter den Narben, die oft chronisch entzündet bleiben, ohne daß es bemerkt wird. Solche kleinen, aber beständigen Entzündungsherde streuen Schmerzen und Unpäßlichkeiten zu völlig anderen Körperstellen aus oder blockieren das Sichwieder-Normalisieren anderer Krankheiten.**

**Zudem führen die Verwachsungen häufig zu Narben-, Gewebe- oder Bauchwandbrüchen. Die**

wiederum sind oft die Ursache für Darmverschlüsse, die Dich das Leben kosten können. Außerdem werden Dir nicht nur äußere, sondern auch innere Narben beigebracht. Und die sind wiederum die Ursache für Schmerzen, Unwohlsein und Kränkeln nach einer Operation.

Mit derartigen Beschwerden hast Du Dich meist jahrelang herumzuschlagen. Auch deshalb, weil sie bei Diagnosen von den Ärzten meist nicht erkannt werden. Und wenn doch, ist wieder 'ne neue Operation fällig - mit neuen Risiken, mit neuen Beschwerden...<sup>2735/7, 2743ff, 2750ff</sup>

Vor allen Dingen solltest Du wissen: Bei Narbenschmerzen helfen keine Tabletten. Du mußt Dir das so vorstellen: Narben bestehen aus zähem Fasergewebe, von dem Spannungen, Druck und Blockierungen ausgehen und worauf Schmerzmittel kaum Einfluß gewinnen - genau wie bei Bandscheiben, wenn die wegen Mangelernährung aus Schlechtkost langsam zerfallen und rausrutschen.

»Wäre es denn besser, wenn die Ärzte die Einschnitte nicht mit einem Messer, sondern mit einem langen Naturdorn ausführten?«

Was die Oberhaut betrifft: ja. Die unteren Gewebeteile vertragen es jedoch grundsätzlich nicht, daß man in sie hineinschneidet oder hineinritz. Doch jetzt weißt Du auch, weshalb Verletzungen durch ein Messer so lange brauchen, ehe sie zugeheilt sind, während ein längerer Riß am Arm oder Bein - verursacht etwa durch eine Brombeerranke - im Nu wieder verheilt. Laß Dich auch hier wieder erinnern: 30 Millionen Jahre hat sich unser Körper auf naturbedingte Oberhautrisse eingestellt. Nicht aber auf tiefe Schnitte.

Wobei man oft nicht einmal merkt, daß die Haut verletzt wurde, so wenig schmerzhaft geht der ins Fleisch. So als wollten die ebenfalls von der Urzeit her geprägten Schmerznerve dem Menschen melden: nichts Gefährliches! Und auch später bleibt die Wunde so gut wie schmerzlos! Also: Laß keine Operationen bei Dir zu!<sup>9737</sup> Es sei denn, Du mußt nach einem Unfall wieder zusammengeflickt werden.

»Jetzt gibt es aber die schonenden Operationen mittels eines Sehrohrs und Scheren in einem dünnen Schlauch. Da ist nicht mal mehr die so belastende Narkose nötig!« meinst Du.

Du meinst die Endoskopie, Laparoskopie und Pelviskopie.<sup>2478, 2717, 3246, 3247, 3248, 3255, 2709, 9651</sup>

Hast Du denn noch immer nicht begriffen, daß jeder Fortschritt ein Rückschritt ist? Das ist so, als würde Dir der Zahnarzt Deine Zähne durch die Nase plombieren. Oder der Kfz-Mechaniker verrußte Zündkerzen durchs Auspuffrohr auswechseln.

Das ist die Wirklichkeit: **So sehen Frauen nach der eleganten Schlüssellochoperation aus:**



Nach unseren Selbsterfahrungswerten kam es meistens schon nach der ersten Bauchspiegelung zu chronischen Schmerzen, so daß dann immer wieder neue Eingriffe, auch ein Bauchschnitt, zur Beseitigung von Verwachsungen<sup>2709, 2717</sup> oder sogar die Entfernung der Gebärmutter erforderlich wurden. Es scheint eine Tatsache zu sein, daß Bauchspiegelungen erhebliche Verwachsungen im Bauchraum verursachen. Viele Frauen, die eine Bauchspiegelung hinter sich haben, leiden unter starken Verdauungsstörungen mit erheblichem Blähbauch. Sie klagen über starke Schmerzen in Unterleib, Bauch, Becken, Rücken, den Leisten und in den Beinen. Es entstehen chronische Blasenentzündungen. Die meisten Frauen können schlecht gehen, sitzen und stehen. Sie fühlen sich stark leistungsgemindert und chronisch müde.

(Christel Lange 24109 Kiel Helsinkistr. 68, Selbsthilfegruppe chronisch schmerzkranker Frauen nach Bauchspiegelung (Pelviskopie, Laparoskopie, Endoskopie)).

Was noch sonst alles darüber herausgekommen ist: siehe LV 2717b

### **Leistenbruchoperation: nie laparoskopisch!**



**Prof. Schumpelick (Klinikum Aachen) etwa schließt Leistenbrüche nur noch konventionell mit Nadel und Faden. Der Eingriff dauert etwa 30 Minuten und kann bei örtlicher Betäubung vorgenommen werden. Die Laparoskopie ist ungleich komplizierter. Dabei wird ein Kunststoff- oder Metallnetz von innen an die Bauchpforte geheftet. »Der Patient muß den Rest seines Lebens mit diesem Fremdmaterial in seinem Körper leben. Die langfristigen Folgen sind völlig unbekannt«, stellt Schumpelick fest.**

»Wie ein Müllplatz« sehe der Bauch eines

Patienten nach einer laparoskopischen Darmoperation aus. Nicht zuletzt wird die neue Methode immer dann gefährlich, wenn Krebs im Spiel ist. Schon bei offenen Tumoroperationen besteht die Gefahr, durch den Eingriff die Bildung von Metastasen zu verursachen. (ÖkoTest 1/1994) 2729

## **Wer länger büffelt lebt länger**

**Bildung verlängert das Leben Mit jedem Jahr zusätzlicher Schulausbildung verringert sich die Sterblichkeit statistisch betrachtet um acht Prozent. Sterben von 1000 Männern mit Hauptschulabschluß 100 im Alter von 65 Jahren, so sterben von ebenso vielen gleichaltrigen Männern mit Abitur nur 65. Zu diesem Ergebnis kommen vergleichende europäische Analysen über die Sterblichkeit bei Männern zwischen 35 und 65 Jahren.**

Noch wenn man sie überführt hat, versuchen die sich vor jeglicher Verantwortung drückenden Ärzte uns weiszumachen, daß ihre Behandlung die in kurzer Zeit, oft in ein paar Wochen, zu furchtbarsten Schmerzen und unheilbaren Leidenszuständen geführt hatte, etwas Positives für die Geschädigten gewesen sei:

Drei Jahre brauchte Professor Dr. Dr. Hübener, bis er kürzlich unter dem Druck der Gutachter öffentlich eingestand, daß bei Bestrahlung »jedes Prozent an zusätzlicher Wirksamkeit durch ein Gleiches an gravierenden Nebenwirkungen erkaufte wurde«.

Rund 100.000 ärztliche Kunstfehler<sup>2460/3/8</sup> ereignen sich nach Schätzung von Medizinern und Patientenschutz-Organisationen jedes Jahr in der Bundesrepublik; verursacht durch Überlastung, mangelnde Qualifikation und Schlamperei, vielfach aber auch durch Fahrlässigkeit von Ärzten und Pflegepersonal. 25.000 Opfer überleben nach Ansicht von Experten die Folgen nicht(...). Zehntausende erfahren ohnehin nie, daß ihr Schaden durch einen ärztlichen Fehler entstanden ist. Und ein großer Teil derjenigen, die es wissen, glauben gegen die Allmacht von Ärzten, Kliniken, Gutachtern und Versicherungen nichts ausrichten zu können.<sup>9893</sup> (Stern 33/1993)

## **Krankheiten behandeln, bevor sie sich bemerkbar gemacht haben:**

### **Der Traum der Mediziner-Pharmazie-Mafia nimmt Gestalt an!**

Nun können diese Profitgeier den Menschen sogar noch Chiemedizin als nötig und vorbeugend andrehen, ohne daß sich diese im geringsten krank fühlen. (Wie dann deren Befunde gefälscht werden, da sieh mal gleich im Literaturverzeichnis [LV] unter den Kapiteln 2900 und 9500 nach.)

Bald werden wir nur noch arbeiten, um dieser Ausbeuterbande von Gaunern zu einem feisten Leben zu verhelfen...

**Erkenne: Ist's Wahnsinn auch, so wird doch dran geglaubt, und so wird es auch von den Mächtigen durchgezogen. Denn Journalisten und Politiker beten die Wissenschaft an.**

Nur Du als einfach und schlicht mit Deinem gesunden Menschenverstand Denkender vermagst dagegen anzugehen.

Erkenne: Der Wahnsinn bricht sich immer mehr Bahn. Das was hier gewollt wird, ist etwa so, als wolle man allen Fußgängern die Beine gegen teure Zuzahlung mit Schienen versehen, weil sie sich diese einmal brechen könnten...

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/2/3.html> - **Update: 13.01.2000 15:42**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a>                      × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> -                      <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# 2. Kapitel. Lerne aus der schlimmen Puscherei der Ärzte

## 2.31 Befreie Dich reuelos von der nur schwächenden und schädigenden ärztlichen Behandlung

»Zum Glück sind Blinddarmoperationen wohl kaum so gefährlich«, meinst Du.<sup>9849</sup>

Gewiß. Aber sich erkundigen lohnt trotzdem. Hättest Du gedacht, daß die Blinddarmoperation bei Älteren in 20%, bei Blutern in 25% aller Fälle direkt ins Grab führt? <sup>2062</sup> Durch Blinddarmwegnahme kann sogar Hodgkinsche Krankheit entstehen. Du mußt schon eine gehörige Portion Todessehnsucht in Dir tragen, wenn Du Dich heute ins Krankenhaus einweisen läßt.<sup>1129, 2229, 2462</sup>



»Ich teile Dein Streben nicht so ganz, mich im Krankheitsfall unabhängig von Ärzten zu machen. Ich jedenfalls möchte nicht ohne Arzt dastehen, wenn bei meinem Kind die Diagnose Blinddarmentzündung gestellt wird.«

Du solltest wissen, was nur Spezialisten wissen:

Meistens ist der Blinddarm gar nicht entzündet.<sup>2259, 8328, 9423</sup> Doch wenn man das feststellt, und den Leib schon eben mal aufgeschnitten hat, schnipselt man ihn gleich weg. Angeblich, damit er in Zukunft keinen Schaden mehr anrichten kann. Und man die Operation gut bezahlt kriegt.<sup>2751ff</sup>

»Wenn's aber tatsächlich ein echt entzündeter Blinddarm war, der kurz vor dem Aufplatzen stand?«

Warum sollte der aufplatzen, wenn Du's richtig machst?

»Da gibt's nichts richtig oder falsch zu machen: da gehört man schnellstens in die Hände der Ärzte, auf den Operationstisch.«

Merke grundsätzlich: Schwer Unfallverletzte gehören sofort in einen Operationssaal. Nicht dagegen Krankheitsfälle.

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Ob es sich um Dich oder Dein Kind handelt - iß bei allen Schmerzzuständen<sup>9925</sup> zuerst etwas Erde (gereinigten Lehm, Ton oder Vulkanerde) und dann einige Tage nichts mehr. Reinige sofort gründlich Deinen Darm (®Rz644, 980) Faste mindestens zwei Tage länger als die Schmerzen andauern. Und trinke in dieser Zeit nur noch klares Bergquellwasser.**

»Willst Du mich zum Narren halten? Fasten soll allein genügen, daß der Blinddarm nicht platzt?« fragst Du erstaunt.

Vollauf. Der Wurmfortsatz wird nicht mehr durch vorbeifließende Nahrung gereizt. Das Fasten entgiftet und ermöglicht die nötige Konzentration der Abwehrkräfte des Körpers auf das kluge körperliche Bestreben, jede Entzündung bald wegzubringen.

Merke Dir: Nach so manch einer Operation wird jedem Dritten mit der nötigen ernsten oder besorgten Miene sehr effektiv in wenigen Worten mit auf den Weg gegeben: »Wären sie drei (zwölf oder sechs) Stunden später gekommen, hätten wir Ihnen nicht mehr helfen können!« Und der Operierte nimmt das mit schuldvoll dankbarem Blick und innerer Erleichterung auf. Ja, ja, so leicht lassen sich von den Medizinern Gefolgsleute gewinnen...! Die Ihnen auch dann noch die Stange halten, wenn sie dabei völlig verpfuscht worden sind. Was wissen Mediziner denn schon von den Heilkräften der Natur? Und von Urzeitheilweisen haben die nie was läuten gehört. Und von richtiger Ernährung verstehen sie soviel wie ein Eunuch vom Kinderzeugen.

Man sollte ihnen die Traktate ihres Lehrmeisters Hippokrates, auf den sie sich so gerne berufen, dutzende Male um die Ohren schlagen, der schrieb: »Man kann unmöglich das Wesen der Krankheiten kennenlernen, das doch den Forschungsgegenstand unserer Kunst bildet, wenn man nicht die Natur selbst und den in ihrer Entwicklung sich manifestierenden Urgrund kennt.«<sup>0572</sup>

Und hat Dir ein Mediziner je nach einer Blinddarmoperation gesagt, ob sie überhaupt nötig war? In 99% aller Fälle ist diese Operation nämlich meiner Ansicht nach überflüssig!



Und wenn sie nötig gewesen sein sollte: Hat man Dir gesagt, warum sich bei Dir der Blinddarm überhaupt entzünden konnte?

»Sicher, weil da ein Kirsch- oder Apfelkern hereingerutscht ist.«

Und warum soll sich der Blinddarm deswegen entzünden? Hast Du schon mal einen Affen sich den Bauch vor Schmerzen halten sehen? Was meinst Du, wieviel Kerne der in seinem Leben schluckt! Natürliche Nahrung wird natürlich, schmerzfrei und entzündungslos im Körper verdaut. Tierische Nahrung dagegen verfault, bildet Gift- und Schlackenstoffe, die sich an den Darmwänden absetzen, sich dort nicht mehr lösen können und so ständig Herde für Entzündungen darstellen. Oft werden diese Schlacken steinhart. Man nennt sie Koprolithen.



Im Blinddarm setzen sich die faulenden Nahrungsreste besonders leicht ab, bilden Konkremente, die dann zu einer Entzündung in der so geschwächten Darmwand führen können.

Warum solltest Du mit allen Mitteln darauf aufpassen, daß Du Deinen Blinddarm dort behältst, wo er hingehört, nämlich in Deinem Bauch? Weil Dich der Blinddarm mit seinen von ihm abgesonderten Sekreten nicht nur vor Strahlungsschäden schützt, sondern auch vor Krebs! Und vor noch wer weiß nicht alles an sonstigen Schäden, was man vielleicht erst in den kommenden Jahren feststellen wird. Wenn sich die Mediziner mal endlich drangeben, ihre Forschungen im Sinne der UrzeitTherapie zu betreiben: Unter Schaffung und Respektierung natürlicher Gegebenheiten.

Sagt Dir das ein Arzt, wenn er nach kurzer Diagnose Deines Kindes kategorisch erklärt: »Der Blinddarm muß schnellstens raus.« Diesmal kannst Du ihm dienen, indem Du ihm sagst: Das steht im "GROSSEN GESUNDHEITS-KONZ" aber anders, Herr Doktor. Wenn sich mein Zeigefinger entzündet und es zu einem Umlauf kommt, schneiden Sie da meinem Kind auch gleich den Zeigefinger ab? Oder sollten wir nicht zuerst versuchen, den Blinddarm zu retten und die Entzündung zu beseitigen? Oder wollen Sie mir später die Sorgen abnehmen, wenn mein Kind deswegen Dickdarmkrebs bekommt? Vielleicht informieren Sie sich mal vorher über die diesbezüglichen Literaturberichte... (An Kinderlähmung erkrankten früher meist diejenigen, welchen die Chirurgen den Wurmfortsatz weggeschnitten hatten.) 2016-2018  
Merke Dir:

**Der Blinddarm ist ein Lymphorgan, der im Dickdarm befindliche Gifte neutralisiert!**

Den Blinddarm zu verlieren ist ein schwerer Verlust, der nicht selten zu Aufgeblähtsein und/oder zu Verstopfung führt.

**Fremdkörper sind so gut wie nie ein Grund für die Entzündung des Wurmfortsatzes. Es sind vielmehr Schwellungen der Darmlymphknoten, die durch Darmverstopfung entstehen.**

Die Obstipation ist es also, die nach Meinung fortschrittlicher Ärzte dem Darm entzündliche Prozesse bringt. Wenn man jemanden, der über Bauch- bzw. Blinddarmschmerzen klagt, nach seiner Verdauung befragt, wird er meist ein schiefes Gesicht ziehen. Denn eine längere Verstopfung staut die Abgabe der von der Schleimhaut des Blinddarms produzierten und mit Antikörpern und Immunstimulantien versehenen Sekrete, die dann nicht mehr abfließen können.

Weiß das ein Doktor? Frag mal einen!

Im Darm des Menschen verblieb 30 Millionen Jahre - wegen des hohen Faserstoffgehaltes der damals fast ausschließlich von den Urmenschen gefütterten Früchte und Wildpflanzen - der Darminhalt nie länger als 12 Stunden. Geschieht dies dennoch, so reagiert heute wie früher der

Darm sofort mit Warnzeichen. Er schickt dem Menschen Unwohlgefühle und Kopfschmerzen. Nutzt das nichts, dann tritt seine Polizeitruppe in Aktion: die Bakterien. Die entzünden die Darmschleimhaut

oder den Wurmfortsatz und bringen Bauchschmerzen. Schafft der Mensch auch dann noch keine Abhilfe, dann schickt er für manche den Tod. Die Entzündung führt zum Platzen des Blinddarms, der Eiter tritt in die Bauchhöhle. Und das ist so böse, daß selbst ich als strikter Messergegner in diesem Notfall - auch Hippokrates hätte so gedacht! - für eine sofortige Operation plädiere. Oder es kommt zu dem noch gefährlicheren Darmverschluß.

»Sagst *Du* mir die wirkliche Ursache für die Blinddarmentzündung?«, fragst Du.

Hier ist sie: Du allein trägst die Schuld an Deiner Appendizitis. Du, der die Entzündung in seinem Körperinneren durch seine falsche Lebensweise verursacht hat... Beweis folgt bald.

**Vor der neuen Methode, den Blinddarm mit einem Sehrohr entfernen zu lassen, möchte ich Dich besonders warnen. Dabei ist es nicht möglich, den entzündeten Teil kurz genug abzuschneiden, so daß sich der verbliebene Rest des Blinddarms, der Blinddarmstumpf, erneut entzünden kann. Diese Entzündungen werden später leicht übersehen und deshalb falsch behandelt. Das aber kann für Dich dann lebensbedrohlich werden.**

**Übrigens: Wenn Dich Dein Hausarzt wegen eines Blinddarms ins Krankenhaus einweist, so wirst Du mit ziemlicher Sicherheit auch operiert - obwohl das sogar nach Meinung ärztlicher Experten bei 80% der Blinddarmfälle nicht erforderlich ist<sup>1129, 8328</sup> - es sei denn, es liege bereits ein Durchbruch vor. (Kannst Du die Beine nicht mehr richtig anziehen, dann ist das ein Zeichen für einen geplatzten Blinddarm - dann mußt Du natürlich sofort ins Krankenhaus)!<sup>2217</sup>**

»Aber viele Ärzte meinen es doch sicherlich gut mit ihren Patienten«

Da kann ich Dir nur mit Gottfried Benn - ein mit Widerwillen praktizierender Dichter-Arzt - antworten:

Das Gegenteil von gut ist nicht schlecht, sondern gut gemeint. Übrigens: Die Mär von den Kirschsteinen, die an der Blinddarmentzündung schuld sein sollen, geht auf einen Hörfehler zurück: Es waren Kotsteine gemeint.

»Es wird also auch operiert, selbst wenn der Krankenhausarzt vorher einwandfrei feststellt, daß keine Blinddarmentzündung vorliegt? Heißt es nicht auch, daß etwa 50% aller ärztlichen Diagnosen falsch wären?«<sup>3955</sup>

Aber ja! Wie sagte mir mal bei meinen Recherchen der Chefarzt eines großen Hauses: »Wir können es uns nicht leisten, den überweisenden Arzt zu blamieren oder gar zu kränken und ihn in den Augen des Patienten so bloßzustellen, als würde er festsitzende Blähungen nicht von

einer Blinddarmentzündung zu unterscheiden vermögen.« So ist das.<sup>2406, 2721</sup> Wenn Du schon so blauäugig bist, Dich im Krankheitsfall operieren zu lassen, dann verlange auf jeden Fall vorher eine Sicherheitsgarantie (@Kapitel 9.63, Rz 969). Noch besser: Kontrolliere selbst – falls Du nicht sofort die Entzündung durch Fasten beseitigen willst – ob Du ‘s überhaupt am Blinddarm hast: Denk Dir um Deinen Nabel einen Kreis bis zum Geschlechtsteil und teile ihn in Viertel auf: Besteht kein Druckschmerz im unteren rechten Teil? Handelt es sich nicht um einen Loslaßschmerz? Wandert er nicht nachh rechts unten? Dauert er nicht ständig an? Mußt Du zwei dieser Fragen verneinen, ist es meist keine Blinddarmentzündung.

Und dann muß Du nicht glauben, die schneiden Dir - wie beim Brustkrebs statt des angeblich »kleinen Knotens« die ganze Brust - immer nur das eigentlich Erkrankte heraus. Falls Du Dich als Frau zu einer Operation mißbrauchen lassen willst, so bereite deshalb einen Zettel vor, den Du Dir auf den Bauch unter das Operationshemd legst. Darauf schreibst Du: Lieber Herr Operateur, ich bin erst ... Jahre alt, möchte gerne noch etwas älter werden und mich dabei wohl fühlen. Ich habe Kinder, die eine gesunde Mutti brauchen, habe einen Mann, der ohne mich auf den Hund kommen würde. Entfernen Sie also nur die Zyste und lassen Sie sonst alles bei mir im Bauch drin! Danke!

**Von jedem Mediziner wird angenommen, daß er aus ethischen Gründen sein Handwerk betreibt. Ich streite gar nicht ab, daß fast alle Ärzte nur das Beste für die Kranken wollen. Nur - was nutzt das den Menschen, wenn tatsächlich an ihnen nur das Unsinnige getan wird, wenn die Methoden schlecht sind, wenn die Basis Ihres Handelns, die Allopathie, völlig auf Sand gebaut ist?** <sup>2125, 2123, 2228, 2234/6, 2426, 2243/7, 9971</sup>

Was nützen guter Wille, beste Absichten und die hingabevolle Berufsauffassung eines Kfz-Mechanikers, wenn er die Schäden am Getriebe so repariert, daß es Dir bei der nächsten Gelegenheit um die Ohren fliegt?

**Für viele Ärzte sehe ich mich außerdem gezwungen, eine Ehrenerklärung wegen deren Stupidität abzugeben: Wenn Du hier manchmal ob meines Scheltens über alle Schulmediziner dieser Erde den Eindruck gewinnst, ich hätte sie samt und sonders gefressen, dann täuschst Du Dich. Vollgestopft mit unnützem Krankheitswissen sind sie zu einer geistigen Auseinandersetzung einfach unfähig. Es liegt in der Tat bei den in nicht führender Position stehenden Medizineren bei ihren Behandlungen keinerlei Niedertracht zugrunde. Die glauben tatsächlich in ihrem Wahn (nebst dem Stolz und der Einbildung auf ihr Wissen) daran, sie könnten mit all ihrem widernatürlichen Behandeln und ihrer Chemie Krankheiten beseitigen. Aber soll ich Mißstände anzuprangern verschonen, nur weil Ignoranz dahinter steht? Soll ich allein deswegen zusehen, wie die kranken Menschen immer mehr unter den Nebenschäden leiden und kaputtgemacht werden?**

Was man in der Jugend einmal aufgenommen hat, das sitzt zutiefst im Menschen drin. Dir hat man beigebracht, jeden Tag müsse man ein warmes Essen zu sich nehmen. Den Ärzten haben ihre weiter blickenden Ordinarien beigebracht, nur Feindbilder in allen Krankheiten zu sehen. Am meisten gebraucht sind »Anti-Mittel«: Antirheumatika, Antiallergika, Antiphlogistika,

Antitussiva, Antibiotika usw.<sup>3712ff, 3733, 3815</sup> Daß man Krankheiten nicht bekämpfen darf, daß sie bereits eine Gesundungseinleitung des Körpers darstellen - wie wollen sie damit klarkommen? Und die wenigen, die es begreifen, können es nicht anwenden, weil die Funktionäre und Ordinarien sie sogleich wirtschaftlich vernichten würden.

»Du zerschlägst wirklich alles! Deshalb frage ich Dich nochmal eindringlich: Wäre es nicht vielversprechender gewesen, mit Ärzten und Pharmazeuten zusammenzuarbeiten, sie zu einer Annäherung der Standpunkte zu bewegen, statt so scharf auf Konfrontationskurs zu gehen?«

So fragst nicht nur Du, so fragen mich auch Lektoren, Verleger und Journalisten. Klar - vielversprechender wäre das schon gewesen - für die Geschäfte der Krankmachungs-Allianz. Aber nicht für Dich, lieber kranker Leser. Du hast es verdient, daß man Dir die volle Wahrheit sagt, denn Du bist der Leidtragende. Doch alle ihr aufgeschlossenen Ärzte, die ihr nicht den Profit sondern die Ethik auf eure Fahnen geschrieben habt, und die ihr euch innerlich längst von dieser inhumanen Schulmedizin getrennt, aber zu entsprechenden Konsequenzen noch nicht gefunden habt: Ich bitte euch um Verzeihung, wenn ich euch hier oft in einen Topf mit den anderen werfen muß.<sup>9975</sup>

**Auf euch Gutwillige setze ich meine Hoffnungen, reiche euch die Hand, damit etwas von den Grundsätzen der sanften UrMedizin in eure künftigen Behandlungen der euch weiter vertrauenden Patienten einfließen möge. Damit so alle Kranken am guten Willen von uns teilhaben können.**

Mir ist schließlich klar: Nur die starken Menschen können auf die Ärzte verzichten, die schwachen brauchen sie - und deshalb bleiben Ärzte nötig, werden so lange gebraucht, bis wir das Denken und Handeln der Menschen verändert haben werden.

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) (Important note!) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/2/31.html> - **Update: 13.01.2000 15:42**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

# 2. Kapitel. Lerne aus der schlimmen Pfuscherei der Ärzte

## 2.32 Auf Deine Wunde gehört weder ein Verband noch ein Pflaster!

»Ich glaube, Deine Ablehnung der Medizin geht sogar so weit, daß Du Dir nicht mal ein Wundpflaster aufkleben würdest, wenn Du Dich irgendwo verletzt hast, was?«<sup>3956, 9906</sup>

Richtig! Besaßen die Urzeitmenschen vielleicht etwas, um es sich auf ihre Wehwehchen zu tun?

»Trotzdem, ein Arzt kann doch heute keinen verletzten Menschen mehr mit einer offenen Wunde herumlaufen lassen!«

Da bin ich anderer Meinung.

»Wenn die Urzeitmenschen vielleicht auch nicht ihre Wunden verbunden haben - bestimmt legten sie sich blutstillende, entzündungshemmende und heilende Kräuter darauf«, sagst Du. »Und wenn ich dann infolge einer offenen Wunde - es fliegen doch so viel Keime in der Luft! - 'ne schlimme Entzündung da rein bekomme? Dann guckst Du aber schön dumm...«, raunzt Du.<sup>8222, 8305, 1726</sup>

Wer natürlich lebt, dessen Blut besitzt die Fähigkeit, in kürzester Zeit durch bloßes Fließen eine Wunde zu reinigen, sich sodann durch Verdicken selbst zu stillen und durch Verkrusten den besten Verband zu bilden, den man sich denken kann. Und der genau zum richtigen Zeitpunkt von der neu gebildeten Haut abfällt. Weshalb man sie niemals vorzeitig abpiddeln soll.<sup>8305</sup>

12 Wochen nach dem Aufnehmen der UrMedizin in Dein Leben benötigst Du für Wunden keine Desinfektion und für Entzündungen keine Antibiotika<sup>3650+</sup> mehr. Die UrTherapie vernichtet alle bei einer Krankheit vermehrt auftretenden Keime und wirkt höchst entzündungswidrig.

**Warum übrigens hast Du keine Geduld mit Deiner Entzündung, warum willst Du sie schneller weghaben als es Dein Körper für richtig befindet?**

Eben hörtest Du noch von mir wie fantastisch ja wie an ein Wunder grenzend Dein Körper das alles ganz von allein regelt. Du hast irgendeine Entzündung im Körper? Wie einfach ist die doch mit einer Antibiotika-Gabe in Griff zu kriegen, wie die Ärzte so schön sagen... Klar, die bricht schnellstens den Infekt ab. Leider tut sie noch etwas mehr:

Eine solche Krankheitsblockade hat böse Nebenwirkungen. Die Krankheit wird jetzt nämlich nicht ausgeheilt, die Gifte werden nicht mehr durch erhöhte Schweißabsonderung ausgeschwemmt; sie werden auch nicht über beschleunigten Stuhlgang oder durch Abhusten ausgeschieden. Nein - nun bleiben sie im Körper und werden dort eingelagert. Und solche Depots von Giften nach Krankheitsabbrüchen sieht man nicht. Die Ablagerungen der Giftstoffe im Unterhautgewebe bewirken über einen längeren Zeitraum dann chronische Erkrankungen. Außerdem kann Dein Körper nach einer Antibiotika-Behandlung<sup>3651, 3661, 3656</sup> sofort wieder erkranken, sogar an den gleichen Symptomen. Ja, Du Naivling, warum denkst Du denn, daß dieses Zeug bei allen Ärzten so beliebt ist?! Denn er hat ja keine eigene Abwehrkraft bilden können. Was er unbeeinflusst durch Medikamente aber durchaus zustande bringt.

»Du meinst also im Ernst, es sei nicht richtig, die Wunde zusätzlich mit einem Verband zu schützen?«

Nein - das hält sie ja feucht! Die soll doch trocknen, damit sich schnell eine neue Haut unter der schützenden Blutkruste bilden kann. Selbst auf größere Wunden würde ich keinen Verband geben. Und laß Dir wegen der sonst beträchtlichen Narbenbildung die Wunde nur mit speziellen Adhäsions-Clips schließen und nicht mehr klammern.

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Alle offen bleibenden Wunden heilen schneller natürlich:**

**ohne Verband, Puder, Jod, Zink, Spray oder irgendwelche Pflanzensäfte.**

Versuche auch nicht - abgesehen von Arterienverletzungen - den Blutfluß zu stoppen. Je mehr Blut an die Wunde strömt, um so mehr weiße Blutkörperchen können möglicherweise eingedrungene Fremdkörper ausschalten. Vertraue darauf:

Der Körper schickt genau die richtige Menge Blut an eine offene Wunde, die er benötigt. Was aber nur auf natürlich entstandene Wunden zutrifft, wie etwa kleine Platzwunden, Abschürfungen oder Dornenrisse. Die dann einsetzende Granulation wird durch den nächsten Verbandswechsel sofort wieder beeinträchtigt - eine kurzfristige Heilung damit verzögert. Ich spreche selbstverständlich nicht von langen, unnatürlichen Operationsschnitten, von Messerstich- und Schnittverletzungen oder vom Bluten einer Schlagader nach einem Unfall; da muß (was aber auch von Medizinern teilweise bestritten wird) wohl doch abgebunden und behandelt werden, weil es eine Zivilisationsverletzung darstellt, also eine Verletzungsart, die in der Urzeit nicht passieren konnte und deren richtige Behandlung sich daher nicht in die Reparaturbefehlszentralen des menschlichen Körpers einzuprägen vermochte.

Ganz sicher bin ich mir aber hier nicht. Es gab Kriegsverletzte, denen man beide Beine abgeschossen hatte; und die nach Tagen noch ohne Hilfe und ohne Blutübertragung mit dem Leben davonkamen. (Was Du Dir durch eine Blutübertragung alles an den Leib bringen

kannst, das findest Du im LV unter 3822 - 26.)

**Es ist kurzsichtig, das augenblickliche Handhaben einer medizinischen Lehre als das Beste für einen Kranken anzusehen. Ohne wenigstens zu prüfen oder zu fragen, ob nicht bereits früher erfolgreichere Behandlungsarten bestanden haben. Wie etwa die klassische Naturheilkunde. Aber Bertold Brecht sprach ja schon vom Einfachen, das so schwer zu machen ist.**

»Und wie sieht's mit Bestrahlungen bei Muskelschmerzen,<sup>9908</sup> Verstauchungen oder Prellungen aus, wenn damit die Durchblutung gefördert werden soll?«

Ob kurze Wellen (Mikrowellen) oder Langwellen: lehne alles ab. Auch Deine Gesundheit bei Verletzungen soll nicht schneller vonstatten gehen als es Dein Körper will! Warum denkst Du, fallen so viele unserer Fußballspieler ohne Gegnereinwirkung plötzlich mit gerissenen Sehnen oder Bändern um? Warum leiden sie ständig an Erkältungen, Sommergrippen, unbekanntem Viren? Sapere aude! Die kriegen das alles an den Hals, weil sie zu den Ärzten rennen. Die sie »fit« spritzen. Oder sie sonstwie widernatürlich behandeln. Die wollen ja möglichst schnell wieder auf dem Damm sein - gegen den Willen der weisen inneren Körpergenesungskraft, die das genauestens zeitlich aufeinander abstimmt. Wie oft muß ich es noch wiederholen:

Nichts, nichts, rein gar nichts, was die schulmedizinisch tätigen Ärzte in ihrem Repertoire haben, kann was nutzen, helfen oder gar heilen. Nicht mal ein paar einfache Schuheinlagen oder ein simples Bruchband! Und bei allen Verletzungsbeschwerden der Glieder folge nie dem Rat des Arztes, das Glied ruhig zu stellen.

Handele auch hier nur natürlich! Sobald die Erstscherzen weg sind, fange mit dem langsamen Dehnen der für einige Zeit stillgelegten Muskeln, Sehnen und Bänder an. Du kannst dabei bis zur Grenze der Dehnfähigkeit gehen. Eine Schadensreaktion des Muskels bleibt aus, wenn Du behutsam, aber beharrlich bleibst. Du kannst Dehnungsübungen auch bei bereits bestehenden Verletzungen anwenden,<sup>3950, 3954</sup> das fördert sogar die Heilung. Jetzt hat man sogar herausgefunden, daß die übliche Behandlung mit Eis bei Blutergüssen und Beinprellungen der Fußballspieler mehr schadet als nützt...<sup>9415ff, 9430, 9440, 9453, 9922</sup>

Laß Dich von den Ärzten nicht einfach länger als kleines Würstchen<sup>0657 b</sup> behandeln und fertigmachen! Natürlich, das kann noch ganz anderen passieren, aber *Du* mußt es ja nicht länger mitmachen! Kündige der Schulmedizin-Ausbeuter-Bagage die Freundschaft, die in Wahrheit den Menschen nie freund war, sondern sie immer nur übers Ohr zu hauen suchte.

# 2. Kapitel. Lerne aus der schlimmen Pfuscherei der Ärzte

## 2.4 Selbst schwere Verletzungen heilen oft besser, wenn Du die Ärzte nicht ranläßt

Da las ich vor einiger Zeit einen Bericht über einen schweren Unfall in einer gebirgigen Gegend: Eine Anhalterin war aus dem Auto geschleudert und innerlich schwerverletzt worden, einen kleinen Abhang hinuntergerollt und in einer uneinsehbaren Mulde liegegeblieben, während der Fahrer tot hinter dem Steuer lag. Durch Zufall wurde sie 21 Tage nach dem Unfall lebend entdeckt. Und siehe da: Die erzwungene Fastenkur (Sie hatte ihren Durst nur durch das neben ihr wachsende Grün gestillt.) hatte ihr geholfen, daß sich der Körper ganz auf die Heilung konzentrieren konnte:

Der Schmutz in ihren Wunden hatte ihr weder Wundstarrkrampf noch Entzündungen gebracht, die schweren Fleischverletzungen waren, ohne genäht worden zu sein, bestens verheilt, und die gebrochenen Knochen ihres Armes waren ohne Komplikationen zusammengewachsen. - Sicherlich, das mag ein glücklicher Zufall gewesen sein, denn ich würde niemandem raten, sich nach einem Unfall ins Grüne zu legen, um dort auf eine glückliche Heilung zu warten.<sup>9788</sup>

**Das Verhängnisvolle bei einer mit Verband verschlossenen Wunde ist die Tatsache, daß es dadurch Luft und Licht unmöglich gemacht wird, an die Wunde zu gelangen. Dieses Verbandanlegen ist allein schon deshalb schlecht, weil der Körper Millionen Jahre lang bei Verletzungen an einen anderen Ablauf gewöhnt war. Nämlich: Licht und Luft an seinen Wunden zu empfangen.**

»Dunkelheit, Feuchtigkeit, Wärme, da läuft das Zerstörungswerk von Bakterien auf Höchsttouren, was ja ganz normal ist«, gestehst Du zu.

Nun ja - die Kraft des schnellstens zum Normalzustand zurückkehrenwollenden Körpers erweist sich sicherlich meist als stärker als die Arbeit der Bakterien. Aber dadurch dauert der Gesundungsprozeß viel länger. Doch tun die Ärzte, was richtig nur und allzu logisch wäre? Lassen sie zu, daß ihre Patienten ihre Wunden Luft, Licht und Sonne aussetzen?

Selbst bei einer der gefährlichsten Verletzungsfolgen, nämlich dem Gasgangrän, besserte sich nach von mir in den Tiefen der Universitätsbibliotheken ausgegrabenen, vergilbten Berichten die gärende Wunde und der lebensgefährliche Zustand des Verletzten sofort, nachdem man sie trockengelegt hatte und Luft dranließ. Gleichzeitig fiel die Temperatur ab, verschwand der eitrige Geruch.

Auch bei Erfrierungen bewährte sich das Nichtstun!<sup>3952</sup> Die erfrorenen Körperteile wurden



einfach an die kalte Luft gelegt, statt sie zu amputieren. So ließen sich die ausgetrockneten Teile später problemlos abtrennen, wobei die nicht geschädigten bestens abheilten.

Siehst Du, das sind ältere medizinische Erfahrungsberichte - die Offen-Wunden-Behandlung<sup>9442, 9873</sup> - die man auch bei den heutigen Unfällen anwenden sollte. Doch diese Behandlung läßt man in der Versenkung verschwinden. Und warum wohl? Weil ein Schulmediziner mal arglos etwas veröffentlichte, das nicht unter den Glorienschein des Arztes paßte, nämlich: nichts zu tun, der Natur einfach ihren Lauf lassen. Die weiß es am besten. Und merk Dir gut: Irren ist ärztlich!

»Wenn ich demnächst wegen einer Verletzung ins Krankenhaus muß, dann werde ich dem Arzt also sagen: Runter mit dem Mummenschanz! Kein Puder! Keine Salben! Fahren Sie mich raus an die frische Luft, und decken Sie dort meine Wunden auf - mehr will ich nicht. Na, was hältst Du davon?«

Ich bin stolz auf Dich, daß Du soviel Mut aufbringst, den Ärzten mal Kontra zu geben. Aber was meinst Du, was Du zu hören kriegst?

Ich weiß es aus eigener Erfahrung, als ich noch am folgenden Tag nach meiner Meniskusoperation den Verband von meiner Operationswunde nahm und mich damit auf dem Balkon in die Sonne legte:

Die Schwester kreischt in höchsten Tönen und rennt zum Assistenzarzt. Der sagt, das sei einfach unmöglich - das habe noch nie einer gemacht, und er könne sich denken, wie schlimm das wegen Infektionsgefahr sei. Bestehst Du weiter auf frischer Luft an Deiner Wunde und schmierst Dir, vielleicht, weil sie noch etwas näßt, noch Erde drauf, so kommt als nächster der Stationsarzt und macht Dir klar, wie geschwächt Du seist, was es doch für verantwortungslose Literatur gerade auf dem Gebiet der Medizin gebe, von der man sicher solche Weisheiten beziehe. Und daß er schließlich eine große Verantwortung für seinen Patienten trage:

»Glauben Sie - wenn das besser wäre, wir würden es längst selbst anwenden.« Bist Du dann noch immer fest entschlossen, das richtig Erkannte für Dich zu wollen, dann tritt schließlich der Chefarzt auf den Plan, diesmal ohne freundlichen Händedruck und mit finsterner Miene: »Das muß ich Ihnen jetzt mal ganz deutlich sagen: Hier in diesem Haus bestimmen wir Ärzte nun mal die Form der Behandlung. Wenn Sie sich nicht nach unseren Anweisungen richten wollen, dann müssen Sie leider gehn und sich ein Haus suchen, das solch einen Unsinn mitmacht.«

Du kannst dann antworten: »Sie stellen doch so oft heimliche Versuche mit ihren Patienten an. Testen Sie das doch auch mal! Ich stelle mich gerne für derart neue wissenschaftliche Forschungen zur Verfügung...« Natürlich wird er nicht mitmachen. Stell Dir vor, welche Blamage für ihn, wenn Du recht hättest und Deine Wunde schneller als die der anderen Operierten vom gleichen Tag verheilt! Und Du kannst noch zu bedenken geben: »Was nützt es, wenn sich mein Körper innerlich gegen Ihre Vermummungs-Behandlungsmethoden sträubt? Das verzögert aus autosuggestiven Gründen doch nur den Heilungsprozeß...« Du kannst aber auch sagen: »Bitte legen Sie mich Erster Klasse!« Und darfst dann wahrscheinlich

mit wesentlich mehr Verständnis rechnen... Doch warum eigentlich willst Du Dich nicht nach Hause schicken lassen? Wo das doch das Beste für Dich ist! Dort legst Du ungestört Deine Wunde soviel an die Luft wie Du kannst. Meine Meniskus-OP- Wunde war jedenfalls im Null-Komma nichts zu. (Übrigens haben einige Ärzte bereits aus dem kleinen Vor-Buch zu dieser Neuauflage gelernt und lassen bei Schnittverletzungen die Wunde offen, legen nur eine kleine Stütznaht an. Verlang das also!)

Um Mißverständnissen vorzubeugen nochmals: Verletzungen, die Du bei einem (angenommenen) Leben in der Urzeit nie erleiden konntest, solltest Du - so sparsam wie möglich - zivilisationsgemäß behandeln lassen: sehr tiefe Wunden zum Beispiel durch Vernähen, (besser: durch Klammern), Brüche durch Nageln, unter die Haut getriebene Steinchen oder Schmutz durch Aufschneiden.<sup>9418</sup> Verbinden solltest Du sie nur, wenn Du damit ausgehen willst.

**Mach Dich von dem Wahn frei, nur das Neueste in der Medizin müßte das Richtige sein. Aus unserer, von brutalstem Egoismus beherrschten, nur nach Profit strebenden Zeit kann nicht Gutes für die Menschen und Tiere dieser Erde kommen. Ob aus der Pharmazie, ob aus der Nahrungindustrie, ob aus der Chemie oder von den Medizinern...**

»Soll ich mir bei einer verschmutzten Wunde nicht schnell eine Tetanus-Spritze geben lassen?«

Lieber nicht! Die Schulmediziner setzen die für jede Kleinigkeit. Bei Hautwunden schadet das mehr als es nutzt. Und wenn eine tiefgehende Wunde blutet, kann auch nichts passieren. Im Krieg konnten Tetanusspritzen vielleicht einen Sinn gehabt haben. Weil kleine Granatsplitter so tief in den Körper eindringen, daß eine Blutung nach außen nicht erfolgte. Außerdem ist die Einspritzung des Tetanus-Toxoids *nach* einer Verletzung zwecklos, weil sich Tetanus-Antikörper erst sehr viel später dadurch bilden, wenn überhaupt! <sup>0734</sup>

Wenn Du großflächige Verbrennungen erlitten hast, mußt Du natürlich in das beste Krankenhaus.<sup>9935</sup> Aber: Laß Dich nie mit Salben behandeln! Verlange Schweinehautabdeckung oder einen biologischen Verband bei zweitgradigen Schäden. Berufe Dich auf die Medical Tribune 12/25.3.1994/33, darin sollen die behandelnden Ärzte mal nachschlagen.

Nicht lebensgefährliche , kleinere Brandwunden behandelst Du selbst, indem Du kaltes Wasser darüber laufen läßt. Und zwar so lange bis der Schmerz nachläßt. Danach trägst Du Lehm auf. Nur der ist in der Lage, die bei Verbrennungen entstehenden Giftstoffe aufzusaugen und unschädlich zu machen. Sollten sich Stücke der Kleidung mit der vorhergehenden Wasseranwendung nicht herausgelöst worden sein, so beläßt Du sie auf der Haut. Dann wird feuchte Erde fingerdick auf 30-40 cm große Gazestücke aufgetragen, so auf die verbrannten Hautflächen gelegt und nach einer Stunde abgehoben. Wenn das Abheben schwergeht, befeuchte die Erde von oben mit Wasser und warte einige Minuten. Sollte die Gaze ebenfalls festkleben, belasse sie auf den Wunden und wechsele lediglich die Erde. Die alte Erde ersetze dann wieder durch frische.

# 2. Kapitel. Lerne aus der schlimmen Puscherei der Ärzte

## 2.5 Es gibt keine vernünftigen, medizinischen Maßnahmen bei Krankheiten

»Du wirst aber zugeben, daß die Möglichkeit, Blut zu übertragen, eine nützliche Entdeckung zum Wohle der Menschheit war.« Und: Sie vermag auch Blutkrebskranken das Leben verlängern.«<sup>2319</sup>

Im Gegenteil: Denn dadurch setzen die Blutkrebskranken alle Hoffnung auf die Blutübertragungsmethoden und werden davon abgehalten, so zu leben, daß ihre Krankheit von selbst verschwindet. Allein die Tatsache, daß Blutkrebs durch noch so viele Blutübertragungen nicht zu heilen ist, müßte Dich überzeugen.

So fing der Wahnsinn des Blutübertragens an, der Zigtausende von Menschen das Leben kostete:



Gesundheitsgesetz der Natur:

**Krankheit steckt nicht in bestimmten Teilen des Körpers - der ganze Mensch erkrankt. Deshalb ist es widersinnig und falsch, nur einen Teil von ihm zu behandeln. Wie etwa sein *Blut* mit Chemie zu verseuchen oder ihm fremdes einzuschleusen<sup>2319</sup> oder seine *Brust* mit Zerstörungstrahlen zu beschießen oder *einzelne Organe* wegzuschneiden.**

Wie heißt es bei Platon: Dem Ganzen sollten wir unsere Sorge zuwenden, denn dort, wo ein Teil sich übel befindet, kann unmöglich das Ganze gesund sein.

Und dann solltest Du nicht vergessen, daß eine Übertragung von Spenderblut auch mit einer

ganzen Reihe größter Risiken behaftet ist, die man erst in den letzten Jahren erkannt hat.<sup>1514</sup>  
Eine der Hauptgefahren besteht darin, daß mit dem fremden Blut viele Erreger, vor allem  
solche der Hepatitis, in den Körper gelangen können. Allein in Deutschland werden jährlich  
17.000 infektiöse Leberentzündungen durch Blutkonserven übertragen. Mancherorts wird  
schon mit jeder zehnten Blutübertragung auch Hepatitis eingeschleust. Die - weil gegen sie  
nicht die geringste Abwehrkraft vorliegt - lebenslange Schäden und oft den Tod zur Folge  
haben. Denke daran, wie oft Blutern verseuchtes Fremdblut übertragen wurde. <sup>3823,3732/4</sup>

**Immer wieder werden später und immer zu spät Nachteile medizinischer  
Behandlungsarten festgestellt. Die Schulmedizin verübt skrupellos und ungestraft die  
schlimmsten Taten gegen das körperliche Wohl der Menschen und hat auch noch die  
Stirn, den Heilpraktikern einen einzigen unglücklichen Todesfall bei einer Ozonspritze  
vorzuwerfen und das als Grund zu benutzen, deren ansonsten wirklich sanfte Kunst  
verbieten zu wollen.**

Ich selbst habe bisher immer Achtung vor der konsequenten Haltung der Zeugen Jehovas  
gehabt, sich und ihren Kindern kein Blut übertragen zu lassen. Wer weiß, wieviel Krankheit  
sie sich damit in ihren Reihen erspart haben. <sup>3002</sup> Doch auch bei Unfällen, bei denen die  
Verletzten häufig unter Schockzuständen leiden, kann eine Blutübertragung ausgesprochen  
ungünstig sein. Die dadurch bedingten Störungen in der Sauerstoffversorgung der Gewebe und  
der Kleinstzirkulation in den feinen Äderchen werden durch eine Blutübertragung nicht  
behoben, sondern verstärkt. Sie operierten Zeugen Jehovas nach schweren Unfällen selbst bei  
Abfall auf 3/10 komplikationslos, ohne eine zuvor für unbedingt erforderlich gehaltene  
Bluttransfusion. Selbst eine Eigenblutübertragung schädigt Dich.<sup>2467, 2008</sup>

»Ich denke immer wieder an Kranke kurz vor einer Operation. Ich jedenfalls halte es für einen  
Segen - daß wir Mittel besitzen, welche die Menschen schmerzfrei halten und den Blutverlust  
ausgleichen können, wenn sie operiert werden. Wie sollte man sonst einen Eingriff vornehmen  
können?

**Na ja, auch wenn es von einem mir unbekanntem Fremden stammt, so ist Blut doch  
immer noch ein natürlicher Saft, der mir da verabreicht wird.«**

**Nicht mal das ist es! Auch da pfuschen sie heimlich Chemiegift rein. Damit es nicht so  
schnell verklumpen und gerinnen kann. Und: Es weiß kein Arzt, wieviel an Fremdblut  
ein Patient vertragen kann! Das ist bei jedem Menschen verschieden. Da sich bei der  
Übertragung Fremd- und Eigenblut mischen, kann nun auch Dein eigenes Blut seine  
Fähigkeit einbüßen, zu gerinnen. Welche Gefahren und schwerste Leiden Dir da blühen  
können, kannst Du Dir wohl denken. Menschliches oder tierisches Fremdeiweiß in den  
Blutkreislauf eingeführt, das bedeutet für den Organismus einen derart unnatürlichen  
Eingriff, daß sein Immunsystem bis zur Funktionslosigkeit geschwächt wird. <sup>3823ff</sup>**

Du weißt, wenn ich hier von Ärzten spreche, dann meine ich alle schulmedizinisch tätigen  
Personen in aller Welt. Gleich ob sie nun Schindluder mit den Kranken treiben oder ihnen als  
Idealisten dienen wollen. Die Profitgeier bei den Medizinern gibt's überall. Selbst auf den

armen Philippinen mästen sie sich auf Kosten der Ärmsten.

Einer Bekannten meiner Frau machten sie weis, sie vermöchten ihr an einem Hirntumor erkranktes Kind mit »besonders teuren Medikamenten« zu retten. Die Familie verkaufte nach und nach ihr bißchen Gut, am Ende gar ihr Haus. Schließlich nahmen sie Schulden auf, um den Forderungen der Ärzte nachkommen zu können. Heute sind sie völlig verarmt, hausen in den Slums und waren nicht mal mehr in der Lage, für ihr Kind den Sarg zu bezahlen...

Der alte Chirurgenpruch ist Dir vielleicht noch nicht bekannt: »Über Gräber vorwärts!«

Natürlich, der ist nur scherzhaft gemeint. Und wird z.B. als Trinkzuspruch am ärztlichen Stammtisch oder bei den Mediziner-Burschenschafts-Saufabenden auch nur als billiger Aufmöbelungsscherz benutzt. Doch es dauert nicht lange, bis der blutige Ernst den faden Humor ablöst...

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/2/5.html> - **Update: 13.01.2000 15:42**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a>                    × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> -                    <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# 2. Kapitel. Lerne aus der schlimmen Pfuscherei der Ärzte

## 2.51 Was ist dran an den ärztlichen Sprüchen?

Nicht viel! Da quält sich eine Leserin schon seit Jahren mit einer äußerst schmerzenden Gesichtsrose herum, die ihr Doktor durch keines seiner Gifte wegbekommt. Und was für einen Nonsens sagt er - weil ihm der Begriff von der Ganzheit des Menschen ein Fremdwort geblieben ist: »Sie sind sonst vollkommen gesund!« Was ich den Menschen wünsche, das ist: nicht so blind dem Arzt zu vertrauen, der da von allgemeinen »Verschleißerscheinungen« des Hüftgelenks spricht. Ich würde mich fragen, warum denn meine nächsten Verwandten, die Affenmenschen, nicht unter solchen Verschleißerscheinungen leiden. Dabei würde ich erkennen, daß sie naturgemäß leben. Und dann würde ich mich bemühen, auch ein bißchen natürlicher zu leben. Es gibt keinen Knochenschwund oder »natürlichen Verschleiß« bei den natürlich lebenden Lebewesen dieser Erde!

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Bis zur Stunde ihres Todes hat die Natur für alle Körperteile und Organe vorgesehen, daß sie allen an sie gestellten Anforderungen voll gewachsen und ohne Fremdhilfe bis zum Lebensende ständig funktionsfähig bleiben - sofern man natürlich lebt.**

Wäre das anders, hätte die Schöpfung, hätte Gott nur halbe Arbeit geleistet. Ein »Verschleiß« ist nur möglich, wenn dem Körper unnatürlich Strapazen zugemutet werden: wenn sich z.B. ein Fußballspieler auch nach dem zweiten Bänder- bzw. Kreuzbandriß nicht belehren läßt, daß Fußballspielen nun mal kein natürliches Bewegen ist.

Wenn ein Hüftgelenk sich aufzulösen beginnt, so handelt es sich um nichts anderes als um eine Entmineralisierung des Knochengestüts (mit zusätzlicher Neigung zu Oberschenkelhalsbruch und Witwenbuckel) durch falsche Ernährung. »Verschleiß« gibt es nur, wenn das Gelenk von Geburt schief oder ein Bein zu kurz ist. Oder eine übermäßige Beanspruchung vorliegt, wie etwa bei Spitzensportlern.

Nach dem vierzigsten Lebensjahr hört allgemein das Wachstum der Knochen auf. Die Osteoporose entwickelt sich sehr langsam. Über Jahre hinweg verlieren die Knochen unbemerkt an Substanz. Bis sie bei ungesund Lebenden manchmal schon bei normalen Belastungen brechen. Diesen Abbau kannst Du verlangsamen, indem Du Dich möglichst viel in Licht, Luft und Sonne unbekleidet aufhältst und genügend bewegst. Denn nur das Sonnenlicht sorgt für die Umwandlung des Provitamins D in das für den Knochenstoffwechsel so wichtige Vitamin D. Knochen haben übrigens die Hauptaufgabe, Phosphate als Energiereserven für den Stoffwechsel zu speichern und das Säure-Basen-Gleichgewicht dadurch aufrechtzuerhalten, indem sie entstehende Säuren neutralisieren.

Wenn Du solche Berichte liest - von den Schulmedizinern geschickt in die Tageszeitungen lanciert - dann weißt Du, daß sich seit Paracelsus (gelben Schöllkrautsaft gegen Gelbsucht) in den Denkansätzen nicht viel in der Medizin geändert hat:

### **Brühe aus Kalbsknochen hilft gegen morsche Gelenke**

**Arthrose ist längst nicht mehr nur eine Beschwerde der älteren Generation: jeder 10. der 20jährigen leidet unter Verschleißerscheinungen an den Gelenken! Diese Tips der Ärzte helfen: Oft Brühe aus Kalbsknochen trinken oder zerstoßene Gelatine (aus Knochen von Altrindern) unter den Joghurt rühren: Beides enthält Eiweißbausteine, die den Knorpel aufbauen. Vom Arzt Knorpel-Knochenmark-Extrakt spritzen lassen. (EXPRESS 12.1.1990) Schau unbedingt mal ins LV Nr. 6926.**

Ja - wie blind sind die Kranken gegenüber solchen Werbe-Maschen der Medizin-Pharma-Mafia? Aus abgestorbenen Knochen läßt sich kein organischer Kalk, höchstens noch der letzte Rest Harnsäure nebst Knochengewebewasser und BSE-Prioneneiweissen herauskochen. Ein Extrakt, den man auch als »wäßrigen Urin« bezeichnen kann.

Da war jahrelang in den Gazetten ein Stier zu sehen: »Die Kraft des Stiers in Deine Gelenke« hieß die Werbung für trinkfertiges Knochenmehl, angeblich von Stieren der Pampas, in Wirklichkeit von notgeschlachteten, britischen BSE-Kühen. Die Firma verdiente sich doof und dusselig an dem Kadaverdreck, den sie für einen Groschen einkaufte, für ein paar Pfennige mit Aromastoff versah und für 90 Mark als Kurpackung und Heilmittel für Rheumatiker u. a. Doofis anbot. Dazu kann ich in meiner Muttersprache nur den Kommentar sagen: Dommheit dun mich nit verlohssse - söns ben ich janz allein.

Und wer weiß, wie vielen Menschen mit diesem Trinkgelatine-Kadaverprodukt die sich später irgendwann bemerkbar machende BSE-Rinderwahnsinns-Jacob-Creutzfeldt-Erkrankung und Alzheimer-Demenz (beides Gehirnschrumpfung) an den Hals gehängt wurde.

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Der Mensch ist nicht vom Menschen erschaffen worden, sondern in millionenjahrelanger Entwicklung von der Natur. Von ihr wurde er so vollkommen geschaffen, daß es an ihm nichts zu reparieren gibt. Sein ganzer Körper ist bestimmt, ihm ohne Schäden bis an sein Lebensende zu dienen.**

Der menschliche Körper nutzt sich nicht ab, ganz im Gegenteil: er bleibt nur durch viel Be-nutzung, durch viel Bewegung gelenkig. Die Zellen werden ja dauernd erneuert, wenn ihnen durch lebendige Nahrung die Bausteine dazu geliefert werden und alles vermieden wird, was sich ablagert und versteift und verstopft. Der natürliche Alterstod tritt durch gleichmäßiges Nachlassen der Kräfte, dem Erlöschen der Körperelektrizität, ein, ohne vorheriges langes Leiden.



Die Knochen schleifen sich ab, weil die Gelenkschmiere fehlt, nicht weil sie benutzt werden. Welche Unkenntnis bei diesen Fachleuten.

Aber die Herren Mediziner tun so, als sei der Mensch nach ihrem Gutdünken geschaffen worden und sie könnten ihn so behandeln, wie es ihrem begrenzten Verstand paßt.

*»Die Herren Blutsauger - Konsultation der Ärzte« - Karikatur auf Habgier der Ärzte (1820); im Vergleich zu früher wird die Blutegeltherapie in der Zeit nach der Französischen Revolution immer beliebter. Viele Mediziner verdienen nun ihren Lebensunterhalt allein mit Blutegelsetzen. Einige Jahre vorher hatten sie noch fast ausschließlich durch Abführmittel, Klistiere und Aderlässe die Patienten um Körpersäfte und Geld erleichtert.*

### Die Herren Leichenfledderer

1 Ende letzten Jahres wurde morgens ein junger Mann nach einem schweren Autounfall ins Zürcher Universitätsspital eingeliefert. Die sofort benachrichtigte Ehefrau mußte Stunden warten, bis sie ihren Mann sehen durfte. Während dieser Zeit haben die Ärzte - ohne die Frau zu benachrichtigen - die Nieren des Mannes für Transplantationszwecke entfernt. »Eine unglückliche Ausnahme«, wie das Universitätsspital versicherte.

1 Den zweiten Fall bezeichnet die Zürcher Gesundheitsdirektorin als »kriminelle Vorgehensweise«: Ein bekannter Zürcher Privatdozent und Augenarzt schlich sich jeweils am Wochenende in die Pathologie von zwei Zürcher Krankenhäusern, um dort heimlich die Hornhäute der Toten zu entfernen. Für den Augenspezialisten war das die einzige Möglichkeit, »den Engpaß zu überwinden«, da er in seiner renommierten Privatklinik mehr Patienten mit Hornhäuten zu versorgen hatte, als ihm die Augenbank des Universitätsspitals zur Verfügung stellen konnte. (Ärzte Zeitung 68/12.4.1995/11)



# 2. Kapitel. Lerne aus der schlimmen Pfuscherei der Ärzte

## 2.52 Überprüfe auch das Geringste, was die Schulmedizin behauptet: Du kannst ihr nichts abnehmen!

Nach einem halben Jahr UrTherapie kannst Du Dich bei Hüftgelenkproblemen noch immer anders besinnen - sollte sie Dir nicht geholfen haben - und Dich als älterer Mensch für eine Operation entscheiden, die Dir dann vielleicht für ein paar Jahre das Gehen erleichtern kann. Falls Du die eindeutig feststehende Tatsache ignorierst, daß bereits drei Jahre nach dem Einbau der stark entzündungsverursachenden und lockerungsgefährdeten Prothese jeder Sechste mit seinem künstlichen Gelenk nicht zufrieden ist, daß er hinkt und stärkere Beschwerden und Schmerzen hat als vorher. Nach fünf bis sieben Jahren macht sogar jeder Vierte mit seiner künstlichen Hüfte schlechte Erfahrungen. <sup>3900, 3905</sup>

Wenn's bei Dir anstehen sollte, erkundige Dich bei einigen älteren Hüftprothesenträgern, wie es ihnen geht. Aber richtig: Meine Versicherungsvertreterin, die in meiner Nachbarschaft wohnt, antwortete mir stets auf meine Frage, wie es um ihr neues Hüftgelenk steht: »Alles bestens! Wunderbar!« Als ich jetzt den Ehemann allein traf und näher insistierte, kam die ganze Qual heraus, an der seine Frau Tag und Nacht zu leiden hatte. »Und jetzt steht sie vor ihrer siebenten Operation«, schloß er bekümmert. »Wieder bei dem gleichen berühmten Professor?« fragte ich. »Nein - diesmal versucht sie es bei einem anderen«, schloß er unser Gespräch ab, während ich zu meinen kurz zuvor gepflückten Hagebutten in meiner Hosentasche griff, um davon einige bedächtig zu kauen.

Genau so unsinnig ist es, wenn sie von einer »degenerierten Wirbelsäule« bei Rückenschmerzen sprechen. Was denken sich die Ärzte eigentlich dabei? Haben sie außer chemischen Formeln auch gelernt, daß sie mit solchen Worten beim Patienten das Leiden erst recht verfestigen, seine Schmerzen fördern und Inaktivität bei ihm hervorrufen? Weil er sich jetzt bei der kleinsten Anstrengung auf seine kaputten Wirbel beruft und sich davor drücken kann. Ach ja - ich vergaß, daß dies ja gerade ihrer Profitmaximierung dient.

**Wenn die Menschen der Urzeit nicht krank oder einem »Verschleiß« unterworfen waren - und wir wissen, daß sie es nicht waren! - dann verdanken sie es der UrMedizin, die sie ein Leben lang zu sich nahmen!**

»Aber Du bist doch wenigstens dafür, daß die Ärzte unseren kranken Kindern die vereiterten Mandeln ausschälen<sup>9618</sup> und die Polypen<sup>9844</sup> aus der Nase schneiden, oder?«

Statt Dich zu fragen, woher ein Kind denn die Entzündungen und Schmerzen bekommt und

diese Ursache beiseite zu schaffen, denkst Du mit den Mediziner: Weg, was sich nicht so verhält, wie Du es wünschst. Niere weg - kein Nierenkoliken mehr, Brust weg - keine Tumoren mehr darin, Gebärmutter weg - keine Beschwerden mehr damit. (Wußtest Du, daß an vereiterten Mandeln allein die Mutter schuld hat, die ihr Kind verkehrt füttert, wogegen sich die Erstkontrollinstanz des Körpers - und das sind die Mandeln! - wehrt.)

Hat man Dir auch gesagt, daß 16% der operierten Kinder mit lebenslangen Schäden durch die Operation zu tun haben - verursacht durch Nachblutungen und Einsaugen von Blut in Luftröhre und Lunge?

Kinderärzte, die ihre kleinen Patienten ja meist etwas länger im Auge behalten als die Chirurgen, haben jedenfalls festgestellt, daß viele Kinder, nachdem ihre Mandeln entfernt wurden, seelisch gestört und verhaltensgeschädigt zurückbleiben und Mädchen dadurch später frigide werden.<sup>3234</sup>

So wie man heute bedenkenlos den Frauen die Gebärmutter<sup>9737</sup> aus dem Leib schneidet, so bedenkenlos hat man früher den Kindern die Mandeln herausgenommen. Aber kein Arzt hat es gewußt oder Dir sagen können, daß ein mandeloperiertes Kind ein dreifach erhöhtes Risiko hat, später an Kinderlähmung zu erkranken und gar ein vierfaches, unter der Krebsart Morbus Hodgkin<sup>3233, 3234</sup> zu leiden. Obwohl die Ärzte das heute alles wissen, werden in den Staaten immer noch jährlich an die 250.000 Mandeloperationen vorgenommen und die Kinder ihres wichtigsten Abwehrzentrums beraubt. Besonders groß ist die von toten Zähnen ausgehende Gefahr einer Schädigung, wenn Du der Mandeln ledig bist. Diese dienen u. a. als Filterstation zwischen krankhaften Herden in den Zahnwurzeln und Kiefern, aber auch bei Stirnhöhlenentzündungen.

Deshalb dürfen Mandeln nie entfernt werden - auch wenn der HNO-Arzt darauf drängt, weil sie »total vereitert« seien. Laß Dich nicht davon beeindrucken: In den Buchten der Gaumenmandeln läßt sich das Deckgewebe zwar durch Druck

ausquetschen, aber dieser Pfropfen ist kein Eiter, sondern Lymphe, und deshalb müssen die Mandeln noch lange nicht krank sein. Es handelt sich höchstens um ein Störfeld, das sich durch richtige Ernährung - bei Kindern oft allein schon durch Weglassen von Milch, Käse und Yoghurt - wieder selbst in Ordnung bringt.

Was die Polypen betrifft: Hier sind die Ärzte noch schneller bei der Hand, sie chirurgisch zu entfernen. Laß es nicht zu. Das Wachsen der Polypen, die sich bei konsequenter UrTherapie wieder zurückbilden, hat seinen Ursprung in einem sterilen Darm, in welchem die Darmflora nicht intakt ist.

**Eine gute baut sich beim Säugling nur durch die Muttermilch auf - nicht durch künstliche Produkte! Der Darm kann nur wieder in Ordnung gebracht werden durch das volle Programm mit UrMedizin. Und floriert der Darm im wörtlichen Sinne, dann**

**Marcel (6): Tod nach Mandeloperation**  
Ärzte pfuschten – Eltern erstatteten Strafanzeige

**ziehen sich auch die Polypen wieder zurück.**

Die Ärzte sagen zwar: Polypen haben ein Dogma: sie bilden sich nie zurück. In gewissem Sinne haben sie da recht. Denn eine Rückbildung haben sie ja bei *ihren* Kranken noch nie erlebt. Und Gesunde stellen sich ihnen wohl auch kaum vor, wenn sie ihre Polypen - allein durch UrMedizin - wieder quitt oder ihre Mandeln wieder normal geworden sind.

Einzig bei Ausfluß<sup>9109, 9872, 9903</sup> kannst Du als Frau versuchen, die gestörte Flora mit Milchsäurebakterien aufzufrischen. Saug dazu mit einem Scheidenspül-Gummibällchen eine Mischung von einem Teelöffel (in 4 Eßlöffel Wasser aufgelöstem) Joghurt auf und spritze sie Dir ein. Bei Schwangeren soll das geholfen haben.<sup>9755</sup> Was natürlich nur dann helfen kann, wenn der Körper keine weiteren Schmutzstoffe in die Scheide abgibt – also mittels UrMedizin gesund gemacht wurde. Bitte berichte mir über einen eventuellen Erfolg - ich kann so etwas ja nicht testen. Übrigens: Weißfluß heißt jetzt bakterielle Vaginose. So kann man wieder Bakterien schuldig machen. Anstelle der ungesunden Lebensweise der vom Ausfluß Geplagten...

Halte Dir vor Augen:

**Jede Operation im Krankheitsfalle bedeutet ein Risiko. Jede Operation ist hundertmal zu überlegen! Was Du hast, das weißt Du. Was Du durch eine Operation bekommst, das weißt Du nicht.** <sup>2700ff, 2714ff, 2731/4, 3233, 9746, 2409</sup>

Merke:

Die UrTherapie wirkt wie eine sanfte Operation, deren Kräfte langsam und sicher ein Gewächs von innen her auflösen - gleich, ob dieses gut- oder bösartig ist.

»Das glaubst Du wohl selbst nicht! Wie soll die UrTherapie etwa bei Frauen wirken, die wegen eines Gewächses oder eines anderen Leidens im Unterleib unbedingt operiert werden müssen? Weißt Du nicht, daß 40% aller Frauen vor dem 40. Lebensjahr ein Myom bekommen? Es ist doch einfach unmöglich, daß Deine UrTherapie das Messer des Chirurgen ersetzen kann«, sagst Du.

Auch bei den sogenannten Frauenleiden handelt es sich nicht um durch die Wechseljahre bedingte oder »normale Krankheiten«. Glaubst Du denn im Ernst, die Natur hätte die Frauen an diesen Organen empfindlicher als an den anderen ausgestattet? Doch weil diese für so vielfältige Aufgaben vorgesehen sind, wirkt es sich hier besonders folgeträftig aus, wenn ausgerechnet dieses Gebiet schlechter durchblutet wird, als ein natürliches Leben es dafür vorgesehen hat.

»Mit der UrTherapie dauert das doch viel zu lange! Wenn da aber alles schnellstens an Wucherungen im Unterleib heraus ist, hat man für immer Ruhe!«

Das bildest Du Dir auch nur ein. Ich kenne viele Frauen, die nach der Operation erst recht

Schwierigkeiten bekamen. Du bist und bleibst ein Krüppel, wenn Dir innere, wichtige Organe fehlen,<sup>9737</sup> glaub es mir. Denn oft genug sitzt das Gewächs, der Tumor, so kompliziert, daß die ganze Gebärmutter raus muß.<sup>1018</sup> Und danach leiden 70% an Depressionen, die ihnen das Leben zu einer einzigen Qual machen! Wird die Gebärmutter aus dem Leib geschnitten, werden so viele Adern gekappt, daß fortan die Eierstöcke nicht mehr richtig mit Blut versorgt werden. Nun kümmern auch sie dahin und können nicht mehr genug Hormone produzieren. Da die Chirurgen bei der totalen Ausräumung oft auch die Nervengeflechte im Becken wegoperieren, muß sich die derart Verstümmelte mit ständiger Verstopfung im künftigen Leben abquälen.<sup>2208, 2245</sup> Und auch der sogenannte Witwenbuckel kann in der Gebärmutterentfernung eine seiner Ursachen haben und dann die Osteoporose bewirken. Aber - sagt der Chirurg einer Frau so etwas vorher? Sagt er ihr, daß sie später ständig auf Hormonpräparate angewiesen ist, die ihrerseits wieder andere Beschwerden erbringen? Und glaube auch nicht, daß eine Sterilisation immer so glatt abläuft! Was da so alles passieren kann... Sieh mal nur ins Literaturverzeichnis: <sup>2727, 2764, 3215ff,3227, 3236f</sup> Merke:

Die Krankheits-Schulmedizin stellt eine einzige Zumutung an den gesunden Menschenverstand dar.

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × »[Der Große GESUNDHEITS-KONZ](#)« × »[Natürlich Leben](#)«  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** e-mail : [Report an Webmaster](#) ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/2/52.html> - Update: 13.01.2000 15:42

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a>	× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr
--	---

# 2. Kapitel. Lerne aus der schlimmen Pfuscheri der Ärzte

## 2.6 Wie? Krankheiten könnten einen Sinn haben?

»Aber wenn sich jemand vor Schmerzen mit seinen Gallen-, Blasen- oder Nierensteinen<sup>6038</sup> wie ein Wurm am Boden windet? Dann muß der Stein doch wegoperiert werden, wenn's mit Schallzertrümmerung<sup>1910, 2740</sup> nicht zu machen ist«, sagst Du.

Dann soll er es trotzdem vorher grundsätzlich mit natürlichen Mitteln versuchen.

»Aber man kann dem Kranken nicht garantieren, daß er seine Steine verliert, während er sie bei einer Operation mit Sicherheit los sein wird.«

Und sie mit mindestens 90%iger Gewißheit wiederbekommen wird.

Denn er hat ja an den Ursachen, die zur Entstehung seiner Steine führten, nichts geändert. Und zusätzlich hat er nun einen zerschnittenen Leib und Narbenstölfelder.

Bekommt er keine Steine mehr, weil sich im vernarbten Gewebe keine mehr festsetzen können, vergießt das Gewebe und deshalb soll er mit der UrTherapie beginnen, weil sich durch das dadurch im Körper gebildete alkalischen Milieu z.B. Nierensteine auflösen können. Selbst Ärzte wenden diese Methode der Steinauflösung an, allerdings mit chemischen, alkalisierenden Medikamenten. Mit Sicherheit kriegt er mit der UrMedizin keine neuen Steine mehr - wenn das keine sanfte Methode ist!

»Trotzdem möchte ich zu Deinem Rat, sich möglichst nicht operieren zu lassen, noch etwas sagen: Ein guter Bekannter von mir hatte ständig grausame Schmerzen durch seinen Magenkrebs. Seitdem er operiert ist, kann er wieder alles essen und seine Schmerzen sind wie weggeblasen!«

Ich glaube zwar, daß Dein Bekannter jetzt keine Schmerzen mehr hat. Ich glaube aber nicht, daß ein Chirurg bei Krebs etwas Gutes tun kann, wenn er einem Menschen zwei Drittel des Magens wegnimmt und einen neuen Magenausgang anlegt. Wenn der Operateur einem Fußballer die Kreuzbänder näht oder eine zersplitterte Kniescheibe operiert, dann stellt er einen ursprünglich gegebenen Zustand wieder her, und in diesem Fall bin ich für den Chirurgen. Aber bei Deinem Bekannten hat er wesentliche Körperteile weggeschnitten - nicht aber die Krankheit!

»Wie siehst Du das denn, wenn sich der Krebs aus rein psychischen Gründen in die Magen-

oder Zwölffingerdarmwände eingefressen hätten, was heute ja oft behauptet wird...?«<sup>2471</sup>,  
9003, 9029

Meinst Du vielleicht, der Chirurg würde Deinen Bekannten jetzt durch diese Schnitte von seinem ursächlichen Leiden befreit haben? Bei Magenleiden nimmt man an, daß ihre Ursache vielfach in Überaktivität, einem Streben nach äußerer Anerkennung und Besitzgier zu suchen ist.<sup>9740</sup>

»Natürlich kann man eine seelische Krankheit nicht wegoperieren.«

**Ach, was sagst Du denn da? Auf einmal siehst Du ein, daß man »Krankheiten« nicht wegschneiden kann, nur weil ich Dir hier ein besonders deutliches, erkenntnisbringendes Beispiel angeführt habe. Jetzt müßte Dein gesunder Menschenverstand doch eigentlich sagen: entweder man kann Krankheit chirurgisch entfernen oder man kann es nicht!**

»Aber ist es nicht ein großer Erfolg, wenn der Mann jetzt schmerzfrei ist?!«

Es gibt niemals Erfolg bei naturwidriger Behandlung! Die Schmerzen hatten ja einen Sinn: sie sollten ihn dazu anhalten, ein weniger anstrengendes, schonenderes, ausgeglicheneres Leben zu führen, wenn denn die psychologisch orientierten Ärzte mit der Annahme der rein seelisch bedingten Magenleiden richtig liegen sollten. Die Operation hält ihn dazu nicht an. Im Gegenteil. Die hilft ihm, auch weiter so gehetzt oder arbeitswütig oder egoistisch leben zu können und sich falsch zu ernähren. Mit anderen Worten: so zu tun, als sei er nie krank gewesen.

Zum »Sinn einer Krankheit« muß ich Dir aber noch etwas flüstern: Im Zuge der Verwissenschaftlichung und des Kompliziertmachens einfachster Tatbestände haben Psychologen mit toller Phantasie (wie z.B. die Autoren Dethlefsen und Dahlke, die jedem quersitzenden Furz einen psychologischen Sinn unterlegen), den einzelnen Krankheiten heute eine Menge seelischer Ursachen angedichtet. Und dies in einem Maße, daß viele der Kranken selbst oft nur ehrfürchtig zu staunen vermögen über ihr ausgeprägtes Seelenleben.

Da, wie Du weißt, es aber nur eine Krankheit gibt, kann eine solche Sinnggebung für »Krankheiten« nicht viel mehr als faszinierend aufgemachter Humbug sein. Die Kranken kaufen derartig »Krankheiten« erklärende Bücher nur deshalb so gern, weil diese es ihnen so bequem machen, etwas gegen ihr Leiden zu tun: Man muß nur bequem im Sessel sitzen, sich nicht mehr ärgern, sich nicht mehr so viel aufregen, man darf weiter rauchen, seine Schokolade futtern, sein Likörchen und Bierchen trinken, man braucht nicht mal seine modernen engen Schuhe in breitere zu tauschen, wenn man seine Hühneraugen weg haben will - man muß nur dasitzen und sich fragen: Wer steht mir auf den Zehen? Bin ich es vielleicht selbst? Und: Wo stoße ich schmerzhaft an Grenzen? (Dahlke: Krankheit als Sprache der Seele, S.385).<sup>9429</sup> Ich halte nicht viel von beeindruckender intelligenter Rede, aber einem seiner Sätze stimme ich zu: Wir bekommen Krebs, weil wir Krebs sind...<sup>9037</sup>

Die psychosomatische Medizin macht den Träger einer Krankheit zwar zu einem sich selbst

äußerst bedeutsam und wichtig vorkommenden Menschen - beläßt es dabei aber auch. Der Casus Knaxus liegt darin: • Wenn Du unbewußten und früheren seelischen Ereignissen Schuld an Deinen Leiden zusprechen kannst, dann sind die wirklichen Krankheitsursachen nicht mehr vom Verstand einzusehen und kaum noch beweisbar.

- Wenn Du Dir sagen kannst, ich bin selber nicht schuld an meiner Krankheit, was kann ich schon dafür, was meine Seele tut, dann flößt man sich eine wohlig-angenehme Passivität ein.

- Es wirkt alles so wunderbar plausibel, was die Psychologen an den Mann bringen, Du wirst wohlig eingelullt ins süße Nichtstun. So besitzt alles Gesagte vor allem eins: keinen praktischen Wert! Denn mehr als die Vermutung, daß sich Körper und Seele irgendwie gegenseitig beeinflussen können, besitzt die Wissenschaft von heute nicht.

Überdies: Dein Bekannter muß nicht unbedingt die Wahrheit sagen, wie er sich wirklich nach der Operation fühlt. Das sagen sowieso die wenigsten. Die meisten antworten wie Du, wenn man Dich nach Deinem Befinden fragt: Gut, gut - danke! Wer gibt schon gerne zu, daß es ihm dreckig geht, daß er sein Leben nicht zu meistern im Stande ist, daß er keinen Mumm besitzt, es zu ändern, daß er am liebsten gleich losheulen möchte, weil er seine Probleme nicht in den Griff bekommt. Heute hat man doch - wie in der Werbung vorgemacht und als Leitbild aufgenommen - nur zu strahlen und zu lachen. Da muß man doch das Gesicht wahren. Keiner sagt, daß er sich und den Chirurg fast täglich verflucht, weil's ihm so dreckig geht. Ich habe da mehr Erfahrung mit Kranken als Du und weiß, wie es innerlich bei ihnen aussieht. Überdies: Ein Viertel all der magenoperierten Kranken leidet später an Magenkrebs. Ein anderer Teil unter Rheuma.<sup>1008, 1054, 1061f, 1560, 1906, 2414, 3240, 3771, 9740</sup> Viele bekommen Tuberkulose. Denn die Abläufe im Körper des Operierten sind jetzt mehr als empfindlich für immer gestört. Merke: **Alter Spruch von Chirurg zu Chirurg: Kleine Operationen – große Komplikationen.**

**Neuer Spruch von mir: Keine Operationen - keine Komplikationen.**

»Da müssen wir eine Spiegelung machen!« So hörst Du oft bei einer Untersuchung. Laß Dich nicht so schnell darauf ein! Der Chirurg ist dann sehr geneigt, eine Verwachsung, einen Bulbus, eine Erosion oder sonstwas festzustellen und die gleich wegzuschneiden. Du kriegst dann die Komplikationen - der Arzt aber ein vierfach höheres Honorar, weil er nicht nur gespiegelt, sondern auch noch geschnitten hat! (Na, wer von meinen weiblichen Lesern erinnert sich an diesen Trick und ärgert sich jetzt nachträglich?) Kurz nach der Operation scheint alles prima. Aber das dicke Ende folgt schnell. Und schließlich muß dann der Magenkrebs erneut operiert werden. Dem Magenkrebsleidenden wird sodann - falls man es früh genug entdeckt - der ganze Magen weggenommen und ein Stück vom Dünndarm dafür eingesetzt. Bei einem solcherart Operierten brauchst Du dann nicht mehr zu fragen, wie es ihm geht - dem siehst Du es schon von weitem an, wie elend er daherkommt. Sieh das ganz klar: Dein Bekannter ist für den kargen Rest seines Lebens zum Krüppel geworden! Denn jetzt kann er kaum noch richtig verdauen. Neue Entzündungen, Wucherungen oder Geschwüre an der Operationsnarbe im Darm können entstehen. Die Leber streikt mehr und mehr. Er magert ab, wird immer anfälliger wegen seiner am Boden liegenden Abwehrkräfte:

**Denn der Chirurg hat nicht das echte Übel beseitigt, sondern ihn verstümmelt und seinen Organismus für immer in eine von ihm nicht mehr auszugleichende Disharmonie gebracht. Nun ist er wirklich unheilbar krank – gemacht!**

Was sagt da der Herr Prof. Wassermann, Chirurg, in der Sendung des Deutschlandfunks (4.7.92):

»Wer chronisch mit Magengeschwüren zu tun hat, ist gut beraten, wenn er sich seinen Magen herausnehmen läßt - weil die ständigen chemischen Umbildungen ihn der Gefahr aussetzen, Magenkrebs zu bekommen.«

»Du bringst diese Aussage doch nicht ohne Grund«, sagst Du.

Richtig. Denn den Leuten, die sich seit 10.000 Jahren aufs Täuschen von Kranken<sup>2900ff</sup> spezialisiert haben, die noch heute auf einer völlig falschen Grundlage, der Zellulärpathologie, die Menschen behandeln, kannst Du nichts, aber auch wirklich nicht das geringste abnehmen: Genau das Gegenteil ist richtig. Gerade die Magenoperation führt zu Krebs. Ist ja auch klar. Werden doch dabei die meisten Krebszellen ausgestreut! Natürlich nicht mehr im Magen - davon ist ja kaum noch was da. Aber im Körper gibt es ja noch viele Plätze für ihn...

»Aber ein berühmter Professor wird doch nicht vor einem Millionen-Fernsehpublikum was Falsches sagen, nee, das nehm' ich Dir nicht ab«, sagst Du.

Na dann schau mal schnell ins Literaturverzeichnis<sup>3240, 2280+</sup> und überzeuge Dich. Der Mann ist Chirurg. Und tut alles, um seine Chirurgenzunft zu unterstützen. Dem ist als gewieften Routinier bestens bekannt, wie einfach es ist, die Kranken für dumm zu verkaufen! Wer weiß denn schon etwas Genaueres über die Hintergründe von Magenoperationen! Zwar ist allen Ärzten bekannt, daß Magenoperierte 25 mal häufiger an Krebs erkranken als Nichtoperierte, doch meinst Du, die würden sich gegenüber einem so berühmten Professor den Mund verbrennen? Der spricht doch immerhin im wohlverstandenen Interesse aller, ach so armen, jetzt 5 % weniger verdienenden Kollegen, nicht wahr?

Als vor etwa 100 Jahren der alte Billroth sich erstmals erkühnte, 2/3 des Magens der über Magenschmerzen klagenden Patienten abzusäbeln, schuf er einen neuen Modetrend, der sich bis vor ein paar Jahren erhalten hat. Obwohl die durch die Operation nach Billroth II Verstümmelten danach ihres Lebens nie mehr froh wurden. Doch der Wahrheit zuliebe muß ich sagen, daß der Magenmetzger Millionen Menschen zwar Schlimmes, aber als Kenner der Szene auch etwas Gutes, weil Wahres, tat. Indem er offenbarte: »Die Medizinalstatistik ist wie ein Weib: nach außen ein Spiegel reinsten Tugend und Wahrheit, aber eine Metze für jeden, zu allem zu gebrauchen.«

Wäre ein Professor für innere Krankheiten zum Thema Magen interviewt worden, so würde der für sein Fachgebiet so oder ähnlich gesprochen haben: »Kranke mit Magengeschwüren sind gut beraten, wenn sie sich nicht operieren lassen. Eine Operation ist nur für Magenkrebs



indiziert.« 1106, 2414, 3240, 3771

»Ich höre, daß es für Magenkranke besonders gut sein soll, viel Milch zu trinken.<sup>6222, 6339, 6341</sup> Vielleicht hätte er sich damit...«

Seit eh und je raten die Ärzte krankhaltungshalber den Magengeschwürkranken dazu, viel Milch zu trinken. Dabei erzeugt diese einen noch größeren Salzsäureausstoß als Alkohol - ist somit für den Magenleidenden das Schädlichste, was getrunken werden kann. Frag ihn doch mal dumm, wieso Milch so gut für den Magen sein soll. Wenn der Maulheld dann nicht bloß herumstottert, dann wird er Dir - Paracelsus eingedenk - etwas davon vorfaseln, daß Milch doch sahnig wäre, cremig also, und sich das Milchfett wie eine Schutzschicht über die Magenwände legen würde. Obwohl wir hier erst im Kapitel 2 sind, halte ich Dich bereits für fähig, Dir vorzustellen, wie sich das im Magen bei den ständig Verdauungssäfte ausstoßenden Schleimhäuten abwickeln sollte.

»Du selbst siehst Dich aber auch nicht imstande, hier zu helfen. Denn Deine UrMedizin kann den Magenkranken nicht heilen, weil möglicherweise ja auch seelische Gründe dabei beteiligt sein können, die solche Menschen weiterhin krank halten.«

Die UrTherapie ist eine Ganzheitsbehandlung, die auch das seelische Leben des Kranken richtigstellt - vorausgesetzt, er folgt ihr. Was diejenigen meist nicht wollen, die noch nicht krank genug sind. Denn einfach ist sie nicht. Weil man sich schon etwas umstellen und sich auf sein Kranksein einstellen muß. Überdies sind es immer seelisch-körperliche Gründe, die zum Kranksein führen, wie ich Dir später noch klarmachen werde.

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Die äußere Lebensweise hat stärksten Einfluß nach innen auf das seelische Befinden. Und damit auch auf psychisch mitbewirkte Leiden.**



Zuletzt sagte mir einer: »Ist doch egal, woran ich kaputtgehe - wir müssen alle mal sterben...«.

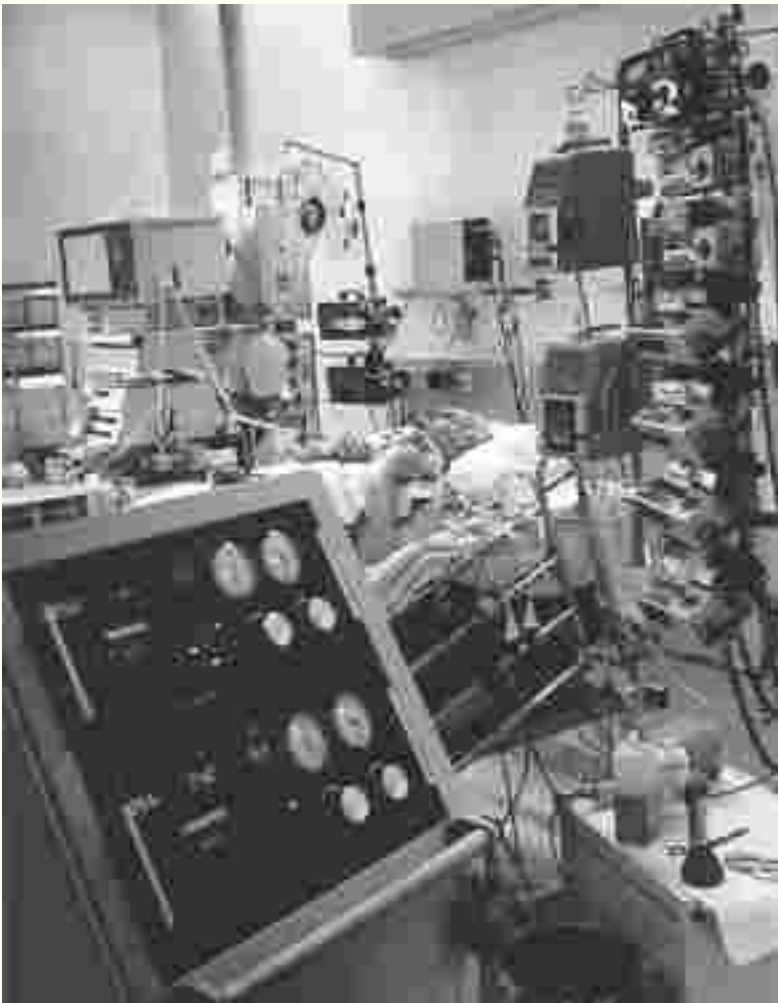
Wie oft meinst Du, daß ich höre: »Lieber ein kurzes Leben in Saus und Braus als ein langes, langweiliges.« Wir beide fühlen aber doch gleich, wie dumm solche Reden sind. Damit wollen sich primitive Menschen nur weismachen, daß Rauchen, Saufen und Sich-Vollfressen die alleinige Seligkeit bedeutet und es für sie keine anderen Werte im Leben gibt.

»Natürlich weiß ich das auch. So landet man nur in der

Gosse.«

Genau. Eine solche Haltung läuft ja nur darauf hinaus, sich schon vor dem Rentenalter

kaputtzumachen. Da haben sie bis dahin gesorgt und gerackert und ausgerechnet dann, wenn sie die Früchte ihrer Mühen ernten und in Ruhe genießen könnten, wollen sie eingehen. Wer so spricht, der muß sich sagen lassen, daß er sich selbst nicht achtet. Er leidet unter Minderwertigkeitskomplexen, die er mit solchen Sprüchen überspielen möchte. Sich in ein Wolkenkuckucksheim verkriechen - da kann man bald schön hart auf den Boden aufschlagen.



Aber wenn Du es Dir mal recht überlegst: Meinst Du nicht, ein einfacheres, weniger gehetztes Leben sei schöner und begehrenswerter als Dein stressiges von heute? Dein ganzes Denken wandelt sich, wird gelassener, friedlicher, klarer. Warte es nur mal ab. Aus diesem Grunde bin ich für so viel Konsequenz in der UrTherapie und lasse - aus weiser Erfahrung - alle Halbheiten als nutzlos fallen. Glaub mir: Ich habe das alles sorgsam und gründlich erwogen und bedacht, was ich Dir hier zumute. Und am eigenen Leibe erprobt und tue das noch heute.

Willst Du mir verraten, wie die Ärzte mit einer solchen Einstellung zur Gesundheit *Dich* da gesund machen wollen?!

Da glaubst Du nun, in Ruhe Dein

Leben aushauchen zu können, möchtest endlich ins Reich Gottes, die ewigen Jagdgründe oder in die Reinkarnation eingehen und wünschst Dir nichts sehnlicher, als in Frieden zu entschlafen.<sup>3011</sup>

Doch diese grausamen Hightech-Profiteure des Sterbens bereiten Dir statt eines beseligten Dahinscheidens einen qualvollen Horrortrip: Sie stechen Dir dicke Nadeln in die Venen, um Deinem Blut giftige Katecholamine und Diuretika zuzuführen, sie schieben Dir Infusionsschläuche durch Deine Nase in den Magen, obwohl es fast ein Verbrechen ist, einem schwerkranken Menschen noch Nahrung zu geben. Aber man verdient ja so gut an den Nährlösungen.

Sie schließen Dutzende elektrischer Drähte an Deinen Körper, die ein Kraftfeld über Dir erzeugen, das Deine nervlichen Funktionen irritiert und fehllleitet.

Sie stoßen Dir rücksichtslos einen Tubus<sup>3102</sup> in den Schlund bis tief in die Luftröhre. Und eine Maschine mit Blasebalg, die nicht fühlt, ob Du überhaupt noch atmen willst, pumpt Dir - ohne Rücksicht darauf, wieviel Du nötig hast oder verträgst - wuhh, wuhh, wuhh, wuhh - die

Preßluft zwischen die Rippen. Du willst nicht, Du erträgst es nicht, Du willst sterben, Deine Arme und Beine sind bereits eiskalt und marmoriert, alles in Dir wehrt sich gegen den gnadenlosen Zwang. - Doch das ist nutzlos, Du liegst festgeschnallt, festgezurrt auf dem kalten Gummituch. Auf Dich und Deine nach Erlösung schreienden Augen blickt keiner. Weder die Schwestern noch die Ärzte. Alle starren sie nur auf die Pumpen, die piepsenden Monitore, auf die Kanülen, ob sie auch noch alle fest genug in Deinem still schreienden Fleisch stecken...

War das noch eine freundliche Zeit, als wir Menschen sterben konnten, wenn unsere Zeit abgelaufen war und wir friedlich im Kreis unserer Lieben einzuschlafen vermochten.

»Hast Du denn gar kein Mitleid mit den fleißigen Hausärzten, die sich oft so hilfreich um die Patienten bemühen, und von denen meist nur Undank erfahren? Und die kaltlächelnd zu anderen abwandern, wenn der ihnen keine Massagen mehr wegen seines gekappten Budgets verschreiben will.«

Nimm doch mal an, Du hast für die Tage Deines Krankseins als Hilfe in Deinem Haus einen ganz lieben Menschen angestellt, der fleißig arbeitet, der aber, um nicht entlassen zu werden, Dir heimlich Gift ins Essen gibt, damit Du möglichst lange marod und auf seine Hilfe angewiesen bleibst, ja würdest Du den weiter beschäftigen, wenn Du hinter dessen Tun gestiegen bist? Denn darüber wollen wir uns klar sein: Auch die liebsten Ärzte wissen, was durch Verschreiben des Chemiegifts<sup>3600ff</sup> bewirkt wird: Denn sie wissen was sie tun. Und sicher ist auch: Die meisten Ärzte sind fleißige und achtungsvolle, wertvolle Menschen. Sie schufteten sich in ihrer Praxis und im Krankenhaus wirklich ab, finden kaum Zeit für ihre Familie. Aber Du tust das und ich auch. Doch ist das ein Grund, zu ihnen zu gehen und sich von ihnen schädigen zu lassen?



Wenn Du persönlich für einen Arzt schwärmst, warum nicht? Vielleicht kriegst Du ihn im Sinne der UrMedizin eher gewandelt, als er Dich für die Schulmedizin erwärmen kann...

Ich richte meine Schelte ja nicht gegen den netten Hausarzt, der da von unmaßvollen Ansprüchen vieler Patienten geschlaucht des Abends in die Federn kriecht.

Er ist leider auch nur ein kleiner, einflußloser Untergeordneter unter der riesigen Tarantel Schulmedizin. Welche die Wahrheit mit tausenden kleinen Fäden umspinnen in ihrem Netz gefangenhält. Und die giftig zubeißt, wenn man sich anschickt, diese Wahrheit zu befreien. Merke: Wenn Du noch einmal zum Arzt gehen solltest: Prüfe, ob Dein Selbstbestimmungs vermögen noch intakt ist. Wenn Du vom Arzt kommen solltest: Prüfe, ob Du Deinen gesunden

Menschenverstand behalten hast.

*Leb natürlich, sei geduldig und verjag die Ärzte!*

*Dem Tod entgehst Du nur einmal - während sie ihn Dir täglich ins Gedächtnis rufen, und ihre Windbeutelerei Dir das Leben vergällt.*

(J. J. Rousseau)

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) (Important note!) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer / Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/2/6.html> - **Update: 13.01.2000 15:42**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a>                    × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> -                    <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# 3. Kapitel. Fühle Dich verantwortlich für Deine Leiden!

## 3.1 Warum eine Behandlung durch den Arzt nur schaden kann

Nicht durch andere Menschen behandeln lassen, das bedeutet im Sinne der UrTherapie *nicht*: untätig sein. Während von schulmedizinisch tätigen Ärzten behandelt werden ja stets heißt: passiv sein! Therapie über sich ergehen lassen.

Du weißt aus der ärztlichen Geschichte, daß es sich erst sehr spät im Laufe der Zivilisation bei den Ärzten einbürgerte, Diagnosen zu stellen. Und das geschah nur deshalb, weil sich dadurch der Umsatz verdoppeln ließ. Denn nun waren drei Handlungen zu bezahlen:

1. die Diagnose,
2. die eigentliche Behandlung,
3. die nach einiger Zeit unausweichlich anfallenden Behandlungsschäden wegen der vorherigen Therapien.

Neuerdings hat man sogar eine vierte hinzugebracht: die Nachsorgebehandlung der Folgeschäden.

**Laß Dir mal durch den Kopf gehen, ob es irgendein Berufszweig verstanden hat, seine Kunden trotz ständiger Mehrschädenzufügung so gut bei der Stange zu halten und weiter so auszunehmen... Wo es in dieser profitorientiertesten aller Geschäftsbranchen auch nicht die Spur hieb- und stichfester Beweise für Krankheitsheilungen durch sie gibt, während an Hypothesen und Mutmaßungen darüber üppiger Reichtum herrscht.**

(Das Literaturverzeichnis steht Dir als Nachweis dafür offen.)

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Die Schulmediziner schaden mehr, als daß sie gut tun. Ihr intensives, meist genaues und eingehendes, gründliches Befassen mit deinem Leiden wächst sich nur zum Nachteil des Kranken aus.**<sup>0665, 1611, 9614</sup>

»Ich wundere mich, daß Du anerkennst, daß die Ärzte gewissenhaft arbeiten. Wieso Gründlichkeit und Sorgfalt aber fehlerhaft sein können, das mußt Du mir erst mal klarmachen«, sagst Du. »Man hat den Ärzten sicher schon viele Vorwürfe gemacht - aber das, glaube ich, hat noch niemand zu sagen gewagt.«

Und doch ist es sehr einfach zu erkennen: Wenn Dich ein Arzt gründlich untersucht, dann will er eigentlich - was?

»Er sucht nach dem Sitz der Krankheit. Meiner speziellen Krankheit.«

Ich möchte, daß Du Dir bildlich ganz klar vor Augen holst, was der Arzt eigentlich sucht, wenn er Dich untersucht. Wenn er Deinen Blutdruck mißt, ein EKG macht, eine Sonde in den Magen schickt, Dich röntgt oder Dein Blut analysieren läßt.

»Nun - er sucht nach dem Sitz der Krankheit - und schließlich findet er das, was mir Beschwerden macht.«

Aber ist das auch der *Grund* Deiner Krankheit? Ist etwa die verengte Ader die Ursache, oder ist sie nur die erkennbare Wirkung Deines Krankseins? Und ich sage bewußt nicht Krankheit, denn ich meine: Wenn Du krank bist, dann ist es stets Dein ganzer Körper, der leidet und der sich krank fühlt und nicht nur ein einzelner Teil.

»Eigentlich ja. Denn wenn ich einen Herzanfall bekomme, schmerzt nicht nur die verengte Ader, nicht nur mein Herz. Ich habe auch weiche Knie, der Schmerz strahlt oft in die Beine, die Kehle wird trocken, ich vermag nicht mehr klar zu denken, ich japse nach Luft und -«.

Also müßten diese Körperteile doch ebenfalls behandelt werden, wenn man schon behandeln will. Sonst ist das doch offensichtlich nur etwas Halbes.

»Na schön - aber wenn mir ein Medikament hilft und der Druck und die Schmerzen gehen weg...«.

Lies sie zweimal, lieber Leser, die Anmerkung des Lehrmeisters der Ärzte, des weisen Hippokrates: **Medica mente non medicamente - heile mit Verstand, nicht mit Medikamenten!**

Und dann weißt Du, was Du zu tun hast! Mag sein, daß ein Medikament Dir für einige Zeit hilft. Klar, daß Du Dich sehr erleichtert fühlst, wenn plötzlich Beschwerden und Schmerzen aufgehört haben. Und nun bist Du um so leichter geneigt zu glauben, die Ärzte könnten Dir tatsächlich helfen. Dabei gerätst Du immer tiefer in den Strudel der Abhängigkeit von ihnen.<sup>1007</sup>

**Die künstlichen Eingriffe der Ärzte lähmen mit der Zeit Deine natürliche Widerstandskraft. Dein Körper vermag sich dadurch immer weniger selbst zu helfen. Und bald bist Du einer von den vielen im endlosen Heer der chronisch Kranken.**

Zuerst bekommen die Kranken Mittel, die ihre Schmerzen dämpfen. Beglückt werden diese geschluckt, voll Dankbarkeit gegenüber dem Doktor. Dann streiken die Nieren wegen dieser Medikamente. Jetzt geht's zum nächsten Arzt, der eine Nierenmaschine bedient. Von der sie so abhängig werden, daß man sie nur noch als arme Schweine bezeichnen kann. Bald steht dann

der nächste Arzt bereit: der Chirurg, der die Spenderniere einpflanzt.<sup>3222f,3245</sup> Danach landen sie wieder beim Hausarzt, der ihnen mit abwehrschwächenden Medikamenten dann weitere Organe kaputtmacht...

Warum? Weil die Ärzte nur Krankheiten sehen, aber keine kranken Menschen. Ihre Praxen sind längst zu Computerzentren mutiert. Es existieren keine positiven Ausnahmen unter den Chemie-Krankheits-Schulmedizinern. Merke Dir ein für allemal: Einer taugt so viel wie der andere. Nichts!

Wie kann ein Arzt heute noch eigene Urteilskraft aufbringen, wenn er nicht mehr mit den Patienten, sondern nur noch mit Aufnahmen, Gewebeschnitten und Zahlenwerten in Berührung kommt.<sup>3006</sup> Und Du als Patient machst das mit. Willst beim kleinsten Kopfschmerz gleich eine Computertomographie. Wie lange willst Du Dich noch total entmündigen lassen? Wie lange willst Du es noch dulden, daß Fotos und zweifelhafte Meßwerte statt Deiner selbst ernstgenommen werden?<sup>2450</sup> Wann willst Du dich endlich auch und gerade diesen Dich für dumm verkaufenden Ärzten gegenüber emanzipieren?<sup>3113, 3325</sup>

**Die besser daran täten, den Patienten zu kennen, der ein Leiden hat, statt das Leiden zu kennen, das ein Patient hat.**

Die Ärzte von heute folgen nicht mehr dem Grundsatz »causa tollitur« des Hippokrates (behebe die Ursache), sondern sie beabsichtigen mit ihrer Remedur lediglich, die Symptome und Auswirkungen des Krankseins zu beheben, seit Virchow das hippokratische Gedankengut vollends abwürgte.

Deshalb: Die Ärzte sollten sich endlich die Worte ihres Lehrherrn Hippokrates hinter die Ohren schreiben, damit sie es ein für allemal begreifen: Wo auch immer der ursprüngliche Krankheitsherd sein mag, die verschiedenen Körperpartien geben ihn untereinander weiter. (®Rz.769)

Auf den klaren, natürlich denkenden Hippokrates schwören sie einen Meineid - ihren wahren Eid auf diesen, nicht die Natur in das Behandeln einbeziehenden, kalten Intellektuellen<sup>2026</sup> Rudolf Virchow. Von ihm haben sie die von ihnen bis heute noch vertretene Basis ihrer Behandlung: daß die Ursache einer Krankheit in der einzelnen Zelle zu suchen und auch dort zu kurieren sei.

Um es leicht abgewandelt noch mal mit Lichtenberg zu sagen: **Wer nichts als Medizin versteht, versteht auch die nicht richtig.** Ältergewordene Ärzte ahnen das schon längst. Aber die jungen, hochgradig bemühten und ernstesten Mediziner Typen sind für einfaches Denken nicht aufgeschlossen. Sie sind voller Arroganz - wie das so oft bei Überforderten der Fall ist...

»Wenn die Schulmedizin die Ursachen wirklich nicht angeht, wieso konnte sie bislang so angesehen sein? Und wieso wurde sie nicht längst gekippt oder wenigstens reformiert? Es ist doch die Elite der Völker, die sie studiert. Dabei müßte man doch eigentlich auf all die Ungereimtheiten stoßen, die Du aufgewiesen hast!«

**Was meinst Du, wie lange ich gebraucht habe, um dahinter zu steigen, welch ungeheures Lügengebäude Generationen von Medizingleisner so geschickt aufgebaut haben! Ich war doch genauso beeindruckt von dieser riesigen Institution, dem unglaublichen Wissen, den beeindruckenden Apparaturen, den götterähnlichen Gestalten...**

Mir fiel das plötzlich wie eine Jalousie von den Augen: nichts als Schwindel!

Jeder andere ist den weißen Göttern gegenüber doch blauäugig. Da wagt keiner, das Grundsätzliche in Frage zu stellen! Besonders nicht, wenn man als junger Mensch das begehrte Ziel »Arzt« erreichen will. Da lehnt man sich doch nicht auf, stellt etwas in Frage oder zweifelt gar an dem, was Autoritäten sagen. Im Gegenteil, man sucht nach allem, was die orthodoxen Theorien bestätigt. Das heißt, man versucht, möglichst mit den Ansichten der Professoren übereinzustimmen. Die darüber entscheiden, ob man sein Arztpatent erhält oder nicht. Zudem fehlt die Erfahrung, und man hat stets die Souveränität der Kathederfürsten in Erinnerung. Und mit jeder Veröffentlichung sucht der Jungarzt die Thesen der Kapazitäten zu stützen. Andere Auffassungen würden die Lektoren und Mediziner-Doktoren der Medizinverlage und Fachzeitschriften gar nicht zulassen.

Das offizielle Dogma bleibt stets unangetastet. (®Rz.159) Keiner, nicht mal die Medien haben ein Interesse daran, die aus Lüge und Betrug aufgebaute Fassade der Schulmedizin einzustürzen.

Doch langsam wacht wenigstens ein Teil der unverbildeten Menschen auf:

Das Wort Schulmedizin wird immer mehr zu einem Menetekel ärztlicher Verständnislosigkeit bei kranken Menschen. Und wenn Du einer von den seltenen Ausnahmen bist, der chemische Medikamente schluckt und sich dabei auch später noch wohl fühlt (was ich keinem abnehme, denn warum schluckt er sie dann?), dann ist das nicht wegen, sondern trotz der Medikamente (noch!) so.

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) (Important note!) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/3/1.html> - **Update: 13.01.2000 15:43**



# 3. Kapitel. Fühle Dich verantwortlich für Deine Leiden!

## 3.2 Kannst Du wenigstens zum Heilpraktiker gehen?

»Wenn ich mich von Heilpraktikern behandeln lassen würde, wäre das wohl keinesfalls so gefährlich, was meinst Du?«<sup>2481, 3322, 6823, 9879, 8300ff</sup>

Jedes Behandeln durch andere Menschen lehne ich ab. Es sei denn, er versucht, Dich so selbständig zu machen, daß Du Dein Leiden selbst angehen kannst. Und das auf natürliche, einfache Art und Weise. Nur wenige Heilpraktiker tun das. Keiner behandelt bis jetzt nach der UrMethode.

Wenn Dich einer nur mit Pillchen, homöopathischen Wässerchen, Thymusdrüsen-spritzen und Sauerstofftherapie behandeln will, ohne Dich zu einer Grundreinigung und natürlicheren Lebensführung hinzuführen, dann vergiß ihn. Da die meisten Heilpraktiker aber positiv arbeiten, bin ich mit Einschränkung dafür, wenn Du sie als unselbständiger, sich selbst nichts zutrauender Mensch konsultierst. Aber er sollte zumindest die UrMedizin kennen. Wenn Du Dich als Kranker allein zu schwach für die UrTherapie fühlst, mußt Du Dich einer Gruppe Gleichgesinnter anschließen (Verzeichnis der Selbsthilfegruppen, Rz 976). Und wenn sich keine in Deiner Nähe befindet, solltest Du halt selbst eine UrMethodik-Selbsthilfegruppe gründen. Aber nie einen Mediziner dazunehmen. Nie!

Aber: Ein erfahrener Heilpraktiker kann Dir möglicherweise helfen, wenn Du z.B. schwer gestürzt bist und danach Schmerzen in den Gliedern, Schultern oder im Rücken oder »eingeschlafene« Finger hast. Hier lohnt sich oft der Versuch bei einem Chiropraktiker, Dich wieder einzurenken.<sup>9879</sup>

Der Chiropraktiker kann Dich jedoch nicht heilen, wenn Du z.B. anfällig für Wirbelverschiebungen bist. Heilen muß Du Dich selbst: Dein Gewebe entschlacken, Dich mittels der UrMedizin entgiften und Deiner Wirbelsäule durch Stärkung der Rückenmuskulatur den nötigen Halt geben.

»Verschreibt mir der Heilpraktiker zur Anregung der Verdauung und Entgiftung des Körpers sowie zur Blutreinigung einen Sennesblätterttee, erhöht sich die Nieren- und Darmausscheidung doch gewaltig, das willst Du doch nicht abstreiten«, sagst Du. »Und daß dies besser ist, als wenn mir ein Schulmediziner - um den gleichen Effekt zu erzielen - ein Präparat aus der chemischen Giftküche verschreibt, das wirst Du wohl auch zugeben.«<sup>3707</sup>

Keinesfalls. Denn in beider Tun liegt weder Sinn noch Logik. Der einzige Unterschied: Der

Heilpraktiker bringt weniger Schädliches in Deinen Körper als der Arzt. Seriös ist er nur, wenn er die klassischen Naturheilverfahren Licht, Luft, Wasser, Diät, Gesprächstherapie und zuvor ein Entgiften im Sinne der UrTherapie anwendet.

»Also wäre auch der Tee des Naturheilkundigen nichts Gutes für mich. Du treibst es wirklich zu weit, alles, aber auch alles zu bekritteln, was andere für mich tun wollen.« 1131, 6907

Bedenke: Mehr als Dich geistig darin zu unterstützen, Dir selbst aus eigener Anstrengung im Krankheitsfalle zu helfen, kann auch ein Heilpraktiker nicht tun. Natürlich ist es in unserer Zeit sehr schwer geworden, selbst zu denken und den eigenen Grips zu gebrauchen. (Gestern noch hörte ich im Radio, wie sich ein wegen Alters ausgeschiedener Bundesverfassungsrichter darüber beklagte, daß seine Kollegen nicht selbst denken würden, sondern sich nur an Vorgesachtem orientierten, wie etwa den aktuellen Meinungsströmen, den Presseberichten und den Parteienwünschen. Und dort sitzen nun die höchsten Richter der Republik, die intelligentesten Köpfe Deutschlands! Du siehst, daß eigenes Denken und richtiges Entscheiden nichts mit den geistigen Fähigkeiten zu tun haben.)

**In der Tat ist das »Naturheilmittel Sennesblätterttee« ausscheidungsanregend. Aber nicht weil es heilt, sondern weil es als unnatürlicher Auszug einer Pflanze in konzentrierter Form für Niere und Darm ein leichtes Gift darstellt, dessen sich Niere und Darm schnellstens zu entledigen trachten. Sie bewirken vermehrte Ausscheidung (meinst Du, das wäre gut?) - aber keine Heilung.**

Beweis: Die Verstopfung ist gleich wieder da, wenn Du mit dem Trinken des Sennesblätterttees aufhörst. Wenn Niere und Darm trotzdem wieder in Ordnung kommen, dann war es nur der geringen Giftigkeit des Heilpraktikermittels und der Fähigkeit Deines Körpers zur Selbstregulierung zu danken.

Wisse: Damit der Körper nicht krank wird, sucht er, ihm nicht bekommende Stoffe - in diesem Falle den ungewohnten, weil nie erhaltenen, genetisch nie erfahrenen, schöpfungsgewollt nie beabsichtigten, unnatürlich konzentrierten Auszug aus Sennesblättern - schnellstens auszuscheiden. (Wie lächerlich daher, von seiten der Homöopathie zu behaupten, daß der gesunde Körper gesunde Stoffe, der kranke Körper aber krankmachende Stoffe - wenn auch in geringer Menge - benötige...) Ebenso streiken muß doch Dein gesunder Menschenverstand, wenn Du im Begründungswerk zur Homöopathie des Samuel Hahnemann sein Bekenntnis lesen kannst: Die wahren Ursachen einer Krankheit sind nie zu erkennen.

Eine Heilmethode, die so erklärtermaßen ins Blaue behandelt, kann höchstens schonender, aber auch nicht viel besser und wirksamer sein, als die Schulmedizin.<sup>8213 a-c</sup>

Mach doch die Probe aufs Exempel: Gib einem gesunden Kind und einer verstopften Frau am Abend einen kalt angesetzten Becher Tee aus Sennesblättern: beide werden anderentags unter Weh und Ach sich eines breiigflüssigen Darminhalts entledigen... Nur mach das nicht längere Zeit, sonst holen sich Gesunde wie Kranke eine Darmentzündung - ja, von diesem pflanzlichen Mittel! Warum es also *kein* natürliches Mittel (wie angepriesen) ist, überlaß' ich Dir

festzustellen.

Genau so verhält's sich mit dem Kombucha-Pilz-Tee. Der ist naturwidrig, er enthält 1% Alkohol, zudem unnatürliche Süße und Säuren.

»Warum verlangsamt der Darm denn eigentlich den Transport der normalen Schlechkost, in der Deiner Meinung nach so viele Giftstoffe stecken? Die müßte doch eigentlich viel schneller ausgeschieden werden als die Gesundkost!«

Weil sich Dein Verdauungsapparat längst an die *Nahrungsgifte* gewöhnt hat und sich nicht mehr dafür kaputt machen will. Bei den in eingedickter Form eingenommenen pflanzlichen Abführmitteln mit deren hohem Gehalt an Anthranoiden<sup>3951f</sup> erregt sich der Darm wieder neu. Bis er sich auch darauf einstellt, um nicht so viele Kräfte zu verlieren. Was Dich dann wiederum veranlaßt, die bisherige Portion des Abführmittels zu erhöhen. Oder nach einem neuen Mittel zu greifen. Der Darm wehrt sich nun bald nicht mehr gegen die erschwerte Tätigkeit durch die zu weiche, unnatürliche, nur ungenügend die Peristaltik in Gang setzende Schlechkost. So werden die empfindlichen Schleimhaut- und Blutgefäße geschädigt, und es bilden sich Hämorrhoiden. Die Dir durch immer größer werdende, oft unglaubliche Schmerzen sagen: Deine jetzige Nahrung wollen wir nicht! Ändere sie schleunigst! Eine Schädigung des Darms und seiner Nerven, Müdigkeit, Muskelerschaffung und bei aloehaltigen Mitteln auch Nierenblutungen könnten sonst die Folge sein.

Laxantien sind nach den Schmerzmitteln die am zweithäufigsten selbstverordneten Medikamente. Frauen schlucken sie dreimal öfter als Männer. 25 bis 30 Prozent der Bevölkerung greifen zu diesen Präparaten. Rund die Hälfte der Konsumenten hilft auf diese Weise der Verdauung länger als ein Jahr nach, und nicht wenige nehmen sie jahrzehntelang zu sich.

»Und was meinst Du zur Irisdiagnose der Heilpraktiker? Die ist doch überhaupt nicht gefährlich!«

Was soll eine Diagnose, wenn Du nur auf eine einzige Art gesund werden kannst: indem Du gesund lebst! Was heißt: vor allem ohne Chemie. Das tun, was die Natur für Dich bestimmt hat. Was der Irisdiagnostiker ob zu Recht oder zu Unrecht auch feststellen mag: Es existiert doch nur ein einziges, hörst Du!, nur ein einziges Mittel, was Dir bei schwerem Kranksein für immer helfen kann: die UrTherapie.

**Was hat denn die sehr gewinnbringende Überbewertung der Diagnosetätigkeit der Ärzte den Patienten gebracht? Daß sich die Kranken davon haben anstecken lassen und ängstlich fragen »Was fehlt mir denn, Herr Doktor?« und nicht mehr: »Wie wollen Sie mich gesund machen?«**

Durch die immer größere Anzahl neuer und verbesserter Diagnosegeräte schafft man es vor allem, immer mehr Krankheiten, und »Befunde« darzustellen und damit dem Arzt und den Krankenhäusern Möglichkeiten des Behandelns und den Pharmafabriken zum Entwickeln und

Herstellen von wiederum neuen und »besseren« Medikamenten zu geben - die Gewinne also zu steigern!

Man kann schon sagen, daß neben dem Menschenwahnsinn, dem Füttern seiner pflanzenfressenden Haustiere Rinder, Schweine, Geflügel mit artfremder, verseuchter Kadavernahrung, noch ein anderer existiert: der Diagnosewahnsinn der Ärzte mit seiner Treibjagd auf die Kranken.

»Laß mich nun aber weiter hören, was Du über die von den Heilpraktikern angewandten Methoden sagst. Die der Schulmedizin hast Du in Grund und Boden gedonnert - hier wirst Du wohl etwas gnädiger sein, oder?«

Modern ist heute bei ihnen die Akupunktur,<sup>8208ff, 8219</sup> die Eigenblutbehandlung, die Ozontherapie, Wärmebrause-Therapie, Stutenmilchtrinken, Misteltherapie, Kurzwellendurchflutung. Oft auch Organ-Thymusdrüsen- und Frischzelleninjektionen. Hier schlachtet der »Natur«-Heiler Lämmer, zermanscht bestimmte Innereien und spritzt sie ein in der Hoffnung, daß die Leichenstückchen so intelligent, beweglich und pfadfinderisch geschickt sind, an die kaputten Organe seines Patienten zu schwimmen, sich daselbst einzunisten, sich wundersamst wieder selbst zum Leben zu erwecken und die sich so allmählich zum Sterben anschickenden Organe um 40 Jahre zu verjüngen. Wobei dem Naturkurpfuscher die Dunkelheit zugute kommt, in der die Organe liegen. Denn so kann niemand diese Verjüngung nachprüfen. Gesichertes Wissen ist jedoch, daß die injizierten Zellen von Lämmern oder Kälbern, hingegen die an die Ärzte gezahlten Honorare von Schafen und Rindviechern stammen.<sup>2108, 6803, 6827/9,6834ff</sup>

Du hast doch noch aus meiner Medizingeschichte die Behandlungsvorschrift der heiligen Hildegard von Bingen (®Rz 59,215) im Gedächtnis, z.B. gegen schmutzige Fingernägel den Sud von beim Vesperläuten gepflücktem Fingerkraut zu trinken - da verordnen heute gestandene Schulmediziner gegen Knochenmetastasen bei Krebs ein Medikament, das aus Pulver von Haifischzähnen besteht. Mit der Begründung, daß den Haifischen ja auch abgebrochene Zähne nachwachsen...<sup>9766</sup>

Erkennst Du, daß ich recht habe, alles Neue in der Krankenbehandlung (außer bei Unfällen) abzulehnen, was seit dem Ableben des großen Hippokrates je modern wurde. Ich schwöre auf die älteste Methode, die es gibt, um gesund zu werden. Gegen ein paar Nadelstiche habe ich nichts. Das ist schließlich ungefährlich und ohne Schaden für Dich. Gegen Kopfschmerzen, Migräne und Nikotinsucht helfen die sogar sehr oft eine gewisse Zeit. Ich nehme an, daß durch die Akupunktur Nervenverbindungen zeitweise gelähmt oder angeregt werden - was der Sache alles Geheimnisvolle von Yin und Yang nähme.<sup>8209</sup> Oder daß die Nadelstiche in bestimmte Nervenpunkte körpereigene Nerven hormone aktivieren, welche die Schmerzen lindern und Entspannungen bewirken.

Das Setzen von Quaddeln soll Allergien erleichtern. Nun, wer nicht von meinem Ganzheitsdenken überzeugt ist, der versuche es ruhig mal damit. Ist ja schließlich keine Chemie. In den homöopathischen Zeitschriften werden immer wieder die Erfolge mit

Akupunktur bei asthmatischen Kindern berichtet. Es würde ihnen das Leiden erträglich machen. Na, wenn Du Deinem Kind das Leid nicht mit der UrMedizin endlich gänzlich wegnehmen willst, dann geh also lieber zu einem guten Akupunkteur, dann bekommt es wenigsten kein Kortison!

Aber die Ozontherapie <sup>2059, 6848</sup> ist abzulehnen. Ich kann nur abraten, sich dieses Super-Gasgemisch spritzen zu lassen. Die Gefahren sind zu groß. Eine falsche Dosis, ein zu schnelles Spritzen, ein unbedachtes oder zu frühes Aufstehen - und schon kann das Gas die Blutzufuhr blockieren. Auch andere Komplikationen kommen bei dieser Behandlungsart häufig vor. Du kannst sogar davon gelähmt bleiben. Sich so behandeln zu lassen ist nicht natürlich. Gewiß, der Super-Sauerstoff frischt für 'ne kurze Zeit auf - aber bald bist Du wieder der alte. Willst Du dafür ein solches Risiko eingehen?

**Warum willst Du Dir nicht durch natürliche Eigenbewegung den Sauerstoff ohne Gefahr und in der altgewohnten Art und Weise durch viel Gehen und Laufen in Deinen Körper holen? Baunscheidtieren ist dagegen ungefährlich.**<sup>9400</sup> Bringt aber auch nicht den alten Dreck aus dem Körper.

Und Stutenmilch trinken? Die kann ich mir höchstens als besseren Muttermilchersatz für Babys anstelle der Kuhmilch vorstellen.

»Daß mir diese lieben, bescheidenen und wenig schadenden Heilpraktiker auch nicht beistehen können...«, sinnst Du.

Sei froh, das zu erkennen. Du weißt doch nie, an welchen Du gerätst. Die Kleinen wollen helfen, aber es fehlt ihnen das Wissen oder das Können dazu. Und wenn Dir einer empfohlen wird oder von einem Bekannten gesagt wird: »Mir hat der gut geholfen«, dann glaube davon nur 1/100.

»Und einen bekannten, großen und berühmten Heilpraktiker nehmen?«<sup>8334</sup>

Der zieht nur 'ne riesige Schau ab. Der angesehenste – der Dr. Köhnlechner - ist auch der schlimmste Beutelschneider und verlangt ein Behandlungshonorar um die 1.000 DM pro Stunde. Er empfiehlt hilflosen Rheumakranken zur Heilung ein Stück Plastik mit Batterie für 78,- DM. (Herstellungskosten des »Biogenerators« 1,- DM)<sup>9403</sup>. Und hält, wie Du von ihm in einer Fernsehdiskussion gehört hast, nichts von gesunder Ernährung. Kein Wunder, das seine Lebensgefährtin früh an Krebs gestorben ist.

Aus dem trüben Sumpf der Krankenverdummung werden Prominente durch ihre Redegewandtheit hochgeschwemmt und legen die Dummen herein, bis sie abgesehen haben...

Aber ob Du nicht nächstens selbst wieder einem mit neuen Mittelchen und noch besser vorgetragenen Versprechungen agierenden, sich Doktor oder Professor nennenden Scharlatan aufsitzt - ich weiß es nicht. Dir als meinem Leser wünsche ich es nicht. Aber jeder muß schließlich seine eigenen Erfahrungen sammeln, bis er klug geworden ist. Dabei könnte er

doch so einfach von meinem hier im Buch Dargebotenen lernen. Aber lernen wollen heute nur noch die wenigsten, besonders wenn sie ihr gutes Leben, ihre Gemütlichkeit oder Lebensqualität - was immer sie darunter verstanden wissen wollen - gefährdet sehen. Nun, der Kluge ist begierig, bis an sein Lebensende zu lernen. Und für Dumme möchte ich das Buch nicht gerne geschrieben haben...

Was deren Ernährungswissen angeht:

Die meisten Homöopathie-Studierenden gehen in Abendkurse. Und dort hat man kaum Zeit für so was. Man muß das einpauken, was die Prüfungskommissionen bei den Gesundheitsämtern hören wollen: Anatomie, Krankheiten, Seuchen.

Bei den Ärzten für Naturheilkunde sieht es noch schlechter aus: Die schauen mal kurz bei einem Kollegen rein, absolvieren 'nen Zweiwochen-Kurs über Homöopathie und dürfen sich anschließend »Facharzt für Naturheilkunde« nennen. Aber Ahnung von der Natur? Nicht die Spur!

»Dann muß Du ja auch zustimmen, wenn bei uns - wie beabsichtigt - viele Naturheilmittel durch das Gesundheitsministerium verboten werden, deren Heilwirkung nicht nachzuweisen ist.«

**Aber ja. Nichts Besseres könnte den Menschen passieren, damit sie endlich den Glauben an »Heilmittel« verlieren. Doch wäre zu fordern, daß eher alle chemischen und immer schädigenden sogenannten »Heilmittel« verboten werden als die harmlosen Naturmittel. Patienten wie Ärzte müssen endlich den Glauben an »Krankheiten« im gewohnten Sinne und an »Heilung« aufgeben, damit sich die Menschen auf einfachste Weise wieder selbst gesund machen können.**

Was natürliche Heilmittel betrifft, so laß Dir von der Werbung aber auch hier nichts vormachen: Sobald etwas verflüssigt, extrahiert, potenziert oder getrocknet wurde, ist es nicht mehr natürlich, bekommt dadurch Giftcharakter oder wird zum Fremdstoff - kann Dir deshalb nicht helfen.<sup>3556, 3780, 6951/7</sup>

Wenn Du Dir die Auffassung der daran Verdienenden aber zu eigen machen willst, daß es »Heilpflanzen« geben sollte, dann muß Du auch logisch folgern: Die Pflanze ist in ihrer Gesamtheit etwas anderes als ein daraus isolierter, behandelter und abgelagerter Teil. Die Natur stattet die Heilpflanzen mit Begleitstoffen aus, welche ihre Wirkstoffe nebenwirkungsfrei und verträglich machen. Jegliche Bearbeitung macht sie unverträglicher und unwirksamer. Soll eine Heilpflanze also helfen, dann kann sie das nur dann, wenn sie lebensfrisch und unmanipuliert genutzt wird.

**Eine Pflanze ist mehr als die Summe ihrer chemisch-physikalischen Teile. Sie weist Eigenschaften auf, die sich aus der Zahl und Kenntnis ihrer Komponenten allein nicht ergeben.**

Denk selbst über diese Ungereimtheiten der sogenannten Naturheilkunde nach: Weißdorn <sup>6817, 6824, 6833, 7019</sup> stärkt das Herz - angeblich. Wie Du Dich doch vergackeiern läßt! Wie soll er das denn fertigbringen? Nur harte *Bewegung* stärkt Dein Herz. Denn dann muß es härter arbeiten, muß es mehr leisten. Und mehr Leistung heißt, wie in jedem anderen Fall: Kräftigung dessen, was da mehr leisten soll. Und das geht nun mal nur durch körperliche Anstrengung. Bei Weißdorn aber handelt es sich um keine giftige, sondern eine normale Pflanze. Aber auch eine giftige Pflanze wie der rote Fingerhut kann den Herzmuskel nicht stärken oder kräftigen - ihn wohl heftiger schlagen lassen. Und warum schlägt er wohl heftiger nach dem Einnehmen der »Heilpflanze« Digitalis purpurea? Weil sich das Herz bemüht, das in den Blutkreislauf eingedrungene Gift schnellstens aus dem Körper zu bringen... Begreifst Du nun? Denk an die Wirkung des Sennesblätterttees: das gleiche Prinzip. Zudem: Naturheilmittel unterliegen wie die Behandlungsmittel der Schulmedizin ebenfalls der Mode.

Bislang war es die Mistel,<sup>0648/9, 6834, 6844, 7018</sup> plötzlich soll die Pflanze Sonnenhut ein Krebsheilmittel sein. Jemand hat letztere vor kurzem untersucht und was weiß ich für Wirkstoffe darin gefunden. Vor kurzem war es Eleutherokokk, dann waren es die Extrakte des Gingko-Baumes, die ewige Jugend versprechen. Und nach der Schulmedizin soll nun Selen, nach der Alternativmedizin Schwarzkümmelöl bei Krebs helfen.<sup>6852</sup> Der vorletzte Schrei: Dehydroepiandrosteron (DHEA) - gefragt, seitdem BILD damit ewige Jugend versprach. Schnell danach, aber ebenso rasch vergessen war dann der Tomatenfarbstoff Lycopin, dem wahre Wunder möglich sein sollten. Wie mit grünem Tee ... Der letzte Schrei vor dieser Auflage war Apfelessig, mit dem man am Tag ½ kg abnehmen soll. Warum dazu frische, vitamin- und enzymreiche knackige Äpfel zuerst in ein den Mund zusammenziehendes Gesöff verwandelt werden sollen, das begreife mal einer... Du merkst: Im Sich-für-dumm-verkaufen-Lassen ist die Menschheit nicht schlauer als im tiefsten Mittelalter geworden. Ganz spannend wurde es um die Anti-Fett-Pille "Xenical" mit dem Wirkstoff Orlistat gemacht. ( © LV 3808) Und dann die Medienschau mit VIAGRA! <sup>7025</sup>

**Werden die alten Mittelchen nicht mehr gekauft, weil sie nicht geholfen haben oder weil sich die angesprochene, bestimmte Käuferschicht damit eingedeckt hat, so wird flugs von den Fabrikanten neue Wunderchemie mit Hilfe neuer wissenschaftlicher Gutachten offeriert - damit der Rubel schön weiter am rollen bleibt.**<sup>3521, 3316/7</sup>

»Aber vielleicht sollte ich zur Vorbeugung gegen den Krebs doch ein Mistelpräparat nehmen oder Sonnenhut-Tee trinken - schaden kann das als reines Naturpräparat doch wohl nicht ...« meinst Du.

Ja, was sagst Du denn da? Wenn ich Dich nicht als meinen Leser so sehr ins Herz geschlossen hätte, müßte ich Dich eigentlich jetzt einen Schussel nennen, da immerhin schon 243 Seiten intensives Aufklärungsstudium hinter Dir liegen. Unsinn also! Das wäre etwa so, als würdest Du Dir ständig Einlagen in die Schuhe stecken, um keine Plattfüße zu bekommen. Es gibt nur natürliche Möglichkeiten, Krebs zu vermeiden! Und schaden tut es überdies - vielleicht nicht so sehr körperlich, aber geistig: Es macht Dich glauben, es gäbe spezielle Heilmittel und man könne mit einem Teechen oder einer Mistelextrakttablette eine so tiefgreifende Krankheit wie Krebs angehen.

Seit Jahr und Tag werfen Mediziner den Heilpraktikern einen Todesfall vor, der vor langer Zeit einem beim Ozonspritzen unterlaufen ist. Da wird die halbe Menschheit durch Chemie vergiftet, werden Kleinkinder durch Psychopharmaka süchtig gemacht, <sup>2691f, 3536, 5500ff</sup> jeder 25. Patient (das sind inzwischen Sechzigtausend jährlich allein bei uns) stirbt in den Krankenhäusern am verabreichten Medikamentengift, Menschen werden zu Tausenden zu Krüppeln operiert und der Homöopathie wird ein einzelner Unglücksfall vorgehalten. Wirklich: Schlimmere Heuchler als die Funktionäre der Weißkittel gibt es nicht. Merke: Zum Arzt gehst Du, um krankgeschrieben zu werden oder Dich fragen zu lassen: »Welche Beschwerden haben Sie denn?« Und Dir dann nach der meist falschen Diagnose sagen zu lassen: »Hier haben Sie was dagegen.«

**Der Heilpraktiker versucht wenigstens, Dich einsichtig dafür zu machen, daß Du selbst etwas dafür tun mußt, gesund zu werden. (Leider wurde ihm aber auf der Akademie auch nichts über gesunde Ernährung beigebracht.) Schade, daß die Heilpraktiker – liest man ihre Fachzeitschriften – anstatt sich zu ihrer Andersartigkeit zu bekennen, emsig darum bemüht sind, es den Medizinern nachzutun. Im "wissenschaftlichen" Argumentieren, im Gebrauchen von lateinischen Ausdrücken, im Streben nach Anerkennung ihrer Diagnoseverfahren und Therapien durch die Schulmedizin.**

»Aber die Ärzte studieren doch acht Jahre lang ihr Fach - die Heilpraktiker höchstens zwei Jährchen, da -«

Da solltest Du besser das denken: Wer acht Jahre lang zum Schaden der Patienten Chiemedizin und ein völlig falsches, widernatürliches und unlogisches Gesundheitswissen eingebläut erhielt aus toten Büchern und von voreingenommenen Kathederprofessoren, der kann nur schlechter sein als einer, der zwei Jahre unschädliche Homöopathie-Placeboheilkunde studierte.

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/3/2.html> - **Update: 13.01.2000 15:43**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!



# 3. Kapitel. Fühle Dich verantwortlich für Deine Leiden!

## 3.3 Die Ärzte sind mit ihrem System der Allopathie überfordert

»Ich kann's einfach nicht begreifen: Daß Du die Diagnose als wertlos hinstellst.

**Wenn es keine echten Krankheiten gibt, sind auch keine Diagnosen zu deren Ermittlung erforderlich! Sinnvolle Behandlungen aufgrund einer Diagnose gibt es höchstens für die Unfall- aber nicht für die Krankheitsmedizin.<sup>1172</sup>**

Der Doktor findet ja doch nicht die wahre Ursache für Dein Leiden - von einem Loch im Kopf mal abgesehen. Er findet nur eine der vielen möglichen *Vorursachen*.

Die wirkliche Ursache will er aus offensichtlichen Gründen nicht finden, weil er dann fürchtet, Dich als Patienten zu verlieren, würde er sie Dir benennen.<sup>1911</sup> Und Du willst sie meist auch gar nicht hören. Weil Du fürchtest, er könnte einen Finger auf eine offene Wunde bei Dir legen, oder eine bittere Wahrheit würde sich Dir auftun. Und um das zu vermeiden, macht Dir der Arzt vor, er könne Dich heilen. Und Du machst ihm vor, daran zu glauben... Zudem: Diagnosen erhöhen oft Deine Leidensanfälligkeit. Im übrigen sind sie nicht ganz so zuverlässig wie Wahrsagen aus dem Kaffeesatz.

»Ach ja? Und wieso kann eine Diagnose die Krankheit verschlimmern?«<sup>2380ff</sup> fragst Du, »mal abgesehen von der schädlichen Thorotrast-Kontrastmittel-Einspritzung<sup>2433</sup>, an der früher so viele Menschen gestorben sind?«

**Weil es heute - beim teurgemachten Suchen nach den Pseudoursachen - zu viele schädigende Verfahren gibt. So kann jede Vorsorgeuntersuchung und fast jedes Diagnoseverfahren - mal abgesehen von einer Blutentnahme oder Urinprobe - zu gefäßschädigenden Geschwüren, Lungenembolie, Nierenschock oder Krebs führen.<sup>1164, 1415</sup>**

Hinzu kommt, daß die Ärzte sicherheitshalber lieber eine harmlose Krankheit gefährlicher darstellen - und deshalb auch gefährliche Medikamente verschreiben und Spritzen verpassen, die dann wieder zu neuen, schlimmeren Krankheiten führen.

Es ist Unsinn, Maschinen und Reagenzglasröhrchen darüber entscheiden zu lassen, wie der Zustand eines Menschen zu beurteilen ist. Bei 18% aller völlig normalen Menschen weist das EKG Störungen ihrer Herztätigkeit aus! Fatale Behandlungen werden dann angeordnet, obschon die Betroffenen überhaupt nicht krank sind. Verhängnisvoll ist es, wenn daraufhin

angeblich herzgeschädigten Kindern verboten wird, am Gymnastikunterricht teilzunehmen oder Sport zu betreiben. Anstatt das Herz zu trimmen, daß es kräftig wird, wird das »arme Kind« nun geschont und zu einem Fettkloß und steifem Gockel herangezogen. Mindestens 27% aller Labortests sind zudem falsch, der Rest Betrug um Geld zu machen.<sup>2400ff, 2405, 2421, 2424</sup>

Millionen Frauen haben ihre Brüste für nichts und wieder nichts eingebüßt, nur weil die medizintechnischen Assistentinnen sich lieber für »böartig« entscheiden als für »gutartig«, damit man ihnen später keinen Vorwurf machen kann. Den dummgläubigen Ärztanbeterinnen steigt es jetzt hoch: »Ach Gottchen, das ist doch schon etwas länger her, heute ist man da viel sorgfältiger. Wenn ich da nur an die Fernsehsendungen mit dem sorgfältig alles bedenkenden Doktor...« Stopp, ehe Du weiter faselst. Schlag mal schnell im Literaturverzeichnis die Nr. 2421 b auf - und dann schwärme weiter.<sup>2401, 2407, 2420, 2421b</sup>

Zudem: Der Mammograph verursacht Krebs - seine Strahlungen sind karzinogen. <sup>1163f, 1230</sup>  
Auch dies solltest Du Dir vor Augen halten! Dreimal Krebsvorsorgeuntersuchung - dann zeigt der Apparat beim vierten Male vielleicht schon die ersten Krebsknoten: Nun sag nur noch, Diagnosen seien ungefährlich! Das schlimmste für Dich an der Diagnose ist aber: Sie dient dem Arzt als Grundlage, eine Dich schädigende Behandlung einzuleiten: mit giftigen, schädigenden Medikamenten, mit zerstörender, radioaktiver Atombestrahlung, mit Krebszellen ausstreuenden Skalpellschnitten oder Gewebe-Punktionen. Merke: Je früher die Diagnose, je eher wirst Du wirklich krank!<sup>2383</sup>

Mach Dir das ganz klar: Je eingehender die Ärzteschaft ihre zu 50% falschen Diagnosen<sup>2381</sup> an Dir macht, desto schlimmer ist das Ergebnis für Dich. Auch hier wieder: Je gewissenhafter der Arzt ist, desto kränker wirst Du gemacht. <sup>2069, 2400/3, 2412f</sup>

»Ah - sind die deshalb so scharf darauf, Vorsorgeuntersuchungen zu machen? Je mehr krank, desto mehr Krankenscheine und Chipkarten?«

Einmal das - zum anderen aber auch: Wird der Krebs zwei Jahre früher entdeckt, ist die Wahrscheinlichkeit größer, daß der oder die Betroffene in 5 Jahren noch lebt und man so sagen kann, daß immer mehr von Krebs geheilt würden, obschon die amtlichen Zahlen genau das Gegenteil nachweisen. Eine Vorsorgeuntersuchung ist auch keine Vorsorge, sie ist nichts anderes als eine Nachschau, ob sich bei Dir der Krebs bereits eingenistet hat. Aber merke:

Die Früherkennung von Krebs durch eine Vorsorgeuntersuchung wäre nur dann sinnvoll und zu empfehlen, wenn Du danach bereit bist, Dich von jedem Arzt sofort fernzuhalten und voll auf die UrzeitTherapie einzusteigen.

**Eine Vorsorgeuntersuchung bringt Dir sonst nichts anderes als frühe Sorge, verfrühte seelische Belastung, Zwang zur Untätigkeit, Erstarrung. Dazu unnütze Ängste vor jeder neuen Untersuchung und ständig zermürende, vergebliche Hoffnung auf neue Forschungsergebnisse, die später in Enttäuschung und Verbitterung umschlagen. Und zusätzlich frühe Krankheit und Schädigung Deiner Immunkräfte durch die giftigen**

**Medikamente, welche Ärzte anzuwenden jetzt für richtig halten.**<sup>2001, 1154</sup> **Nach der Arndt-Schultzschen Regel rufen schwache Reize eine Reaktion hervor, die derjenigen starker Reize genau entgegengesetzt ist. Diese Regel gilt auch für die Röntgenstrahlen. Kleinste Mengen erzeugen Krebs, große verbrennen erkennbares Krebsgewebe, was dann aber Metastasen auszustreuen beginnt, also Dir unrettbar den Tod bringt. Zwei derartige Untersuchungen erhöhen Deine Krebsanfälligkeit um das Doppelte. Laß sie bei Dir nicht zu! Schütze Deine Gesundheit vor den Ärzten, die sie Dir leichtfertig so schädigen, daß sie Dich Dein Leben lang als Sklaven halten können.**

»Ich brauche den Vorschlägen des Arztes ja nicht zu folgen und kann seine Medikamente ungeschluckt lassen. Hauptsache, ich weiß was ich habe!«

Das wäre für Dein Leben nicht gerade das Beste! Um ein schweres Leiden zu wissen und gar nichts dagegen zu unternehmen, das würde Dich allein schon seelisch kaputt machen. Und dann muß ich Dir nochmals ins Gedächtnis rufen: 50%, die Hälfte aller von den Ärzten festgestellten Krankheitsscheinursachen sind - wie man in Tests feststellte - völlig unzutreffend!,<sup>2401f, 2420, 2424ff, 9822</sup>

Natürlich erfährt davon kein Außenstehender, denn Ärzte halten bekanntlich wie Pech und Schwefel zusammen und verraten sich gegenseitig nicht.<sup>2162</sup> Nur unter sich kalauern sie: Von hundert Hustern hat einer Tbc oder Krebs - aber welcher? Und die Patienten verhalten sich ja meist alle wie Lämmer. Nur einmal haben es bisher gut 200 Arztkunden in Hamburg gewagt, gegen einen Chirurgen öffentlich vorzugehen, der sie alle zu Krüppeln operiert hatte. Ständig mußten die Ärzte in der Umgebung des betreffenden Hamburger Krankenhauses nachoperieren. Und sogar verkehrt herum einzementierte Gelenke wieder herausmeißeln - aber keiner der Mediziner machte den Mund auf, nur weil der Pfuscher einen Professorentitel vor dem Namen trug. Ich hab' hier mal einen von den ständig wiederkehrenden Skandalen in Erinnerung gerufen, die nicht mehr vertuscht werden konnten. Wenn ich alle aufführen wollte, die es in dieser Beziehung gegeben hat, dann könnte ich weitere zehn Bücher damit vollkriegen, ohne die darzustellen, die nicht bekannt wurden - und die in die Millionen gehen. Aber von diesen Dingen hast Du ja wohl selbst zur Genüge gehört. Ich möchte das nicht besonders hochspielen, da ich mir sage, daß es in jedem Beruf Murkser und Pfuscher gibt, und daß man das hinnehmen muß. Nur: In keinem anderen Beruf gibt es mehr davon. **Da die meisten Patienten aber nun mal gerne klar darüber sein wollen, wie es um sie steht, hab' ich nichts gegen eine einmalige ungefährliche Diagnoseuntersuchung. Manchmal kann sie Dich sogar zur Abkehr vom ungesunden Leben veranlassen, weil Du nach Lesen dieses Buches weißt, was alles auf Dich zukommen kann.**

Blutdruckmessungen können allein schon deshalb überdurchschnittlich hohe Werte ergeben, weil eine Ärztin oder ein Arzt sie vornimmt.<sup>2381, 9758</sup>

»Was willst Du: Meine Blutwerte sind bestens in Ordnung, der Blutdruck liegt in der normalen Höhe, mein EKG...« sagst Du.

Sei Dir nicht ganz so sicher, mein Freund. Denk mal etwas tiefer nach. All diese sogenannten

Normalwerte sind sämtlich an *kranken* und nicht an gesunden Menschen ermittelt worden. Denn das ist doch klar: die angeblich Gesunden sind genauso krank wie die Leidenden. Bei denen ist das Kranksein nur noch nicht ausgebrochen. Die Giftkostschlacken lagern noch in den Blutgefäßen, im Gewebe, in den Organen: Bei dem einen brechen sie nur früher, beim anderen später auf. Na, mach' ich Dich jetzt schon etwas nachdenklicher?

Zur Diagnose gehört bereits das Fiebermessen! Sobald das ein bißchen höher klettert, schlagen alle besorgten Mütter die Hände über dem Kopf zusammen und schreien nach dem Doktor und dessen Giften. Nicht zu fassen! Lassen sich verrückt machen, anstatt sich zu freuen, daß die Hochtemperatur das Kind gesund macht! Du erkennst: *Jede Diagnose beunruhigt*. Schon deshalb ist auch hier das Einschalten des Arztes ein unnötiges Sich-selbst-Verrücktmachen: Denn es untergräbt Dein Vertrauen an die von der Natur in jeden Menschen eingelegten Kräfte, sich selbst wieder in Ordnung zu bringen.

So viele sagen: »Warum sollte ich mir Gedanken um meine Gesundheit machen? Ich bin 42 Jahre alt und mein Leben lang nie krank gewesen, kenne keine Kopfschmerzen, habe keine Rückenschmerzen. Ja, ich kriege nicht mal Schnupfen, wenn allen anderen die Nase läuft. Ich trinke ohne Beschwerden meinen Wein, rauche mit Genuß meine zwei Schachteln Zigaretten am Tag und muß nicht mal davon husten.«

Dann sei Dir darüber klar, daß Dein Körper so voller Dreck steckt, daß er nicht mal mehr in der Lage ist, mit Krankheitszeichen zu reagieren. Das heißt: Du bist äußerst gefährdet! <sup>9918</sup>

**Aber weiter mit all den verschiedenen Phantasiekrankheiten, die Dir die Ärzte andichten. Überlege Dir mal mit dem gesunden Menschenverstand: Vor 5.000 Jahren kannte man nur eine, vor 2.000 Jahren nur zwei, vor 1.000 Jahren nur fünf Krankheiten. Vor 20 Jahren präsentierte die Schulmedizin ihren abergläubigen Anhängern noch 39.000 verschiedene Arten von Krankheiten, jetzt sind es schon über 40.000! Welch ein gigantischer Trick: aus einem einzigen Krankheitsgeschehen 40.000 verschiedene Krankheiten herauszuzaubern!**

Schon deshalb sind die Ärzte einfach überfordert mit ihrem Beruf und ihren angeblich 40.000 verschiedenen Krankheiten! Bildest Du Dir ein, ein Mensch könnte die alle im Kopf haben? Mathematikgenies gibt's nur ein paar auf der Welt. Daher rührt auch der 50%ige Falschanteil bei diesen Scheinursachenfeststellungen, den Diagnosen.<sup>2381, 2400ff</sup> Andererseits:

**Dieses bienenfleißige Suchen nach stets neuen Arten hat folgenden Sinn: Es hilft der Schulmedizin, zufolge der mittels neuer Apparaturen immer spezielleren Symptombeschreibungen den Anstrich von Wissenschaftlichkeit zu erhalten. Und der vor so viel Fachwissen ehrfürchtig staunenden Menschheit den Glauben an die Notwendigkeit zu vermitteln, jede spezielle Krankheit bedürfe auch eines speziellen Mittels.**

Was wiederum den Chemikern und Forscherärzten zum Herstellen und Erfinden von neuen Giftmixturen beste Gelegenheiten gibt - womit sich diese ihr Einkommen sichern und ihren

Arbeitgebern, den Pharmagiftproduzenten, zu Höchstprofiten verhelfen. Ein wunderschöner Reigen, der sich da zum Wohl der Ärzte und der Pharmazie dreht:

**Je mehr verschiedene Krankheiten, je mehr verschiedene Giftmittelchen kann man den Menschen für nötig erklären!** Dann gibt man den "neu entdeckten Krankheiten" den Namen einer toten Sprache, damit er den Kranken auch genügend geheimnisvoll und fremdartig erscheine. Damit sie glauben, nur die klugen Schulmediziner könnten ihnen helfen. Und nicht die einfachen Mittel, welche die Klassische Naturheilkunde gegen diesen Namensschrecken Mukoviszidose beispielsweise anbietet.

»Das ist doch Wahnsinn!«

Ja - aber er hat Methode. Denn damit kann sich eine sonst unbekannte graue Maus unter den Medizinern für die Nachwelt mumifizieren und Preise einheimsen, damit niemand erkennt, daß es sich nur um ein unnützes, aufgeblasenes Nichts handelt, das er zum Schaden der Menschen entdeckt hat. Und er bekommt so leicht einen Professorentitel, und damit mehr Gutachten auf seinem Fachgebiet zugeschanzt und somit mehr Pinkepinke. (©LV 2010, 9726, 2171)

Eine letzte Aufwertung erfahren die immer über den wirklichen Ursachen seiltanzenden Mediziner dann, indem man ihnen das Bundesverdienstblechkreuz anhängt. Welches, nach den Beamten, die es zur Aufwertung allerdings auch nötig haben, am meisten den Medizinern verliehen wird.

Und alle Welt ist nun vollends davon überzeugt, daß der tolle Hecht da eine Großtat gegen das Leid und für das Menschengeschlecht vollbracht hat. Dabei hat er nur mal wieder erneut die den Staat so belastenden Krankheitskosten hochgepuscht und ihn somit geschädigt! Tja, nun kannst Du Deinen offenen Mund zuklappen, nachdem ich Dir mal wieder den Vorhang von diesem Schmierentheater der Medizin um ein Zipfelchen gelüftet und, so hoffe ich, Dich über das Wahnsinnstreiben der Menschen in dieser Welt ein wenig nachdenklich gemacht habe...

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Es gibt auf dieser Erde nichts Besseres zu entdecken als das, was die Natur geschaffen hat und nichts Besseres zu tun, als der Natur zu folgen - aber niemals den Menschen!**

Bei erwiesenen 50% Falschdiagnosen muß man auch noch damit rechnen, daß die Ärzte bei aller modernen Diagnosetechnik nichts finden. Dann nehmen sie an, der Patient wolle ihnen etwas vorschwindeln und man behält ihn zur Beobachtung da.

Bis dann die Nachtschwester dem Arzt am Morgen mitteilt: Übrigens, der Simulant von Zimmer 401 ist gestorben... (Ich finde den Zynismus dieses alten Medizinerwitzes allerdings nur wenig zum Lachen.)

**Nun frage Dich doch mal: Wenn es nur eine Gesundheit gibt, wie soll es da denn 40.000 verschiedene Krankheiten geben? Steigst Du allmählich mehr und mehr hinter die**

## **Unlogik und schon zur selbstverständlich gewordenen Volksverdummungsmasche der Falschmünzerwerkstatt Schulmedizin?**

Eine dieser Krankheiten bezeichnen die Ärzte als Iatrophobie (Angst vor Ärzten). Das ist die einzige Krankheit, gegen die Du nichts unternehmen, die Du hätscheln und für immer pflegen solltest. Und ich will gerne das meinige dabei tun, daß sie größte Ausmaße bei Dir annimmt... Es ist schließlich die einzige Krankheit, die Dich um so gesünder macht, je mehr Du ihr anheimfällst.

Wie sehr meine Annahme berechtigt ist, daß aus leichten Variationen in der Lebensführung verschiedene Leiden entstehen können, erkennst Du daraus: Die Japaner erkranken zehnmal so oft an Magenkrebs wie die Amerikaner. Die Amerikaner dagegen erkranken zwanzigmal häufiger an Darm- und Brustkrebs als die Japaner.

Der Grund: Die Japaner essen sehr salzig, aber sehr wenig fettes Fleisch. Die Amerikaner essen sehr viel fettes Fleisch - aber nicht so scharf gesalzen.<sup>6414</sup>

Ziehen die Japaner aber nach Amerika (und nehmen dann so langsam die dortigen Lebensgewohnheiten an), so haben sie schon ab der zweiten Generation genau so viel mit Darmkrebs und weniger mit Magenkrebs zu tun wie die USA-Bürger!<sup>1101</sup>

Und dann: Mit jeder banalen, bei der Diagnose festgestellten Blutveränderung können sie Dir irgendeine Krankheit andrehen und Dich so zum ständigen Kunden heranziehen.

Und wenn Du dann ihnen glücklich entronnen zu sein glaubst, weil Du ihnen die (krebsausstreuende) körperliche Untersuchung einer eventuellen Prostata- (oder anderen) Untersuchung stark geblieben verweigertest, kommen sie Dir plötzlich hinten herum und sagen Dir, der Bluttest habe aber ergeben... Und Du kriegst darauf Medikamente verpaßt, die Dich wirklich krebskrank machen!

»Ich stelle fest: Deine Abneigung gegen die Medizin ist ja schon krankhaft! Du reißt alles nieder, was die Mediziner sich so mühsam erarbeitet haben«, meinst Du entrüstet.

**Zu Deinem Glück wagt das endlich mal einer. Und zugegeben: Meine Animosität gegen die schulmedizinisch tätigen Ärzte mag halopathologische Züge tragen - aber sie hat mir immerhin das Leben gerettet und mich davor bewahrt, einen frühen Krebstod zu erleiden. Und wenn ich Dir von dieser gesundheitsbringenden Abneigung gegen die Schulmediziner hier ein bißchen zu Deinem Heil (gefahrlos) einzuimpfen vermag, würde ich mich freuen.**

**Zudem: Ich kritisiere die Schulmedizin nicht ein einziges Mal, wo ich nicht Besseres entgegensetzen weiß, wie Du später erkennen wirst. Bei Dir sitzt meine wichtigste Erkenntnis noch immer nicht tief genug, die ich Dir jetzt einprägsam präzisiere mit folgendem**

## **Gesundheitsgesetz der Natur:**

**Es gibt nur eine einzige Krankheit, und das ist die unnatürliche Lebensführung!**

»Solltest Du der Lebensführung gegenüber nicht eine etwas tolerantere Haltung einnehmen?«

In belanglosen Dingen, klar. Aber bei so wichtigen Fragen bedeutet zu viel Toleranz nur eine Preisgabe der Gesundheitsgrundsätze zu Deinem Nachteil. Diese müssen vor Dir stehen wie die zehn Gebote. Wenn Du dagegen verstößt, bin ich tolerant genug, das zu akzeptieren. Aber Du mußt dann auch bereit sein, die Folgen zu tragen.

»Und was machst Du, wenn Du mal wirklich einen Arzt nötig hast?«

Ich laß es erst gar nicht soweit kommen, daß ich lebensgefährlich oder überhaupt erkrankte. Und unter dem Bewußtsein, daß es keine Krankheiten gibt, kann das jeder und deshalb sind Ärzte - außer für das heutige Unfallgeschehen und für die kaputten Zähne - auch für Dich nicht nötig. Im übrigen:

Das ist mir eine schöne Leistung: 40.000 angeblich verschiedene Krankheiten zu ermitteln und sich die Köpfe darüber heiß zu reden, wenn es nur eine einzige Krankheit auf dieser Welt gibt!

»Stopp! Wie kann *eine* Krankheit zu 40.000 anderen führen? Du gibst mir ein Rätsel auf!«

**Die bislang ermittelten 40.000 Krankheitsarten, denen nur eine Ursache zugrundeliegt, kommen deshalb zustande, weil menschliche Erbmassen und Lebensweisen verschiedenartig sind.**

Weil der eine nicht wie der andere lebt! Weil sich kein Mensch dem anderen gleich verhält! Und weil die Menschen in vielen verschiedenen Abstufungen nicht mehr natürlich leben: Der eine raucht und trinkt nicht - der andere raucht und säuft. Der eine schluckt Medikamente und ißt schon mal etwas Natürliches wie Obst oder Möhren aus dem eigenen Garten - der andere nimmt keine Medikamente und sitzt dafür den ganzen Tag in seinem Sessel. Der eine bewegt sich viel und ernährt sich fast nur von Fleisch - der andere läuft genau so viel herum, jedoch nur in der gifterfüllten Luft einer Großstadt und ißt gern und viel Bratkartoffeln. Der eine hat gutes, widerstandsfähiges Erbgut - der andere schon stark geschädigtes in die Wiege gelegt bekommen und leidet seelisch unter einem grobschlächtigen Partner. Der eine ist liebevoll mit Muttermilch - der andere lieblos mit weißem Kunstpulver groß geworden. Der eine liebt einfache, nur wenig verseuchte Kost - der andere ißt nur in Imbißstuben oder Gaststätten. Der eine lebt viel im Freien und schätzt polierten Reis - der andere lebt ständig in Betonwaben und ernährt sich fast nur von Spaghetti. Na, ich will Dich nicht weiter langweilen, aber so könnte ich lange fortfahren. Soviel noch: Mann und Frau essen völlig gleich und schwärmen beide für Rindersteaks. Nur Mutti schluckt zusätzlich gegen ihre Kopfschmerzen Aspirin. Beide werden mit 60 krank. Er wird senil und ihre Verwahrlosung wegen des BSE-Jacob-Creutzfeldtleidens wird täglich schlimmer...

»Trotzdem: das mag erklären, weshalb es einige wenige, auf der Verschiedenartigkeit der Lebensführung beruhende Krankheiten gibt, aber doch nicht 40.000!« wendest Du ein.

Ich habe Dir jetzt nur sechzehn Arten verschiedener Lebensweisen aufgezählt. Aber wenn ich allein die Hälfte der sechzehn oben aufgeführten verschiedenen Tatbestände miteinander kombiniere, komme ich schon auf über 40.000 verschiedene Möglichkeiten des Krankseins! Daß bei der Kombination von *sechzehn* Elementen gar eine Zahl herausspringt, die kaum benennbar ist, bedeutet, daß es rein rechnerisch noch mehr als die bislang festgestellten 40.000 Krankheiten geben kann. Das erklärt sich einmal damit, daß es mehr Einzelkrankheiten gibt, die man aber der Einfachheit halber unter einem einzigen Namen zusammengefaßt hat. Ich denke da etwa an den Krebs, der in mehr als hundert verschiedenen Arten medizinisch klassifiziert wurde. Zum anderen erklärt es sich damit, daß die Mediziner ja irrsinnigerweise dabei sind, immer weiter neue Krankheiten zu entdecken...

Und so blind sind die Menschen hinsichtlich der Ursachen ihrer Krankheiten: Krebspatientinnen geben die Schuld daran der Umweltverschmutzung. Herzinfarkt Kranke nennen als Ursache den Streß, dem sie unterliegen<sup>9020</sup>, Nierenkranke unter Dialyse machen die Fehler und Versäumnisse der Ärzte für ihr Leiden verantwortlich.<sup>9780</sup> Niemand aber sich selbst... Und so kommt es, daß den Ärzten immer eine teuflische Argumentation gelingt, mit der sie die Menschen krank halten und sich ein beständig wachsendes Einkommen und ihrem heimlichen Arbeitgeber Pharmazie Profite sichern können. So schildert es mir eine Seminarteilnehmerin: Ich pflege meine fast bewegungsunfähige, an chronischer Polyarthrit erkrankte Mutter und sehe, wie schrecklich sie leidet. Als ich bei mir die ersten Anzeichen der gleichen Krankheit, Kribbeln und Anschwellen von Hand-, Zehen- und Ellenbogengelenken wahrnehme und entsetzt meinen Arzt frage, was ich dagegen jetzt tun kann, antwortet der kühl: gar nichts! Sie sehen doch, das liegt in ihrer Familie. Das kommt eben auf sie zu. Aber mit Kortison können sie es ganz gut ertragen... Du erkennst - gleich in welcher Zeit Du lebst - in immer wieder neuen Kostümierungen finden die Ärzte Zugänge zu der Menschen Einfältigkeit, sie mit dem schönen Schein der Hoffnungsmache zum eigenen Vorteil übers Ohr zu hauen.

Das Wohlwollen Deines Arztes gegenüber Dir als krankem Menschen kannst Du, jetzt nach Veröffentlichung des Buches im Buchhandel daran prüfen, ob er Dir nach einer solchen oder ähnlichen Frage statt dessen antwortet: Oja, Sie können viel dazu tun, Ihrem bevorstehenden Leid zu entgehen. Wenn Sie nach den Anweisungen des GROSSEN GESUNDHEITS-KONZ leben. Dann kann der bittere Kelch an Ihnen vorübergehen. Einfach ist das nicht. Aber Sie haben ja ständig Ihre Mutter vor Augen... Die unter der sich bei ihnen bereits abzeichnenden Krankheit so schrecklich leidet.



# 3. Kapitel. Fühle Dich verantwortlich für Deine Leiden!

## 3.4 Verhalte Dich dumm und laß Dich von den Medizinern krank machen!

»Was denkst Du, ist der Grund, daß die Menschen glauben, alles andere nur nicht sie selbst trügen die Schuld an ihren Leiden? Und daß die Ärzte meinen, sich allein dafür zuständig zu halten, Krankheiten zu heilen?«

Warum glaubte man so lange daran, daß sich die Sonne um die Erde drehen würde? Doch nur, weil der Mensch sich als das Wichtigste in der Welt ansah (und leider noch immer ansieht!). Noch wichtiger als Gott (die Natur), denn der hatte das ja angeblich alles nur für ihn, den Menschen, geschaffen. Und dieser Glaube hat sich bis heute keinen Deut geändert. (Weshalb die Religionen, die das predigen, als die Hauptverantwortlichen der sich abzeichnenden Erdzerstörung anzusehen sind. Und in der Tat sind die christlichen und islamischen die aggressivsten, kriegerischsten, tier- und naturverachtendsten Religionen.)

Und der wichtigste Grund: weil nicht sein konnte, was nicht sein durfte! Es durfte doch nicht sein, daß sich nicht alles um die Erde drehte, auf der es diesen herrlichen Menschen, dieses Ebenbild Gottes, gab! Genauer gesagt: Wo es diese sich ihres Wissens stets so sicher fühlenden, ehrwürdigen und hochweisen Wissenschaftler, Mediziner und Kirchenlehrer gab.

Und weshalb glauben die Ärzte von sich, allein zum Heilen auserkoren zu sein?

**Die Schulmediziner bilden sich ein, allein im Besitze der Wahrheit über die Krankheiten zu sein. Und so verhalten sie sich. Und weil sie mit ihrer Omnipotenz so protzen, nimmt man es ihnen ab.**

»Warum sehen die Mediziner eigentlich diese ganzen Dinge nicht ebenfalls so einfach wie Du?«

Sie leben nun mal davon, daß dem Kranken ihr Tun geheimnisvoll und unendlich schwierig erscheint. Das Bestreben, die Dinge möglichst kompliziert zu sehen, wird den jungen Assistenzärzten schon zu Beginn ihres praktischen Tätigseins im Krankenhaus eingepflegt.



»Aber normale Menschen benutzen doch ihren Verstand, um die Dinge einfach zu sehen - nicht, um sie kompliziert zu machen«, sagst Du.

Aber, aber, das ganze Brimbamborium ist doch für die Einträglichkeit der Medizin unendlich wichtig. Vor dem Patienten muß deshalb unbedingt der Eindruck erzeugt werden, nur sie wären in der Lage, die Dinge zu durchschauen.

Natürlich bin ich nicht der einzige, der von medizinischen Praktiken nichts hält. Ebenfalls klar sah bereits Jean Jaques Rousseau, der Philosoph des gesunden Menschenverstandes und des »Zurück zur Natur«. Der goß seinen Spott schon damals zum Entzücken aller über die Ärzte aus. (Wie zuletzt auch Bernhard Shaw.)

Ich erinnere mich noch gut daran, wie ich, als ich einen erkrankten Freund besuchte, die Visite in der Dermatologieabteilung eines großen Krankenhauses miterlebte. Der Chefarzt fragte gönnerhaft einen kleinen Assistenzarzt: »Nun, Herr Kollege, wie würden Sie denn die Diagnose stellen?« »Hm«, ließ sich der vernehmen. »Na, was für eine Krankheit hat - nach ihrer Meinung - dieser Patient?« drängte der Chefarzt. Der Assistenzarzt besah sich den Mann nochmals genau und sagte dann laut: »Der hat Pickel!« Also, so schnell war wohl noch nie eine Visite wieder vor der Tür. Ich öffnete die Tür des Krankenzimmers einen Spalt, um mitzuhören, wie der Chefarzt draußen loslegte: »Hat Pickel! Pickel! Mein Gott, hat man schon so was gehört! Ich denke im Krankenzimmer, mich trifft der Schlag! Pickel! Pickel! Der

Patient hat eine Primär-Effloreszenz verbunden mit Pruritis cum materia! Daß er Pickel hat, das sieht der Mann doch selbst. Selbst wenn er Kopfläuse hätte: für uns wäre das ein Fall von Pediculosis capitis! Und nun merken Sie sich das ein für allemal!«<sup>2384</sup>

Aber dann prustete er doch vor Lachen los, und der ganze Stab lachte befreit mit. Dennoch wollte er sichergehen: »Und wenn Sie einen Patienten demnächst unterkriegen, der Fußpilz hat - was diagnostizieren Sie dann?« - »Natürlich eine Interdigitalmykose.« - »Und was bei Sodbrennen?« - »Selbstverständlich eine Refluxösophagitis mit Kardiainsuffizienz!«

»Richtig. Und wer mit Schwindel zu tun hat, der leidet unter einer vegetativen Dystonie und auch beim banalsten Schnupfen diagnostizieren Sie zukünftig eine Sinusitis« meinte der Professor, »merken Sie sich das für Ihr ganzes Arztleben:

Je weniger die Patienten verstehen, desto weniger lehnen sie sich gegen Ihre Anordnungen auf.«

Apropos Pickel... Nur ein paar Wochen hast Du vielleicht ein Medikament gegen Pickel genommen? Dann wundere Dich nicht, wenn Dir bald die Haare wegen der darin enthaltenen aromatischen Retinoide ausfallen, deren Gift Deine Haarwurzeln zerstört.

Wenn ich den guten alten Lichtenberg leicht abwandeln darf: »Die meisten Menschen glauben, es sei zu ihrem Besten, wenn einer unverständlich mit ihnen redet.«

Tja, die Medizin bleibt bis auf den heutigen Tag eine memphistische Geheimlehre...

»Warum eigentlich sind für die Mediziner Fremdwörter so wichtig?« fragst Du.

**Der Grund, einfache Tatbestände kompliziert, also in Latinismen oder Gräzismen auszudrücken, gibt nicht nur den Anschein von Gelehrsamkeit und Überlegenheit gegenüber dem liegenden Kranken, sondern erzeugt zugleich auch den Eindruck, man wisse so viel über die Krankheit, daß man deshalb auch sicher sei, wie dagegen richtig zu behandeln wäre.**

Du aber entdecke immer die Wirklichkeit hinter hochtrabenden oder Dich beeindrucken wollenden Worten. Sobald Du das erste Wort im Mediziner-Latein von ihm hörst - selbst wenn Du es verstehen solltest -, unterbrich ihn sofort mit einem: »Sind wir plötzlich in Babylon, Herr Doktor? Wollen Sie hier nicht lieber auf gut deutsch mit mir reden?« Das holt den Burschen schon mal von seinem hohen Roß auf die Erde runter. Und zudem weiß er dann möglicherweise auch, daß Du mein Buch kennst und er Dir nichts vormachen kann. Ist das nicht verrückt: Im Studium müssen sie mühsam lernen, die deutschen Krankheitsbezeichnungen in lateinische umzubenennen. (Damit haben sie den Kopf so voll gepackt bekommen, daß sie später nicht mehr hineinkriegen, was der Gesundheit ihrer Patienten zuträglich ist.) Wisse:

Wenn man die von Dir geschilderten Beschwerden sogleich mit einem lateinischen Namen zu versehen mag, kann man Dich als ungebildet und als nicht seinesgleichen klassifizieren und steht so als überaus überlegen vor Dir da.

»Aber auch sonst drücken die sich so schrecklich kompliziert aus, daß man sie auch nach mehrmaligem Lesen oder Hören noch immer nicht recht versteht, selbst wenn sie kein Latein gebraucht haben«, meinst Du.<sup>9915</sup>

**Hinter diesem intellektuellen Imponiergehabe der Wissenschaftler und dem Nicht-mehr-reden-Wollen-wie-einem-der-Schnabel-gewachsen-ist steckt die Furcht, sich zu blamieren. Etwas zu sagen, was vielleicht von anderer Seite aus bereits widerlegt sein könnte. Je unverständlicher man sich dann ausdrückt, desto unangreifbarer wird man. Je mehr Aussagen das Gesagte zuläßt, desto bedeutungsschwerer klingt es. Sich so ausdrücken, daß es alles heißen kann, aber nicht viel aussagt, das ist die Kunst, die einen heute weiterbringt. Als Wissenschaftler, Mediziner wie als Politiker.**

Und wenn es überhaupt nichts aussagt, hat man nach heutigen Maßstäben die höchste Gelehrsamkeit erreicht. Unbedingt ansehen: LV 6030. Das weckt in einem blassen Gelehrtenwürstchen das schöne Gefühl, sich mit ehrenvollem Senf zu bestreichen. Und es erhält zudem den gewünschten Status quo: Nur nichts verändern, wo doch alles so gut für die

medizinische Wissenschaft läuft: Jeder glaubt daran, gleich welchen Unsinn sie von sich gibt, und jeder, selbst der Staat, ist bereit, sich von ihr ausplündern zu lassen. Das ist wie bei einer Behörde. Da können noch so viele junge Leute mit gesundem Verstand eingestellt werden - nach einiger Zeit werden auch sie ein Um-tausend-Ecken-Denken angenommen haben und ihren Wir-sind-eine-besondere-Kaste« - Anspruch mittels eines geschraubten Behördendeutschs kundtun. Die Studiosi der medizinischen Wissenschaft eifern so schnell ihren Vorbildern nach, daß sie deren Denken - besser gesagt deren Nichtdenken - oft sogar noch voraus sind. Besondere Glaubhaftigkeit gewinnt der ganze allopathische Wahnsinn durch häufige Wiederholungen z.B. in deren Prüfungs- oder Doktorarbeiten durch die so beliebten Wendungen wie: »bekanntlich lehrt Virchow bereits ...«, oder: »die neuentwickelte Genforschung geht davon aus ...«, oder: »...wird diese Ansicht inzwischen in einzelnen Disziplinen kontrovers diskutiert...« Und das fasse mal mit Deinem Rest an gesundem Menschenverstand: Alles was da an Jauche aus allen Rohren fließt, das alles wird sich in längstens 30 Jahren als überholt oder falsch herausgestellt haben. Was aber dann niemandem mehr auffällt, weil es von der Flut unendlich vieler Neuveröffentlichungen wieder überspült worden ist.

Glaub mir, ich weiß wovon ich spreche. Ich habe 40 Jahre lang studiert, was die Studierten als Ergebnisse ihres Fleißes veröffentlichten. Und weil ich mich ständig schwarz darüber ärgern mußte, mich durch deren Hirnlabyrinth durchzuackern, habe ich mir vorgenommen, diesen immer schlimmer werdenden Trend anderer Autoren zu durchbrechen. Und versuche deshalb nicht, durch vielfältigen Gebrauch von Fachausdrücken oder Fremdworten dieses Buch »wissenschaftlich« aufzumotzen. Und ihm so mehr Bedeutsamkeit zu verschaffen, weil ich nichts zu sagen aber viel zu reden hätte. Was einerseits der Grund ist, weshalb ich so viele Schwierigkeiten mit diesem Buch bei den Behörden habe.<sup>9981ff</sup> Andererseits profitierst Du als Leser trotz des dicken Schinkens auch davon. Bei einer Reihe von steifen Bürokratenmenschen und Überkandidelten komme ich damit natürlich nicht an, denn die halten nur das Verworrene für anbetungswürdig und das Unverständliche für tief sinnig. Ahnen aber auch gleichzeitig, wie gefährlich eine klare Sprache für das Establishment ist.

Wann weigerst Du Dich endlich, die von den Herren im weißen Kittel verbreiteten »wissenschaftlich« nachgewiesenen Sinnlosigkeiten als der Weisheit letzter Schluß anzusehen?

Wann beginnst Du endlich damit, einmal alles kritisch zu hinterfragen, was Dir - es sind Menschen wie Du und ich! - »hochstehende Persönlichkeiten« alles an klug klingendem Geschwafel auftischen, wissend durch dieses Buch, daß Du ihnen völlig egal bist. Weil sie nur im Hinterkopf haben, wie sie möglichst unbemerkt ihr Schäfchen ins Trockene bringen können.

»Warum machen Ärzte im Gespräch mit Heilpraktikern eigentlich so eine schlechte Figur?«, fragst Du.

Ist Dir das auch schon im Fernsehen aufgefallen, wie sich die Schulmediziner dann da drehen und winden, wenn sie ihre allopathischen Giftverschreibungen, Röntgenbestrahlungen und Chemotherapien gegenüber den Naturheilverfahren rechtfertigen sollen? Wenn Du zufällig im WDR III am 19.4.1996 die Sendung »Der wahre Konz« über die UrMedizin gesehen hast, dann wirst Du gehört haben, was der Arzt der Bundesärztekammer für einen Schiet dazu von sich gab.

Tja, da merkst Du, wie unsicher die sich wegen der ständigen Erfolglosigkeit ihres Tuns innerlich fühlen und wie sie sofort ausweichen, wenn es eine Moderatorin wagt - zum Glück wagen es immer mehr ab und zu mal - ihnen die sanftere Medizin vorzuhalten. Nun erkenne Du und nimm endlich die rosarote Brille von Deiner Nase:

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Wissenschaftler wie Ärzte meinen, das Ziel liege vor ihnen, im Fortschritt. Dabei liegt das Ziel im Rückschritt: der Wiederannäherung an die Zustände der Urzeit. Wahrer Fortschritt, Gesundung des Menschen und der Erde liegen im »Zurück zur Natur«.<sup>2951</sup>**

Die Ärzte müssen zurück, statt nach vorne. Müssen die Menschen wieder zu einem natürlichen Leben führen. Aber das können sie nicht mehr, denn sie haben sich von Hippokrates abgewandt und die Kranken zu lange glauben gemacht, daß es bequeme Heilmittel für sie gebe. Sie waren und sind ihren Patienten gegenüber unehrlich. Sie machten ihnen weis, daß es nur in der Hand der Mediziner läge, sie gesund zu machen. Natürlich, zu verstehen ist das schon: Wer schmeißt schon gerne seine geliebten chromblitzenden Instrumente, sein ganzes, mühsam gepauktes Wissen so einfach weg auf den Müll, wenn man derart glorifiziert wird?

»Du brauchtest nichts wegzuwerfen«, fragst Du, »um das Rechte zu finden?«

Doch: meine Eitelkeit. Ich mußte mich ganz klein machen, mußte meine Nichtigkeit einsehen. Durfte vor allem nicht denken, daß ich mit meinen bescheidenen menschlichen Verstandeskräften allein einen Weg finden könnte, die Menschen von »Krankheiten« zu heilen. Mir half dabei, daß ich mich ganz zum Geschöpf machte und mich nicht klüger als der Schöpfer dünkte.

Ich sagte mir: So wie es gemacht war, bevor der Mensch vermessen und größenwahnsinnig wurde, so war es gut. Weshalb er, um gesund zu werden und zu bleiben nur eins zu tun und zu lassen hat: aufnehmen, was gesund ist - weglassen, was ungesund ist. Ungesund ist das Nichtnatürliche. Gesund ist das Natürliche. Urgesund ist das Urzeitliche.

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Die von der Schöpfung ins Leben gerufene Natur wurde vollkommen erschaffen. Vollkommenes konnte keine Krankheiten kennen, die Schöpfung hätte sich selbst widersprochen.**

Deshalb versuche ich hier, Dir die Meinung der Schöpfung zu Deinem Verhalten zu vermitteln. Und meine eigenen Ansichten bezüglich Deiner Leiden ganz zurückzustellen. Trotzdem werden meine Darlegungen immer ein wenig persönlich gefärbt sein. Deshalb solltest Du selbst zu erkennen suchen, ob das von mir Gesagte richtig ist - für Dich und die Menschheit. Was meint, ob mein Sagen und das dadurch in Dir angeregte Denken dem Sinn der Schöpfung am nächsten kommt. Und wenn Du an einen Gott glaubst, so kannst Du dies nur, wenn Du überzeugt bist, er habe nichts Halbes in diese Welt hineingesetzt. Ein Gott, der Unvollkommenes schafft? Nie und nimmer! Undenkbar! Nur die Menschen erschaffen und fördern das Leid, das Schwache, das Unvollkommene, das Kranke. Deshalb sieh im Arzt nur den Menschen, nicht den weißen Gott, der Wunder wirken kann. Und auch:

**Sieh im Arzt keinen Übermenschen, der schaffen kann, was Du zu tun versäumst.**

Er ist es nicht. Deine Unbescheidenheit, Dein Anspruchsdenken trägt letztlich mit dazu bei, daß er die kranken Menschen als unselbständige Schwächlinge ansieht, sie entsprechend behandelt und... sie damit noch weiter schwächt.<sup>2160/1/6/9, 2173</sup>

»Dann kann man nur sagen: Wohl dem, der beim Arzt nicht schwach wird!«

Dann habe ich Dich ja da, wo ich Dich haben möchte. Du brauchst Dich also nur noch nach den Empfehlungen meines Buches zu richten - und Du wirst bald stark sein! Die Natur will Dich stark und gesund sehen. Deshalb hilft Dir die Natur ja auch so sicher, Dich gesund zu machen. Aber Du mußst ihr auch folgen.

**Wenn bei Dir nun eine Behandlung im Krankenhaus oder beim Arzt glimpflich ausfiel, so muß das nicht meinen Thesen widersprechen. Denn Du weißt nicht, was die in Dich gesetzten medikamentösen Vergiftungen (die sich in Deinem Körper ablagern), was die Organentfernung, was die gesetzten Narbenstörfelder usw. Dir noch alles an Leid bringen werden...**<sup>2730, 2741/6</sup>

Aber auch wenn Du Dich *nicht* nach den Empfehlungen des Buches richten willst, so möchte ich dennoch, daß es sich für Dich bezahlt macht, selbst wenn Du weiterhin die Ärzte konsultierst. Dazu rate ich: Gehe einer Diagnose und den darauf beabsichtigten Maßnahmen auf den Grund, *bevor* sie Dich deswegen behandeln wollen! Schütz Dich! Laß Dir nichts von ihnen vormachen!

Frage, welches Labor sie ausgeführt hat. Laß Dir diesen Laborbericht zeigen. Laß Dir die Namen des dafür verantwortlichen Mitarbeiters nennen. Laß Dir Unterlagen darüber geben, in welchen Fällen seit Bestehen des Labors die Diagnosen zutreffend waren und in wieviel Fällen sie unzutreffend waren. Laß eine erneute Gegenprobe bei einem anderen Labor machen. Frage bei einer Operation nach, welcher Chirurg die Operation bei Dir ausführen soll. Laß Dir von diesem schriftlich

**Privatpatienten glauben, durch diese Privatversicherungsform eine bessere Versorgungsqualität der ärztlichen Leistungen für wenig Geld gekauft zu haben. Von Ärzten werden sie aber eher als einträgliche Einnahme**

quelle angesehen. Generell werden Privatpatienten eher aggressiven, schwierigen Therapien unterzogen, als sie sinnvoll und zurückhaltend zu behandeln.

(Ärztliche Praxis  
52/30.6.1995)

bestätigen, daß er diese auch persönlich ausführt. Frage ihn, wie Dein seelischer und körperlicher Zustand nach dieser Operation sein wird. Frage ihn, was nach seiner Ansicht passiert, wenn Du die Operation nicht ausführen läßt, Du aber ab sofort gesund lebst. Frage ihn, ob die Operation Deinen Zustand und Dein Befinden verbessern wird und sie zu keinen Nebenwirkungen führt, die eventuell noch schlimmer sind als das, was behoben werden soll. Frage ihn nach den wissenschaftlichen Untersuchungen, die seine Aussagen dazu belegen und welche gegenteiliger Art sind. Laß Dir die genauen Fundstellen angeben und sagen, wo Du alle diese Unterlagen einsehen kannst (Hospital-Bücherei, Universitäts-Bibliothek, medizinische Fachzeitschriftenstelle).

Und dann bewaffne Dich mit einem medizinischen Wörterbuch und studiere alle Berichte und Bücher über diese Deine Krankheit. Vor allem die, welche der von Dir darob Befragte nicht aufgewiesen hat... Frage ihn weiter, wie hoch die allgemeine Todesrate bei der Operation ist, die an Dir ausgeführt werden soll. Frage ihn, wie hoch seine eigene Todesrate bei dieser Operation ist. Wird er über diese Fragen ärgerlich, dann darfst Du annehmen, daß er schlechter ist als der Durchschnitt der Chirurgen. Und Du hast allen Grund, einen anderen Arzt aufzusuchen. Frage ihn auch, *wieviele* Operationen dieser Art er schon gemacht hat und ob er - käme er selbst in Deine Lage - diese Operation auch an sich, an seiner Frau oder seinen Kindern ausführen lassen würde. Dann gehst Du zu einem zweiten Chirurgen und sagst ihm, Du hättest nur gerne einen Rat von ihm. Du möchtest nicht von ihm operiert werden, aber doch seine wertvolle Meinung als Spezialist hören. Natürlich wirst Du so klug sein, ihm nicht zu verraten, was Dir der erste Arzt gesagt hat. Danach suchst Du erneut die medizinische Bibliothek der nächsten Universitätsklinik auf und läßt Dich von dem Auskunftsbeamten informieren, wo Du Berichte darüber findest, was der zweite Arzt Dir erklärte. Und dann wirst Du sehen, was von allem noch übrigbleibt. Das ist Gründlichkeit. In diesem Falle: überlebenswichtige für Dich! Doch sei Dir darüber klar, daß auch die Bücher- und Berichteschreiber Ärzte sind und lieber mit Erfolgen prahlen als Mißerfolge zuzugeben. Genau so wie Du das in Deinem Beruf und Deinem Privatleben tust.

Wenn Du Dich dann immer noch operieren lassen willst, dann bitte: Es ist Dein Leben. Weißt Du, daß die Chinesen - bestimmt keine dummen Menschen - bis vor kurzem noch jegliches Operieren ablehnten? Sie hielten es für klüger, eine Krankheit durchzustehen und das erkrankte Organ wieder funktionsfähig zu machen, statt es zu entfernen. Und erachteten es überdies ihren Ahnen gegenüber für pietätlos, den von ihnen erhaltenen Körper zerschneiden zu lassen.

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Wende nur eine Medizin an, die alles, was im Körper nicht stimmt, ohne schädigende Nebenwirkungen in Ordnung bringt. Die UrMedizin - und nur sie! - ist eine solche Medizin. Sie ist der Zündfunke für das Ingangsetzen aller Abwehrkräfte Deines Körpers.**

Das ist doch die einfachste, selbstverständlichste und einleuchtendste Sache der Welt, sich wieder gesund zu machen. Denk' mal, daß es an die fünfzig verschiedene Ursachen allein für Kopfschmerzen geben kann!<sup>13803, 9421, 9635</sup> Bis der Arzt mit allem durch ist, woran es liegen könnte, vergehen Monate um Monate. Noch schlimmer ist das, wenn Allergietests gemacht werden. Und dann helfen am Ende die verschriebenen Medikamente und ausgeführten Operationen doch nicht, weil - ja, das stimmt tatsächlich, - die Kopfschmerzen vielleicht vom zu eng sitzenden Büstenhalter herrühren... Oder die Tabletten machen Dich nur süchtig und kränker. Jedes zehnte Kind bei uns leidet schon an Migräneanfällen!<sup>3881</sup> (Ohne Nebenwirkung hilft sofort für eine Weile: eine heiße Wärmflasche auf die schmerzende Kopfseite zu legen.)<sup>1909</sup>

»Meinst Du, auch ein Bandscheibenvorfall sei mit der UrMedizin zu kurieren? Wenn ein Nerv eingeklemmt ist oder sich ein Wirbel verschoben hat, dann ist doch damit nichts zu wollen.«<sup>9877</sup>

**Du verkennst, daß Du es hier nicht allein mit der UrMedizin, sondern mit einer Ganzheitstherapie zu tun hast. Und daß diese Behandlungsart die einzige ist, mit welcher Du Leiden nebenschädenfrei und bestmöglich wegbekommst.**

Klingt wenig wahrscheinlich - ist aber so: Bandscheibenschäden haben weniger mit körperlicher Überbelastung oder einem »eingeklemmten Nerv« als mit der Selbstvergiftung durch die Nahrung zu tun, die das Gewebe austrocknet. Auch Alkohol kann dabei eine bedeutende Rolle spielen.

Bei einem Bandscheibenschaden bricht - durch falsche Ernährung und mangelnde Bewegung verursacht - Bandscheibengewebe durch den Knorpelring nach außen. Eine Operation kann auch hier, wie überall, nur das Symptom beseitigen. Nach kurzer Zeit treten die gleichen Schmerzen wieder auf oder erscheinen an anderer Stelle. Durch die Operation verliert die Wirbelsäule zudem an Stabilität. Und wenn Du nicht nur Glück bei der Bandscheibenoperation hast und alles nur noch schlimmer wird, sondern auch Deine Schmerzen fürs erste

verschwunden sind: Glaub nicht, daß dies so bleibt. Die Natur läßt sich nicht betrügen. Auch nicht von noch so großem Können der Chirurgen. Denn nach einem Jahr etwa fangen die durch die Skalpelle gesetzten Narben naturgemäß an zu schrumpfen und »zementieren« dabei die Nervenwurzel langsam aber sicher noch fester ein. So daß die Schmerzen noch schlimmer als vorher werden.

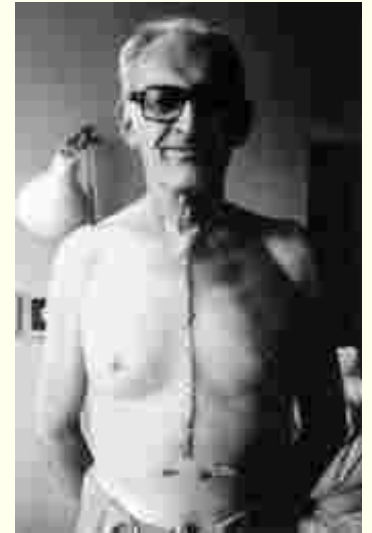
Haha! Während Dir dann auch das leckerste Essen nicht mehr schmeckt und Du halb verrückt im Kopf wirst und weder denken noch lieben kannst, da knabber ich lieber an frischen Topinambur, lauf jeden Tag im duftigen Wald, kann gute Bücher lesen, mich an Gottes Natur erfreuen und lieb mit meinem Frauchen schmusen. Also: Da kräftigst Du doch besser das Gewebe mittels der UrMedizin und beginnst langsam mit den natürlichen UrBewegungen. Ist es bereits zu Lähmungen oder unerträglichen Schmerzen wegen des Drucks auf die Nerven gekommen <sup>9723</sup>, so solltest Du Dich, statt für einen Chirurgen, schnellstens für die UrTherapie unter sofortiger Aufnahme leichten UrTrainings entscheiden. In Kapitel 8 werde ich sie Dir vorstellen. Wenn Du Dich trotzdem unters Messer legen willst, dann geb' ich Dir den guten Rat: nie bei der Orthopädie, sondern nur bei der Neurochirurgie! Die metzgern wenigstens mit einer Gesichtslupe an Dir rum und sind erfahrener.

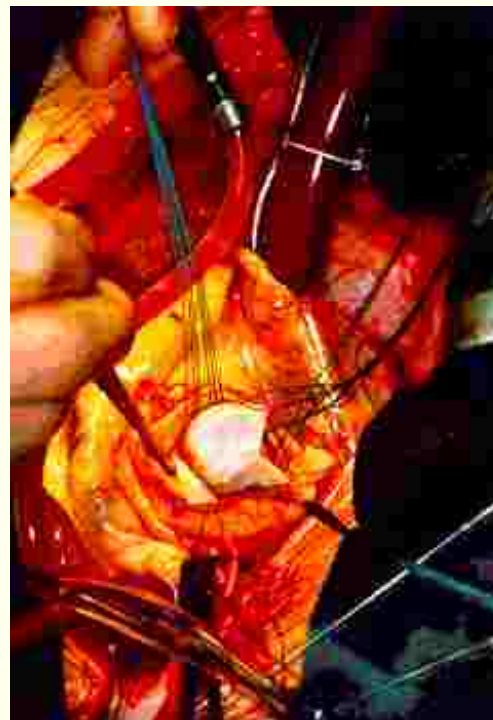
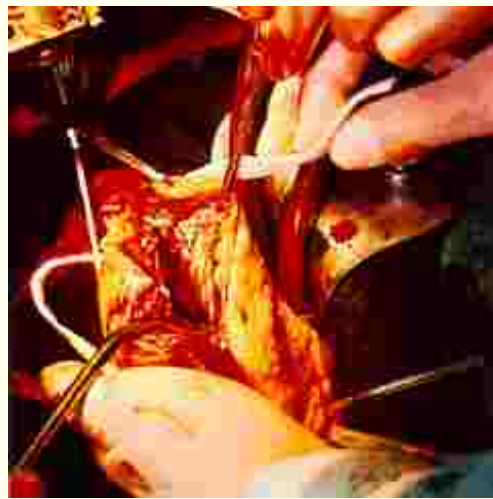
Wenn Du Deinen Rücken noch nicht mit UrBewegung gestärkt und mittels UrMedizin zum Knorpelaufbau und besserer Durchblutung beigetragen hast, dann kannst Du Dir bei einem plötzlichen Hexenschuß oft schnell damit helfen, daß Du durch eine Unterkühlung das Blut zu der verspannten Stelle bringst. Dazu legst Du Dir einen Eisbeutel auf, und zwar in Gürtelhöhe. Das soll schnell helfen. Aber da ich solchen Ratschlägen nicht so recht traue, wäre es nett von Dir, wenn Du mir Deine Erfahrungen damit mitteilen würdest.

Ach, noch lächelt er stolz über seinen Reißverschluß nach der eben überstandenen Bypass-Operation. Woher soll er auch wissen, daß sie völlig sinnlos war? Ärzte erzählen ihm so was ja nicht. Genau so wenig weiß er davon, daß solch riesige Narben (am Bein hat er ja auch welche!) die Energieströme im Körper zerstören und den Zellinformationsaustausch zum Nachteil eines intakten Immunsystems behindern werden. (@Rz.767-769)

Und was weiß dieser einfältig an die medizinische Wissenschaft Glaubende überhaupt von sich, seinem Körper da drinnen? Doch nichts. Nicht mal Ahnung hat er davon, was so eine Operation in seinem Lymphsystem anrichtet. Und wenn ich nichts weiß, dann erkundige ich mich doch wohl zuerst einmal, nicht wahr? Dann gehe ich zumindest in eine Bücherei und bitte den Buchhändler darum, mir wenigstens die wichtigsten Bücher über den menschlichen Körper im allgemeinen und den Bypass im besonderen - und zwar die von der schulmedizinischen und der alternativen Seite - zukommen zu lassen. Und dann erst entscheide ich mich. Nicht nötig ist das nur für den, der dieses Buch gelesen hat...

Dieser Dummkopf (Bild Nr.7 übernächste Seite) ließ sich doch tatsächlich von den Medizinern weichmachen, sich sein ganzes Schädeldach absägen und sein Gehirn freilegen zu lassen.<sup>9845</sup> Damit ein »Wunderstrahl-Laser« eine Stelle darin verschmoren kann. Von der die faulen Zauberer in grüner Verkleidung annehmen, sie sei für seine Krankheit ursächlich ... Noch nie haben die mit diesem Wahnsinn auch nur den geringsten Erfolg nachweisen können. Und Du weißt, ich verfolge akribisch das gesamte Tun in der Medizin. Aber das ist wohl auch klar. Das ist schließlich so, als würdest Du mit einem Bischofsstab in einem trüben Teich herumstochernd, Stichlinge fangen wollen...





Interessiert Dich als halbwegs Gesunder überhaupt das schwere aber unnötige Schicksal dieses Mädchens? Wahrscheinlich nicht, wenn Du ehrlich bist. Als halbwegs Gesunder kannst Du Dir auch gar nicht vorstellen, was es für ein lebenslustiges Kind bedeutet, ein verkrüppeltes Bein zu haben. Ich als ehemals Schwerkranker vermag mich da schon etwas mehr einzufühlen. Weshalb ich dieses Buch so ehrlich schrieb, damit möglichst vielen Kranken ihr schweres Schicksal erspart bleibt. Verstehst Du den Verfasser jetzt schon etwas besser?

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#) × [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** e-mail : [Report an Webmaster](#) ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/3/4.html> - Update: 13.01.2000 15:44

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

# 3. Kapitel. Fühle Dich verantwortlich für Deine Leiden!

## 3.5 Was tun, wenn Du kurz vor dem Herzinfarkt stehst?

»Du magst ja recht haben, daß wir alle falsch gelebt haben. Aber es ist nun nicht mehr rückgängig zu machen. Und wenn ein Mensch dadurch so stark geschädigt ist, daß er unbedingt operiert werden muß, weil er sonst in Kürze sterben würde, dann wäre es doch unverantwortlich, auf eine sofortige Operation zu verzichten und statt dessen zu sagen, er sollte es mit der UrTherapie versuchen. Ich kann mir vorstellen, daß die nur sehr langsam anschlägt. Du wirst nicht abstreiten, daß so manche Kranke früher sterben als nötig, weil es nicht genügend hochspezialisierte Kliniken gibt. So müssen viele, die nach einem Herzinfarkt nur noch durch eine Operation auf ein längeres Überleben hoffen können, oft länger als ein Jahr auf diese warten.«<sup>2094, 2070, 3226, 3250</sup>

Je länger sie warten, desto besser: die Aussichten für die Herzinfarktleidenden sind, so behaupte ich, hundertmal besser. Selbst dann, wenn sie's nicht mit der UrMethodik versuchen sollten.

Mit dem Ansinnen: das muß sofort operiert werden, macht man Dir nur Angst. Und wenn man den Menschen Angst macht, kann man von ihnen alles haben. Dem Dich bedrohenden Verbrecher übergibst Du bereitwilligst Deine Juwelen und Dein Geld, dem Dich ängstigenden Arzt übergibst Du bereitwilligst Dein klares Denken und Deinen Körper. Deshalb: Geh erst gar nicht hin zu denen, die Dir Angst machen.

»Was redest Du denn? Nimm doch mal den Fall der stark an Angina-pectoris-Leidenden, die für diese Bypass-Operation vorgesehen sind, und bei der aus einer Beinader die Umleitung für die verengte Arterienstelle am Herzen geschaffen wird. Ich möchte nicht wissen, wie viele da vorzeitig sterben, nur weil sie noch nicht mit der Operation an der Reihe sind!«

Das wird von den Bauernfängern der Schulmedizin doch nur behauptet! <sup>2742</sup> Nach einem Jahr sind bereits 3/4 der Umleitungen wieder verschlossen. 30% aller Operierten müssen innerhalb der ersten zehn Jahre erneut (und das mit erheblich größerem Risiko) operiert werden.<sup>2070</sup>

Die meisten Ärzte raten reichen Patienten sogar, eine vorbeugende Bypass-Operation machen zu lassen, wenn sich bei einer Herzuntersuchung irgendwo eine kleine Verengung (haben die meisten Leute und werden trotzdem alt damit) erkennen läßt. Daß solch operierte Scheinkranke länger überleben, das schön die (übrigens nie gegenkontrollierten) Erfolgsstatistiken dann bestens.<sup>2739, 2757</sup>



**Die frühere Medizin war bescheiden und bot noch Alternativen, ließ es dem Kranken frei, sie anzunehmen. Die heutige Medizin aber tritt mit der Vermessenheit auf, außer ihr gäbe es keinen anderen Weg, gesund zu werden.**

Noch immer wird diese Operation als Wundermittel gegen den Herzinfarkt angepriesen.<sup>2070</sup> Bei dem Eingriff wird ein Gefäßstück, meist eine Vene, in eine Herzkranzarterie eingepflanzt, um dort eine arteriosklerotische Engstelle zu umgehen. Solch eine chirurgische Umleitung des Blutes ist heute groß in Mode und wirkt insbesondere auf die amerikanische Prominenz wie eine Seuche. Auch bei uns werden viele Herzranke, die ich als »Krankheit« der Müden und Bequemen bezeichne, zu dieser Operation gedrängt.

Und das zumeist - schließlich handelt es sich um eine neue Methode, wenn auch eine sehr teure - auf Grund leichtfertiger Diagnosen. Oder auch durch ein wenig Nötigung. So wurde schon vielen Ärztekunden erklärt - obwohl der Eingriff erhebliche Risiken birgt und in bis zu fünf Prozent der Fälle tödlich endet - es handele sich um eine Routinemaßnahme.

»Der Bypass ist heute schon so harmlos wie eine Blinddarmoperation...« - sagt man dem wundergläubigen Kranken. Wer noch immer schwankt, der wird durch die Koronarografie gefügig gemacht - eine Methode von eindringlicher Überzeugungskraft: Durch ein biegsames Röhrchen, das von der Armvene ins Herz vorgeschoben wird, spritzt man ein Kontrastmittel in die Herzkranzgefäße, so daß diese auf dem Röntgenbild sichtbar werden. Zeigen sich dabei Schmalstellen oder Verengungen, dann lassen sich meist auch noch zögernde Kranke zu einer Bypass-Operation überreden. Eine wirklich eindrucksvolle Demonstration. Besonders für den Laien, der nichts von solchen Aufnahmen versteht. Sie hat nur einen Nachteil: der Schein trügt. Denn das Gefäßnetz in einem lebenden Organismus ist nicht so primitiv konstruiert wie etwa das Rohrnetz der Wasserleitung. Da kann der Arzt dann auf höchst eindrucksvolle Weise dem erschrockenen Kunden am Bild den vollständigen Verschluß zweier Herzkranzgefäße zeigen. Und der Kranke meint nun, daß er jeden Tag sterben könnte - dabei sind andere Adern hinter den Verschlußstellen prall mit Blut gefüllt und haben längst die Verengung ausgeglichen.

Das ist möglich wegen der Umleitungsgefäße, die sich in einem solchen Notfall als »Blutbrücken« für eine ausreichende Durchblutung des Herzmuskels bilden, so daß selbst ein vollkommener Gefäßverschluß ohne Folgen bleibt. Trotzdem kann der ach so um den Kranken bemühte Doktor sein »Wir behalten Sie gleich für die Operation hier« loswerden.

»Der ist also gesund und soll trotzdem operiert werden?« staunst Du.

Nein - der ist natürlich nicht gesund! Daß es da schon mal Beschwerden gibt, wenn das Blut einen anderen Weg zu gehen gezwungen ist, das kannst Du Dir doch vorstellen. Aber eine Operation ist weder sinnvoll noch nötig. Was nötig ist, das wäre tüchtige, langsam ansteigende Bewegung unter der UrMedizin, die immer härter werden muß, bis sich die zugesetzten Gefäße wieder öffnen.

**So wirkt die UrMedizin in der Tat als sanfte Operation, die sanfteste Medizin ist sie**

allemal.

### **■ Kurzatmig durch Herzoperation**

*Nach einer Bypass-Operation wurde ich wochenlang künstlich beatmet. Danach blieb eine Kurzatmigkeit. Was kann ich tun? Arthur W., Singen*

**Neue Post**

9. März 1995

Aber: Der wissenschaftsgläubige Schulmediziner von heute mißachtet nichts so sehr wie den hippokratischen Grundsatz »natura sanat - medicus curat« (Die Natur heilt - der Mediziner quacksalbert.)

Der Arzt sieht sich als über natürlichen Gesetzen stehend und ist doch nur ein stümperhafter Hineinpfuscher in das weise Walten der Natur.

»Heute können sie doch auch den Infarkt dadurch verhindern, daß sie einen Katheder mit Ballon an der Spitze in das verengte Herzkranzgefäß einführen, dort aufblasen, und so das Gefäß wieder erweitern.«

Doch die Chirurgen spielen dabei herunter, daß durch das Auseinanderpressen der von Kalk und Zivilisationskost schlackenverstopften und verhärteten Arterie sehr leicht deren Wand einreißt. Das aktiviert die Blutplättchen, sich später erneut dort zusammenzuballen und just das entstehen zu lassen, was man verhindern wollte: einen Thrombus. Dann muß auf die Schnelle eine gefährliche Herzoperation gemacht werden. Du wolltest eine möglichst schonende Behandlung und plötzlich hängst Du im schlimmsten Schlamassel.<sup>3206</sup> Wie beim Brustkrebs: Sie beruhigen Dich mit »nur ein kleiner Einschnitt« und wenn Du wach wirst, ist die ganze Brust weg. Merke: im Vertuschen von Gefahren und Fehlern sind die Ärzte reinste Triebtäter.

Doch auch eine gut verlaufene Ballondilation nutzt nichts, denn kurz darauf hat sich in 36% der Fälle eine andere Herzkranz-Arterie wieder zugesetzt...<sup>3205</sup> Du wirst mittels der Dilation zwar für eine kurze Zeit schmerzlos, aber Du mußt diese schwere Operation mitmachen und lebst doch kein bißchen länger als andere mit gleichen Engstellen in den Herzkranzgefäßen.<sup>3207</sup> Außerdem wird durch das Aufspreizen des Ballons das Gefäß stark geschädigt. Das Todesrisiko danach ist dramatisch hoch!<sup>9752</sup> Nach ein paar Monaten setzt sich die erweiterte Arterie wieder zu, weil die Ursache nicht angegangen wurde! So verschafft man sich ständig neue, toll bezahlte Operationen - und das gefährliche Spiel kann von neuem losgehen...

Statt der Erweiterung mit Ballon setzen die Ärzte an vielen verstopften Leitungen des Körpers auch Röhrchen aus Kunststoff oder Metall (Stents) ein. Das geht mal wieder solange, bis sich auch hier die Mißerfolge rumsprechen.<sup>1051, 2725ff, 3201f, 3115</sup> Doch bis dahin ist denen schon wieder was Neues, Tolles eingefallen, auf das Du dann erneut hereinfällst. Wenn Du 10 cm dieser 160.000 Kilometer langen Kanäle reinigst oder mit einem Ballon auseinanderdrückst - ja, was soll das denn nutzen? Da leb' ich doch lieber ein bißchen vernünftiger und halt meine Blutgefäße sauber...

Wo ist Dein gesunder Menschenverstand?

Um noch mal zum Schluß auf das Argument der Ärzte zurückzukommen, das Legen eines

Bypass' sei harmlos wie eine Blinddarmoperation - da spukt in Deinem Kopf jetzt vielleicht der Gedanke:

Na schön, wenn's nichts nutzt, dann schadet es ja nach der gängigen Medizintheorie auch nichts. Und vielleicht profitiere ich doch etwas von der auch bei Operationen wirksamen Placebowirkung, daß ich mich besser fühle.

Laß Dir sagen: Früher oder später wirkt sich *jede* Operation nachteilig in Deinem Körper aus. Weißt Du, den Blutgefäßen machen die Schnitte der Skalpelle nicht mal so viel aus, derer sind so viele, die finden wieder zusammen. Aber da existiert ja auch noch ein anderes, viel empfindlicheres System im Körper! Das der Lymphgefäße. Und wenn die Lymphbahnen durchtrennt werden - darauf nehmen die flinken Schneidegesellen keine Rücksicht, können das auch gar nicht, - das bedeutet schon was ganz anderes! Die wachsen nie mehr richtig zusammen, enden plötzlich irgendwo im Fleisch. Der Körper kann keine neuen mehr bilden und die Lymphozytenproduktion bleibt dabei teilweise auf der Strecke. Du merkst es an den langen Verhärtungen um die Narbe und dem Verlust an Abwehrkraft.

Doch die Herrschaften wollen mit aller Macht Geld machen. Ständig stöhnen Sie: »Das GSG bringt uns auf den Hund. Zum Beispiel: Wir bekommen für einen Hausbesuch lächerliche 25 Mark - der Schornsteinfeger steckt dafür schon an die 100 Mark ein!«

Dabei vergessen sie nur, daß dazu noch die Kilometerpauschale kommt, das Honorar für eine Beratung, eine Untersuchung, die Blutdruckmessung, die Urinuntersuchung, die Rezeptgebühr und, und, und. So kassieren sie in Wirklichkeit beim Hausbesuch das Doppelte von dem im krebsverursachenden Ruß auf dem Dach hart arbeitenden Kaminkehrer... (®LV 2290)

**Aber alle diese Sorgen mußst Du Dir nicht machen, wenn Du ab heute schon so langsam mit der UrTherapie beginnst. Verliere keine Zeit!**

Du willst doch sicher nicht Deinen Partner so ins Fürchten bringen:

Erzählt mir eine ältere Dame nach meinem Seminar: »Mein Mann konnte leider nicht mitkommen - der ist vor zwei Wochen trotz einer vorhergegangenen Ballondilatation gestorben!« Ich drückte ihr mein mitfühlendes Beileid aus. Sie antwortete: »Danke! Ich hab' vielleicht einen Schreck von dem Krach bekommen, als der Dickwanst plötzlich mit lautem Getöse die Treppe herunterrasselte und die Augen verdrehte.«

Dein Kreislauf ist als über 40jähriger intakt, Du bist nur ein wenig kurzatmig? Verschaffe Dir mittels der UrzeitBewegung schnellstens mehr Atemvolumen, denn binnen 7 Jahren bist Du doppelt so stark gefährdet, einen Herzinfarkt zu erleiden wie nicht kurzatmige Menschen. Über Dich möchte ich nicht gesagt bekommen, daß Du Dein Leben nur zur Hälfte des möglichen leben konntest. Du weißt gar nicht, wie vergnüglich das Alter sein kann, wenn man topfit ist. Frag mal meine Frau Delia...

Wisse über Deine eigene Heilkraft:

Wenn es auch keine Heilmittel gibt, so können wir doch einer Heilkraft sicher sein. Einer echten Kraft des Körpers, die mit unglaublicher Macht alles wieder reguliert, wenn der Kranke die Tatkraft dazu aufbringt und dem Organismus die Lebensstoffe verschafft, die er dazu braucht.

Dieser Heilungskraft bedient sich die UrTherapie. Sie besteht seit Urgedenken. Sie besteht, seitdem der Mensch besteht. Was wissen die nur auf Chemie setzenden Ärzte schon davon? Nichts!

Frage Dich: Wie lange besteht das chemische Medikament, was ich da als Heilmittel einnehmen soll? Zwei Jahre, fünf Jahre? Wenn's hoch kommt, mal eben fünfzehn Jahre...

Wem willst Du mehr vertrauen? Glaube an Dich! Aber tu auch was dafür!

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ☒ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/3/5.html> - **Update: 13.01.2000 15:44**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a>	× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr
--	---

# 3. Kapitel. Fühle Dich verantwortlich für Deine Leiden!

## 3.6 Diesen lebensrettenden Rat gibt Dir kein Arzt

So kündigt sich ein Herzinfarkt an: <sup>2070</sup>

Lang andauernde Schmerzen im Brustkorb, den Armen, Bauch und Unterkiefer, Schmerzen im Hals oder Oberbauch. Blasse, fahle Gesichtsfarbe, kalter Schweiß auf Stirn und Oberlippe oder auch im ganzen Gesicht. Starkes Engegefühl oder heftiger Druck im Brustkorb, Luftnot - flache Atmung. Plötzlicher Kreislaufzusammenbruch - Kollaps ohne Bewußtlosigkeit. Dann ist der Kranke sofort mit angehobenem Oberkörper hinzulegen und beengende Kleidung zu öffnen.

Wird er plötzlich bewußtlos - Kopf fällt auf die Seite, schnarchende Atmung - zieht man ihn auf den Boden, lagert ihn flach und schlägt mit der Faust kräftig auf den unteren Teil des Brustbeins. Dann setzt man Wiederbelebensmaßnahmen ein. (® Rz 999)

Das ist die Vorbotschaft zu frühem Tod:

**Dein Sehvermögen wird plötzlich kurz auf einem Auge (höchstens für etwa eine Stunde) eingeschränkt. Plötzlich schiebt sich ein Vorhang oder Nebel von oben oder unten in das Gesichtsfeld eines Auges. Dazu können sich dunkle Flecken oder eine Art Spinnennetz in den Nebel oder über die dunklen Flecke einschieben. Um sicher zu sein, daß es sich um die gefährliche Ankündigung handelt, mußt Du sofort ein Auge abdecken, um festzustellen, ob der Sehverlust einseitig ist.**

Wenn Du die ersten obengenannten Anzeichen eines Infarkts an Dir wahrnimmst, dann schlucke schnellstens eine Strophantinpille. Nur Strophantin kommt so schnell und wirksam am Herzmuskel an, daß Du große Chancen hast, noch mal davonzukommen. Doch leider hat sich die Schulmedizin gegen dieses Mittel ausgesprochen und bleibt dabei, weil sie nicht gerne Fehler eingesteht. Man kriegt es deshalb auch nur noch auf Bestellung in den Apotheken. Besorge Dir also Strophantin sofort, wenn Du infarktgefährdet bist. (Das bist Du als Raucher und unter Fast Food oder Schlemmerkost.)

Doch wisse: Strophantin kann nur für eine kurze Zeit wirken. Es heilt ja nicht - es putscht nur kurz auf. Nur mit der UrTherapie schaltest Du alle Gefahr aus, daß je ein Infarkt auf Dich zukommt. Die Ärzte werden Dich auf Deine Frage wegen des Strophantins zwar für zu konservativ erklären, weil sie sagen, das wäre längst out und passé und nur Nitro oder Digitalis sei das Mittel der Wahl - aber auf was haben die nicht schon alles geschworen! <sup>2068</sup>

(Digitalispräparate sind zwar »Naturheilmittel«, führen aber später zu erheblichen Herzrhythmusstörungen, die dann die bekannten Herzschrittmacher und ständige Betreuung erforderlich machen.)

»Was ist das für ein Reden! Es ist doch selbstverständlich, daß man den Arzt ruft, wenn sich ein Schlaganfall ereignet hat. Und nicht selbst daran herumdoktert«, meinst Du aufgebracht.

**Hör mal, bevor der Arzt in der Tür steht, kann längst alles zu spät sein, und zudem: Ein Infarkt ist schlimm, ein schulmedizinisch tätiger Arzt dabei ist aber das Schlimmste, was Dir passieren kann. 90% dessen, was der dann unternimmt, ist verkehrt, kann Deinen Tod bedeuten.**

»Das ist doch Unsinn und rührt nur aus Deiner Abneigung gegen alles Medizinische her.«

**Ich rede nicht leichtfertig dahin, sondern recherchiere sorgfältig, bevor ich Behauptungen aufstelle. Überleg doch, welche Verantwortung ich hier in diesem Buch kranken Menschen gegenüber trage! Deshalb sieh ruhig ab und zu mal, wenn Du über etwas hier Gesagtes Zweifel bekommst, im Literaturverzeichnis nach. In diesem Falle also unter der Nr. <sup>2106</sup> Für alle, die zu bequem zum Nachschlagen sind, bringe ich die im Literaturverzeichnis stehende Quelle gleich hier:**

Nach einem Herzinfarkt besitzt der Betroffene bessere Überlebenschancen, wenn er schlicht zu Hause bleibt, anstatt in eine Klinik - und gar noch in eine Intensivstation eingewiesen zu werden.

(Prof. Archibald Cochrane, Cardiff)

»Kann die UrMedizin auch nach einem Schlaganfall noch helfen«, fragst Du, »wenn man schon - wie das vielen geht - teilweise gelähmt wurde?«

Aber ja! Nur die UrMedizin allein macht es nicht. Die ganze UrTherapie muß es schon sein.

Wichtig ist: Nach dem Herzinfarkt<sup>1904</sup> mußt Du Dich vor allem - egal ob 40 oder 80 Jahre alt - bewegen, bewegen, bewegen. Und das immer mehr, bis zum Ende Deines Lebens, sonst geht's ab mit Dir in die Holzkiste. Am besten schon nach ein paar Tagen im Bett, falls Du Dich etwas besser fühlst.<sup>8011</sup> Langsam anfangen, aber stetig immer mehr UrzeitBewegung! (®Kap. 8)

**Die Mediziner behaupten zwar, daß sich einmal zerstörtes Nervengewebe nicht mehr regenerieren lasse - aber was haben sie nicht schon alles behauptet! Daß sich kaputtes Nervengewebe nicht mit Chemie wiederbeleben läßt, das ist wohl klar - aber die**

**gesundmachende Urkraft der UrMedizin hat bisher auch noch kein Arzt einem Kranken verschrieben!**

Multiple Sklerotiker leiden gleichfalls an einer schleichenden Nervenzerstörung - und hier kann die UrMedizin unter Umständen helfen. (@Rz974[8]) Doch solange ein vom Hirnschlag Betroffener mittels UrMedizin und eisernem Willen mit großer Disziplin seine Schäden nicht überwunden und mir seinen Erfolg mitgeteilt hat, will ich dazu nichts weiter sagen, Dir aber doch diesen Bericht zum Nachdenklichmachen bezüglich der Lähmungen (und der »behandelnden« Ärzte) anführen:

Gesundheitsgesetz der Natur

**Deine Selbstzufriedenheit, Dein Beharren auf frühere falsche Überzeugungen und Vorurteile sind die Ursache Deines Leidensweges.**

**Die UrTherapie befreit auch Deinen Geist von Schlacken und vermittelt ihm Klarsichtigkeit. Je mehr Du sie praktizierst, je schärfer wirst Du die hier gegebenen Wahrheiten zu erfassen mögen und Dich auf Dein eigenes Urteil verlassen können.**

»Für immer gelähmt«, sagten ihr die Ärzte.

... Die Behandlung hatte eigentlich nur ein Ziel: Akzeptiere endlich, daß du gelähmt bist und es bleiben wirst. Richte dich auf dieses Leben ein!

Louisanne bekam diese Philosophie, die eine spätere Enttäuschung verhindern will, bald im Krankenhaus zu spüren:

»Hier, nehmen Sie diese Pillen, die werden Ihnen gut tun.«

Es war Valium. Dabei war sie gar nicht aufgeregter, sie wollte sich nur nicht beflissen in ihr Schicksal ergeben.

Täglich trainierte sie. Die Finger an der linken Hand blieben stumm auf ihre Befehle. Die rechten reagierten mehr und mehr. Erstmals eine Tasse halten können, einen Bissen in den Mund schieben - Meilensteine auf dem Weg vom »ich will« zum »ich kann«.

Der Professor sagte: »Werten Sie das nicht so hoch. Sie werden nicht weiterkommen!« Sie kam weiter.

Als Louisanne kurz vor der Entlassung das rechte Bein bewegen konnte, sagte die Stationsärztin: »Alles nur Täuschung. Das sind irgendwelche muskulären Kontraktionen - willentlich können Sie gar nichts machen.«

Täglich arbeitet das zarte Persönchen mit dem eisernen Willen »wie ein

Hochleistungssportler« an ihrem Körper. Seit ein paar Wochen kann Louisanne - die Hände am Geländer - sogar Treppensteigen. Für manche deutsche »Spezialisten« hat sie nur noch ein spöttisches Lächeln übrig. Als sie kürzlich bei einem norddeutschen »Querschnitt-Papst« ihre Fortschritte vorführte, sagte der beleidigt: »Was, Sie laufen? Soll das eine Ideologie sein? Was soll der Quatsch?!« (QUICK Nr. 37/1989)<sup>6522</sup>

Meinst Du das nicht auch: Solche Schulmediziner gehören auf die Bäume gejagt und ihnen die Leitern weggezogen.



»Sicherlich nur ein einmaliger Fall«, sagst Du.

Nicht, wenn dieses Buch den Anstoß für viele gibt, sich mal selbst um ihr Kranksein zu ihrem eigenen Vorteil zu bemühen. Aber sicher nur deshalb einmalig, weil Louisanne das erste gelähmte Mädchen war, das sich um die Meinung der hochgelehrten Professoren einen Dreck scherte und sich auf sich selbst verließ!

Was Herzranke gesundmachen kann, zeigt dieser Bericht:

**Warum Sportarzt herzranke Frauen harten Sport treiben läßt: Weil sie ständig an Herzbeschwerden litt, vermied die Hausfrau Ina Wester aus Solingen jahrelang jede körperliche Anstrengung. Ein Sportarzt riet: »Sie müssen regelmäßig laufen, dann werden Sie gesund«. Ina Wester lief zuerst nur kurze Strecken und hatte dabei Angst um ihr krankes Herz. Aber heute betreibt sie Marathonlauf. Für sie ist nur eines wichtig: Seit sie regelmäßig Langlauf betreibt, sind ihre Herz-Rhythmus-Störungen verschwunden. (stern 15/91)**

Aus meiner persönlichen Erfahrung: Die vernünftigsten Ärzte findest Du unter den Sportärzten - wenn sie nicht gerade die Athleten mit Chemie kaputtspritzen. Aus meiner persönlichen Erfahrung mit Herzleiden: Meine frühere Frau griff sich auch immer ans Herz, wenn sie die Treppe hochgekommen war. Nach zwei harten Bergsteigtouren mit ihr war das nie mehr nötig... Doch Du mußt nicht Marathonläufe absolvieren. UrBewegung genügt völlig.

»Und wenn ich meine bis jetzt unbedingt nötigen Pillen für meine Herzschwäche verschrieben bekomme - wie viele soll ich zukünftig dann davon nehmen, wenn ich Deine Therapie aufgreife?«

Keine einzige mehr. Verstreue sie, anstatt zu schlucken, dreimal täglich auf einer Wiese und sammele sie dann in der Hocke oder im Vierfüßlergang wieder auf. Danach brauchst Du keine mehr - dann bist Du Deine Herzschwäche los.

Wenn die Ärzte nur nicht so auf die Operation drängen und sie als einzige Rettung darstellen würden,<sup>9445, 9737</sup> wie das so oft nach größeren Untersuchungen gemacht wird! Denn das ist das Schwerste für den Naturvertrauenden: diesen unwahrscheinlichen Einfluß der weißen Kittel zu überwinden. Und der Doktor sagt's oft sogar mit gutem Gewissen: denn er kennt die



UrMethode ja nicht. Höchstens vom Hörensagen. Und ist sofort voreingenommen, denn es handelt sich ja nicht um eine Methode seiner Schulmedizin. Ihm kann bei seiner Ausbildung auch nicht einleuchten, daß sie allen Krankheiten gewachsen ist. Er wird sagen: »Das können Sie bei einem Schnupfen probieren - aber nicht bei Ihrem schlimmen Leiden!« Doch das ist dann wieder mal Heuchelei pur. Denn insgeheim wissen die ganz genau, daß ihre allopathische Methode die Ursachen der Krankheiten nicht angeht.

Ich aber sage Dir: Laß Dich nicht verrückt machen. Seine Worte: »Nur noch eine Operation kann Sie retten!« nehmen Dir doch jeden Mut! Woher will er das denn wissen? Kann der in Dich reinsehen? Du bist stärker als Du denkst! Also faß Dir ein Herz und dann nichts wie ran! Hoch mit Dir! Raus aus dem apathisch machenden Bett! Raus aus den bequemen Fernsehsesseln, erhebe Dich, Du schwacher Geist.

Mut verloren - alles verloren - der wäre besser nicht geboren! Untätig daliegen und auf eine Operation warten?! Wenn ich das sehe! Mach doch Deine Adern mit der UrMedizin frei von all dem Dreck! Du wirst schon sehen, wie schnell Du wieder gesund bist! Ich krieg's zuviel, wenn ich nur an all die Millionen unnützer Operationen zum Herausnehmen von Blinddarm und Gebärmutter denke. Oder an das Entfernen von Eierstockzysten, nur mit Wasser gefüllter Geschwülste, die sich fast immer von selbst zurückbilden. Was die Frauen da alles unnötig durchgemacht haben!

»Da ist doch Aspirin (ASS)<sup>3727b</sup> zur Zeit in aller Munde! Schon 1/2 Tablette täglich verhütet Herzinfarkt, so las ich es neulich!«, sagst Du. »Wenn ich das regelmäßig einnehme...«<sup>9501</sup>

Nun, dann auf zum großen Schlucken von Chemie, damit Bayer, Hoechst und Schering, Sandoz, Lilli und Konsorten kräftig Dividenden ausschütten können. Übrigens: Aspirin hindert den Körper, genügend Vitamin C aus der Nahrung aufzunehmen.<sup>3729</sup>

Nur - liest Du auch Ärztesfachzeitschriften? Ist doch gut, daß ich es für Dich tue und Dich so vor Schlimmerem bewahre. Und Dir handfeste Beweise vorlegen kann, wie die medizinische Wissenschaft fälscht, Dich belügt und betrügt.<sup>2500</sup> Übrigens wird jetzt von den Frauenärzten allen Schwangeren 1/2 Tablette Aspirin empfohlen, wenn sie zuvor geringgewichtige Babys geboren hatten. Nach Aspirin sollen die im Durchschnitt 225 g schwerer werden. Auf, ihr werdenden Mütter, schluckt fleißig, was der Onkel Doktor rät. <sup>3717, 3727/8, 3738/9, 3750</sup> Der hält ja so viel gute Medikamente für Euch parat. Nebst so vielen Tests, ob es auch ein gesundes Kind wird... Nur sieh Dir vorher noch mal die Fotos unter Rz 217 gut an. Wenn Du Dir die zum zweitenmal eingepägt hast, wirst Du Dir vielleicht für alle Zukunft schwören, ein für allemal auf dieses Zeug zu verzichten und auf den Doktor hoffentlich auch. Ich rate Dir:

**Nie mehr Medikamente! Schlag dem Chemiearzt die Spritze aus der Hand, die er Dir setzen will.**<sup>3328</sup>

»Alle Medikamente weg! Du hast gut reden. Ohne meine Herzmittel und mein Aspirin kann ich nicht auskommen«, sagst Du.<sup>2180</sup>

**Paperlapapp. Oder glaubst Du, daß Du deshalb Herzschmerzen hast, weil Dein Körper unter einem Mangel von Herzmedikamenten leidet? Oder daß Du deshalb Kopfschmerzen hast, weil Dein Körper zu wenig Aspirin von Dir erhält?**

Alle unnatürlichen Fremdstoffe führen zu diesem Glauben. Gleich ob das Salz, Zucker, Nikotin oder ein Herzmittel ist. Alles Unnatürliche, was Du in den Mund steckst, macht mit der Zeit süchtig. Ich kann mein Versprechen - Dich gesund zu machen - nicht halten, wenn Du weiter Gifte in Deinen Körper bringst.

»Du redest stets von Giften - ich komm' da immer noch nicht richtig mit. Da sind doch alles wertvolle Ingredienzien drin.«

Haha!

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ☒ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/3/6.html> - **Update: 13.01.2000 15:44**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a>                      × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> -                      <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# 3. Kapitel. Fühle Dich verantwortlich für Deine Leiden!

## 3.61 Die Chemieärzte verschreiben Dir bedenkenlos Rattenvernichtungsmittel als Medikament

»Du bist wahnsinnig!«

Doch nicht ich. Du bist es. Wenn Du z.B. nach einer Herzklappenoperation zur Vorbeugung gegen Herzinfarkt oder nach einem solchen zum Vermeiden eines zweiten Herzinfarkts oder zur Einstellung des Quick-Werts (Blutgerinnungszeit) Cumarin-Antikoagulantien schluckst, das Dir der Arzt unter dem Namen Marcumar, Coumaral, Falithrom, Sintrom, Warfarin, Coumadin verpaßt hat. All diese "Heilmittel" enthalten das schreckliche Gift zur Rattenvertilgung: Cumarin.<sup>3701, 3613</sup>

**Und kein Röntgen mehr! Das alles schädigt Dich aufs Schwerste und hemmt nur Deinen Körper, sich aus eigener Kraft gegen Deine jetzige und gegen kommende Krankheiten zu wehren.**

Und Du hilfst überdies, das Volksvermögen nicht kaputtzumachen und die Volksgesundheit zu stärken. Kürzlich stellten die Ärzte für die 30monatige Behandlung eines Bluters der Krankenkasse einen Betrag von 23,9 Millionen Mark in Rechnung! Etwa 1/10 davon entfiel auf das Arzthonorar. Die streichen in ein paar Wochen ein, was Du im ganzen Leben nicht verdienst.<sup>2302, 2307, 2309, 2312</sup>

**Merke: Die Schulmediziner röntgen Dich für jeden kleinen Dreck!<sup>2801</sup> Klar, daß ein komplizierter Trümmerbruch des Beins zu röntgen ist - aber die fühlen nicht mehr bei einer kleinen Quetschung Deinen Finger ab, ob der vielleicht gebrochen ist - nein, direkt unter den Röntgenapparat damit. Nicht einmal, nein, gleich von allen Seiten wird da geröntgt.**

Schrei also beim nächsten Besuch dem Unfallarzt gleich die Praxis zusammen: »Haben Sie denn keine Augen im Kopf?! Ich fühl' es und ein Blinder sieht es, daß da nichts gebrochen ist! Diese Röntgenaufnahmen, die Sie mir da verpassen wollen, löst vielleicht den Krebs bei mir aus. Ich komme doch nicht hierher, um mir bei Ihnen den Tod zu holen!« So solltest Du endlich mit diesen Beutelschneidern umgehen, damit denen mal gezeigt wird, daß Du auch als Leidender noch den Mund aufmachen kannst.

Und dann erst beim Zahnarzt! Der weiß genau, daß der tote Zahn raus muß, der (Dich zu

Deinem Glück!) vorzeitig quält - aber vorher wird geröntgt! Und dann müssen die Nachbarzähne ebenfalls... es könnte ja sein, daß...: Zur Sicherheit machen wir schnell noch eine Aufnahme. Ein Röntgengerät darf nie kalt werden, sonst amortisiert es sich nicht, macht der Schulmediziner-Arzt seinen Helferinnen klar. Zu Dir aber sagt er: »Ich würde Ihnen das ja wohl nicht empfehlen, wenn es irgendwie schädlich wäre! Oder?« Und: »Mit den modernen Geräten ist das Risiko sehr minimal.« Und: »Auf der ganzen Erde gibt es Radioaktivität, mit der leben wir doch bisher ganz gut.«

Was heißt schon, das Risiko ist gering! Der Arzt soll Dich gesund machen, aber nicht einem Risiko aussetzen, das Dich schädigt.<sup>3736, 3809</sup> Die Wirkung der Strahlen ist keinesfalls gering, wohl aber äußerst gering erforscht. Und jeder Arzt ist ein Heuchler, der Dir sagt, er würde nichts Schädliches empfehlen. Denn alles, was er empfiehlt, ist in irgendeiner Weise für Dich schädlich - selbst seine Worte sind Gift für Dich! Glaub mir: Dein Körper vergißt kein einziges Millirad, das auf ihn geschossen wurde.<sup>2807ff, 2814</sup> Du weißt doch: Zigtausende Jahre dauert es, bis sich Radioaktivität verflüchtigt. Und da soll das Dir nichts tun, weil industriebestochene Professoren uns »unschädliche Minidosen« weismachen? Du und Deine Kinder sind es, die sich später mit den Schäden herumschlagen, nicht Dein von Dir so hochgeschätzter Herr Doktor.

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Allein eine einzige Barium-Röntgen-Untersuchung der Verdauungsorgane birgt ein Krebsrisiko, das dem täglichen Rauchen von 20 Zigaretten über ein Jahr lang entspricht. Eine einfache Aufnahme Deiner Zähne beim Zahnarzt schädigt Dich so stark, als habest Du ein Jahr lang täglich eine halbe Zigarette geraucht.**<sup>2806, 2816</sup> **Scheue jegliche Röntgenuntersuchung wie die Katze das Wasser. Verantwortungsvolle Forscher kommen sogar zu dem Schluß, daß sie das Altern des Körpers wesentlich beschleunigen. Es ist zu vermuten, daß jede Röntgenaufnahme Dich ein halbes Jahr Deines Lebens kostet. Bei Kindern kann Röntgen Leukämie und Tod bedeuten.**<sup>2802/3, 2806, 2834</sup> **Die Bestrahlung richtet vor allem genetische Schäden an, indem sie bestimmte Moleküle in der Zelle auflädt bzw. ionisiert. Diese Moleküle werden zu sogenannten freien Radikalen: sie laufen später ständig Amok in Deinem Körper.**

**Zehn kurze Bestrahlungen beim Zahnarzt - und Deine Schilddrüse kann schon nicht mehr richtig arbeiten!**<sup>1914</sup> **Verweigere Dich endlich den Dich bedenkenlos schädigenden Schulmedizinern im Krankheitsfalle!**

»Zum Glück ist die Strahlendosis bei einer Computertomographie ja nur sehr gering, so daß man sich hier - «

Hast Du noch immer nicht die Nase voll von dieser Schulmediziner-Comorra? Laß Dir doch nichts weismachen! Die Computertomographie unterscheidet sich von den üblichen Röntgenaufnahmen vor allem dadurch, daß der Körper dabei »scheibchenweise« durchleuchtet wird; diese einzelnen Aufnahmen werden dann vom Computer zu einem dreidimensionalen Bild zusammengesetzt, das eine genauere Diagnose ermöglichen kann. Die Strahlendosis, die

für eine einzelne Aufnahme notwendig ist, liegt deutlich unter der für eine normale Aufnahme. Aber: Es wird »vergessen«, daß für ein dreidimensionales Bild oft 20 und mehr Aufnahmen erforderlich sind, so daß die Strahlendosis letztlich sogar höher als beim üblichen Röntgen liegt. An Raffinesse sind die Dir haushoch überlegen!

Nach all den Jahren, da den damaligen Röntgenärzten die Hände wegfaulen (weil sie beim Durchleuchten ihrer Patienten die Finger schon mal vor eine der schlimmsten Ausgeburten menschlichen Erfindungsgeistes steckten), weiß man immer noch nicht, ab welcher Bestrahlungsdosis und nach welcher Häufigkeit Krebs beim Bestrahlten entsteht. Bei dem einen kann's länger dauern, beim anderen kann schon eine einzige Bestrahlung Krebs auslösen. Dutzende Fehler können den Ärzten dabei unterlaufen. Vielleicht hat einer bis spät in die Nacht gezecht, der am anderen Tage die Bestrahlungsgeräte mit zitternden Händen einstellt. Dann kannst Du auf einmal beim Duschen an Deinen Beinen nicht mehr unterscheiden, ob das Wasser heiß oder kalt ist. Nach ein paar Wochen werden Deine Kniegelenke immer steifer, nach ein paar Monaten kannst Du nicht mehr gehen und bist für immer auf den Rollstuhl angewiesen.

Und warum? Weil das Bestrahlungsgerät nicht genau eingestellt war und sich die Bestrahlungsfelder überlappten. Dann bekommt vielleicht das Rückenmark plötzlich eine doppelte Strahlenmenge ab und verödet. Dein ganzes Leben verödet übrigens mit.<sup>2806</sup> Die Röntgenlaborärzte machst Du zu Millionären und Dich zum baldigen Todeskandidaten oder zum Krüppel.

In meinem Gesangverein weiß natürlich jeder, wie sehr ich mich mit Gesundheit befasse. Bei einem gemeinsamen Ausflug mit Kind und Kegel stolpert das kleine Söhnchen meiner Gesangsschwester Kathi und kann vor Schmerz nicht mehr weiter, weil sein Fuß dabei umgeschlagen ist. Ich soll als Experte mal untersuchen, ob da nichts gebrochen sei, und man ihn nicht ins nächste Krankenhaus zum Röntgen bringen müsse. Kathi öffnet ihrem achtjährigen Uwe vorsichtig den Schuh und meint zu mir vorsorglich: »Ich hoffe, daß er sich heute morgen auch gut gewaschen hat, weißt Du, er neigt nämlich etwas zum Schweißfuß.« Ehe ich antworten kann, meint Klein-Uwe trotzig zu ihr: »Du bist mal wieder echt ätzend. Der soll den Fuß doch nur befühlen, aber nicht beriechen!« Nachdem wir auf meinen Rat sofort mit dem leicht untergehakten Uwe ein kleines Stück weitermarschierten, waren seine Schmerzen übrigens wie weggeblasen und dem Arzt 150 DM Röntgenhonorar entgangen...

Merke: Wenn ich Dir hier in diesem Buch nachweise, daß bisher so gut wie jede schulmedizinische Behandlung bei Krankheit schädigend war, so bist Du gut beraten, Dich auch allen Behandlungen zu enthalten, die Dir heute noch als ungefährlich aufgedrängt werden.<sup>9406, 9413, 9432</sup> Alles, aber auch alles, was der Mensch in seiner Entwicklung hervorbrachte, schadete ihm oder der Erde, wenn nicht sofort, dann bestimmt nach Jahrzehnten.

Deshalb tu Dir das nicht an und begib Dich niemals wieder (Not- und Unfälle ausgenommen) wegen einer Krankheit in die Hände eines Mediziners. Schon das Schild vor der Tür ist eine Lüge: Du kommst nicht zur Sprechstunde, sondern zur Verschreibeminute. Du erwartest eine

Sprechende und findest eine Sprachlose Medizin vor. Wie sagte bereits Mahatma Gandhi: "Ich brauche keinen Arzt. Ich will mir meine Gesundheit erhalten." Nur bei Einwendungen erweisen sich die Ärzte als wahre Profis, die, wie Politiker, die Menschen bestens zu bluffen vermögen:

»Aber Herr X, liebe Frau Y, was glauben Sie denn! Unsere Medizin macht doch Fortschritte! Was da in diesem »Gesundheits-Konz« beschrieben wird, ist doch längst überholt! Wir haben heute viel schonendere Methoden. Jetzt wandern die Chemogifte nur noch gezielt zu den kranken Zellen!« Oder: »Nun pfropfen wir die Wirkstoffe den Genen auf. Das ist eine ganz andere Wirkweise! Nicht mehr zu vergleichen mit...« Oder: »Jetzt arbeiten wir mit der schonenden, natürlichen Molekularbiologie«. Und, und, und...

Ich hoffe, Du weißt, was Du davon zu halten hast; ich hoffe es sehr für Dich. Natürlich gibt es auch einige ehrliche und furchtlose Ärzte, die sich nicht scheuen, deutlich und laut zu sagen, wie wenig die Mediziner taugen. Bei uns war es vor allem Prof. Hackethal, der ja bekanntlich schon seit einiger Zeit geraten hatte, vor jeder Praxis ein großes Warnschild »VORSICHT! ARZT!« aufzustellen. Und vor jedem Krankenhaus ein ähnliches. 2010



»Find ich lustig«, sagst Du.

**Ich nicht! Denn solange Du vom Literatur – Verzeichnis nicht wenigstens 10 % gelesen hast, nimmst Du es mir ernstlich doch noch immer nicht ab, daß wir die Ärzte bei Krankheiten nicht nur nicht brauchen - sondern daß sie sogar gefährlicher als unsere Leiden sind. Wie die Medizinmänner von früher besitzen sie auch heute noch so viel Einfluß, Ansehen und Macht, daß man gegen sie sagen kann, was man will - die einfältigen Menschen glauben weiter, die weißen Götter könnten ihnen schenken, was sich jeder selbst - so ist das Leben nun mal überall eingerichtet - aus eigener Kraft und mit zusammengebissenen Zähnen erarbeiten muß. Und dazu gehört auch und besonders die Gesundheit!**

Wer gegen das Massen- und Modedenken angeht, der hat's besonders schwer. Denke nur mal daran, wie seinerzeit einem deutschen Arzt der Prozeß gemacht wurde - nur weil er sich mit einer von der allgemeinen Lehrmeinung abweichenden Methode aufgegebener Krebskranker annahm, diese sogar heilte, und selbst die Justiz vor der Schulmedizin zu Kreuze kroch.  
2452/5/6, 2469, 2470

Hackethal war übrigens nicht der erste seiner Zunft, der die Menschen vor seinen Kollegen warnte. Um 900 n. Chr. schrieb der leitende Arzt des Krankenhauses Bagdad eine Studie mit dem Titel: »Der Grund, warum die Unwissenden bei der Behandlung gewisser Krankheiten mehr Erfolg haben als die Männer der Wissenschaft.« 2382, 9786

**Schulmedizinisch tätige, orthodoxe Ärzte müssen sich gegen jede bessere Einsicht verhalten. Selbst wenn ein Arzt seine Patienten nicht mehr schädigen möchte, wird er von den Kardinälen der Schulmedizin dazu gezwungen. Die nämlich bestimmen die Richtung. Und diese Richtung ist die, welche den Ärzten das meiste Geld und nicht die,**

welche den Kranken die beste Gesundheit bringt. So ist das Leben, begreife es. Und wenn die Ärzte das nicht im Auge halten, kriegen sie von der Führung Zunder:

»Die Maßnahmen zur Maßregelung Andersdenkender sind vielfältig. Als der Münchener Arzt und Giftexperte Max Dauderer neue Messungen über die Gefährlichkeit des Zahnarzt-Amalgams vorlegte, wurden nicht nur Gegengutachten bestellt, sondern der unbotmäßige Forscher wurde sogar vor ein Tribunal zitiert. Ihm wurde eine gerichtliche Klage angedroht.«  
(BUNTE v. 25.1.1990)

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer / Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/3/61.html> - **Update: 13.01.2000 15:44**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a>                      × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> -                      <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# 3. Kapitel. Fühle Dich verantwortlich für Deine Leiden!

## 3.7 So wirst Du als Versuchskaninchen mißbraucht!<sup>2198, 3107, 3109f</sup>

Eine geldgierige Schulmedizinerin führte einen dreimonatigen Versuch mit dem neuen Medikament Ciamexin bei vielen Patienten durch, u.a. auch mit einer rheumakranken Frau, die daraufhin fast ein Jahr lang eine Qual sondergleichen auf der Intensivstation des Krankenhauses München-Großhadern durchmachte. Hatte doch dieses neue Mittel ihre Leber in kürzester Frist ruiniert. Danach wurde noch eine Lebertransplantation nötig; seitdem ist sie gelähmt. Die Staatsanwaltschaft fand es nicht nötig, ein Verfahren gegen die Ärztin einzuleiten. Wie die Reporterin 3109 berichtete, »paßte der Tätertyp nicht...« Auf die Frage, wieviel Geld sie pro Versuchsperson von der Pharmafirma Boehringer erhalten habe (die zahlen zwischen DM 2.000,- bis DM 5.000,- für jeden Versuchspatienten), empörte sich die Ärztin in medizinbekannter Arroganz: »Geld ins Spiel zu bringen ist unseriös!«

**Ich meine: Menschen das Leben zur Hölle zu machen und zu verkürzen - das ist unseriös. Ja, nicht nur das, es ist verbrecherisch.**<sup>2124, 2468, 3103</sup>

Wobei Du Dich beglückwünschen kannst, wenn Dir mal ein echter Krimineller mit übergezogener Pudelmütze begegnet, als einer mit einem übergestreiften weißen Kittel. Der eine stiehlt Dir Deinen Schmuck - aber den kannst Du wieder ersetzen; wenn Du nicht einfacher drauf verzichten willst. Der andere dagegen stiehlt Dir Deine Gesundheit - und die kannst Du durch nichts ersetzen. Und auf alles, aber darauf willst Du auch nicht verzichten.

Daß wir uns recht verstehen: Die Ärzte sind selbständige Unternehmer mit vollem Risiko des Pleitegehens. Sie müssen gut verdienen, denn die Patienten verlangen nach viel technischem Schnickschnack und immer nach dem Neuesten. Sie müssen lange und hart arbeiten. Sie leisten an einem Montagvormittag mehr als ein Amtsarzt die ganze Woche. Daß sie mehr als das Vierfache eines gutsituierten Bürgers verdienen - das ist im demokratischen Kapitalismus nun mal so und sollte niemand kratzen. Schließlich hat er sich als die zweckmäßigste Lebensform bisher erwiesen, denn er belohnt Fleiß und Aktivsein. Nur darf das Streben nach Gewinn nicht derart gestaltet werden, daß das höchste Gut eines Menschen, seine Gesundheit, dadurch zerstört wird. Das ist den Ärzten vorzuwerfen - nicht deren hohen Einnahmen.

»Dein Bestreben, mich unbedingt von einem Schulmediziner abzuhalten, ist mir unverständlich. Das wirkt auf mich so, als fürchtest Du, ein solcher könnte Deine Thesen widerlegen!«

Die Natur kann niemand widerlegen. Aber selbst der einsichtigste Arzt will über Dir stehen.



Will Dir gegenüber eine Leistung erbringen. Will dich belehren. Glaubt, es besser zu wissen, weil er so hart studiert oder viel Erfahrung gesammelt hat. (Aber nichts weiß er besser! Denn studiert hat er lauter Unsinn. Und Erfahrung gesammelt hat er an kranken Menschen. Nicht aber an Gesunden.) Er wird Dich also weiter schwach halten. Denn Du sollst seiner Weisheit mehr Glauben schenken als dem, was Du weißt. Und nach diesem Buch weißt Du mehr als er.

**Ich aber will Dich nicht weiter schwach wissen! Ich will Dich stark und unabhängig sehen. Schwache Menschen sind ängstlich, wagen nicht, sich vom Arzt oder falschen Lebensgewohnheiten zu lösen, und werden deshalb überall untergebuttert. Das ist der Grund, weshalb sich so viele mit dem Buch so schwer tun. Weil es meist kranke, von den Ärzten schon schwach gemachte Menschen lesen. Schon Nietzsche sprach vom »Kleinmut als Wurmfraß bei allen Kranken«.9791**

Die Mediziner halten das Testen von Versuchsmedikamenten »unter klinischen Bedingungen« im allgemeinen für vertretbar. Das aber besagt nichts anderes, als daß es den Ärzten gestattet ist, Dich in ihren Krankmachungshäusern als Versuchskaninchen zu mißbrauchen. Sie sollen den Test erst dann abbrechen, wenn es gefährlich wird. Wann es gefährlich wird, das zu entscheiden ist den Herren Medizinern allein überlassen.<sup>3108, 3111</sup>

In einem Krankenhaus bist Du kein Mensch mehr, sondern ein »Fall«, bist Rohmaterial zur Verarbeitung in Händen ärztlicher Alleinherrscher. Hier intrigieren Ärzte, Schwestern und ganze Abteilungen gegeneinander und untereinander. Du als Patient bleibst dabei auf der Strecke. Ich kann Dir nur sagen: Pack noch in diesem Augenblick Deine Siebensachen zusammen, falls Du im Uni-Krankenhaus liegst, und hau ab, so schnell Dich Deine Füße tragen.(So wie ich es damals machte. Mein Gott bin ich heute froh darüber!) Und sollst Du dort hinein, so wehre Dich mit Händen und Füßen dagegen! Denn ständig werden hier die sogenannten Doppel-Blindversuchskaninchen-Todesspielchen mit den dort liegenden Patienten durchgeführt bzw. Studien mit Losauswahl. Das bedeutet: 50 bekommen das Medikament, 50 nur ein Scheinmedikament, 50 Patienten überhaupt keine Medikation. Genauso werden die Versuche mit Ratten gemacht...

Meinst Du nicht, die genetische Programmierung Deines Körpers auf Selbstheilung sei mehr wert als das nur auf sofortigen Erfolg bedachte Denken eines Mediziners, der einen Fußballspieler schnell wieder fitspritzt oder Dich möglichst bald wieder von dem lästigen Kranksein erlösen soll? Ja, was meinst Du denn, warum die ständig Grippe, Infektionen, Rücken-Leistenbeschwerden u.a. Krankheiten haben oder denen plötzlich ohne Feindeinwirkung die Achillessehnen platzen?

Wenn Du aber nicht zu belehren bist, und Du auch weiterhin Chemiemedikamente in Empfang nehmen willst, so horche wenigstens auf, wenn Dir gesagt wird: »Wir haben da etwas Neues, das sehr gut wirken soll«. Werde hellhörig und laß Dich nicht mißbrauchen. 3005, 3101/7 Hilfe hast Du nicht zu erwarten, nicht mal vom Staat. Als ein Assistenzarzt an einer großen Klinik den Chef anzeigte, weil dieser laufend ältere Patienten mit ungetesteten und nicht zugelassenen Arzneimitteln kaputt machte, verschleppte die Staatsanwaltschaft den Fall jahrelang, weil sie der Ansicht war (so sagte der Staatsanwalt dem Fernsehteam): »Wir

berücksichtigen natürlich auch, wer das ist, der da anzeigt. Wenn so ein junger Assistenzarzt sieht, daß sein Oberarzt mit solchen Versuchsmedikamenten monatlich DM 20.000,- zusätzlich verdient, dann kann man natürlich verstehen, wenn er neidisch wird und sich diese Geldquelle auch gerne erschließen möchte...«<sup>3105</sup>

»Warum zahlt eigentlich die Pharmaindustrie den Ärzten so hohe Honorare, wenn die ihren Versuchspersonen nur ein paar neue Testpillen unterjubeln?«

Du weißt doch, daß an einem neuen Medikament Milliarden zu verdienen sind. Doch bevor es zugelassen wird, verlangt das Gesundheitsministerium sogenannte »Studien«.<sup>3114</sup> Diese Studien sollen nur an freiwillig sich dafür zur Verfügung stellenden Studenten oder Gefängnisinsassen oder aber sich damit einverstanden erklärenden Normalpatienten durchgeführt werden. Wenn es sich dann ergibt, daß dieses neue Medikament nicht gerade innerhalb weniger Wochen zum Tode führt, wird es meist zugelassen. Der Fernsehreport<sup>3107</sup> behauptete auch, daß es sich meist um (von den Ärzten) getürkte »Studien« handele...

Jetzt weißt Du, was eine »wissenschaftliche Prüfung« bedeutet. Und was der Grund dafür ist, daß jährlich allein bei uns 400 Medikamente vom Markt genommen werden müssen. Medikamente, die vorher Millionen vertrauensvoll geschluckt haben, weil sie auf den Slogan »wissenschaftlich geprüft« hereinfließen und sich beeindrucken ließen. Dein möglicher Vorteil als Leser dieses Buches:



**Als UrMethodiker und strikter Medikamentendeserteur bist Du dagegen stets putzmunter und hast viele lange Jahre ein feines Leben vor Dir, wenn sich die anderen bereits am Stock fortschleppen. Du kannst Deine Rente wenigstens lange und beschwerdefrei genießen!**

Und mußt Dich bei den Gedanken an einen frühen Tod durch Deine Krankheit nicht mit dem Weiterleben im Himmel trösten lassen von denen, die davon in Prunk und

Gold ein feines Leben führen.<sup>9732b</sup> Die UrMethode befaßt sich mit der Wirklichkeit und will Dir das Leben *vor dem Tod* lebenswert gestalten.

Natürlich hat man's mit dem Glauben an ein besseres Leben im Himmel und an einen gütigen Gott viel einfacher als mit dem Wissen. Wenn ich den anderen einfach gläubig - weil mich der weiße Kittel oder die goldenen Tiara beeindruckt - alles abnehme, was sie aus eigennütigen Motiven (es gibt keine anderen!) behaupten, dann kann ich mir das oft weh tuende Denken ersparen.

Glauben besitzt gegenüber dem Denken erhebliche Vorzüge. Beim Denken-Wollenden erwacht - wenn er sich die Wahrheit erarbeitet hat - sein Pflichtgefühl gegenüber sich selbst und sein Verantwortungsbewußtsein gegenüber seinen Angehörigen. Während der Gläubige auf seinem Lemming-Lauf mit der Masse gedankenlos weitertröten kann.<sup>9732</sup>

Aber: Es gibt auch eine ganz andere Art von Gläubigen - es sind die großen Ausnahmen - die aus ihrem Glauben an einen Gott stark werden. Die sagen: Wie froh bin ich, daß ich von Gott zu diesem Buch und so zu einem von Dir, mein Schöpfer, gewollten natürlichen Leben geführt wurde. Du warst es, der mir die lichten Augenblicke schenkte, die dort dargestellten Wahrheiten zu erkennen. Du stellst mich hier auf die Waage. Und ich will nicht als zu leicht befunden werden. Nun weiß ich, daß Du mir auch die Kraft gibst, das richtig Erkannte in die Tat umzusetzen. Die erarbeiten sich dieses Buch. Das sind keine Schwächlinge, die es nur lesen und wieder weglegen und den lieben Gott einen guten Mann sein lassen. Und sich nur allein auf die Hilfe von oben verlassen - selbst aber nichts dazu beitragen wollen. Diese gläubigen Menschen sagen zwar: Sei Du mein Stab und Stecken. Aber sie machen sich auch auf den Weg.

Wie dem auch sei: Die meisten Menschen kommen mit dem Tod nicht zurecht. Wollen nicht annehmen, daß sie Geschöpfe wie alle anderen Millionen von Lebewesen und Pflanzen zur Endlichkeit bestimmt sind. So schufen sie sich Religionen, um sich kultisch zu erhöhen und um sich etwas vormachen zu können.



Was kann am achtjährigen Studium der Medizin dran sein, wenn ein Briefträger 1½ Jahre unerkant im Krankenhaus Patienten behandelt und sogar Oberarzt wird? Was muß an Medizinern dran sein, die 1½ Jahre nicht merken, daß ihr Oberarzt (!) keinerlei Fachkenntnisse besitzt.

"Es sollte uns nicht überraschen, wenn die Schulmedizin einmal heftig attackiert wird: Sie muß niemandem und niemals Rechenschaft ablegen und verhält sich geheimnistuerisch und arrogant." Das sagt Dr. med. Richard Horton, Herausgeber und Leiter der berühmten, ältesten Medizinerfachzeitschrift "The Lancet".

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × »[Der Große GESUNDHEITS-KONZ](#)« × »[Natürlich Leben](#)«  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/3/7.html> - **Update: 13.01.2000 15:44**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

# 3. Kapitel. Fühle Dich verantwortlich für Deine Leiden!

## 3.8 Ausblick in die medizinische Zukunft: noch mehr Schwindel, noch mehr Betrug!

Der Medizin-Spalte einer Zeitung entnehme ich folgende Meldung: <sup>9788</sup>

Ein auf die Haut geklebtes Testpflaster kann Krebsleiden schon dann sichtbar machen, wenn die Wucherungen durch Röntgenaufnahmen oder in Gewebeproben von Brust, Lunge, Bauchspeicheldrüse und Blase noch nicht erkennbar sind. Mit der Pflastermethode ist ein Krebs so extrem früh erkennbar, daß die körpereigene Abwehr mit Medikamenten angefeuert werden kann. Und zwar speziell gegen die gerade entstehende Krebsart. Das Karzinom tritt klinisch gar nicht erst in Erscheinung, erklärt Professor Georg F. Springer: »Der Patient wird geheilt, bevor er irgend etwas von der Krankheit spürt.« <sup>2187, 2204</sup>

**Vor diesem höchst raffinierten Einfall unermüdlicher ärztlicher Profitmacher könnten sogar Schriftsteller etwas lernen, die ihre Leser mit Steuertricks beglücken. Aber hier dürfte uns darob eher, selbst im heißesten Sommer, von solchen Absichten Schüttelfrost überlaufen. Wenn wir es dieser Gaunerbande nicht bald zeigen, dann bringt es die Schulmedizin über kurz oder lang fertig, uns Menschen ständig mit Chemiegift zu nudeln. Und das *bevor* wir irgend etwas vom Kranksein spüren! Weil sie uns doch so fürsorglich und wohltätig nur unser bestes wollend gesinnt sind. Nun, "Krankheiten behandeln *vor* deren Ausbruch" (® LV 9493b), auch das ist ein alter Trick! Abgeguckt von diesem Chemieverbrecher Paul Ehrlich aus den Hoechst Werken in Frankfurt. Dessen Arsengift er der ganzen Menschheit als Vorbeugung gegen die Syphilis zur täglichen Anwendung teuer zu verkaufen beabsichtigte.**

Das heimliche Bestreben der Pharmaproduzenten und Schulmediziner erfüllt sich: Tausende neuer Chemiefabriken werden entstehen, um die Medikamentennachfrage befriedigen zu können. Tag- und Nachtbehandlung für alle, denen ein aufgeklebter Teststreifen aufweist, an was für Krankheiten sie täglich leiden. Da die eingegebene Chemie sodann ständig weitere Krankheiten und Nebenschäden entwickelt, wird sich die Verordnung neuer Mittel bei jedem Kranken bald potenzieren. Geradezu unglaublich, unverfroren und kriminell ist aber die Behauptung des Herrn Professors, der Patient werde (von der gerade entstehenden Krebsart) geheilt! Es wurde noch bei keinem einzigen Medikament nachgewiesen, daß eines von ihnen bei Krebs Heilung bewirkt hat. Chemische Medikamente betäuben und unterdrücken nur Symptome, sonst nichts! Werden in 20 Jahren die Menschen mit großen Pflastern oder angeschnallten Computern herumlaufen, die den Ärzten zeigen, was sie täglich an Chemiegiften einzugeben haben?

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Jedes Krankheitszeichen ist nichts als ein Aufschrei des Körpers: in mir steckt Gift! Gift aus der Nahrung oder aus der Chemie. Befreie mich davon!**

»Und wenn es den Menschen plötzlich - möglicherweise wegen Deines Buches - wie Schuppen von den Augen fällt, daß Medikamente nichts als chemische Gifte sind, die sie nur schädigen? Dann sind die Mediziner aber arm dran!« meinst Du.

**Du weißt gar nicht, wie anpassungsfähig diese Medikaster sind! Wo sie doch schon seit 10.000 Jahren die Menschen mit ihren Tricks zu beeindrucken vermochten, als könnten sie deren Lebenssünden ungeschehen machen.**

**Daß die Chemie nichts nützt und nie etwas genutzt, sondern nur schlimmstens geschadet hat, das wird auch den Dümmden immer bewußter. Und so sorgt die Medizinerbetrugsmafia für den Fall, daß ihnen niemand mehr die Gifte abkauft, jetzt schon vor, und behauptet frech wie Dreck: 0751, 2331, 3875ff, 3894ff, 2157, 2192**

»Und wenn auch die sich als schädlich erweist... in vielleicht 50 Jahren? Weil die Kinder der mit Gen-Medikamenten behandelten Eltern alle kleine Monster wurden?« fragst Du. 1115, 1118, 3877ff

Daß Gentech sich noch schädlicher als die Chemie erweisen wird, das spüren weise Menschen schon jetzt.

Aber dann kann das denen doch keiner mehr nachweisen. Sollte der Nachweis vielleicht irgendwann mal gelingen, dann wird eben - was sich ganz gut nach Natur anhört - zur Molekularbiologie übergewechselt. Das ist dann kein Gentech mehr, da handelt es sich lediglich um »menschlich artverwandte Hormone«, die nur zu schlucken oder einzuspritzen sind. 9406, 9413

So wird diese Gaunerclique den Menschen immer wieder neue Flöhe ins Ohr und neue Hoffnungssandsäcke auf die Augen für mal wieder eine neue Art bequemer Heilung setzen.

Glaub mir, die verstehen ihr Geschäft der Verdummung bestens - schließlich sind die seit 10.000 Jahren darin Profis:

Schon jetzt bereiten sie darauf vor - ohne es auch nur erst probiert zu haben:

Sag mal, geht es Dir wie meinem kranken, alles in sich schlauchenden Freund? Der sich ganz elend fühlt, obwohl noch kein chronisches Leiden an ihm nagt, der aber ständig die Sterbeanzeigen ängstlich in seiner Zeitung liest, um zu erfahren, ob die Einschläge vor oder hinter ihm niedergehen? **Vielleicht denkst Du auch wie dieser Freßsack:**

»Mich geht das alles nichts an! Hauptsache, mir schmeckt's!«



**Wie lange noch, lieber Freund glaubst Du, kannst Du es Dir erlauben, diese tote Nahrung weiter in Dich rein zu schlingen?**

Wenn erst mal bei Dir der Lippenkrebs (Todesmelanom) anfängt - dann solltest Du wohl besser zur Urnahrung übergehen.

Denn was nutzt Dir noch Deine Lust auf Fleisch und all den Zuckerdreck, wenn Du nur noch, wie dieser Ärmste mit dem Krebsloch im Hals hier, künstlich ernährt werden kannst...?



Und auch das nur für wenige Monate - bis Du es geschafft hast, Dich zu Tode zu essen, zu saufen, zu rauchen, zu sitzen.

# 3. Kapitel. Fühle Dich verantwortlich für Deine Leiden!

## 3.9 Letzter Rat für alle Schwerkranken, die das Sterben der UrzeitTherapie vorziehen

Alle Zweifel daran, daß Dich die Schulmediziner als Schwerkranken tatsächlich mehr krank als gesund machen, sind ja nun wirklich ausgeräumt.<sup>3012</sup> Sagst Du Dir trotzdem, ich will lieber wegen des gekitzels auf meiner Zunge vor Schmerzen kaputtgehen, mir mein Leben vermiesen und früh ins Gras beißen als selbst was gegen mein Kranksein zu tun, dann nimm wenigstens einen guten Rat aus diesem Buch mit:

**Befreie Dich aus dem bisherigen Patientenjoch, sonst bleibst Du den Rest Deines Lebens nur noch ein bedrückter, unzufriedener, mit Dir und der Welt hadernder Mensch, der sich an die jeweils nächsten Giftmittel der bluffenden Medizin noch mit absterbenden Fingern klammern wird: alles nur von anderen erwartend - von Ärzten, von den Nächsten, vom lieben Gott.**

Bewahre Dich als willensschwacher Schlappschwanz davor, mehr und mehr unter der Last nutzloser Behandlungen zu stöhnen und letztlich auf einer Intensivstation Dein Schreckensende zu erleben.

An Schläuche angeschlossen, an einer Maschine sterben, die Dir das Blut oder den Atem für ein paar Tage länger durch Deinen erbarmungswürdigen Körper jagt, das ist menschenunwürdig. Menschenwürdig ist, was allen Befolgern der Ratschläge dieses Buches ermöglicht wird: in voller Gesundheit, friedlich und still an Altersschwäche im eigenen Bett im Kreis seiner Lieben einzuschlafen. Dann kannst Du Dir den Lichtenbergschen Trost selbst geben: "Wie gut, daß der liebe Gott den Tod so ganz ans Ende des Lebens gesetzt hat".<sup>9444</sup>

**Laß Dich nicht länger »verarzten« und damit zwingen, nur noch ans Kranksein zu denken.**

Und wenn Du auch ein ziemlich von Dir selbst eingenommener, den Ärzten nicht unähnlicher Typ bist, der es zu etwas gebracht hat: Einer, der Geld genug hat, sich die besten Spezialisten leisten - da kannst Du nur schwer einsehen, daß Deine Gesundheit nicht so reparierbar sein soll wie Dein Auto. So sagst Du Dir: Das muß doch machbar sein! Ich bezahle schließlich genug dafür! Daß es immer schlimmer mit Dir wird, empfindest Du wie Hohn, schimpfst auf die Dich behandelnden Mediziner: alles Nichtskönner! - und rennst doch erneut zum nächsten, der Dich kurieren soll.

Wie dem auch sei: Denke dann nicht länger an Dein Kranksein.<sup>9699</sup> Unternimm folgendes,

wenn Du nicht allergisch gegen Schmerzmittel bist, was ich Dir weiß Gott nicht wünsche: Verschiedene Krankenhäuser unterhalten eine Hospiz-Station, in der man an hoffnungslosen Fällen nicht mehr groß rundoktert, sondern dem Kranken die letzte Zeit seines Lebens erträglich machen will. An die wende Dich und laß Dich auf Schmerzfreiheit einstellen. Das meint:

Die Ärzte sollen von nun an nicht mehr Deinem Schmerz nachlaufen, sondern ihm vorausseilen.

Dann erhältst Du von dort - evtl. zum Mitnehmen - einen Morphin-Cocktail, eine Retard Tablette oder Kodein, das Du etwa alle vier Stunden nimmst. Willst Du im Krankenhaus nicht ständig an Deinen bevorstehenden Tod erinnert werden, dann laß Dir eine Opiatpumpe implantieren.

So treten Angst, Verkrampfung und übermächtige Schmerzen erst gar nicht auf, weil sich die Schmerzmittel gleichmäßig im Blut verteilen. In einem solchen Stadium kannst Du dann wieder so etwas wie Freude empfinden, selbst wenn Du weißt, daß der Sensenmann dann mit um so größeren Schritten auf Dich zukommt.

**Du erkennst: Nur zum Sterben ist die Chemie zu was nütze - nicht zum Leben!**

**Was eine Morphiumbehandlung an Folgen erbringt und ob Du sie zu tragen bereit bist – das Kacken wird als erstes zum großen Problem - darüber erkundige Dich eventuell in einer medizinischen Universitätsbibliothek. Merkst Du, daß ständiges Betäubtsein nicht Deinem Lebensstil entspricht, magst Du auch eine Selbsttötung ins Auge fassen.<sup>9699</sup>**

Alle  
Medikamentenschlucker  
bekommen die  
gnadenlose Antwort der  
Natur. Die mit 24  
Jahren:



**Die etwas später mit 38 Jahren:**

**Wenn Du es gar nicht mehr aushältst: Der Selbstmord durch Ersticken mit einem übergestülpten Plastikbeutel (unten zugebunden) soll der angenehmste sein!**

Doch, mein Freund, leg nicht zu früh Hand an Dich selbst. Das erzählte mir meine alte Freundin Rosemarie Augusiak aus Heiligenhaus, die jetzt als Altenpflegerin in Hoffnungsthal arbeitet:

»Wenn es mit einem zu Ende geht, höre ich meistens von unserem Arzt: "Der/die hat nicht mehr lange, lassen Sie jetzt mal alle Medikamente weg." Was meinst Du, - dann werden die auf einmal wieder gesund!«



Sei doch ehrlich, wenn Du spürst, daß Du bald auf den Wagen aufsteigen mußt, wo statt der Peitsche die Hippe geschwungen wird (das spürt jeder!), was willst Du da noch auf der Intensivstation? Vielleicht weil Du glaubst, so wie Du vielleicht im Leben gefeilscht hast, könntest Du es auch mit dem Gevatter Hein halten? Erspare Dir, daß die Torturmaschinen der Mediziner Deinen Tod zu einem Horrortrip gestalten. <sup>1013, 2073, 9444, 9690</sup>

Vielleicht findest Du aber auch Spaß daran, es mit dem Tod so zu halten, wie ich mir das vorgenommen habe: Wenn ich ihn eines Tages in mir spüre, werde ich einfach nichts mehr essen. In diesem Falle scheidest Du geruchlos - weil Du nichts unter Dir abgehen lassen muß - friedlich, gefaßt, mit Dir zufrieden und klaren Sinnes aus der Welt. Wie einfach, wie bequem, wie schön! Du entschläfst wirklich im doppelten Sinne des Wortes: Weil Du immer müder, immer mü..., imm.... wirst.

Das will ich Dir nicht vorenthalten zu sagen, was mir die Angehörigen von Verstorbenen immer wieder bestätigen, wenn auch die UrMedizin keine Rettung mehr für einen vom Tod bedrohten Kranken wegen zu weit fortgeschrittener Organzerstörung oder z.B. nicht aus dem Körper ausscheidbarer Fremdstoffe (Asbestfasern, Chemogifte, zuviel geröntgt, Amalgam im Mund, usw.) bringen kann:

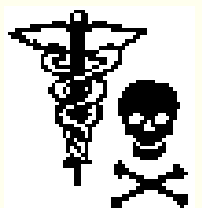
**Unter der leichten Gabe von UrMedizin stirbt man ohne Schmerzen und ohne Klagen - bis der seinen Tod Spürende alles Speisen aufgibt und so sein selig' Ende findet.**

Du magst Dich also auch hier entscheiden, wenn der schwarze Gevatter in Deiner Tür steht:

Für das Vernageln Deines Kopfes mit einem Suchtmittel - oder seinem Öffnen zur Klarsichtigkeit für das Beenden Deiner Lebenszeit auf der Erde unter der UrMedizin. Mit offenen Augen und guten, in der Erinnerung Deiner Lieben fest haftenden letzten Worte an sie.

Naturgesetze als selbstverständlich hinnehmen:

**Du stirbst gelassen und leicht, wenn Du den Tod als eine Rückkehr in Deine Urheimat - in die Natur - ansiehst. Und Dir sagst: Mein Tod ist der Preis dafür, daß ich auf dieser schönen Erde eine Zeit weilen durfte.**



# 3. Kapitel. Fühle Dich verantwortlich für Deine Leiden!

## 3.91 Kopfgeldjäger unter den Kinderärzten?

Aber natürlich!

So werden Dir die Schulmediziner bei den bald immer mehr auf den Markt kommenden Genmedikamenten sagen: Die können sie ganz beruhigt nehmen, das sind ja körpereigene Stoffe, die ich verordne.

Absolut unwahr! Die Genhormone sind künstlich hergestellt und noch gefährlicher als die chemischen. Denn mit denen hat man noch nicht die geringsten Erfahrungen.

Viele gewissenlose Schulmediziner nehmen jede Schädigung ihres »Patientenguts« - ja, so bezeichnen sie unter sich ihre Kranken! - in Kauf, wenn's dafür reichlich Pinke-Pinke zu kassieren gibt. Der Räuber schlägt eine alte Oma für ein paar Hunderter tot, die Kinderärztin aus Hannover spritzte bedenkenlos gesunde, aber von ihr willkürlich als wachstumsgehemmt gestempelte Kinder kaputt, weil sie dafür vom Gendreckhersteller ein Kopfgeld von 900 DM für jede »Anwendungsbeobachtung« einstreichen konnte. Damit ihr auch kein Kopfgeld der von ihr gnadenlos gejagten Kinder verlorenging, schaltete sie das Jugendamt ein, das dann den Eltern drohte, man werde ihnen das Sorgerecht entziehen, falls die Ärztin nicht weiter spritzen könne.<sup>3405</sup>

**Das haben wir davon, daß wir eine Menschengruppe zu Halbgöttern hochstilisiert haben. Dann kann man sich ungestraft alles erlauben. Wie meinte noch der Staatsanwalt: »Die stammen doch nicht aus dem Verbrechermilieu...« Die Militärs auch nicht. Aber sieh mal, zu was für Verbrechen die kürzlich in Jugoslawien oder Afrika alles fähig waren und in Nordafrika noch ständig sind...**

Ein Einzelfall, diese Kinderärztin? Wo denkst Du hin? Das sind nur die Spitzen Hunderter von Eisbergen. Denn bei jeglichem neuen Pharmadreck, den man einführen will, wird über Leichen gegangen, ist eine »Anwendungsbeobachtung« Usus. Das ist für die Pharmazie-Ärztikumpanei ein tolles Geschäft: Die Kinder mit Wachstumsstörungen - was auch immer die Mediziner unter diesem pflaumenweichen Begriff verstehen wollen - werden etwa 5 - 10 Jahre lang wie Kälber mit diesen Genhormonen abgespritzt. Dafür streicht man durchschnittlich - pro Jahresbehandlung 50.000 DM mal 7,5 Jahre= 375.000 DM, bei 1.000 Kindern sind das 375.000.000 DM - ein.

Du liest richtig: 375 Millionen. Und auch hier ist das Endergebnis wie das bei den erst recht Kopfschmerz erzeugenden Kopfschmerztabletten. Die Kinder können kleiner bleiben als berechnet, dadurch zucker- oder leukämiekrank werden oder Hirntumore bekommen. Sagte ich

nicht: Schlage jedem Arzt die Spritze aus der Hand?!

Noch schlimmer ist es, wenn Du mit Deinem Kind zum Arzt gehst, nehmen wir mal an, weil Dein Baby nachts immer schreit. Kinderärzte tun - ob Frauen oder Männer - immer sehr fürsorglich. Da sie jedoch am wenigsten von allen Ärzten verdienen, sind sie stets bestrebt, besonders viele »Leistungen« zu vollbringen und viel zu verschreiben - und noch mehr zu untersuchen. Da haben sie dann ganz schnell Deinem Kind was angedichtet und aus dem kleinsten Husten die Gefahr einer lebensbedrohenden Lungenentzündung gezaubert. -

Zu Deinem kleinen Schreihälschen zurück, das sich vielleicht nur deshalb die Lunge aus dem Hals schreit, weil es völlig übermüdet ist, es aber deshalb nicht zum Schlaf kommt, weil seine Mutter sogar noch in der Stillzeit auf ihren Kaffee nicht verzichten will. Und weil sie nicht bedenkt, daß dessen Koffein auch in die Muttermilch einfließt und so ein zartes Wesen wachhält. Weil die Natur für die Babys aller Säugetiere nun mal nur Milch, aber keinen Milchkaffee als Ernährung vorgesehen hat. Die Tiermütter halten sich schließlich auch daran. Nur die Menschentiermutter glaubt, sie könne es sich erlauben, gegen die Gesetze der Natur zu verstoßen und zur Giftbrühe Kaffee vielleicht auch noch mit der zur Tasse Kaffee üblichen Giftnudel dem Baby zusätzlich aufputschendes Nikotin zu verpassen. Vielleicht steckt sie ihr Kind auch in ein Bett für sich allein und will nicht begreifen, daß Babys seit 30 Millionen Jahren seitens der Schöpfung, also von Gott, darauf programmiert sind, immer ihre Mutter neben sich zu spüren. Und daß sie durch Schreien anzeigen, daß sie nur das und nichts anderes wünschen: ständig den Duft und die Biophotonenabstrahlung (@Rz.760) der Mutter in sich aufzunehmen, um so Urvertrauen zu ihr und der Welt zu gewinnen. Was verstehen Kinderärzte von diesen naturgeschichtlichen Zusammenhängen! Die haben nur Krankheiten bis zum Erbrechen studiert und sonst gar nichts.

»Aber wenn das Kind nun tatsächlich nur schreit, weil es krank ist, vielleicht wegen schwerer Verdauung Bauchschmerzen hat?«

Dann kann auch ein Arzt das nur auf natürliche Weise in Ordnung bringen. Was er aber nicht tut. Der verpaßt dem Kind nämlich nur Chemie!

Stelle also das Kind sofort auf UrMedizin mit dem Umweg über Dich um, die Du als stillende Mutter dann selbst zu nehmen hast. Damit sie Deine Muttermilch zur allerbesten für Dein Kind aufmöbelt. Wenn Du meinen Rat befolgst, dann tust Du das einzig Richtige und Vernünftige. Für Dich und Dein herziges Baby.

Dir bleibt ja sowieso nichts anderes übrig, wenn du Dein Kind liebst und ihm (und Dir) das nervenzerfetzende Schreien ersparen möchtest. Warum willst Du Dich also der Gefahr erst aussetzen, vom nur kompliziert denkenden Kinderarzt gegen Deine Gefühle doof und dusselig geredet und zu einem Tun veranlaßt zu werden, daß Du später nur zu bereuen hast!



Was kannst Du schon von Schulmedizinern erwarten, die - sollte Dein Kind mal an Leukämie erkranken - es innerlich unbeteiligt und kaltherzig zur unbarmherzigen Chemotherapie in ein Krankmachungshaus einweisen? Ich will Dir das sagen:

**Seit Hippokrates ist der Beruf des Arztes keine Berufung mehr: er ist unehrenhaft geworden.**

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ☒ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/3/91.html> - **Update: 13.01.2000 15:44**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# 3. Kapitel. Fühle Dich verantwortlich für Deine Leiden!

## 3.92 Gipfel medizinischer Perfidie: Erzwingen der Behandlung mit dem Kampfgas des 1. Weltkriegs

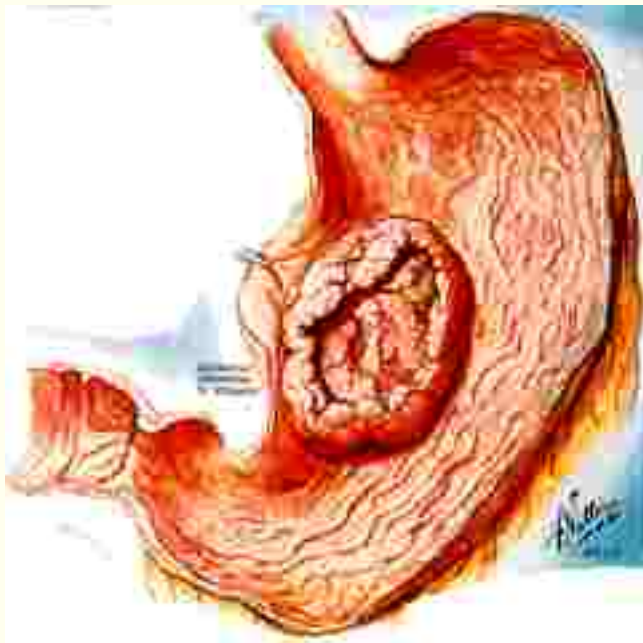
An den einen Zwang der Mediziner hast Du Dich schon protestlos gewöhnt: an die sogenannten »Scheckhefte«. Wo genau vorgeschriebene Untersuchungen für jedes neugeborene Kind vorgegeben sind und woran die Gesundheitsämter meist laufend erinnern. Auch bei werdenden Müttern ist so ein System eingeführt, um die »Compliance« zu fördern, was meint, schön brav das zu tun, was die Vollstrecker der Pharmaindustrie in deren Interesse von Dir wollen.<sup>3402, 3511f</sup>

Nun hieß es zum Antrag der Mediziner auf eine Zwangstherapie mit Chemotherapie vom Gericht:

»Auch der uneinsichtige Patient hat ein Recht auf Behandlung! In diesen Fällen wird die Einrichtung einer Pflegschaft als rechtliche Voraussetzung einer Behandlung ohne Aufklärung (und deshalb ohne Einwilligung) oder gegen den Willen des Patienten in Frage kommen.«<sup>2159, 3404, 9750</sup>

Ist das nicht toll? Wie die Mediziner es verstehen, sich ihre Pfründe zu sichern? Diese überzeugende und wie selbstverständlich scheinende Argumentation!

In dieser Art haben die Mächtigen stets die Menschen für ihre Zwecke geschunden, mißbraucht, in den von ihnen angezettelten Kriegen bluten oder in Prozessen umbringen lassen: Sie ist zwar eine uneinsichtige Hexe, aber sie hat ein Recht auf Folter und Verbrennung, damit sie sich des Teufels und ihrer Sünden auf dem Scheiterhaufen entledigen und in das Reich Gottes kann. So begründeten die Richter des Mittelalters ihre Urteile gegen die Weisen Frauen. Du glaubst, diese Zeit der Finsternis ist vorbei? Du meinst: Ohne Deine Einwilligung darf kein Arzt tätig werden?



Da kennst Du diese Ärzteclique mit ihren Tricks aber schlecht, die dann später vor Gericht einfach so argumentiert: Es kann schon sein, daß er unsere Behandlung ablehnte, auch haben wir keine Unterschrift von ihm unter der normalerweise vorgelegten Zustimmungserklärung. Aber die Sache war äußerst dringend. Wir konnten keine Zeit verlieren. Und da kein normaler Mensch in einem solchen Falle uns die Genehmigung für unseren Eingriff verweigert, ja, im Gegenteil, alle froh sind, wenn wir ihnen helfen, mußten wir annehmen, daß der/die Kranke so geschwächt / aufgeregt / geschockt war, daß er in dieser Zeit anormal reagierte und wir - seine

Interessen durch uns für ihn während - ihn entsprechend behandeln mußten. Das gebot uns unsere ethische Pflicht, alles in unserer Macht stehende zu bla bla bla... 3412

**Wehr Dich, Du seit eh und je für dumm verkaufter Kranker. Wehr Dich! Sei ihnen nicht länger Patient, nicht länger der geduldig alles Mitmachende! Laß es nicht zu. Dein Körper gehört Dir!**



Willst Du Dir solch ein krebsiges Magengeschwür anfressen, das sich zum Krebs auswächst und Dir unerträgliche Schmerzen bereitet? Das durch Blocker vielleicht abgedrängt werden kann, das aber damit nur an andere Plätze vertrieben wird und dessen Metastasen dann Deinen ganzen Leib verseuchen? Meist ist nicht einmal das möglich - und wenn dann Dein Magen einmal so hoffnungslos verkrebt ist wie dieser, bist Du schnell unter der Erde! Wähle deshalb möglichst bald!

Verbrecher nehmen in Banken Geiseln, um an viel Geld zu kommen. Mediziner tun das gleiche - aber ungestraft.3400ff Und sogar noch vom Staat unterstützt. Da fordern dänische Mediziner von den Eltern eines von ihnen behandelten Kindes die Einwilligung zum Einspritzen von gefährlichen Kontrastmittelgiften, zur anschließenden Amputation der Nieren und einer danach geplanten Chemotherapie.

Als die Eltern dem nicht folgen, sondern statt dieser Folter eine gesunde Alternativkur bei ihrem Kind unternehmen wollten, setzten die Ärzte eine Polizeiaktion größten Ausmaßes in Bewegung. Die Familie wurde durch halb Dänemark verfolgt und gejagt, bis es ihr endlich gelang, nach Schweden zu flüchten. Nach 1 1/2 Jahren Rohkost war der Tumor nach den

Diagnosen des Rigshospitals aufgelöst. Das Kind war gesund - statt chemisch und chirurgisch von den Ärzten zum Krüppel gemacht. 3407

### **Wenn Du erst gar nicht zu den Ärzten gehst, kann Dir das nicht passieren:**

1990 nahm das Kammergericht Berlin einer Mutter ihr Kind weg, weil sie dessen Husten nicht durch ärztlicherseits verordnete, schwerstschädigende Antibiotika und Kortikoide behandeln ließ, sondern es statt dessen mit roher Nahrung ernähren wollte.<sup>3400</sup>

In England zeichnet sich gleiches ab: Minderjährige Patienten in Großbritannien haben nicht das Recht, ärztliche Hilfe abzulehnen. Das entschied ein Londoner Berufungsgericht. <sup>3403</sup>

Das Jugendamt Reutlingen beantragte auf Betreiben von Ärzten beim Vormundschaftsgericht, einer Mutter die beiden Kinder wegzunehmen, allein deshalb, weil sie sich und ihre dadurch gesund gewordenen Söhne Marco und Marcel ohne übliche Kochkost ernährte. <sup>3409</sup>

Ende 1992 zwang ein Erlanger Professor eine tote Mutter, als Nährlösung für ihr ungeborenes Kind zu dienen, um seine Ruhmsucht zu befriedigen. Hier wollten sich die Ärzte als Machos und Götter zugleich aufspielen und vergewaltigten einen weiblichen Körper, um selbst zu gebären.

Wie weit sind heutige Ärzte gekommen? Oder sollte man besser sagen: verkommen? Ein Jahr darauf stellt erneut ein Arzt aus Memmingen den Antrag, den Eltern eines kranken Kindes das Sorgerecht entziehen zu lassen, um es mit der Chemiekeule zu behandeln und einer Ärztin für Naturheilweisen zu entziehen. <sup>3401/9</sup>

Was ist von der vielgepriesenen Ethik eigentlich noch verblieben, deren sich zu rühmen sie nicht müde werden?<sup>2123, 2138</sup> Sind die Ärzte für Naturheilverfahren für die Doctores der Schulmedizin ein Dreck? Heißt eine naturheilerärztliche Praxis führen Freiwild sein für die Arroganz der orthodoxen Medizin? Haben die Ärzte für Naturheilverfahren etwa nicht studiert? Haben sie keine medizinischen Prüfungen abgelegt? Haben sie sich nicht dem hippokratischen Eid unterworfen? Haben sie nicht auch langjährige Erfahrungen mit den sanfteren Formen der Heilkunst sammeln können?<sup>3408</sup>

Sehen sich die Ärzte der harten Schulmedizin allein im Vollbesitz des Wissens? Gedenken sie nicht der unzähligen chronischen und unheilbaren Krankheiten, vor denen sie selbst tagtäglich versagen?

Da läßt es die gesamte Ärzteschaft tatsächlich unwidersprochen zu, daß man über ihre Kollegen, die nicht ganz ihrer Meinung sind, verächtlich spricht und ihnen unterstellt, ohne Gewissen und Kompetenz ihren Beruf auszuüben, wenn die Ulmer Kliniker die Naturheilärzte als Hanswurste abtun. Nur weil diese sich mehr der Natur denn der Chemie verpflichtet fühlen. Nutzt die Schulmedizin nicht auch unzählige Medizinen aus der Natur? Sagte nicht schon Hippokrates, daß nicht der Arzt, sondern allein die Natur heile? Sollten die mit der

Chemiekeule arbeitenden Mediziner ihr Denken vielleicht nicht etwas bescheidener einrichten angesichts der Tatsache, daß sich alle bisherigen medizinischen Methoden als fehlerhaft herausstellten?

Sollten sich die Schulmediziner nicht fragen, wie ihre Kollegen in fünfzig Jahren (vielleicht auch schon in zwanzig Jahren - zeichnet es sich nicht bereits jetzt schon ab?) über diese Foltermethode der modernen Medizin urteilen werden?

**Wäre es nicht angebracht, wenn die auf eine Chemo schwörenden Mediziner sich an eine Umfrage in den USA erinnerten, wonach über 80% der Ärzte ihre eigenen Angehörigen und sich selbst niemals einer Chemotherapie unterwerfen würden?**<sup>6800, 1564g, 2338</sup>  
(®Rz.458)

Viele Ärzte für Naturheilverfahren sehen - das muß man ihnen zugestehen - ihr Bemühen darin, die Patienten fragen zu machen, woher denn ihre und die Krankheiten ihrer Kinder eigentlich kommen. Felix, qui potuit rerum cognoscere causas - glücklich, wer die Ursache kennt. Und halten dann zu einer entsprechenden Änderung der fehlerhaften, ungesunden Verhaltensweisen an. Was sicherlich dem Grundsatz höchster ärztlicher Verantwortung, nämlich dem, vor allem nicht zu schaden, am nächsten kommt. Allerdings: das ist ein wenig beschwerlicher, als eine Anzeige an das Jugendamt zwecks Vorführung zur Zwangsbehandlung eines Kindes.

Den Patienten wollte man zwar der Naturheilärztin weg-, aber nicht in Kauf nehmen, was darauf folgte: »Daß die Presse informiert wurde, das war alles nicht in unserem Sinne.« So beklagten sich die giftverabreichenden Universitätskliniker am 13.2.1992 indigniert in der Medical Tribune. An ihren Worten soll man sie erkennen: Wenn verantwortlich ausgeübtes ärztliches Tun so das Licht der Öffentlichkeit scheut, dann muß erlaubt sein, daß man hinterfragt. Und daß sich alle um die Gesundheit der Menschen Bemühenden fragen:

**Was ist von Medizinern und einer Medizin zu halten, die sich gegenseitig per Gerichtsbeschluß Patienten abjagt, weil sich deren Sparte Schulmedizin anmaßt zu wissen, was exakt zu tun, unumstößlich richtig und am besten für den Patienten ist? Ist das medizinische Wissen nicht ein Tropfen, deren Nichtwissen ein Ozean?**

Haben diese Mediziner überhaupt schon einmal etwas über die psychischen Wirkungen von medizinischen Behandlungsmethoden und Medikamenten gehört? Besitzen sie keine Vorstellungen darüber, wie heilfähig letztere wohl sind, wenn sie unter Zwang und Abwehr und mit der Überzeugung eingenommen werden, daß sie nur Schaden anrichten? Was sie im Falle der Chemotherapie ja auch in der Tat und im Übermaß tun.

Der Arzt kann nur erfolgreich handeln - wenn überhaupt! - wenn ihm Vertrauen geschenkt wird. Der Arzt wird immer noch vom Patienten gerufen. Nicht umgekehrt. Der Arzt kann Therapien und Operationen vorschlagen - er darf sie aber nicht anordnen oder anordnen lassen. Sonst müßte er dafür zahlen - und nicht der Patient!



Würde die geübte Handlungsweise der Ulmer Halbgötter in Weiß richtig und moralisch einwandfrei sein, dann müßten sie die Vorlage aller Patientenkarteeien der Naturheilärzte erzwingen, um nachzuprüfen, ob nicht die dort behandelten Kranken einer anderen, von ihnen für richtiger gehaltenen Behandlungsart oder gar einer (immerhin sehr kosten- und damit umsatz- und profitintensiven) Chemotherapie bedürften.

Noch offensichtlicher ist die Hinwendung zum Totalitären bei der angeblich unheilbaren Krankheit AIDS. Hier erfinden Medizinwissenschaftler sogar eine Krankheit, um sich selbst Forschungsgelder und der Pharmaindustrie Umsätze zu verschaffen.<sup>1700-1800</sup>

Hat George Orwell die Zukunft richtig vorhergesehen? Zumindest für die Ärzteschaft? Dann will ich zuvor hier aufdecken, was diese Gilde der Weißkittel bisher so geschickt zu verbergen wußte:

Die Chemohorrortherapie wird mit einem »Stoff« der besonderen Art von der medizinischen Giftkampftruppe bei unseren Kleinen im Krankmachungshaus durchexerziert. Dieses »Heilmittel« besitzt eine Vorgeschichte:

Es waren deutsche Offiziere und intelligente, gebildete Menschen, die im ersten Weltkrieg damit begannen, den Engländern und Franzosen ein mörderisches Giftgas<sup>9696</sup> in die Feldgräben zu blasen. Wer es einatmete, der starb daran unter den schrecklichsten Qualen. Das war vor etwa 80 Jahren. Und man nannte den Todesstoff »Gelbkreuz«. Weil sich aus der von den Chemiewerken Bayer (bekannt unter dem Firmenzeichen Bayerkreuz) gelieferten Flüssigkeit Lost<sup>1365</sup> todbringende gelbe Dämpfe entwickelten. Wobei das Wort »Kreuz« den Tod und nicht das Bayerkreuz versinnbildlichen sollte.

**Die Leichenschneider fanden später heraus, daß dieses Lost<sup>3832</sup> Lymphgefäße und Knochenmark zerstörte. Und da in letzterem die (bei Leukämie wuchernden) weißen Blutkörperchen gebildet werden, kamen und kommen noch heute die Ärzte auf die wahnsinnige Idee, es in Verbindung mit Stickstoff den Krebskranken in verflüssigter Form einzuspritzen.**

Und sie versuchen, die Menschen glauben zu machen, daß dieses Gift, nachdem es als Todesmittel bereits hohe Kriegsgewinne eingefahren hatte, nun ein »Heilmittel« sei, um so die damalige Erfindung des Sterbens unter Todesqualen ein zweites Mal zum Erdulden einer »Heil«-weise unter Todesqualen für den Profit der Ärzte-Pharma-Todesschwadron zu nutzen.

**Weil die verzweifelten Kranken noch immer, wie vor zehntausend Jahren, den weißen Kitteln alles abkaufen, was die als Behandlung für richtig erachten! So wird also Dein Kind - wenn es dann einmal an Leukämie erkranken sollte, was ich Dir nie wünsche - mit dem Kampfgas »Gelbkreuz« des ersten Weltkriegs abgespritzt. Getreu nach der Maxime des Phantasten Paracelsus - die Dosis macht's, ob es ein Gift sei - so abgespritzt, daß es davon zwar nicht sofort stirbt, aber die Folter des ehemaligen Giftkriegs gegen Soldaten nochmals zu durchleben vermag. Ich frage mich: Wie können Eltern diesem Verbrechen an ihrem eigenen Fleisch und Blut da zusehen, ohne ihrem gemarterten Liebling die**

**Kanüle aus seinem Arm zu reißen und das verflüssigte Kampfgas mitsamt dem Ständer durchs Fenster zu feuern, das Kind auf den Arm zu nehmen und fluchtartig das Vergiftungshaus zu verlassen?!**

**Glaub mir, was diese Bande von Giftabspritzerärzten betrifft, das ist so unfassbar, daß man immer wieder nur sagen kann: Denn sie wissen, was sie tun!**

**»Aber im zweiten Weltkrieg hat Hitler trotz seiner Besessenheit dieses Gas nicht eingesetzt!«**

**Richtig. Nicht gegen Soldaten. Dafür aber in noch größerer Menge gegen die Millionen unschuldiger Juden mitsamt deren Kinder, die er mit Gelb- und Grünkreuz vergasen ließ.**

**Das alles hat schließlich Tradition bei den ärztlichen Giftverabreichern: Im Jahre 1643 wurde Ludwig XIV von seinen Ärzten mit Brechmitteln und Einläufen zu Tode kuriert. Danach Mozart. Sodann Schubert. Und all die Millionen anderen Namenlosen...**

**»Wie ist solch eine blinde Vertrauensseligkeit heute noch möglich? Ich bin ja wie vor den Kopf geschlagen«, sagst Du.**



**Ja, wie hat diese, wie Bluthunde nach Kranken hetzende Medizinermeuten den gesunden Menschenversta**

**so nachdrücklich aus den Köpfen der Menschen vertreiben können? Es sind die Kranken selbst, die die Ärzte auch dann noch anhimmeln, wenn sie verpfuscht, zerschnitten und von ihnen vergiftet wurden. Weil die Mediziner nun an die Stelle der Pfaffen (derzeit etwas weniger gefragt) getreten und hochstilisiert worden sind. So fühlen sie sich nun als die Herren über Leben und Tod und sind von der Richtigkeit der schulmedizinischen, göttlichen Thesen so überzeugt, daß sie ein geradezu apostolisches Sendungsbewußtsein entwickelten und immer mehr nach Macht, Einfluß und Vergötterung gieren. Doch die Menschen sind nicht schuldlos an die ser Apotheose...**

**Da blickt Dich die Angst vor der nächsten Giftspritze aus weiten Augen an. Die Lippen sind bereits bläulich, nur noch Flaum das einst so prächtige Haar, das Kampfgas zeichnet sich bereits durch die Haut ab. Da hat dieses arme Würmchen monatelang seine unbeschwerte Kinderzeit durch das Verdikt der mitleidlosen Ärzte gegen deren lange Terrortherapie eintauschen müssen - um dann doch am 10.8.1992 sein Leben in den Armen der mitgequälten Mutter auszuhauchen:**

**Der Arzt darf nicht darüber entscheiden, ob der Patient nur ein Bündel Zellen ist, daß er am Leben erhalten muß, oder ob er ein menschliches Lebewesen vor sich hat, das zu respektieren ist. Doch was sagt einer von der Sorte zu fürchtender Ärzte: »Ob er auch noch ein Mensch ist, das ist mir gleichgültig.« (Prof.Rudolf Zenker, Spitzenchirurg, der eine eigene Chirurgeschule gründete.)**

Oh Mutter! Wie haben diese Chemie-Ärzte Deine Gefühle so verderben und irreleiten können, daß Du nur zaghaft Dein sich in seinem Schmerz über das einlaufende Kampfgas-Gift sich windende Kind an den Kopf zu fassen wagst!

Statt Dich mit Deinem Körper schützend über Dein Fleisch und Blut zu werfen, um diese Einspritzungen zu verhüten! Aber Du tust es nicht! Die süß kitschig-verlogenen, jeglicher Wirklichkeit Hohn sprechenden Ärzte-Fernsehfilm über die ach so gütigen, so besorgt um ihre Patienten bemühten, nur Gutes erweisenden Samariter der Menschheit haben Dir dieses romantisch-verkitschte Bild mit Hilfe der fotogenen Filmschauspielerinnen so teuflisch tief ins Fleisch und Unterbewußtsein eingegraben, daß Dir nur noch zum Heulen beim Mitleiden mit Deinem Kind zumute ist.



Wehrt sich denn nicht alles in Dir, Dein Verstand, Dein Gefühl, Deine Seele, Dein mütterliches Mitempfinden gegen diesen Wahnsinn? Wie kannst Du das nur zulassen?! Diese Qualen einer Chemo:

»Warum bist Du so gegen die Schulmediziner? Sollen wir ihnen nicht lieber Brücken zur Naturheilung bauen, statt die Gräben zu vertiefen?«, fragst Du.

Hab' ich alles längst versucht. Aber leider strotzt diese ehrenwerte Gesellschaft, abgesehen von einigen lebenswerten, mit mir befreundeten Ausnahmen, nur so vor Arroganz. Wenn Du nicht deren, nur zur Krankhaltung führende Schulmedizin an einer Uni studiert hast, nimmt man Dich nicht für voll, sieht Dich nur abschätzig über die Schulter an. Und das ist nicht alles.

Um ihren hohen Wohlstand (tolle Praxiseinrichtung, Villa, Ferienhaus in der Schweiz, dicker Mercedes, Zweitwagen für die Frau, Drittwagen für den Sohnmann, Yacht in einem Mittelmeerhafen) zu wahren, sind die Gierigen unter ihnen ständig vom Gedanken an Höchstprofit beherrscht und behandeln nicht nach dem Prinzip, ihre Patienten gesund zu machen, sondern wie die ihnen die meisten Punkte für ihre Honorarabrechnung erbringen können.2612

Erkenne und nimm dazu Deine goldene Ehrfurchtsbrille vor weißen Kitteln von der Nase:

Schulmedizinisch tätige Ärzte schwächen die Kranken durch welche Maßnahme auch immer, statt sie durch Verantwortungsübertragung stark zu machen.

Siehst Du, die müssen etwas tun, um zu Geld zu kommen. Während die UrzeitTherapie lehrt, daß nicht der Arzt etwas tun muß, sondern Du, Du ganz allein!

**Ach, könnte ich doch die gutwilligen Ärzten dazu bringen, daß sie ihrer Klientel wenigstens einen Teil des hier gebotenen Gedankenguts weiter vermitteln.**

Und Du, mein lieber Leser wisse: Nur einer einzigen orthodoxen Ärztegruppe, nämlich der hier zuletzt genannten, kannst Du laut folgender ärztlichen Selbsterkenntnis Vertrauen schenken:

Der Psychiater weiß nichts und kann nichts. Der Chirurg weiß nichts, kann aber alles. Der Internist weiß alles, kann aber nichts. Der Pathologe weiß alles und kann alles!

Nur, dann ist es für Dich zu spät zum Vertrauenschenken, mein Freund... Halten wir fest:

**Solange die Schulmedizin die Schöpfungsgesetze mißachtet und die hier niedergelegten Gesundheitsgesetze ihren Patienten nicht weiter vermittelt, wird sie Menschen nur kränker machen!**

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × »[Der Große GESUNDHEITS-KONZ](#)« × »[Natürlich Leben](#)«  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/3/92.html> - **Update: 13.01.2000 15:44**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

# 4. Kapitel. Lerne: von den Tieren der Wildnis und den Menschen der Urzeit

## 4.1 Warum die UrMedizin die Mutter aller Medizinen ist

Sie ersparte den Menschen in alten Zeiten stets das Kranksein. Und wer sie zur Vorbeugung nahm, der wurde nie krank! Das kann sonst keine Medizin.

»Gibt es dafür Beweise?«

Der erste: Wir Menschen wären gar nicht bis in die Gegenwart vorgedrungen, wenn Seuchen, vererbare Leiden und schwere Krankheiten, so wie sie heute die Menschheit schwächen, uns bereits vor ein paar Millionen Jahren statt erst vor ein paar tausend Jahren heimgesucht hätten.

Der zweite: Tiere, die sich in der Wildnis aufhalten - sie ist der Urzeit ja noch ziemlich vergleichbar - kennen so gut wie keine Krankheiten. Weil sie - wie die Menschen aus der Urzeit - täglich frisch ihre UrMedizin zu sich nehmen.



**Die UrMedizin ist deshalb so vielseitig wirksam, weil sie alle Stoffe enthält, die ein kranker Körper - gleich welches Leiden auch immer er hat - zum Gesundwerden benötigt. Und dazu noch alle erforderlichen Ballaststoffe, so daß ihr als Medizin die sonst üblichen schädlichen Nebenwirkungen fehlen.**

Medizin von heute kann man ziemlich einfach einnehmen. Sie sind als Pillen und Tropfen rasch geschluckt, als Zäpfchen bald vom Körper aufgesogen und aus Ampullen schnell gespritzt. Das ist aber auch der einzige Vorteil gegenüber der UrMedizin, die anfangs sehr schwer einzunehmen ist.

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Die UrMedizin - ständig eingenommen - heilt und bessert nicht nur bestehende Krankheiten, sie verhindert auch alle Dir ohne sie bevorstehenden Krankheiten, sofern diese nicht beruflich oder mutwillig verursacht werden.**

Ihre Kraft ist so groß, daß sie die Krankheiten gar nicht erst zum Ausbruch kommen läßt!

Die UrMedizin, als Hauptbestandteil der UrTherapie, ist deshalb das Beste für Dein Leiden:

Weil das, was gesund erhält, auch gesund macht. Merke:

Du legst mit der UrMethodik somit den bestmöglichen Damm vor die Flut noch auf Dich zukommender Leiden. Und glaub mir, die treffen auch Dich als Noch-Gesunder. Den einen früher, den anderen später. Daher kann ich Dir nur empfehlen, frühzeitig vorzubeugen. Jetzt ist es noch einfach für Dich. Wie sagt der Kölner: Leever vörbeuje als op de Schohn pinkele.

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × »[Der Große GESUNDHEITS-KONZ](#)« × »[Natürlich Leben](#)«  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!  
Bitte besuchen Sie das [UrKostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service** : [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen** :

**Kontakt** : [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL** : <http://www.bfgev.de/dggk/4/1.html> - **Update: 13.01.2000 15:46**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a>                    × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> -                    <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# 4. Kapitel. Lerne: von den Tieren der Wildnis und den Menschen der Urzeit

## 4.11 Das ist sie nun: die UrMedizin! Erlange jetzt Urgesundheit mit ihr!

Es handelt sich um eine Medizin, die in vielen Ernährungsstoffen steckt. Aber nur in Ernährungsstoffen, die aus der Urzeit der damals noch voll natürlich lebenden und gesunden Menschheit stammen! Aus der Urnahrung also.

»Demnach ein Gemisch verschiedener Wirkstoffe.«

Ja. Nur: Man kann diese Wirkstoffe nicht herausfiltern. Denn dann blieben sie wirkungslos. Deshalb ist diese Medizin etwas umständlich einzunehmen. Weiter kommt hinzu, daß man nichts zusätzlich essen darf, was die gesundheitsbringenden Kräfte dieser Urzeitnahrungsstoffe zunichte machen könnte.

Die gesundheitsauslösenden Stoffe der UrMedizin können nur dann wirken, wenn sie nicht durch schädliche Stoffe behindert werden. Da Dich aber fast alles, was Du heute ißt, krankmacht, muß Du in Zukunft darauf verzichten.

»Du erwartest doch nicht, daß ich nur Deine Medizin einnehme und ansonsten von der Luft lebe.«

Doch. Das geht recht gut. Du nimmst einfach - statt der aus der Urnahrung gewonnenen Medizin - die Urnahrung ganz. Dann wirst Du satt und hast die Medizin obendrein:

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Pflanzliche Wirkstoffe in extrahierter Form können nicht gesundheitsfördernd wirken, weil der Körper und seine Funktionen nie darauf eingestellt waren, die Wirkstoffe in dieser konzentrierten Art zu erhalten.**

Wenn Du nun die Pflanze im ganzen zu Dir nimmst, dann erhält der Körper die für die Gesundheit nötigen Stoffe als zusätzlichen Vorteil in ihrem besten Zustand: stets frisch und in der körperwirksamsten Zusammensetzung. Die so schändlichen und Elend machenden Nebenwirkungen sonst aller Medizinen entfallen zudem.

»Eigentlich ein fieser Kunstgriff, mir eine neue, sicher nicht einfache Ernährungsform - die UrNahrung - schmackhaft zu machen...«

Na wenn schon! Hauptsache, Du wirst wieder gesund. Das ist es doch, worum es Dir geht, nicht wahr? Und dann weiß ich aus meiner langen Erfahrung mit schwachen Menschen - und das sind nun mal alle Kranken - daß ich die Wahrheit bei ihnen nur mit Tricks an den Mann kann.

»Trotzdem fühle ich mich irgendwie nicht so wohl bei dem Gedanken, allein durchs Essen gesund zu werden. Denn: Ernährung ist nun mal keine Medizin.« <sup>6337</sup>

Sie ist die beste, die es auf der Erde gibt! Du nimmst etwas ein, das kein anderer Pharmazeut herstellen kann: eine ballaststoffweiterte Medizin! Und Du nimmst damit eine zu Dir, die unmittelbar von Deinem Schöpfer stammt. Wenn Du gläubig bist, kannst Du auch sagen: von Gott.

»Entschuldige - aber sprich jetzt nicht mehr weiter von UrMedizin, denn unter Medizin verstehe ich etwas ganz anderes: Ein paar Tropfen, die ich auf ein Stück Zucker träufele oder eine Pille oder eine Kapsel - also etwas, das ich schnell und einfach herunterschlucken kann. Nichts, das so umständlich zu beschaffen und außerdem noch besonders zuzubereiten ist...«

Aber gerade dieses etwas umständliche Beschaffen der UrMedizin, sprich UrKost, macht Dir immer mehr echte Freude, wie Du später noch sehen wirst. Denn dazu mußt Du hinaus in die Natur und Dich mit ihr befassen. Und das gehört mit zur UrTherapie, wie Du noch sehen wirst.

»Verstehe mich: da ist sicher 'ne Menge zu beachten und vorzubereiten. Das kostet doch alles viel Zeit. Und die habe ich so gut wie nicht! So eine fertige Pille ist einfacher zu handhaben!«

Aber sie kann allein deshalb nicht wirken, weil es in der Urzeit keine Pillen gab! Dein Körper ist nicht auf Pillen eingestellt! Die Schöpfung hat ihn nicht auf Pillen, sondern auf feste Nahrung programmiert. Doch was meinst Du, worum es sich bei der UrNahrung eigentlich handelt?

»Na, ein großer Kupferkessel Pfifferlinge mit 'ner saftigen Bärenatze, frisch vom Lagerfeuer«, lachst Du endlich wieder, »und natürlich 'nen Krug Met dazu.«

**Was Du Dir so unter Urzeiternährung vorstellst! Ich verstehe darunter ganz einfach Speisen, die sich aus den Bestandteilen zusammensetzen, welche die Menschen in der Urzeit vorgefanden.**

**Mit Bärenatze ist es also nichts. Tut mir leid! Denn so eine hat man ja nicht einfach gefunden - die wollte schließlich erjagt sein. Und das Jagen war nicht möglich, da die Urzeitmenschen - nicht zu verwechseln mit den alten Germanen oder Neandertalern - vor ein paar Millionen Jahren noch keine Waffen kannten. Und dann: Einer Bärenatze mit dem Bär daran habhaft zu werden - man hätte sich nach diesem Versuch wohl schwerlich noch an der Tatze erquicken können... Zudem: Auch das Feuer kannten die Urzeitmenschen zu jener Zeit noch nicht.**



**Nach einer kalten Bärenfatze hätte sich wohl kaum einer die Finger abgeschleckt...**

Seit 10.000 Jahren entglitt den Menschen die Tatsache, daß ihnen Baumblätter, Baumfrüchte und Wildpflanzen als eigentliche Nahrung von der Schöpfung zudedacht worden war. Sie gelangten danach immer mehr zu dem Trugschluß, daß alles, was sie nicht selbst an pflanzlicher Nahrung angebaut, angepflanzt oder gezüchtet hatten, nicht für sie eßbar bzw. nur für die Tiere bestimmt war. Und daß solches zu essen für einen Menschen unwürdig sei.

»Aber wie soll eine einzige Medizin für alle großen Krankheiten wirksam sein?«

Gestatte mir die Gegenfrage: Wieso setzt die Schulmedizin dagegen ihre etwa 120.000 verschiedenen Medikamente gegen die einzelnen Organe ein, wo wir doch nur einen Körper haben?

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/4/11.html> - **Update: 13.01.2000 15:46**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# 4. Kapitel. Lerne: von den Tieren der Wildnis und den Menschen der Urzeit

## 4.12 Warum die UrKraft der UrMedizin alle Krankheiten besiegt

Ich will erklären, warum die UrMedizin z.B. auf Krebs wirkt: Weil mit ihr alle Chemiestoffe aus Deiner heutigen Ernährung verbannt sind. Und weil Dein Körper aus der UrMedizin genau die für ihn und seine spezielle Krankheit geeigneten, gesundmachenden Stoffe entnimmt, so daß die unnatürlichen, mehr als hundert verschiedenen Arten von Zellwucherungen aufhören und schließlich in einen Normalzustand übergehen.

Dein Rheuma - welches von den 450 verschiedenen Arten des Rheumakreises es auch sei - wird verschwinden, weil die UrMedizin in der UrNahrung keine tierischen Nahrungsstoffe für Dich vorsieht und sich somit keine neuen Ablagerungen an Harnsäure in den Gelenken zu bilden vermögen. Während die alten Purine durch die den Stoffwechsel normalisierenden Bestandteile der in der neuen Nahrung enthaltenen Kombinationsmedizin schnell und sicher ausgeschieden werden.

Das künftige Ausschalten der Gifte aus der Nahrung und der Gifte aus dem Pandorafüllhorn der Ärzte läßt die eigene Immunabwehr wieder aufleben und sich regulieren. Das gilt auch für die Schalter und Rezeptoren, die sich in den Mastzellen des Blutes und in der Haut als Empfangsstationen für Botenstoffe befinden. Damit wird der besonders beim Neurodermitiker gestörten Adrenalinausschüttung und den ständigen Entzündungen der Haut entgegengesteuert.

Dein Diabetes wird wirksam angegangen, weil keine Stoffe mehr zugeführt werden, welche die Bauchspeicheldrüse krank halten und weil die UrNahrung in Verbindung mit der UrBewegung Dich schnellstens zu Deinem Idealgewicht führt.<sup>6314, 8329, 9472</sup> Womit die nur auf einen Normalkörper abgestimmte Erzeugung von Insulin dann wieder ausreichend werden wird, falls die Bauchspeicheldrüse durch die bisherigen Behandlungen nicht völlig abgetötet wurde und deshalb durch die Wirkstoffe der UrMedizin nicht mehr zu neuer Tätigkeit angeregt werden kann.

Deine Magen- und Darmkrankheiten werden geheilt, weil die zu verdauende UrNahrung keine Über- oder Untersäuerung oder andere Fehlverdauung aufkommen läßt. Und dies deshalb, weil Magen und Darm ihrem Aufbau gemäß an die UrNahrung - und nur an diese! - seit Menschwerdung angepaßt ist. (Die Nahrung sollte spätestens nach 24 Stunden den Verdauungstrakt passiert haben. Optisch kontrollieren kannst Du das, wenn Du Eibenfrüchte, Kirschen oder Mandarinen mit Kernen ißt. Riechen kannst Du es, wenn Du ein Pfund Blaubeeren ißt.)

Deinem Kreislauf- und Herzleiden<sup>8013, 8019</sup> sowie Deinem Bluthochdruck wird wirksam begegnet, weil Dir die Selbstbehandlungsmethode ein tägliches Bewegungsprogramm - als Nebenzweck der UrMethodik - abfordert, wobei die leichte Kost in Verbindung mit Deinem abgespeckten Körper dieses Training einfach macht. Zusätzlich beseitigt die richtige Ernährung allmählich sämtliche alten Ablagerungen in Deinem gesamten Adersystem. Die UrKost wirkt wie ein sanfter Besen.

Deine Impotenz<sup>9930</sup> wird beseitigt, weil sich die in der UrNahrung enthaltenen natürlichen Sexualwirkstoffe und Vitamine bei einem entschlackten und schlanken Körper voll auswirken können. Die feinen Blutgefäße im Penis können sich, jetzt freigemacht, wieder mit genügend Blut füllen.

Die UrMedizin führt alle Organe zu einem normalen Verhalten. Sie baut also mangelnde Potenz wieder auf - gibt dem verstopften Ofen wieder Luft! Vermindert aber auch - weil ihr die Reizstoffe der Zivilisationsnahrung fehlen - einen aufgeputschten und übersteigerten Sexualtrieb.

Das kann im Alter dazu führen, daß nur noch ein- bis zweimal im Monat das Verlangen nach körperlicher Vereinigung mit dem Partner aufsteigt. Wenn Dir das zuwenig ist, dann magst Du Dir damit helfen, denjenigen Mahlzeiten, die Du mit Avocados und Nüssen zubereitest, stets etwas gemahlenen Ginseng zuzugeben. Es ist eine Wurzel, die als einzige Nahrung die Potenz und Vitalität unschädlich stärkt.<sup>800, 6001, 9898</sup> Erhält der Körper eines normal-triebstarke Mannes Kochkost und dazu die nicht artgerechte Fleischnahrung, so geht er gegen sein kommendes Kranksein und seinen ihm dadurch früher zugemuteten Tod mit seinen Keimdrüsen in Abwehrhaltung. Er will nun unbedingt mehr Samen schaffen als gewöhnlich. Zudem werden seine Sinne beständig kräftig gereizt, sich mit einer Frau zu vereinigen. Da die göttliche Weisheit innerhalb des Körpers vorzuschauen vermag, daß sein Organismus bei weiterhin zugeführter Schlechtkost früh impotent werden wird, will dieser dem durch übersteigerte Sexualität in jüngeren Jahren vorsorgen.

**Kein Fleischessen mehr, keine Totkost mehr: Die Bevölkerungsexplosion fiele natürlich in sich zusammen und Vergewaltigungen – im Tierreich unbekannt - würden kaum noch auftreten.**

Na, was denkst Du denn, wieso es den Tieren der Wildnis gelingt, daß deren Nachkommenschaft nie ihren Lebensraum oder die Natur gefährdend überhand nimmt? Daher die starke Onanie im Jugendalter. Willst Du keine Flecken mehr im Bett Deines Jungen sehen, dann bewahr ihn mal gut vor McDonalds Hamburgern.<sup>6015</sup>

Gesundheitsgesetz:

**Nur die ursprüngliche Nahrung führt zum ursprünglichen Verhalten zurück.**

"Ich habe zuletzt noch gelesen, daß ein Erpel eine Ente zu Tode vergewaltigt hat!" So was kann nur in den Parks der Städte mit ihrer zu langen Beleuchtung und den unnatürlichen

Zufütterungen von Butterbroten usw. vorkommen – nie aber in der freien Natur.

Es war in einem großen Beet des Frühlings-Scharbockkrauts auf einem Wildpflanzenseminar Anfang Mai. Meinen naturliebenden und deshalb auch natürlichen und geradeaussprechenden Teilnehmern erklärte ich die Herkunft des Namens und die unglaublichen Kräfte einer Wildpflanze mit ihren voller Vitaminen steckenden kleinen Kartoffelknöllchen an den Wurzeln. Und wie sich die Mannschaft des Kolumbus angeblich sofort nach ihrer Ankunft darauf gestürzt habe und so im Nu ihren Scharbock losgeworden seien. (Womit man früher die schlimmsten Zahnfleischblutungen und losen Zähne bezeichnete, die durch einseitige Fleisch- und Mehlernahrung auf den Schiffen verursacht wurde.) Daß jedoch die Ableitung des Namens aus dem mittellateinischen scorbutus fraglich sei und sich eher vom Althochdeutschen »ein scharff Bockskraut« herleite. Weil sich die Männer nach alten Sagen zu einem schar(b)ffen Bock entwickeln würden, wenn sie es in ziemlicher Menge zu sich nehmen würden. Kaum waren diese Worte meinem Mund entwichen, rief spontan und laut eine Teilnehmerin: »Nun schnell Herbert, pflücke unseren Korb ganz voll damit! Die nächsten Wochen kriegst Du jedenfalls nichts anderes zu essen!« Ich nahm sie beiseite und sagte leise zu ihr: »Und solltest Du danach noch immer unzufrieden mit Deinem Mann sein, dann stelle ich mal für 'ne Weile die strengen Regeln der UrMedizin für diesen Phall zurück und rate Dir:

»Gib in seinen Wildsalat stets ein paar Tropfen Weizenkeim- oder Selleriesamenöl. Die holst Du Dir aus dem Reformhaus.«<sup>9885</sup>

Sie lachte: »Ich glaube, da kaufe ich am besten gleich die beiden Öle zusammen ein!«

**Halten wir zum Abschluß des Begriffs der UrMedizin fest: Wenn eine einzige Medizin - die UrMedizin - in der Lage ist, alle Krankheiten zu heilen, so stellt das einen eindeutigen Beweis dafür dar, daß es keine 40.000, sondern nur eine einzige Krankheit gibt.**

**Und präge Dir fest ein: Urgesund werden kannst Du nur mit UrMedizin!**

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/4/12.html> - **Update: 13.01.2000 15:46**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

# 4. Kapitel. Lerne: von den Tieren der Wildnis und den Menschen der Urzeit

## 4.2 Warum sind Wildtiere meist immer so gut drauf?

Hier bei diesen Ausführungen rufe ich bei manchen Lesern, besonders bei denen, welche dem biblischen Schöpfungsbericht von der Erschaffung des Menschen nahestehen, zwiespältige Gefühle hervor. Ich entschuldige mich, kann aber als ein der Wahrheit und dem gesunden Menschenverstand verpflichtend fühlender Autor leider keine Rücksicht darauf nehmen, ob diese Wahrheit meinen Lesern schmeichelt oder nicht.

Was meinst Du wohl: Warum sehen alle Wildtiere immer gut aus, sind stets fit und tragen kein Gramm Fett zuviel auf dem Körper? Warum sollen wir nicht von ihnen lernen, da doch noch die ganze, unverfälschte Weisheit der Natur in ihnen steckt. Hast Du Dich das schon mal gefragt?

»Nee - warum sollte ich auch? Es geht doch um Menschen, es geht um mich«, antwortest Du.

Auch wir Menschen sind Tiere: Säugetiere. Und gehören gemeinsam mit den Menschenaffen zum Zweig der Primaten. Bis auf winzige Kleinigkeiten sind unsere Knochen, unsere Zähne und unsere Blutgruppen denen der Schimpansen und Gorillas völlig gleich. Wir sind zoologisch gesehen nichts anderes als Primatentiere.

»Du vielleicht, nicht ich!« wiederholst Du einen alten Gemeinplatz.

Deine Antwort kann ich so deuten, daß Du glaubst, einen anderen Schöpfer als den zu haben, der auch die Affen schuf. Wenn Du das verneinst, was liegt da näher, als sich zu fragen: Warum sind die meisten Tiere stets gesund und munter und wir Menschen so oft krank?

»Na - so gesund sind die Tiere aber auch wieder nicht. Die Schweine kriegen oft den Rotlauf, die Schweinepest, Kühe die Maul- und Klauenseuche, Hunde die Räude...«

Was Du gerade gesagt hast, müßte Dich eigentlich darauf bringen, wie meine Frage zu beantworten ist. Nämlich, daß es nur die Tiere der Wildnis sind, die sich im allgemeinen bester Gesundheit erfreuen. Oder anders ausgedrückt:

Gesundheitsgesetz der Natur:

Nur die Lebewesen leiden, die in der Zivilisation leben. Das gilt für Tier und Mensch.

»Hm - ich kenne aber auch Tiere, die nicht als Haustiere leben und trotzdem schlimm erkranken. Nimm mal die Kaninchen, die an dieser häßlichen Augenkrankheit eingehen. In den Parks kann man sie manchmal sehen.«

Ist das die Wildnis? Nicht mal so etwas Ähnliches. Ja, wie sollen denn da die Tiere in der ihnen von uns zugemuteten Unnatur ohne Schäden davonkommen?

»Warum sollen die Wildkaninchen in einem Park nicht genauso gesund bleiben wie in einem vom Menschen unberührten Gebiet?«

Weil die Natur dort so durcheinander gebracht wurde, daß die Tiere nicht mehr, wie urzeitlich gewohnt, ihr Leben führen können.

»Etwa weil die Parkverwaltung das Unkraut unter den Sträuchern nicht mehr von der Hand, sondern durch die Giftspritze zum Verschwinden bringt?«

Ich glaube eher, es ist durch die heute fehlenden Hegetiere bedingt - die früher Jagd auf die Kaninchen machten -, daß man so viele kranke Kaninchen sieht. Wären diese noch da, würden kranke Tiere nicht nur schneller ausgemerzt, es würden auch viel weniger Kaninchen da sein. Du weißt sicher, daß ein zu dichtes Aufeinanderhocken von Lebewesen zu Streß oder Seuchen führt. Und nun hoffe ich, Dich überzeugt zu haben, daß die meisten wildlebenden Tiere gesund sind und es bleiben. Ja? Fein! Dann wird Dir wohl auch klar, warum ich mich in meinem Bemühen, Dich zu einem etwas mehr von der Urzeit angehauchten Leben hinzuführen, an einen unserer nächsten Verwandten halte. An jemanden, der noch völlig urzeitlich geblieben ist, sofern er in der Wildnis lebt: den Menschenaffen.<sup>4002, 4005, 4000ff</sup> Und aus Ehrfurcht und Achtung vor diesen edlen und unschuldigen Tieren möchte ich deshalb hier im folgenden nur von Affenmenschen oder Halbmenschen sprechen.

Wenn Du später einmal trotz einer vielleicht etwas urzeitlich angenäherten Lebensweise noch ab und zu mal mit einer Erkältung zu tun hast, dann ärgere Dich nicht oder denke, das kann doch nicht sein, wo ich derart gesund lebe. Sieh Erkältungen als ein kleines Reinemachen des Körpers an, das vielleicht nötig ist, damit Du von Krebs verschont bleibst oder um Deine Abwehrkräfte wieder auf Vordermann zu bringen. Unter UrKost verschwinden sie zudem in drei Tagen. Ich weiß aber auch nicht, ob ich heute nicht trotz UrMedizin deshalb alle paar Jahre mal einen leichten Schnupfen bekomme,<sup>1648</sup> weil man mir als Kind die Mandeln »geschält« (beruhigende, früher übliche Wortverfälschung der Ärzte für das Kappen der Mandelspitzen, heute werden sie ganz herausgenommen) hat (® Rz.212). Und auf diese Weise einen wichtigen Schutzmechanismus bei mir ausschaltete. Oder ob's daran liegt, daß ich zufolge der Luftverschmutzung auch nicht ganz giftfrei leben kann. Und bei Dir weiß ich genau so wenig, ob die UrMedizin gleich anschlägt, weil man Dir vielleicht durch vorhergegangene Operationen aus den Lymphbahnen ein Schlachtfeld machte. Oder ob Reste von Gift-Medikamenten in Deinem Körper eine Gesundung noch einige Zeit behindern.

»Was soll denn mein Schnupfen mit Krebs zu tun haben?« fragst Du erstaunt.<sup>9859</sup>

Nun, beim Befragen von Krebspatienten stellte sich heraus, daß sie nur selten unter Erkältungen und Fieber litten. Das läßt den Schluß zu, daß der Körper bei jedem Schnupfen die Eigenabwehr so stärkt, daß damit auch der Krebsentstehung vorgebeugt wird.<sup>9859</sup>

Um es korrekt zu sagen: Wir (die Menschen und Affenmenschen) stammen von einem Uraffen ab. Diese Einsicht hat sich seit Charles Darwin langsam durchgesetzt, im Juni 1987 sogar in den USA. Da hat der Oberste Gerichtshof verboten, daß in amerikanischen Schulen statt Darwins Evolutionstheorie nur die wörtlich verstandene Schöpfungsgeschichte der Bibel gelehrt wird.

**Noch nicht durchgesetzt hat sich bei uns die Ansicht, daß wir von unseren Brüdern, den Halbmenschen, lernen können. Ich meine sogar, daß wir *alles* von ihnen lernen können und sollten.**



»Ich soll von den Tieren etwas lernen können?« sagst Du, halb belustigt, halb empört.

Natürlich - sie sind viel klüger als wir Menschen!

»Das sehe ich aber anders! Wenn ich da an Peter, meinen Kater hier neben mir auf der Couch denke - der macht nur, zu was er Lust hat. Von wegen klug! Selbständig kann der überhaupt nichts mehr tun. Ich habe dauernd seine Haare von Couch und Teppich zu saugen, seine Pfoten abzuwischen, wenn er von draußen aus dem Regen kommt, und sein Katzenklo säubere ich auch zweimal

am Tag. Dann muß ich sein Essen für ihn einkaufen, ihm die Dosen öffnen, alles fein in sein Schüsselchen tun - also, ich bediene ihn sozusagen den ganzen Tag, während er nur faul herumliegt und seine "Köstlichen Fleischstückchen in feiner Sahnesoße" schmatzt.«

Na, da siehst Du doch, wie klug Deine Katze ist...!

Aber im Ernst: Das den Menschen völlig überlegene Verhalten eines Tieres ist allein daran zu erkennen, daß es ohne die geringste Hilfe, nachdem es aus der mütterlichen Sphäre entlassen wird, draußen in der Wildnis ganz allein zurecht kommt. Während Du schon nach ein paar Wochen dort elendiglich umkommen würdest. Weil Du vor lauter Angst im Bauch die Fülle an Nahrung um Dich herum nicht in den Mund zu stecken wagtest. Selbst wenn die Affen im Zoo in Gefangenschaft leben, kannst Du von ihnen noch lernen. Falls Du sie nicht als Belustigungs- oder Unterhaltungsobjekte anstarrst, sondern sie achtsam und zum Erfahren aufgeschlossen beobachtest. Und Dich bereit und willig zeigst, das Beobachtete mit unserem Menschsein zu vergleichen, um es dann kritisch, aber einfach zu hinterfragen.

Bei meinem letzten Besuch im Frankfurter Zoo hatte sich vier Monate vorher ganz süßer Nachwuchs bei den Bonobos, das sind die Zwergschimpansen, eingestellt. Das innige Verhältnis von Mutter und Kind faszinierte mich lange. Plötzlich wurde mir bewußt:

Die Mutter ließ ihr Baby keinen Moment aus den Augen. Die beiden waren immer eine Einheit. Was das Kleine auch unternahm: stets war eine Hand der Mutter sorgsam schützend dabei. Und zu keiner Zeit, wann immer ich dort war, habe ich je ein Affenmenschenbaby weinen hören.

Die Erkenntnis überfiel mich schlagartig: Würden es die menschlichen Mütter doch wie die äffischen halten: es keine Sekunde aus den Augen und Armen lassen! Alle hätten glückliche, zufriedene, nicht schreiende und liebe Kinder. Kein totes Spielzeug, keine Zuckerwaren, kein Nuckel, kein Kindertee wären nötig, ein Kind zu beruhigen. Im Vorkapitel habe ich es den Müttern vorsichtig und zart angedeutet - doch jetzt, gestärkt durch meine Affenmenschenenerfahrungen will ich es ihnen noch ein wenig deutlicher sagen:

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Dem seelischen Wohl eines Kleinkindes ist am besten damit gedient, wenn die Mutter stets dicht bei ihm ist und es möglich nah (und wenigstens nachts stets nackt bis auf die Windel) an sich trägt. Nur wenn das Baby tagsüber schläft (möglichst draußen in frischer Luft), sollte sie ihre Sachen regeln, bei denen das Kind hinderlich wäre.**

Und noch etwas gibt es zu lernen: Sind die Kinder erwachsen, dann lassen die Affenmenschenmütter ihre Kinder los und mischen sich weder in deren Leben ein noch beladen sie sich mit deren Problemen. Und überlassen die Enkelkinder voll und ganz wieder *deren* Mütter. Ohne *deren* Kinder zu hätscheln, zu verwöhnen und alles besser wissen zu wollen...

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Sind die Kinder erwachsen, so ist es für die Kinder wie für die Mütter das Beste, wenn sie sich möglichst für sich halten und ihr eigenes Leben führen.**

Und wenn sie mal heimlich bei der Liebe zusehen – ist's auch kein Grund, sich ein Bein deswegen auszureißen.

Bei den Affenkindern gibt's kein »Ich mag nicht« oder »Ich eß' lieber ...« Die Mutter reicht dem Kind, was sie selbst ißt - und das Kind ißt wie selbstverständlich, was ihm geboten wird.<sup>4100, 4201</sup> Und falls Du die erwachsenen Schimpansen genau bei ihren Bewegungen beobachtest, dann vermagst Du auch mich noch auf etwas hinzuweisen, was ich im Kap. 8 vergessen habe anzuführen: daß den Affen eine UrBewegung besonders viel Freude zu machen scheint: mit einer Hand am Ast hängend, sich im Schultergelenk etwa 180 Grad um sich selbst zu drehen ...

---



# 4. Kapitel. Lerne: von den Tieren der Wildnis und den Menschen der Urzeit

## 4.3 Lege Deine Hochnäsigkeit als Mensch ab

»Du willst mir also in gewisser Weise Affen als Vorbild hinstellen«, sagst Du. 4003ff, 4101, 4009f, 4102

Auf jeden Fall können wir viel von ihnen lernen, wenn wir sie aus einem neuen, ehrfürchtigen Gesichtswinkel anschauen. Vor allem, daß kein Affe zu einem höherrangigen Affen rennt, um ihm sein Wehwehchen zu klagen und diesen darum bittet, ihn zu behandeln, wenn er mal von einem anderen Affen gebissen wurde. Wenn der Affenmensch verwundet wird, leckt er selbst seine Wunden. Und da uns jedes Gefühl für ein natürliches Verhalten durch die sich bis in wahnsinnige Exzesse steigende Zivilisation ausgetrieben wurde, müssen wir uns an die Tiere halten. Um im Sinne der UrTherapie noch genauer aus dem Verhalten der Affen zu lernen, haben Prof. Moeller und ich uns an einem Feldprojekt der Universität Barcelona unter dem bekannten Primatenforscher Prof. Sabater Pi beteiligt. Die Präambel zu diesem Forschungsvorhaben mag Dir erklären (und Dir Dein Unbehagen darüber nehmen), daß ich Dir in diesem Buch die Affenmenschen als unsere Lehrmeister darstelle:

*»Die Mechanismen, die das menschliche Verhalten beherrschen, seine evolutionären, Naturanpassungs- und Lernprozesse, kann man nur noch im Verhalten unserer affischen Verwandten erkennen. Sie erschließen uns den einzig wissenschaftlichen Weg, objektiv herauszufinden, welchen Basismodellen der Mensch unterliegt.« Sabater Pi*

Also, nun stell mal allen Stolz und alle Vorurteile zurück und denk daran, wie lächerlich Du es heute findest, daß Kopernikus sein Buch 20 Jahre in der Schublade versteckte. Weil er das von ihm begründete heliozentrische Weltsystem den Menschen nicht zumuten konnte oder durfte. Welche die Erde - hoffärtig wie sie waren - als einzigen Nabel der Welt ansahen. Auch Darwin<sup>4511</sup> überlegte lange, ob er seine Selektionstheorie der Abstammung von Menschen und Affenmenschen von einem gemeinsamen Vorfahren veröffentlichen sollte. Heute ist das schon alles selbstverständlich geworden. Wenn ich nun hier die praktischen Folgerungen aus den Erkenntnissen ziehe, daß sich eben nicht die Sonne um die Erde dreht und wir deshalb keinen Grund haben, auf uns eingebildet zu sein, und wir von den in der Natur verbliebenen Tieren lernen können, dann ist das doch eigentlich nur folgerichtig. Oder? Ich jedenfalls scheue keinen Vergleich mit Tieren - ich liebe nämlich Tiere! Durch näheres Erforschen der Affenmenschen lernen wir unsere Impulse, Antriebe - vielleicht sogar unsere Bestimmung näher erkennen. Ich meine:

**Wir können vor allem das von ihnen lernen: Bescheidenheit, Genügsamkeit und einsichtiges Verhalten der Natur gegenüber. Die sie nicht zerstören, sondern ihr nur das entnehmen, was sie an Nahrung für ihre Lebewesen vorgesehen hat. Wir können dadurch lernen, daß es nichts als menschliche Überheblichkeit ist, die uns glauben machen will, wir wären im Gegensatz zu den anderen Lebewesen Ausnahmegeschöpfe und dürften uns u.a. anmaßen, unsere Nahrung nach unserem Gutdünken zusammenzustellen oder nur das auszuwählen und so herzurichten, wie sie**

**uns schmeckt.**<sup>4007</sup>

Darüber hinaus möchte ich z.B. von der Forschungsexpedition gerne erfahren, ob die Affenmütter ihre Babys im Schlafnest auf den Bauch legen, weil die Ärzte annehmen, die Bauchlage sei für den plötzlichen Kindstod verantwortlich. Ich möchte wissen, ob und welche Pilze und giftige Blüten sie essen, wie lange sie ihre Jungen säugen und, und, und. Das alles läßt wichtige Rückschlüsse auf so manch dummes Tun bei uns Menschen zu. Sehen wir uns deshalb die Lebensweise der uns am nächsten stehenden Affenmenschen mal etwas genauer an: der Gorillas und der Schimpansen, der Zwergschimpansen (Bonobos) und Orang-Utans:<sup>4001, 4400f</sup>

Nur ganz selten nehmen unsere Vettern Wasser pur zu sich. Schon mal, wenn sie vom Regen naß geworden sind, streichen sie mit den Händen über die Haare und lecken sie dann ab.<sup>4014, 4302f</sup>

Beim Essen machen sie uns etwas vor: Sie unterhalten sich dabei nicht untereinander, sondern konzentrieren sich voll auf die sorgsamst von ihnen ausgewählte Nahrung. Wobei sie alle faulen oder unschönen Teile abtrennen, um sie dann sehr ausgiebig zu kauen. Nur die Mütter dulden ihr Kind neben sich, das sich ebenfalls seine Nahrung nach dem Beispiel der Mutter zu suchen und eigenständig dem Mäulchen zuzuführen hat. So lernt das Kleine, daß immer genug an Essen vorhanden ist, wenn es sich darum bemüht und gewinnt so schnell das Urvertrauen in die es versorgende Natur. Es wird sich deshalb nie ängstigen, daß es mal Sorge um seinen Lebensunterhalt haben oder gar dafür arbeiten müsse.



Die Grundnahrung für die Affenmenschen besteht aus <sup>4008, 4206f, 4304f</sup> | Wildem Sellerie- vergleichbar unserem Giersch (12)

- Galium (in Afrika so saftig, daß sein Saft vom abgebrochenen Stengel hervorschießt.
- Verschiedenen Nesselarten

- Disteln - vergleichbar unseren Kohlgänsedisteln (53)
- Bodenkräutern, die jeweils einander abwechseln
- Bambussprossen – vergleichbar unseren Möhren
- Brombeerblüten, -blätter und frischen Beeren

Die Affenmenschen lieben so wie wir Abwechslung im Geschmack. (Tja, irgendwo müssen wir Menschen das ja herbekommen haben!)

Haben sie fünf Minuten von einer Pflanzenart gefuttert, geht's zur nächsten über. Auch beim »Wie-es-Essen« können wir für die UrKost etwas lernen:

Die geliebten Selleriearten werden nämlich von ihnen nicht einfach ausgerissen und in den Mund gesteckt, sondern es wird sorgfältig, ohne die Wurzel zu beschädigen, jeweils ein Teil der oberen

Pflanze abgezupft, die vergilbten und verdorrten Teile ausgelesen. Dann brechen unsere Vettern die saftigen Stengel so, daß sich gleich die ersten zähen Hautteile davon abziehen lassen. Ein zweites Brechen - und nun können sie die zähen Fäden in der Gegenrichtung abreißen. Probiere mal Deine Geschicklichkeit bei unserem potenzkräftigenden Wiesen-Bärenklau (Kap.9.97, Abb.4), der auch, wie der Rhabarber, diese zähen Oberhautteile besitzt.

Das Labkraut ballen sie sich zu Knäuelchen zurecht (wie ich Dir das bereits beim Gras vorgeschlagen habe) und schieben es so in den Mund, es nur leicht ankauend, bis sich genug Speichel gebildet hat. Von den Disteln streifen sie nur einen Teil der Blätter zum Essen ab und lassen den Mittelstengel dran.

Harte Wurzeln, wie etwa die von Löwenzahn, beißen sie nicht Stück für Stück ab, sondern ziehen sie durch die Zähne und gewinnen so eine Art geraspeltes Gemüse, das angenehmer zu schlucken ist. Die Blätter von sich rankenden Pflanzen, vergleichbar mit unseren Zaunwinden, ziehen sie durch die Hand ab. So entsteht ein kleiner Strauß zwischen den Fingern, den sie zusammenfalten und gemächlich kauend in den Mund schieben.

Und nun höre noch, wie die »dummen Affen« mit ihrem kleinen Lebensraum umgehen.

Zum ersten: Sie essen keine Kulturpflanzen, graben deshalb nicht das unterste nach oben und legen die Erde ohne ihre lebensschützende Schicht blank. Ab und zu geht mal ein Finger von ihnen in den Boden, um eine Wurzel zu lockern, das ist auch schon alles, wodurch sie die Erde »beschädigen«. Die Folge: Der Boden kann durch die unbarmherzige Sonne Afrikas nie austrocknen, der dort oft monsunartig starke Regen kann ihn nicht abtragen, der Wind nichts ins Meer verwehen. So kann es unter dem Agieren der Affenmenschen nie zu Ödflächen und Wüsten wie bei Menschen kommen.

Zum zweiten: Die Affenmenschen brauchen kein Wasser. Und vermeiden dadurch, daß der Grundwasserspiegel ihres Lebensraumes sinkt und damit eine baum- und grünlose Steppe entsteht. Angenommen, sie würden mit dem in Afrika so knappen Wasser so verschwenderisch umgehen wie wir. (Nur wenn es geregnet hat, zerkauen sie schon mal ein paar Blätter und tauchen sie als »Schwamm« ins Wasser eines Baumstumpfes und saugen es aus.)

Zum dritten: Sie machen kein Feuer und begeben sich erst gar nicht in die Gefahr, daß mittels Techniken zum Feuermachen oder durch eine Zigarettenkippe ganze Wälder Opfer von Flammen einer Brandstiftung werden könnten. Jährlich werden durch Brände in der Welt Wälder in der doppelten Größe Deutschlands vernichtet.

Zum vierten: Die Halbmenschen unterscheiden bereits vorausschauend, welche Pflanzen für ihre Zukunft wertvoll sind und welche nicht. So bauen sie sich Schlafnester nie mit Pflanzen, die sie essen. Zudem futtern sie ihre Nahrungsplätze nie völlig leer bevor sie weiterziehen. So verhindern sie nicht nur, daß diese übernutzt werden. Sie bewirken auch, daß dadurch das Wachstum der betroffenen Pflanzen positiv beeinflußt wird. Werden nämlich die bevorzugten Eßregionen mit nahegelegenen unbenutzten Flächen verglichen, so ist deutlich erkennbar: wo gegessen wird, wachsen die Pflanzen rascher und reichhaltiger nach!

Zum fünften: Die von den Affenmenschen gegessenen Pflanzen werden stets nur teilweise gepflückt. Bei der wilden Sellerie sind es vielleicht einmal die Blattspitzen, ein anderes Mal ein Stück vom Stengel - aber mit einem restlichen Teil bleibt die Pflanze stets dem Boden erhalten - so kann sie bis zum nächsten Besuch in ein paar Wochen weiter grünen. Dem dient auch das Behandeln des Eßplatzes: Der wird nicht ratzekahl leergegessen, weil den Affenmenschen eine Pflanzenart besonders gut schmeckt. Nein, alle paar Minuten wenden sie sich einer anderen Art zu. So können die Insekten die Pflanzen weiterhin bestäuben, diese können aussamen und stets reichlich nachwachsen. Während wir Menschen im Gegensatz dazu ohne Rücksicht auf den Erhalt unserer Erde vor allem nur einer Nahrungsart den Vorzug geben: dem Fleisch von Tieren. Für die wir die Wälder niederholzen, um Weideland zu schaffen und für die wir Pestizide bedingende Monokulturen von Mais und anderen Futterpflanzen anbauen, um sie zu füttern.

Wußtest Du das schon?:

Die Orang-Utans bauen sich aus Zweigen ein Nest gegen den Regen und flechten sich einen Hut aus Laub, den sie sich über den Kopf legen. Pfadfinder könnten es nicht besser machen.

»Wie groß ist der immunologische Abstand zwischen Mensch, Schimpanse und Gorilla?«

Die Frage sollte eher lauten, wie gering ist er; denn das genetische Material dieser drei Arten ist fast identisch. Das heißt, wir sind mit beiden Arten näher verwandt, als Zebra mit Pferd oder Hund mit Fuchs!

Der Gorilla z.B. steht uns Menschen blutmäßig so nahe, daß wir bezüglich der Körpersäfte nicht voneinander unterschieden werden können.<sup>9692</sup> Genau 98,4% unserer Gene teilen wir mit den Schimpansen - doch der äußere Unterschied läßt uns dessen nicht so bewußt werden. Es ist wahrscheinlich das durch eine kleine genetische Mutation ausgelöste Sprechvermögen, welches uns Menschen zu dem machte, was wir heute sind.



Die Verwandtschaft ist so eng, daß unsere Babys noch immer den kräftigen Greifreflex in den Händchen besitzen, mit dem sie sich vor Millionen Jahren in den Haaren ihrer äffischen Mütter festgekrallt haben.

»Aber wir sind keine Gorillas! Da ist es doch durchaus anzunehmen, daß wir Menschen uns in dieser langen Zeit auch genetisch etwas verändert haben. Darauf weist unter anderem doch hin, daß Säugetiere im allgemeinen siebenmal so alt werden wie ihre Reifezeit. Die Reife beim Gorilla liegt zwischen 7 und 10, beim Menschen aber bei 15 bis 18 Jahren. Das normale Lebensalter der Gorillas liegt also zwischen 50 und 70 Jahren, das der Menschen mithin bei 100 bis 125 Jahren.«

Die verschieden verlaufene geistige Entwicklung zwischen uns und den Halbmenschen hat da vielleicht einiges geändert. Aber an einem können wir nicht rütteln:

**Wir besitzen bis auf die kleineren Eckzähne fast das gleiche Gebiß wie die Gorillas und Schimpansen. Und das bedeutet: Wir sind von der Natur für das gleiche Essen vorgesehen! Selbst die feinen Höcker und Kerben auf den Backenzähnen gleichen sich wie ein Ei dem anderen.**

Und nimm zur Kenntnis, daß die anthropoiden Affen das gleiche Blut wie die Menschen besitzen - was kein Beweis für die gemeinsame Abstammung sein muß - wohl aber für die Pflanzenessereigenschaft des Menschen.

»Halt! Die Menschen unterscheiden sich auch noch von den anderen Tieren und besonders den Affen dadurch, daß sie sich nicht nur von hinten begatten.«

Da bist Du nicht vollständig informiert: Die Zwergschimpansen lieben sich von Gesicht zu Gesicht - was sie nach Meinung der Forscher so besonders vergleichbar mit den Menschen macht. Und die Weibchen beginnen schon mit acht Jahren, sich begatten zu lassen.<sup>4203</sup>

Vielleicht solltest Du mal hören, wie die Bibel das fein beobachtet hat:

Denn es gehet dem Menschen wie dem Tier / Wie dieses stirbt, so stirbt er auch - / Und alle haben einen Odem / Der Mensch hat nichts mehr denn das Tier, denn alles ist eitel. / Es fährt alles an einen Ort, es ist alles aus Staub gemacht und wird wieder zu Staub. (Prediger 3,19)

Gorillas z.B. essen über 100 verschiedene Pflanzenarten<sup>4308</sup>, darunter etwa ein Drittel bitter schmeckende. In der Hauptsache aber: wilder Sellerie (Giersch), wilde Möhren, Nesseln, Bambussprossen, Baumknospen, oft Blätter, junger Farn, die unteren Stengel von Gras (Seggen), dessen Samen oder das innere Mark von Lobelien oder Bananenstauden, das ziemlich bitter schmeckt. Noch im Zoo sind sie ganz wild auf die bitteren Eichenzweige nebst den Blättern. Hier essen sie auch die Rinde von den Fichtenzweigen und die Fichtennadeln ebenfalls. Daneben Wurzeln, Stengel und Blätter von Disteln, Schößlinge und Farn. Und natürlich Früchte und Beeren.

Stille Lebensfreude kannst Du übrigens auch von ihnen lernen.

Wenn Du etwas von den Affenmenschen für Dein Leben gewinnen willst, dann laß Dir mal kurz schildern, wie die morgens den Tag beginnen. Wobei Du Dich daran erinnern magst, wie das so bei Dir vielleicht heute morgen gewesen ist, als Dich Dein Wecker aus dem Schlaf herausgerissen hat. Und Du schon nach einer halben Stunde noch schnell im Stehen Deine Tasse Kaffee herunterspültest, um in den Wagen zu springen und Dir vom Stau auf den Straßen die ersten Nerven rauben zu lassen.

Die Gorillas gehen den Tag jedenfalls ganz gemütlich an, recken und strecken sich ausgiebigst, reiben sich die Augen aus, säubern sich langsam, gehen mit dem Finger, noch liegend, sorgsam durch die Zähne, greifen dann neben sich zu den ersten eßbaren Blättern, die Mütter stillen ihre Babys, die größeren Halbmenschen pflegen ihr Fell, und wenn der Rangälteste dann seinen Schlafplatz verläßt, bricht man gemeinsam zum Wandern auf. Was ich damit sagen will: Sieh zu, daß auch Du Deinen Tag ohne Hektik beginnen kannst.

»Kaffeetrinken im Bett - das kann ich mir höchstens sonntags erlauben«, meinst Du.

Merke Dir mal ganz genau: Die Gorillas trinken nichts!

»Was sagst Du? In dieser Affenhitze in Afrika quält sie kein Durst?«

**Nein. Pflanzen und Früchte enthalten im allgemeinen genug Wasser, um ihn zu stillen: Vorausgesetzt, man ißt sie in ihrem Naturzustand und nimmt kein Salz dazu. Das Salz in Deinem Körper ist es, das Dich Zivilisationsmensch nach Trinken verlangen läßt.**

Nach dem Frühstück ziehen die Gorillas für einige Zeit durch die Gegend - nie weiter voneinander entfernt als auf Rufweite. Hierbei suchen sie meist nach besonderen Leckerbissen.

»Also fette Würmer, Vogeleier, knackige Käferchen oder saftige Kröten... brr!«

Nein - so etwas führt sie überhaupt nicht in Versuchung. Die Gorillas lassen andere Tiere vollkommen in Ruhe! Selbst wenn sie dicht an einer Taube vorbeilaufen, die in ihrem Nest hockt. Als Leckerbissen betrachten sie Früchte und Beeren. Und das Mark von Veronien nebst Blüten.

Eier lassen sie völlig kalt. Gegen Mittag nehmen sie sich Zeit, gemeinsam mit den anderen ein ausgedehntes Ruhepäuschen einzulegen. Man döst, schläft, läßt sich von der Sonne wärmen, die Jungen auf sich herumspielen, tollt mit ihnen herum oder man pflegt einander Haare und Haut. Der

Anführer bestimmt schließlich, wann wieder aufgebrochen wird. Dann klettern alle Babys ihren Müttern auf den Rücken und der Trupp setzt sich wieder in Marsch. Im Wald gehen sie meist hintereinander. Haben sie ein neues Plätzchen erreicht, wo sich's gut speisen läßt, dann wird wieder geschmaust, bis es dämmrig wird. Wenn der Gruppenführer - meist ein auf dem Rücken silbrig behaarter Gorillamann - damit beginnt, Zweige aus dem Geäst zu brechen, folgen bald alle seinem Beispiel und bauen sich ihre Schlafnester zurecht. Sie dösen oder schlafen etwa 13 Stunden - von Sonnenuntergang bis Sonnenaufgang und laufen durchschnittlich 15 Kilometer täglich. Die Gorillas essen am liebsten Blätter. Im Zoo erhalten sie im Sommer das Laub von Platanen, Ahorn und Eiche. Blätter essen sie so gern, daß sie auch die von Holundersträuchern nehmen, die selbst von den auf Laub versessenen Giraffen verschmäht werden.

»Scheint ja eine recht friedliche Gesellschaft zu sein,<sup>4307</sup> Deine Halbmenschen«, meinst Du, »und wurden doch bis vor kurzem noch gnadenlos abgeknallt.«

Nur wenige Hundert dieser edlen Tiere haben überlebt. Ihre Tage sind gezählt. Eine Schande für das Untier Mensch!

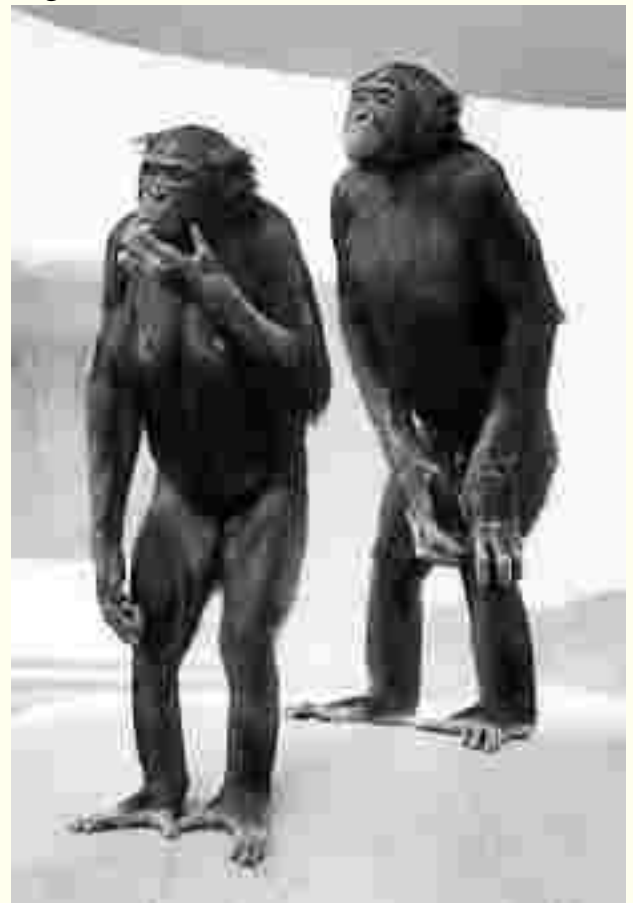
»Sag mir auch mal, was die Schimpansen zu sich nehmen«, sagst Du.

Ich will Dich mit der Aufzählung all der vielen Arten von Wildpflanzen, Blättern von Bäumen und afrikanischen Früchten hier nicht langweilen. Ich habe deshalb die Ergebnisse der Feldforschungen mal kurz gefaßt in Gruppen zusammengestellt.

Demnach setzt sich die Nahrung der Schimpansen in der Wildnis wie folgt zusammen:

58% Früchte, 21% Blätter, 9% Samen, 5% Gallen und Blattwucherungen, Wurzeln usw., 4% Blüten, 1,6% Kleintiere, 1,4% Insekten. Diese Zusammenstellung ist recht genau und über einen Zeitraum von zwei Jahren gemacht worden.<sup>4200</sup> Bei der Nahrungssuche legen sie täglich etwa eine 30 km-Wegstrecke zurück. Sie essen dabei über 200 meist bitter schmeckende Pflanzenarten.

Die Zwergschimpansen<sup>4102</sup> sind noch flinker und leichter als die Schimpansen und essen etwas mehr Früchte als Blätter, weil es ihnen möglich ist, auch in die hohen Bäume zu klettern. Vor allem essen sie von den grünen Wildpflanzen am liebsten die Kletterpflanzen. In den südlichen Ländern sind die meisten Blätter recht hart. Aber z.B. die Trichterwinden - unserer Zaunwinde ähnlich - besitzen weiche und sehr saftige Blätter und Blüten. Verschiedene Forscher sehen die Bonobos als die uns Menschen morphologisch und biochemisch am nächsten stehende Affenart an, wenn sie auch den größten Teil des Tages in den Bäumen verbringen.<sup>4205</sup>



Ab und zu greifen sie mal zu einem Erdwurm. Außerdem laufen sie als einzige Affenmenschenart auch längere Strecken sicher nur auf zwei Beinen.<sup>9692</sup>

Erstaunlich ist aber, daß Mütter in der Rangfolge oft über männlichen Bonobos stehen - was bei den großen Schimpansen nie vorkommt. Bei letzteren steht auch der niederstrangige Mann immer noch über einem Weibchen. Das könnte zum Nachdenken anregen: Wie bei allen Affenarten, so gibt es auch bei den Bonobos (Zwergschimpansen) keine Homosexualität.

Im Gegensatz zu den Menschenfrauen verkehren die Affenmenschenfrauen nur um die Zeit, in der sie empfängnisbereit sind - etwa sechs Tage lang -, dann aber jeden Tag. Da ein Männchen stets eine kleine Gruppe von Damen führt, ist er an diesen Tagen ganz schön gefordert.

Ich stelle Dir nun nach Gruppen zusammen, was die uns am nächsten stehenden Affenmenschen durchschnittlich zu sich nehmen und gliedere dies in Prozentzahlen nach Gewichtsanteilen auf:

### Nahrungszusammensetzung der Affenmenschen

	Früchte Beeren	Sprossen Blätter Wild- pflanzen	Wurzeln Samen	Gallen Rinden	Blüten	Kleingetier	Insekten
<b>Zwergschimpanse</b>	80%	18,5%	(bisher keine Beobachtung möglich)			1%	0,5%
<b>Schimpanse</b>	58%	21%	9%	5%	4%	1,6%	1,4%
<b>Gorilla</b>	20%	70%	4%	0,5%	5%	0%	0,5%
<b>Orang-Utan</b>	50%	30%	5%	5%	10%	0%	0%
<b>Durchschnitt</b>	<b>52%</b>	<b>35%</b>	<b>4%</b>	<b>3%</b>	<b>5%</b>	<b>0,6%</b>	<b>0,4%</b>

Siehst Du, da erkunden nun die Affenforscher präzise und pingeligst all diese Daten und Verhaltensweisen der Affenmenschen<sup>4004ff</sup>. Aber ist es einem von ihnen bis heute eingefallen, daraus Schlüsse für uns Menschen zu ziehen? Warum ist es keinem Wissenschaftler gegeben, über sein Wissenschaftsgebiet hinaus zu denken? Und gar mal für einen Tag genau das zu essen, was der Bruder Affenmensch vorißt und dann zu sehen, ob man ebenfalls davon satt wird! Nein, das fällt keinem ein. Man kostet höchstens mal etwas, um festzustellen, was die Pflanze für einen Geschmack hat, und spuckt es danach schnellstens wieder aus. Sinnlich etwas zu erfahren, das lassen die Forscher bei sich niemals zu. Nur hinsichtlich des sozialen Verhaltens der Affenmenschen deutet man schon einmal vorsichtig an, daß menschliches Verhalten in gewissen Beziehungen dazu stehen könnte. Was war das für ein Aufschrei der Eitelkeit! Seinerzeit, als Darwin die enge Verwandtschaft zwischen Affenmenschen und Menschen aufwies.

Was meinst Du, was ich bei Wildpflanzenwanderungen für Schwierigkeiten habe, die Menschen dahin



zu bringen, nur probeweise von einer Wildpflanze ein Stückchen abzubeißen: »Kann man das auch wirklich?« Was hat die Zivilisation nur für verängstigte, lebensschwache Geschöpfe aus uns gemacht!

**Ist doch klar: Wenn die Affenmenschen so essen, dann ist es natürlich und richtig, daß die Schöpfung für Dich in etwa die gleiche Nahrung und diese auch in den gleichen Anteilen für Dich bestimmt hat.**

Nach vorstehender Tabelle wären dies: 50% Früchte und Beeren, 35% Wildpflanzen, Blätter, Sprossen, 14% frische Nüsse, frische Samen, Wurzeln, 1% tierische Nahrung (ein Anteil, der so gering ist, daß Du ihn getrost vergessen kannst.

Wenn wir zu diesem erforschten Zahlenmaterial nun noch unseren gesunden Menschenverstand hinzunehmen - wie wir das bislang mit bestem Erfolg hier in diesem Buch bisher gehalten haben und halten sollten -, dann müssen wir uns sagen: Wir stehen bezüglich der Intelligenz und dem Äußeren nach der Gruppe der Schimpansen näher als der Gruppe der Orang-Utans und Gorillas. Die Schimpansen und Bonobos essen aber nur so um die 20% Blätter und Wildpflanzen. Weshalb ich folgende Anteile für erstrebenswert halte:

Das gilt jedoch nur, wenn wir Wildpflanzen als Teil unserer Nahrung wählen. Nehmen wir Kulturpflanzen (Salate und Gemüse) an deren Stelle, so sollte dieser 20%ige Anteil - wegen der viel geringeren Lebensstoffe darin - wesentlich höher liegen. Das Essen von Fleisch lasse ich bewußt außen vor, weil ich gewichtige Gründe dafür habe, anzunehmen, daß die Schimpansen von den Forschern dazu animiert worden sind. (Siehe unbedingt LV 4207) Und auch den Insektenanteil magst Du unbeschadet weglassen, wenn Du genügend Blätter und Wildpflanzen ungewaschen, also mit allen Mikroben und allen Absonderungen von Kleinlebewesen darauf ißt. <sup>6139 a+b</sup> werdende Vegetarier-Mütter mögen sich zur Auffüllung des Vitamin B<sub>12</sub>-Bestandes zwecks Beruhigung ihrer Ärzte ab und zu von ein paar Waldameisen die Säure auf einen dünnen Strohhalm spritzen lassen und ihn dann ablutschen.<sup>6139</sup>

Und weil Deine urzeitlichen Vorfahren Jahrmillionen nach etwa diesem Schema gefuttert haben, bist Du darauf ebenfalls so geeicht, daß es Dir bei dieser Art der Ernährung am besten geht.

Ich schließe zurück auf den Menschen: Der war aufgrund geringfügiger körperlicher Veränderungen im Verlauf seiner Abspaltung vom Uraffenstammvater Proconsul (aufrechter Gang, verkürzte Armlänge, einwärts gedrehter Daumen) nicht mehr so geschickt in den Baumwipfeln wie Zwergschimpanse,

Schimpanse und Orang-Utan. Das beweist auch unser Fuß, der weitgehend seine Funktion zum Festhalten im Geäst eingebüßt und sich voll dem Laufen auf ebenen, aber welligen Flächen angepaßt hat. So sind wir Menschen im Laufe der Evolution mehr zum Leben auf dem Boden übergegangen. Infolgedessen wendeten wir uns wahrscheinlich auch mehr den Pflanzen des Erdbodens zu. Wir waren möglicherweise auch nicht mehr zur Jagd behende genug: Falls es jemals Gewohnheit bei den Primaten gewesen sein sollte, gelegentlich flinken Paviankindern mit Eßgelüsten nachzustellen. Dem Gorilla ist dies aufgrund seines schweren Körpers sowieso nicht möglich.

So war der Homo erectus nicht mehr fähig, sich so viele Früchte im Baumwerk zu holen wie diese Primatenarten. Vielleicht war er auch beweglicher als der noch behäbigere Gorilla, der für seine Größe und umfangreiche Körpermasse besonders viel des in den Wildpflanzen vorhandenen höchstwertigsten Eiweißes unter allen Proteinen bedarf. Ich schließe also, daß wir uns hinsichtlich unserer Ernährungsweise richtig und natürlich verhalten, wenn wir uns in etwa an die vorseitig aufgestellten Werte halten. Was nun nicht heißen soll, alles so ganz genau zu nehmen. Es macht gar nichts, wenn der eine oder andere Teil der drei Nahrungsarten mal niedriger oder höher ausfällt. Es geht nur darum, daß die Richtung allgemein stimmt.

Die Forscher haben auch ermittelt, daß die Gorillas in der Hauptsache bittere Pflanzen füttern. Auch daraus sollten wir tunlichst Schlüsse ziehen und fragen: Aus welchem Grunde tun sie es wohl? Oder: Aus welchem Grunde bringt die Erde so viel bitteres Grün hervor? Vielleicht, weil es die Bitterstoffe sind, die zur reichlichen Enzymabgabe und damit wirksameren Verdauung reizen. Was Du von einem laschen Kopfsalat natürlich nicht zu erwarten hast...

**Nun besitzt Du also endlich eine sichere, unerschütterliche Basis für das Gesundwerden und -bleiben. Nun weißt Du genau, was die einzig richtige Ernährung für Dich ist. Mit dieser Erkenntnis kannst Du nun Dein ganzes Leben meistern und in ständigem Wohlbefinden verbringen.**

»Und die Affenmenschen leiden unter keinen Krankheiten?«

Gorillas und Schimpansen husten schon mal und es läuft ihnen auch die Nase, wenn sie erkältet sind. Davon haben frühere Forscher nie etwas berichtet. Es ist möglich, daß das langjährige, ziemlich enge Zusammensein der Forscher mit den Tieren die Schnupfenviren auf die dagegen nicht immunen Affenmenschen übertragen und sie deshalb sogar mehr als wir Menschen darunter zu leiden haben. Ich nehme das auch deshalb an, weil schwächliche Affenmenschkinder sogar an Lungenentzündung gestorben sind, wie eine Leichenschau ergab. <sup>4204</sup> Spanische Eroberer übertrugen seinerzeit Masern auf die Eingeborenen, die so schrecklich unter dieser an sich harmlosen Ansteckung litten, daß sie fast ausgerottet wurden. Falls das mal stimmt, was die Geschichtsschreiber uns da aufsticht und die Spanier die Mayas nicht einfach gleich niedergemetzelt haben.

Wie dem auch sei, halten wir mal fest: Das Einschleusen von einigen Bakterienarten in andere Kontinente konnte von der Natur nicht vorausgeahnt werden. Weshalb sie keine Antikörper dafür vorsah. Die Bakterien oder Viren tragen selbst deshalb keine Schuld daran, daß sie krankmachend wirken.

Vielleicht bedeutet dies auch ein Hinweis darauf, daß der Schnupfen keine Krankheit, sondern mehr eine ab und zu erforderliche Reinigungsaktion des Körpers darstellt. Schließlich nehmen die Halbmenschen, wie wir auch, trotz ihrer urzeitnahen Lebensweise selbst dann noch unvermeidbare Gifte in sich auf. Ich denke an die Auto- und Flugzeugabgase oder die Rauchschwaden, die aus zigmillionen Kochstellen und Industrieanlagen der Afrikaner hochsteigen.

Als in einem afrikanischen Distrikt (nahe des Schimpansen-Reservats) bei den Eingeborenen Kinderlähmung ausbrach, wurden auch einige Affen angesteckt. Da sie niemals Antikörper gegen die

Polio bilden konnten, waren sie dieser ziemlich schutzlos preisgegeben. Bis zum Alter von drei Jahren zeigen sich bei den Schimpansen auch schon einmal Pickel um Nase und Mund. Eine Schimpansin wurde von der bei Afrikanern vorherrschenden Pilukrankheit angesteckt, die ihr eine dick angeschwollene Nase bescherte. Manchmal ist auch ihr Kot dünnflüssiger als üblich, besonders wenn die Affen, wie bei uns auch, zuviel von bestimmten Früchten essen - so berichten jedenfalls die Forscher.

»Na schön - Deine ganzen Beweiserhebungen in dieser Sache sind anerkennenswert«, meinst Du.  
»Aber das muß ja nicht bedeuten, daß es in der Urzeit auch so war. Vielleicht herrschten damals wirklich paradiesische Zeiten. Wo einem zwar nicht die gebratenen Tauben ins Maul flogen, wohl aber die schönsten Früchte von den Bäumen entgegenlachten und wir nicht nur zu den bitter schmeckenden Blättern und Wildpflanzen greifen müßten, um satt zu werden.«

Hab' ich mir auch gedacht. Und habe zusammen mit dem Tierpfleger des Frankfurter Zoos das Experiment gemacht: Bei gleichem Angebot von frischen Grünpflanzen und Obst griffen Schimpansen wie Gorillas einmal zuerst nach Blättern, ein anderes Mal zuerst nach Früchten. Im Winter griffen sie zuerst nach Obst - und wenn das gegessen war, nach den dargebotenen schlappen Salaten - die bekanntlich nach nichts schmecken. Was verständlich ist, denn die Affenmenschen essen in der freien Natur ja mit Vorliebe die ganz bitteren Blätter.



Sobald sie im Frühjahr draußen sind, verlangen sie vorwiegend nach den besonders harten und bitteren Eichenblättern. Auch gegen die im Mund doch so stechenden Brennnesseln zeigen sie sich völlig unempfindlich.

Weshalb ich meine, daß auch wir sie als kleine Nahrungsquelle hin und wieder nehmen können.

»Stinken die Affen eigentlich nicht, wenn sie sich nie waschen?«

Nein - überhaupt nicht. Raubtiere und fleischartende Menschen stinken und ihr Schweiß riecht

unangenehm, weil sie Fleisch essen, das im Darm Fäulnisstoffe erzeugt. (Die im Darm der Hegetiere aber unschädlich sind.)

Ich bin dem Ameisenessen übrigens mal nachgegangen. Im chinesischen Nankin wurde ich fündig. Da gibt ein als Ameisenexperte bekannter Professor allen Menschen den Rat, viel Ameisen zu verzehren, wenn sie älter als 100 Jahre werden wollen. Der hohe Proteingehalt der Insekten schütze vor Krankheit und frühzeitigem Altern. Du mußt nur die erste Scheu davor überwinden, mal eine zu knabbern. Sie schmecken angenehm knackig und nach Zitrone. Sobald man eine (vorher zerdrückt) gekostet hat, ist die Scheu vorbei! <sup>6139, 9108c</sup> Sogar das Wachstum von Kindern lasse sich durch regelmäßige Ameisengerichte auf dem Speisezettel beschleunigen. Der Mann untermauert seine Thesen mit seinen Untersuchungen. So enthielten Ameisen zehnmal soviel Zink wie Sojabohnen und dreimal soviel wie das schon verhältnismäßig mineralreiche Schweinefleisch.

**Und noch etwas: Affen essen meist nie gemeinsam. Sie futtern nur immer für sich allein! Jeder setzt sich in gebührendem Abstand zum anderen hin. (Falls Forscher ihnen kein Fleisch hinwerfen.) Sie können sich so in voller Ruhe auf das konzentrieren, was sie essen. Ablenkung durch dummes Gerede, unruhige Kinder, Musik oder Fernsehen vermeide also beim Essen - auch das magst Du von unserer liebenswerten Verwandtschaft lernen...**

Und wenn Du Dich mal mit Freunden über dieses Thema unterhalten solltest, dann kriegst Du garantiert zu hören: »Na schön, dann stammst Du eben von den Affen ab - ich jedenfalls nicht...«. In diesem Falle konterst Du gleich: »Klar, Du hast recht. Von solch natürlichen, die Gesetze der Schöpfung gehorsam und klaglos befolgenden und friedlichen Tieren können Menschen Deines Schlags auch kaum abstammen...« <sup>4208</sup>

»Bekommen die Affenmenschen in der Regenzeit denn kein Rheuma?« fragst Du.

Nein, denn Gorillas und Orang-Utans nehmen niemals Fleisch zu sich. Deshalb können sie auch (wegen der nicht aufgenommenen Harnsäure) kein Rheuma bekommen.

Die Schimpansen veranstalten - aufgrund ihrer lebhafteren Natur - hin und wieder Jagd auf kleinere Tiere wie Buschschweine, Rehkälbchen und Kinder anderer Affenarten. Sie tun dies aber wohl mehr aus Spaß an solch einer Jagd als aus Hunger. Doch sie verzehren das erbeutete Fleisch lebendfrisch, roh mit Haut und Haar und den Innereien. Die Schimpansenkinder bekommen nichts davon ab. Daß Fleisch nicht zu ihrer von der Natur bestimmten Nahrung gehört, ergibt sich aber daraus, daß es nur einen verschwindend kleinen Anteil ihrer Nahrung darstellt. Eine Jahresdurchschnittsbeobachtung im Jahre 1979 ergab einen Fleischanteil an ihrer Nahrung von 1,5%! Und das war ein Jahr, in dem die Schimpansen öfter Jagd machten als früher.

Die Forscher sahen in den Jahren bis 1971 im Gombe-Distrikt die Schimpansen jährlich etwa fünf bis siebenmal Fleisch verzehren. In den Jahren 1972 bis 1981 jedoch 25 mal im Jahr. Es ist möglich, daß der so plötzlich gesteigerte Appetit der Schimpansen darauf zurückzuführen ist, daß die Forscher Futterplätze für die Schimpansen einrichteten und nicht nur Bananen, sondern auch Fleisch fütterten. Sie machten dies, damit sie die Affenmenschen besser beobachten konnten. Die Szene eines Films von J. Goodall offenbarte dies deutlich: Rund um das kleine Haus der Forscherstation saßen Schimpansen

friedlich versammelt, jedes Tier ein etwa gleich großes Stück bereits enthäutetes Fleisch friedlich verzehrend. 4207, 4310, 4312

Das stellt ein völlig untypisches Verhalten für gemeinsames Jagen dar! Ganz klar:

Die Szenen waren gestellt, das zuvor geschossene Fleisch an die Affen verteilt worden.

**Wenn wir bedenken, daß die mit uns verwandten Affenmenschen Orang-Utan und Gorilla niemals Fleisch zu sich nehmen, so ist es offensichtlich, daß uns Menschen rohes Fleisch nur in ganz seltenen Ausnahmefällen von der Schöpfung zudedacht wurde. Wollen wir von der Natur wirklich lernen, wollen wir ihre Gesetze und die des Schöpfers bzw. Gottes wirklich befolgen und respektieren, dann sollten wir diese Schlußfolgerungen ziehen:**

Die Primatengruppe Mensch dürfte seit ihrer Entwicklung vor etwa 30 Millionen Jahren bis vielleicht um 100.000 vor der Zeitrechnung keinen Tieren nachgestellt haben. Denn: Unsere Eckzähne zum Zupacken haben sich verkleinert. In den Bäumen sind wir nicht schnell genug zum Jagen, weil sich unser Daumen nach innen dreht und auch die Füße im Astwerk nicht gut greifen können. Für eine Jagd im Walddickicht, wie diese von den Schimpansen gelegentlich betrieben wird, fehlt uns wegen unserer aufrechten Haltung die Schnelligkeit. Den Menschen wurde erst dann das Jagen möglich, als sie sich vor 100.000 Jahren Speere und vor 50.000 Jahren Bogen und Pfeil als Hilfsmittel dazu schufen. Was nichts anderes heißt als:

**Genetisch sind wir Menschen nicht für tierische Nahrung programmiert.**

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Wenn es richtig ist, daß unsere von der Zivilisation unberührt gebliebenen, wildlebenden nächsten Verwandten - die Affenmenschen - weder Krebs, noch Rheuma, noch andere schwerwiegende Krankheiten kennen, dann brauche ich bei einem Leiden nur zu versuchen, in etwa so zu leben wie sie und ein paar Wochen abzuwarten, was sich dann bei mir ändert. Geht es erfolgreich aus, so halte ich, wenn ich klug bin, weitgehendst an dieser leicht veränderten Lebensweise fest. Bin ich unklug, so kehre ich zur alten zurück.**

Tue ich letzteres, und mein altes Leiden bricht daraufhin erneut wieder aus, bin ich in diesem Falle 100%ig von der UrTherapie überzeugt. Ich werde für immer auf sie schwören, was auch immer Wissenschaftler und Ärzte dagegen einzuwenden versuchen. Ich werde mich auch dann nicht durch verbildete, hochnäsige und besserwiserische Menschen davon abbringen lassen, wenn sie Tabellen, Analysen und Untersuchungen vorweisen, um mir die Schäden auszumalen, die entstehen, wenn ich mich nicht nach deren ausgeklügelten Tabellensystem ernähre. Siehst Du, das nenn' ich gesunden Menschenverstand!

Beobachte, was da fleucht und kreucht. Du bist religiös? Die Bibel (Hiob 12,7) sagte es schon: »Frage doch das Getier, das wird's dich lehren...« Sieh nur, wie die Tiere ihre Kinder behandeln, wie verständig und liebevoll! Hast Du sie jemals ärgerlich werden oder sie gar nach ihnen schlagen sehen? Na? Meinst Du nicht doch, daß uns Tiere in vielem Vorbild sein können?

Die UrTherapie wendet sich nur an den gesunden Menschenverstand. Und der sagt, daß alles, was gesund erhält, auch gesund macht.

»Ich meine, wir können uns deshalb nicht nach den Affenmenschen richten, weil die doch nicht so alt wie wir Menschen werden!«

Ein gewichtiger Einwand. Nur: Wir sind keine Affen! Wir sind Primaten. Wir besitzen zwar einen gemeinsamen Stammbaum – haben aber doch verschiedene Entwicklungen durchgemacht. Wir besitzen ein größeres Gehirn und können uns angepaßter verhalten. Stehen in der Entwicklung höher als die auf allen Vieren laufenden Halbaffen, Affen und Affenmenschen. Auch was deren Körperhöhe betrifft. Jetzt machten Forscher darauf aufmerksam, daß die kleinen Primaten nur kurz leben. Und die am längsten leben, die als Lebewesenart hoch gewachsen sind.

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Da alle wild lebenden Tiere - die heute ja noch wie in der Urzeit leben - so gut wie nie erkranken, wenn ihnen der Mensch nicht zu nahe kommt und die Krankheiten ausmerzende, natürliche Selektion beeinflusst, ist offenkundig, daß die Menschen der Urzeit, die damals genau so lebten, ebenfalls keine Krankheiten kannten.**

Und daß deshalb Krankheiten von der Schöpfung (und von Gott) nicht gewollt, nicht in die Welt gesetzt, sondern vom Menschen allein verursacht sind.

Weshalb es auch wenig Sinn und Zweck hat, wegen einer Krankheit Gott anzurufen, Dir zu helfen, oder Dich bei ihm darob zu beklagen, weshalb er ausgerechnet Dich so herzenguten Menschen, der nie jemandem etwas Böses angetan hat, so leiden läßt. Dessen Nutzlosigkeit Du aber selbst wohl schon bemerkt haben dürftest. Gott gibt Dir jedoch seine Antwort durch sein Werk, seine Schöpfung: die Natur. Und Du wirst ihre Stimme wahrnehmen, wenn Du Dir nur ein wenig Mühe gibst, sie zu verstehen und dann auf sie zu hören. Ich helfe Dir dabei.

Merke Dir:

Unter den harten Bedingungen der Natur wird alles Krankhafte ausgemerzt, und das schnellstens. Daher ist es als gesichert anzusehen, daß die Menschen der Urzeit sich bester Gesundheit erfreuten.

Wenn wir nun herausfinden können, *wie* sich die Urmenschen damals verhielten, um gesund zu bleiben, dann schöpfen wir aus dem tiefsten Quell, der uns für das richtige Verhalten auf dieser Erde zur Verfügung steht. Mir liegt deshalb in Deinem Interesse daran, Dich der Urzeit des Menschen wieder ein wenig nahezubringen und Dich für die Stimme der Natur aufzuschließen.

»Die Nahrung der Affenmenschen sozusagen als Vorbild für unsere Nahrung hinzustellen, das scheint mir noch immer nicht ganz geheuer«, sagst Du, »denk mal nur daran, was z.B. die Gorillas für Unmengen vertilgen müssen, wenn die den ganzen Tag Blätter essen. Da sind doch kaum Kalorien drin! Ich hörte, daß so ein Gorilla 25 kg an Blättern, Früchten und Wurzeln verputzt. Nun stell Dir mal

vor, wir wollten da mithalten! Wir sind doch keine Freßmaschinen!«

Dein Einwand zeigt, daß Du vortrefflich mitdenkst. Das freut mich immer besonders. Versuchen wir mal, hinter dieses Mysterium zu kommen. Aus der Literatur und meinen Recherchen im Frankfurter Zoo habe ich dazu das in der Tabelle folgende Zahlenmaterial gewonnen.

Die ungefähre Eßmenge (in kg) eines erwachsenen Gorillamännchens, bei einem normalen Gewicht von 220kg beträgt			
im Zoo bzw. Zivilisationsbedingungen		in der	
	mit Getränk	ohne Getränk	Wildnis
Äpfel, Birnen, Kiwis, Pflaumen, Tomaten, Nüsse, Wurzeln u.a.	4	5	2,5
Orangen	1 1/2	2	
Bananen	1/2	1	
Wildfrüchte u.a.	---	---	5
Laub (Eichen, Buchen, Birken u.a.)	4	5	17,5
insgesamt	<b>10</b>	<b>13</b>	<b>25</b>
<b>Vergleichs-Eßmengen für einen Menschen mit 70 kg Gewicht:</b>			
<b>ca. 1/3 =</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>8</b>

Nun leben wir nicht in der Wildnis, wir kühlen nachts unter einer warmen Decke auch nicht so ab wie ein in den kalten Tropennächten im Freien schlafender Gorilla. Der benötigt schon eine dickere Fettschicht als ein Mensch der Zivilisation. Auch bewege ich mich nicht den ganzen Tag draußen, klettere nicht strapaziös auf den Bäumen herum, ziehe nicht 30 km täglich durch die Wildnis und brauche deshalb wohl weniger Nahrung. Wir können also das Eßquantum der Wildnis-Gorillas weiter kürzen, wenn wir sie in Bezug zum Menschen sehen wollen. So können wir die Vergleichs-Eßmenge der 220-kg-Gorillas um etwa 1/3 vermindern.

Dabei ist zu berücksichtigen: Die Forscher besitzen in der Wildnis keinerlei Möglichkeit, das Gewicht der verzehrten Grünpflanzen festzustellen. Verglichen mit der tatsächlich abgewogenen Zoo-Eßmenge an Laub von 5 kg scheinen die angeblichen 17,5 kg an grünen Wildpflanzen und Blättern in der Wildnis stark überschätzt.

Zudem können wir das Obst besser auswählen und dabei sehr kalorienreiche und sättigende Früchte wie Avocados, Durian, Nüsse, Feigen und Datteln essen. So kann man sich vorstellen, daß unser Grünpflanzen-Soll bei einem 20%igen Anteil an der Gesamtnahrung (®letzte Tabelle Rz.391) nicht mehr als 800 g betragen muß, um unseren Bedarf an Grün zu decken.

Du siehst: Wir können uns durchaus auch in den Eßmengen einem Vergleich mit den Affenmenschen unterziehen. Ein Schimpanse ißt bei einem Gewicht von ca. 70 kg täglich ca. 1,5 kg Obst und Grün im Zoo. Das kann sich mit den Eßmengen von Urköstlern durchaus vergleichen lassen. Wir können uns also guten

davon 20% Grün anteil	0,6	0,8	1,6
--------------------------	-----	-----	-----

Gewissens bei der gesamten Ernährung an die Affenmenschen und die Urmenschen halten, die in etwa gleicher Weise gefuttert haben dürften.

Warum die vorhergehende Enthüllung über die richtige menschliche Eßweise so wichtig ist:

Wir werden immer kränker, degenerierter, anfälliger wegen der Sünden unserer Vorväter. Wir vertragen immer weniger die Zustände der Zivilisation und die immer schlechter werdende Zivilisationskost. Verstandesmäßige Überlegungen, uns davon abzuhalten, ziehen nicht.

Schließlich besitzen wir im Hinblick auf unsere Affenbrüder nur ein zusätzliches Stückchen Knorpel an unseren Stimmbändern und ein paar Windungen mehr in dem Organ unseres Körpers, in dem angeblich ein Verstand beheimatet sein soll. Und dieses bißchen Mehr an Gehirnwinding benutzen wir hauptsächlich dazu, unsere Mitmenschen zu belügen und zu betrügen, unsere Mitgeschöpfe, die Tiere, zu foltern, auszurotten und gegen unsere Natur, ja sogar gegen den Willen Gottes zu töten und viele dieser Tiere als Nahrung zu mißbrauchen. Willst Du wirklich behaupten, es sei verständiges und verständliches Handeln, wenn wir diese herrliche Schöpfung Gottes in tote Wüsten und Müllhalden verwandeln?

»Findest Du nicht selbst, daß Deine Tierliebe manchmal übertrieben erscheint? Du würdest sicher nicht mal einer Fliege was zuleide tun! Und wenn abends so ein dicker Brummer ständig an der Fensterscheibe surrt und Dich nervt, was tust Du da?«



Dann hol' ich mir 'ne leere Streichholzschachtel, stülpe sie über den Störenfried und mache sie langsam wieder zu. Ich öffne das Fenster und laß sie raus, damit sie auch noch andere Leute ärgern kann, besonders solche, die mir mit unbewiesenen Behauptungen kommen und mir zumuten, ich sei so dumm, mir die Mühe zu machen, zerquetschte Fliegenleiber von der Fensterscheibe zu kratzen, wenn man es sich mit einer einfachen Methode ersparen kann...

Damit auch kein einziger Schrei der gefolterten Tiere nach draußen dringt, baut man große Betonbunker, durch die auch elektronische Lauschangriffe nicht möglich sind. Hier können dann die Herren Medizin- und Tierforscher ihrem mörderischen Handwerk nachgehen, um den Menschen erst richtig krankmachende »Heilmittel« von den Ärzten verordnen zu lassen.





Die Affen,  
die man in  
diesen  
Bunker  
verbringt,  
diese  
lebensfrohen,  
springlebendigen  
Tiere,  
begreifen

nicht, welche Unmenschlichkeit hier am Werke ist, die sie auf kalte Gitterroste in Käfige zwingt, in denen sie sich gerade noch umdrehen können. Um dann jahrelangem Terror und Folter ausgesetzt zu sein. Hier drin:

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/4/3.html> - **Update:** 13.01.2000 15:47

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

Der Domainname ist  
eine Spende der

[Transmedia GmbH](#)

× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch  
× [Antivivisektion e.V.](#) × [Für Vegetarismus!](#)  
- [Gegen Tierversuche](#) - [Vegi-Büro Schweiz](#)  
Tierversuchsgegner Rhein Ruhr

# 4. Kapitel. Lerne: von den Tieren der Wildnis und den Menschen der Urzeit

## 4.4 Was haben wir unter der Urzeit zu verstehen?

Ich möchte dieses Buch nicht davon betroffen sehen, daß seine Lehre das Schicksal aller bisherigen Lehrmeinungen der Medizin teilt und sich als Irrtum auf dem letzten Stand des Wissens erweist. Deshalb gehe ich für die UrTherapie auf die Zeit zurück, in der es noch keine Wissenschaft gab: in die Urzeit. In die Urzeit der Lebewesen, in der die Natur noch in Ordnung und Krankheit nicht bekannt war. Die Urzeit der Menschen endet dort, wo die Zivilisation des Menschen beginnt.

»Also vor etwa 10.000 Jahren, als die Menschen erstmals mit dem Ackerbau begannen?«

Nein, ich meine, daß schon der Gebrauch des Feuers zu den Anfängen der Zivilisation gezählt werden muß. Sicher hat man das Feuer nicht in allen Erdteilen beherrscht - doch wird angenommen, daß es in Afrika bereits vor 400 - bis 500.000 Jahren von den Menschen gezündelt werden konnte.

Beginnen sehe ich die menschliche Urzeit vor etwa 30 1/2 Millionen Jahren, als die ersten Stammväter von Menschenaffen und Menschen völlig natürlich ihr Leben führten. Ab da bis vor 500.000 Jahren liegt für mich die Urzeit der Menschen. Und ich behaupte: 30 Millionen Jahre lang waren die Stammväter der Menschen und vier Millionen Jahre lang die Menschen immer mit dem zufrieden, was ihnen die Natur bot. <sup>9707</sup>

»Du würdest besser sagen, »mußten zufrieden sein« - das träfe die Sache genauer«, meinst Du.

Nein, das sage ich bewußt nicht!

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Wenn die Menschen Millionen Jahre nichts anderes als ein natürliches Leben kannten, dann hat sich ihr ganzes Empfinden von Wohlgefühl auf ein solches Leben eingestellt und wurde davon geprägt.**

Und zwar ein für allemal geprägt und dann mit den Genen weitergegeben. Der gesunde Menschenverstand muß Dir sagen, daß die Menschen damals voll zufrieden und glücklich waren - eben weil sie nie etwas anderes kennenlernten, als das, was da war: die einfache Natur.

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Vormensch und Mensch haben 30 Millionen Jahre lang immer einfach und immer in der Natur gelebt. Es hat sich deshalb bei ihm alles - vom Gehirn bis zur Erbmasse, von den Sinnen bis zu den Organen - auf ein solches Leben so sehr eingestellt, daß er sich an ein völlig anderes Leben wie das der Zivilisation nie richtig gewöhnen kann. Er vermißt im Unterbewußtsein und in seinen Genen ständig das alte, natürliche Leben.**

Der Zivilisationsmensch ist deshalb stets unzufrieden. Sein Streben nach immer mehr bedeutet somit eigentlich nichts anderes als gemäß seiner genetischen Prägung die stetige Suche nach Unbelastetsein, Friede, Natur und Natürlich sein. <sup>9805</sup>

Halte Deinen Blick fest auf den ruhigen Strom der urzeitlichen Lehre gerichtet, wenn die Töne der Zivilisations-Loreley allzu lieblich zu Dir dringen, Dich zu verführen. Laß Dich nicht irre machen vom betörenden, verführerischen Harfenspiel.

Du weißt es zutiefst in Deinem Herzen, weil Du ein Teil von ihr bist: Nur die Mutter Natur schenkt Gesundheit und volles Wohlbefinden. Du darfst nicht annehmen, für Dich seien Extrawürste gebraten.

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer / Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/4/4.html> - **Update: 13.01.2000 15:47**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a>                      × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> -                      <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# 4. Kapitel. Lerne: von den Tieren der Wildnis und den Menschen der Urzeit

## 4.5 Wie haben unsere urzeitlichen Vorfahren gelebt?

»Das wissen wir doch überhaupt nicht«.

Wie anders sollen sie denn gelebt haben als vollkommen natürlich? Sag es mir, wenn Du meinst, es besser zu wissen. Die vor 30 Millionen Jahren entstandenen Urahnen der Menschen und der Affenmenschen können nicht anders gelebt haben, wie heute noch die Affen in der Wildnis leben. Dann spaltete sich der Urstamm der Menschen in Affenmenschen und Menschen. Man nimmt an, daß dies vor vier Millionen Jahren der Fall war. Und auch von dieser Zeit an bis zum Gebrauch der ersten von ihnen hergestellten Waffen vor 100.000 Jahren haben sie nicht anders gelebt als vorher. Sie konnten, wie die anderen Lebewesen auch, von nichts anderem leben als von dem, was die Natur ihnen bot: Kräuter, Blätter, Früchte, Wurzeln, Sprossen.

Bedenke, was für ein ungeheuer langer Zeitraum 30 Millionen Jahre Urzeitleben darstellt! Und wie verschwindend gering, ja wie einfach lächerlich und unbedeutend die Zeit auf die Gene der Menschheit gewirkt hat, in der sie plötzlich so gänzlich andere Lebensweisen aufnahm, wie z.B. zu fahren statt zu laufen, sich mit Giften einzunehmen oder sich eine völlig veränderte Nahrung einzuverleiben. Du mußt Dir die vergangene Zeit von 30 Millionen Jahren ungefähr so vorstellen, als wolltest Du dazu antreten, von einem Ende des Ozeans zum anderen zu schwimmen: Du machst ein paar Schritte ins seichte Wasser, es reicht Dir jetzt bis zu den Knien, Du blickst Dich noch einmal zum Ufer um und - genau die paar Meter, die jetzt hinter Dir liegen, entsprechen der Zeit, seit welcher der Mensch in größerem Ausmaß naturfremde Nahrungs- und Verhaltensweisen aufnahm. Und nun blickst Du wieder nach vorne auf die unendliche Weite des vor Dir liegenden Ozeans. Du erschauerst und kannst Dir doch keinen rechten Begriff davon machen, daß dieses nicht endenwollende Meer die vergangene Urzeit des Menschengeschlechts versinnbildlichen soll.

Sicher ist jedenfalls, daß der Mensch oder seine unmittelbaren Vorfahren Millionen Jahre lang einfach gelebt haben und daß sich das einfache Naturleben ihm tief einprägte.

## Gesundheitsgesetz der Natur:

**Zufolge der millionenjahrelangen Urzeit, in welcher der Mensch sich nur in der Natur aufhielt und nur von Pflanzen lebte, haben sich alle Organe und Abläufe im menschlichen Körper so sehr auf das urzeitlich gewohnte Tun eingestellt, daß sich der heutige Abkömmling vom Urstammvater der Primaten nicht wirklich wohl fühlt und nicht gesund bleibt, wenn den Organen nicht genau die gleichen Lebensstoffe wie die der Urzeit zugeführt werden. Und wenn Körper und Seele nichts mehr von der früheren Lebensweise erfahren.**

Das und nichts anderes ist der Grund dafür, daß wir trotz allen äußeren Wohlstands innerlich so zerrissen, unzufrieden, neidisch, unruhig, nervös, reizbar, launisch, aggressiv oder depressiv sind.



Sieh Dir mal all die unzähligen dicken Wälzer an, die man seit Römerzeiten bis in die Gegenwart über die Potentaten und Helden schrieb, die nichts anderes im Sinn hatten als zu brennen, zu

sengen, zu morden, Schlachten zu schlagen und Leid zu verbreiten, um auf Kosten der einfachen, von ihnen unterjochten Menschen berühmt zu werden.

Wie wenig ist dagegen über die Urzeit des Menschen veröffentlicht! Und das Wenige ist meist noch unrichtig wie z.B. die Behauptung, unsere Vorfahren seien allesamt Jäger und Sammler gewesen. Das wurden sie erst, als die Degeneration des Menschen durch sein Unzufriedensein mit der ihm von Gott zugewiesenen Nahrung begann. Und das wurden sie auch nur in einem kleinem Distrikt auf dieser Erde, was die Forscher völlig überbewerten und verkehrt erkennen.

Klar - die sehen ja ebenfalls nur sich und wollen mit ihren Entdeckungen berühmt werden und Geld machen.

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × »[Der Große GESUNDHEITS-KONZ](#)« × »[Natürlich Leben](#)«  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

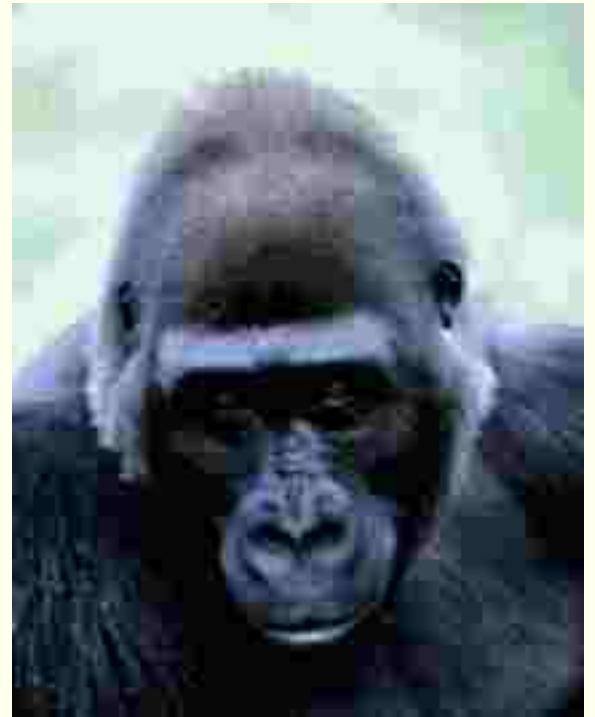
# 4. Kapitel. Lerne: von den Tieren der Wildnis und den Menschen der Urzeit

## 4.6 Das falsche Bild, das uns über unsere Ahnen vermittelt wird

»Waren unsere Ahnen etwa keine Jäger und Sammler?« fragst Du.

Weißt Du nicht, daß die überaus gesunden Hunsu noch nie etwas vom Tier gegessen haben? Sollte Dir entgangen sein, daß in Indien bis vor nicht allzulanger Zeit Fleisch, Milch und Käse nie angerührt worden sind? Ein riesiges Reich, in dem man nichts vom Tier aß und das viele Tiere als heilig verehrte!

Die streng vegetarisch lebenden Hindus z.B. sind davon überzeugt, daß die Geisteshaltung auch durch die Art der Ernährung geformt wird, und daß Fleischnahrung die Menschen verroht..6109, 6111 Und dies scheint keineswegs so abwegig, wenn Du unsere Gesellschaft einmal so recht durchschaut hast. Nach der Hindu-Philosophie machen sich nicht nur diejenigen schuldig, die Lebewesen persönlich töten, sondern auch alle, welche sie durch andere töten lassen und andere ermutigen zu töten. Also auch die, welche Fleisch essen oder kaufen.



Die Brahmanen essen sogar weder Knoblauch noch Zwiebel.6404, 6806 Das allein deshalb nicht, weil diese helfen, den Geschmack von Fleisch zu verbessern. Mal abgesehen vom Ethischen - ich glaube schon, daß die ältesten und größten Hochreligionen der Menschen auch handfeste und auf langer Erfahrung beruhende Gründe hatten, ihren Anhängern vom Fleischgenuß abzuraten.9475

**Immer weise ich Dich hier auf die Blindheit der Wissenschaftler hin, die sich in ihr Fach regelrecht verrennen. Die Ernährungsspezialisten haben sich so dicke Scheuklappen neben die Augen gehängt, daß sie nicht mal wahrhaben wollen, daß die Menschen ganzer Kontinente von Beginn ihrer Geschichte an bis vor etwa hundert Jahren niemals Fleisch zu sich genommen haben.**6121

**Selbst die Japaner im Landesinnern ernährten sich bis vor 200 Jahren nur von Pflanzen, weil das Land zu karg für die Viehhaltung war und die Fische (ohne Eiskühlung) längst**

**verdorben wären, bevor sie dort eintrafen. (Viele Millionen Buddhisten und Adventisten auf der Welt leben aber auch heute noch fleischlos und haben erwiesenermaßen weniger mit Krebs und anderen Krankheiten zu tun als die Fleischesser.)**

**Und bei uns? Hier haben die Ernährungsfachleute »übersehen«, daß sich Fleischgenuß früher nur die Herrschenden und der reiche Klerus erlauben konnten. Daß auch in Europa beim einfachen Volk nur einmal im Jahr, im November, Fleisch auf den Tisch kam - wenn ein Schlachtfest gefeiert wurde.<sup>0604</sup>**

»Ja, wie kann aber denn so etwas durchaus Bekanntes wie die fleischlos lebenden Völker den Forschern entgehen? Wie können die denn so verallgemeinernd annehmen, die Menschen hätten früher alle Fleisch gegessen! Ein Forscher spricht sogar von Menschen als »Raubaffen«.<sup>9749</sup> Wie können die mir denn da ständig etwas vom *lebensnotwendigen tierischen* Eiweiß vorkaseln, wenn man weiß, daß ganze Kontinente Jahrtausende auch ohne Fleisch ausgekommen sind? Wie können sie denn der gesamten Vormenschheit das Siegel der »Jäger und Sammler« aufdrücken?« fragst Du.

Weil das aufgestapelte Wissen so belastet, daß man vor lauter Bäumen den Wald nicht mehr sieht. Weil deren Spezialwissen das Sehen in großen Zusammenhängen vergessen läßt. Weil es letzten Endes den gesunden Menschenverstand raubt.<sup>9954</sup>

**Und weil die Forscher viel zu gerne selbst Fleisch essen, um vor sich und den anderen zuzugeben, daß es die meisten Menschen bis vor ein paar hundert Jahren auch in unserem Kulturkreis nur als große Ausnahme kannten.<sup>9954</sup>**

Aber welcher Geschichtsschreiber widmete damals sein Augenmerk schon den einfachen Menschen! Anerkennung und großes Geld erntete man, wenn man über die hohen Herren und Fürsten und deren Fleischgelage und über ihre Heereszüge zur Vernichtung der Menschen und der Natur schrieb. Auch die Medizingeschichtsschreiber stellen immer nur die »großartigen Leistungen ihrer Kollegen« heraus. Was der Kranke und Patient mitmachen muß - Kein Wort, kein Mitleid, keine Achtung, keine Beachtung für ihn. Was ich vor allem nicht verstehe:

Daß die Anthropologen wie gebannt nur auf die Zeit der Menschwerdung, also vor etwa 5 Millionen Jahren bis 50.000 v.Chr., blicken, eine Zeit, wo sich die ersten Zeichen des Jagens in Mittelafrika finden. In Nordafrika sah das aber schon anders aus.

Herodot und Origines berichten z.B. über die Ägypter, daß sie nur Früchte und Gemüse aßen und lieber zu sterben vorziehen würden, als sich des Verbrechens schuldig zu machen, Fleisch von Tieren zu essen. (So berichtete auch Plinius der Ältere.)

Nun haben sich natürlich irgendwann in Afrika und Europa einige Stämme vor etwa 50.000 Jahren ans Jagen gemacht. Das ergibt sich aus den Höhlenzeichnungen. Vielleicht begannen diese ersten Jäger der Menschheit mit der Perversität des ihnen spannend vorkommenden Hinterherrennens nach Tieren und sie unterhaltenden Tötens - ohne Grund zudem, denn es gab ja damals noch genug Pflanzen zu essen - möglicherweise auch etwas früher.

Jedenfalls ist es absurd anzunehmen, daß evolutionsgeschichtlich ein solch kurzer Zeitraum von 50.000 Jahren Fleischessens (und das auch nur bei einigen wenigen Menschengruppen) ausgereicht hätte, bei der *gesamten* Menschheit eine Änderung der festgeprägten natürlichen Verhaltensweisen zu bewirken, geschweige denn, in den körperlichen Vorgängen oder Organen auch nur die Spur einer Anpassung auszulösen. Glaubst Du, daß sich Dein Auto mit der Zeit an Coca Cola anpassen würde, wenn Du das statt Benzin tanken würdest? Das will sagen:

**Nach wie vor sind beim Menschen die Darmlänge, die Lebergröße, die Zahnform, die Lauffähigkeit so geblieben, wie sie sich vor 30½ Millionen Jahren herausgebildet hatten. Weil sie 30 Millionen Jahre nur Pflanzen essen konnten. Und sie später (in der Zeit von 3 Millionen bis 50.000 Jahren v. Chr.) wegen des angewöhnten aufrechten Gehens und der damit veränderten Fußform zu steif dafür waren, sich im Geäst Tiere zu erjagen. (Die Waffen dazu schuf sich der Mensch erst vor 50000 Jahren.) Und auf dem Boden sowieso.<sup>6303, 6602</sup> Das heißt: Fleischessen muß deshalb von Übel sein, weil es in die Verstoffwechslung genetisch nicht eingearbeitet werden konnte.**

Vergiß nicht, daß sich z.B. auch das Absondern der Verdauungssäfte und der stärke-spaltenden Enzyme nicht ändern konnte.<sup>6112</sup> Die sind nach wie vor auf das Verdauen von reiner Pflanzennahrung abgestimmt und weisen eindeutig auf die physiologische Verwandtschaft zu den pflanzenessenden Tieren hin. So ist die im Fleisch befindliche Harnsäure nur dann gut abbaubar, wenn die Verdauungsorgane ein dafür bestimmtes Enzym (Urikase) produzieren. Dieses aber besitzt der Mensch nicht - im Gegensatz zu den Raubtieren. So vermag sich bei ihm die Harnsäure teilweise im Körper abzulagern und damit ihr Zerstörungswerk langsam in Gang zu setzen.

**Denk auch mal darüber nach, wieso Du eine Fleisch- oder Fischvergiftung<sup>6229</sup> bekommen kannst, aber nie eine Obstvergiftung. Und wieso viele nach Eierverzehr an Salmonellenvergiftung sterben, aber niemand nach dem Essen von Gemüse. Und frage Dich auch, wieso sich Raubtiere nie an Fleisch vergiften können...**<sup>6203, 6218, 6311/3, 6325ff, 6350ff</sup>

Die haben nämlich gegenüber dem als »Friedtier« geplanten Mensch einen siebenmal kürzeren Darm. Bei den mit kurzem Darm ausgestatteten Raubtieren kann Fleisch nicht so lange im Darm verbleiben und deshalb auch keine Fäulnisgifte entstehen lassen. Pflanzennahrung wird im Dünndarm verdaut, das Hähnchen, das Du vertilgst, wird im Dickdarm von Fäulnisbakterien abgebaut wird. Weil der Hitze-prozeß dessen Eiweiß denaturierte und eine normale und einwandfreie Verdauung nicht mehr ermöglicht. Zudem: Fäulnisbakterien sind in Millionen Jahren nicht in Dienen Körper gekommen: in einem einzigen Gramm Schweinefleisch befinden sich davon 2,9 Millionen. Im Fisch sind es 120 Millionen! Deshalb ist die Fischvergiftung um so vieles gefährlicher.

**Als Fleischverächter befindest Du Dich in besserer Gesellschaft als diejenigen, denen ein Steak die höchste Seligkeit bedeutet: z.B. zusammen mit Buddha, Konfuzius, Sokrates,**



**Lessing. Diese wußten zwar noch nichts von unseren jetzigen Erkenntnissen, ahnten aber richtig: Fleisch und Alkohol beschmutzen den klaren und reinen Geist. Oder zerstören allmählich das Gehirn durch das Verschlingen von Rinderwahnsinns-Fleisch. Wer weiß, wieviel sie Dir schon heimlich davon untergejubelt haben... Vor dem Zerfressenwerden des Gehirns können Dich dann höchstens noch die Urkräfte der UrMedizin bewahren.**

Es gibt noch einen bedeutenden Grund dafür, warum unsere Vorfahren Früchte und Pflanzenesser waren: Weil wir Menschen uns lieber vorsichtig als risikofreudig verhalten und alle zur Bequemlichkeit neigen. Na, und da ist's doch viel einfacher sich an Wildpflanzen heranzuschleichen...

Kinder und Jugendliche besitzen noch tiefere Gefühle für die Mitlebewesen, besonders wenn ein Tier im Hause ist. Als Lehrer würde ich sie diesen Spruch lehren:

*Sag Deinen Eltern ins Gesicht: Meine Freunde eß' ich nicht!*

»Wie ist das eigentlich vorstellbar, daß der Körper nach Fleisch süchtig ist? Hier ist doch gar kein Suchtstoff vorhanden!« sagst Du.

Nun, im Magen wird, um eine Fleischmahlzeit überhaupt verdauen zu können, eine Salzsäure-Pepsin-Mischung produziert, welche im Raubtiermagen genbestimmt vorhanden ist. Ist die Synthese eines solchen Verdauungssaftes erst einmal eingeleitet, so sammelt sich im Magen diese Verdauungsmischung auch dann, wenn eine fleischlose Mahlzeit eingenommen wird. Das Vorhandensein der Salzsäure-Pepsin-Mischung wird an das Gehirn weitergegeben, so daß Du immer wieder nach Tierischem gierst. Willst Du diese Sucht überwinden, so ist eine gewisse Zeit der Entwöhnung notwendig, bis jene fleischlösenden Säfte im Magen nicht mehr produziert werden und Deinen Gaumen nicht mehr reizen. Dann verliert sich später auch Dein Gefühl des Noch-nicht-zufrieden-Seins und das leise pochende Ungesättigtsein nach den ersten UrKostmahlzeiten.

»Allmählich schwant mir, daß ich besser mehr über die Urzeit als über die Neuzeit wissen sollte.«

**Die Urzeit ist von einem solch großen Einfluß auf den Menschen, daß man sich deren Bedeutung nicht oft genug vor Augen halten kann. Präge Dir unauslöschbar ein: 30 Millionen Jahre hat die Urzeit den Menschen in ihrem Griff gehabt, hat sie seinen Körper und Geist, sein Sinnen und Trachten, sein Denken und Handeln, sein Essen und seine Bewegungen völlig auf urzeitliche Verhältnisse eingestellt.**

In der Urzeit liegen die Wurzeln unseres Menschseins begraben - und hier sollten wir nach ihnen forschen. Es ist auch entwicklungsgeschichtlich klar, daß der Mensch Millionen Jahre nicht an tierische Nahrung gelangt sein kann: Stell es Dir doch selbst mal vor, wie schnell Du verhungert wärst, wolltest Du mit Deinen bloßen Händen einen Pavian erbeuten. Oder ein Reh oder Kaninchen.

Da wendest Du Dich doch lieber dem zu, was um Dich herum in Hülle und Fülle und ohne große Anstrengung zu haben ist: Grünpflanzen. Deshalb halte ich Fleisch für eine nicht dem Menschen bestimmte Nahrung.

»Eigentlich müßte sich jede kleinste Faser meines Körpers nach dieser Urzeit sehnen, doch warum merke ich nichts davon?« fragst Du.

Dein Kopf ist zu überladen mit Vorstellungen, Ängsten, Vorurteilen. Eigentlich funktionierst Du ja nur noch. Lediglich manchmal blitzt Klarheit und ein Sehnen danach in Dir auf: Wenn Du den ganzen Zivilisationskrepel am liebsten hinschmeißen möchtest. Wenn Du dieses öde Leben, dieses »Sich-Abmühen-Wofür« mal wieder gründlich satt hast. Wenn Du auf die berühmte einsame Insel entfliehen und nichts mehr hören und sehen möchtest.

»Woher willst Du wirklich so genau wissen, daß die Urzeitmenschen glücklicher und gesünder waren als wir heute? Vielleicht bildest Du Dir das auch nur ein...«



Ja - ich weiß das tatsächlich nicht sicher. Aber ich schließe es aus meinem langen Studium der Natur und meinen eigenen Erfahrungen aus einem naturverbundenen Leben. Doch gehen wir ruhig einmal etwas näher darauf ein. Laß Dich fragen, ob Du Dich bei allem, was die Zivilisation zu bieten vermag, wirklich von innen glücklich und zufrieden fühlst. Denke mal ein paar Minuten darüber nach...

Tragen wir nicht fast alle mehr oder weniger die lächelnde Maske des zivilisierten Menschen vor dem Gesicht? Innerlich voller Lebensangst, zerfressen von der Gier nach immer mehr, zugestopft mit Frustrationen, Sorgen, Leid, Kummer und Unverstandensein? Und erfüllt von immer mehr Unbehagen an dieser Welt. Natürlich, nach außen - und oft auch vor uns selbst! - setzen wir diese Schau der Freundlichkeit auf, bei oft nur mühsam zurückgehaltener Aggressivität. Die heutige Zivilisation starrt vor Gewalt, Lüge, Boshaftigkeit und Unmenschlichkeit - und das nur deshalb, weil es in den einzelnen Menschen nicht anders aussieht. Und Aggression ist nichts anderes als eine Folge von Frustration. Diese Zivilisation frustriert uns! Und das mehr als sie uns darin wohlfühlen läßt.

Der Schluß ist zwingend:

**Weil es vor Millionen Jahren keine Zivilisation auf der Erde gab, war den Urzeitmenschen zumindest Boshaftigkeit, Gewalt, Lebensangst und Leid fremd.**

Und schon deshalb waren sie glücklicher als wir - weil den Urzeitmenschen Unmenschlichkeit, so wie wir dieser jetzt allorts begegnen - fremd war. Du fühlst Dich heute doch nur für kurze Augenblicke glücklich. Aber für die hundertfache Dauer an Zeit läßt Dich diese Zivilisation nicht zum Glückhsein kommen. Weil Du dafür hart arbeitest und die Freiheit verlierst, zu tun und zu lassen, was Du willst. Und das war den Urzeitmenschen fremd. Denn sie vermißten keine Spülmaschinen, weil sie frisch aus der Natur ihre Nahrung nahmen und die Reste der Natur wieder zurückgaben. Sie besaßen weder Haus noch Wohnung - höchstens eine Schilfhütte oder Höhle. Doch sie waren dafür frei von Sorgen und Streß, weil weder Mieten noch Hypothekenzinsen noch Reparaturarbeiten fällig wurden. Gut - sie hatten keinen Komfort, und Genußmittel waren ihnen fremd.

Doch beides vermißten sie nicht, weil sie es nie kennengelernt hatten.

Sie nahmen nur das, was ihnen die Natur gab - und waren damit zufrieden, wie jedes freilebende Tier es ebenfalls ist. Sie lebten, wie die Menschenaffen in den Savannen und Urwäldern heute noch leben: im Einklang mit der Schöpfung - und damit mit dem göttlichen Willen, falls man daran glauben will. Und die Forscher, die mit den Affenmenschen jahrzehntelang zusammenlebten, waren fasziniert von diesen Geschöpfen, von ihrem sozialen Verhalten, ihrem zärtlichen Umgang miteinander. Ihnen erschienen diese uns am nächsten stehenden Tiere nie gehetzt, unwirsch, krank, nervös, getrieben, selbstsüchtig, gierig, quengelig, unleidlich. Sie wirkten zu jeder Tageszeit zufrieden mit sich und der Welt. Und ich glaube daraus schließen zu dürfen, daß ständiges Zufriedensein ein Zustand hohen Glücks bedeutet, von dem wir heutigen Menschen nur träumen können.

Natürlich waren sie mehr von Zecken geplagt als wir. Doch dafür saßen sie gemütlich in der Runde zusammen und kratzten sich diese gegenseitig aus dem Fell - ein höchst befriedigendes Tun für jeden der Beteiligten...

**Sie waren auch nicht von tausenderlei anderen Interessen abgelenkt oder in Anspruch genommen und von hunderten Gedanken und Meinungen anderer Menschen in ihrem Verhalten hin und her gerissen. Sie waren jederzeit für ihre Partner und Kinder da und konnten sich ihnen voll widmen. Sie besaßen Zeit füreinander - und erschlossen sich damit eine Quelle ständigen und beständigen innigen Glücks.**

**Nun - sie konnten nicht Beethovens Neunte oder Mozarts Zauberflöte genießen. Aber ihnen sangen noch alle Vögel des Himmels. Sag nur, da könnte man nicht etwas wehmütig werden...**

»Meinst Du ernstlich, die Urzeitmenschen wären so gesund gewesen? Ich hörte da von ägyptischen Mumien, an denen man schon Karies und Tuberkulose festgestellt hat.«

Damals wurden sicherlich nur höchstgestellte Persönlichkeiten einbalsamiert. Und daß die nicht so schlicht und einfach aßen wie das gewöhnliche Volk, das kannst Du Dir denken. Die hatten sich dem urzeitlichen Verhalten - also dem einfachen Leben - längst entfremdet. So wie heute das Denken der Bürokratenklasse von den Sorgen der einfachen Bürger.

Den teilweise als Göttern verehrten Pharaonen setzte man nur das Feinste vom Feinen vor. Und daß dies gerade für die Menschen das Schlechteste ist, werde ich Dir später noch klarmachen. Wer - wie die Pharaonen - nur von für Insekten bestimmtem Honig, Honigkuchen und Honigwein lebt, darf sich nicht wundern, wenn er krank wird. Honig ist fast noch schädlicher für die Zähne als Zucker. Und es nagt manchen Menschen an der Seele, daß sie trotz ausgezeichneter medizinischer Versorgung, trotz der weichen Betten, schönen Wohnungen, pompösen Karossen und gaumenverwöhnenden Speisen heute schlechter mit ihrer Gesundheit dran sind als primitiver lebende Menschen, wie die Buschmänner oder Hunsas. Doch wie einfach ist die Antwort:

**Da die Urmenschen vor Millionen Jahren nicht in der Zivilisation lebten, plagten sie auch keine Zivilisationskrankheiten!**

Und wenn Du Dir über so etwas Gedanken machen solltest, dann wirst Du bemerkt haben, daß die Mediziner zwar oft von den »Zivilisationskrankheiten« sprechen, aber nie von »Urzeitkrankheiten«! Das können sie auch gar nicht, da man bis heute noch keine Urzeitkrankheiten an Mensch und Tier entdeckt hat - trotz vieler alter Knochenfunde. Wie sollten die Urzeitmenschen aber auch überhaupt Krankheiten gehabt haben, da ...

»Moment mal«, wirfst Du ein, »die hatten doch bestimmt alle Rheuma, wo sie ständig in den feuchten Höhlen hausen mußten!«

Nein - Rheuma hat nicht das geringste mit Feuchtigkeit und Kälte zu tun. Sonst würden z.B. die Wasserratten und Fischotter nicht so flink auf den Beinen sein. Sie sind ja Säugetiere wie wir.



Und von Krebs und Arterienverkalkung blieben die Urzeitmenschen ebenfalls verschont, weil sie keine industriell gefertigten, cholesterinhaltigen Nahrungsstoffe zu sich nahmen: Milch, Käse, Brot, Kuchen, Wurst, Eier. Und weil die Urzeitmenschen weder Tabak noch Alkohol noch andere Genußgifte kannten, bekamen sie auch keine Herz- und Kreislaufkrankheiten.

So mußten sie, wenn ein Bär auf sie zukam, auch nicht fürchten, vor lauter Herzschmerzen nicht rechtzeitig auf einen Baum zu kommen!

Und weil sie auf weißes Mehl und Zuckerwaren - zwangsläufig - verzichten mußten, litten sie auch nicht an Diabetes und sonstigen Krankheiten. Doch stell Dir vor, sie hätten daran gelitten und es ihren Nachkommen weiter vererbt! Uns gäbe es dann heute nicht, denn zu Urzeiten merzte die Natur alles Kranke im Auftrag Gottes schnellstens aus. Nur das Gesunde konnte überleben, denn die ganze Schöpfung ist darauf abgestimmt, daß nur starkes Erbgut

weitergegeben werden soll.

Liebe deinen Nächsten wie Dich selbst. (Biblische Lehre)

Liebe jedes lebende Wesen wie Dich selbst. Denn derselbe Geist wohnt in allen.  
(Hinduistische Lehre)

»Für die Kriegsforschung werden Hunde, Katzen, Schweine, Schafe, Ziegen und Nagetiere von der Bundeswehr verbrannt, zerschossen, vergast, verstrahlt, vergiftet usw.

50 Milliarden Mark kostet sie jedes Jahr. Jede Steuerzahlerin und jeder Steuerzahler zahlt diesen mächtigen Apparat der Zerstörung mit und finanziert so die Gewalt an Tieren. Jede Erkenntnis ist dazu da, um auch an Menschen angewendet zu werden. An der Bundeswehrakademie in München wurden jahrelang Beagle-Hunde mit Blausäure, den Nervengiften Lost und Soman vergiftet.

Mäuse werden Neutronenstrahlen ausgesetzt,

Hunde mit Gasbrandbazillen infiziert, Hunde und Schweine beschossen und nicht behandelt, um den Verlauf der Entzündungen bis zum Tod zu beobachten.«



»Ein anderes »wissenschaftliches« Experiment: Ein junges Äffchen wird bis zu sechs Wochen allein in eine verschlossene Kiste mit nach innen schräg abfallenden Seitenwänden aus rostfreiem Stahl eingesperrt. »Grube der Verzweiflung« wird dieser Kasten genannt. Daß die Tierchen nach wenigen Monaten darüber an seelischem Kummer eingehen, zeigt, daß sie eine noch empfindlichere Seele als wir, die sie mordenden Menschen, besitzen.« (Aus: Das Tierbuch, 2001 Verlag)

»Wir opferten täglich 1 - 2 Hunde neben Kaninchen und anderen Tieren. Der Gedanke an das 'Wohl der Menschheit' kam überhaupt nicht in Frage; man hätte darüber gelacht. Das große Ziel bestand darin, mit seinen wissenschaftlichen Zeitgenossen Schritt zu halten oder sie gar zu überflügeln, sogar um den Preis eines unermesslichen Maßes an Folter, die unnötiger- und ungerechterweise den armen Tieren zugefügt wurde.« Dr. med. Hoggan (Assistent des Vivisektors Prof. L. Cl.) (® LV9488)

Das ist die beste Nachricht dieses Sommers: Eßt mehr Eis und ihr bleibt gesund! Arzt und Ernährungswissenschaftler Professor Ueli Stauffer aus Zürich: »Es gibt kaum ein Nahrungsmittel von so hohem Wert wie das Speiseeis, das von Kindern begeistert verzehrt wird.« Moderne Kinderärzte sagen, was sich auch Erwachsene zu Herzen nehmen können: Wer keine Milch mag, sollte Eis essen. Denn Eis ist ein Milcherzeugnis und liefert daher alle die Stoffe, die in der Milch wertvoll sind. (GOLDENE GESUNDHEIT Nr. 7/1987)

# 4. Kapitel. Lerne: von den Tieren der Wildnis und den Menschen der Urzeit

## 4.7 Die Zahnärzte haben als löbliche Ausnahme mal keine Schelte verdient – trotzdem sind die meisten üble Beutelschneider!

Wußtest Du schon, daß Männer wie Homer, Aristoteles, Sokrates, Seneca, Laotse, Konfuzius oder der heilige Augustinus ihre enormen geistigen Werke eigentlich gar nicht hätten vollbringen können?

Weil sie ohne Zucker im Kopf keine Leistungsfähigkeit besaßen... Ein deutscher neunmalkluger Professor zwingt uns diesen Schluß auf, weil er behauptet, geistige Leistungsfähigkeit könne nur mittels Fabrikzucker erreicht werden. Der Mann ist Ernährungswissenschaftler. Er sollte eigentlich wissen, daß der Körper sich seinen Blutzucker aus der Nahrung selbst bildet und den knochenzerstörenden Fabrikzucker überhaupt nicht nötig hat.<sup>6622, 2604/6, 6318</sup>

Speiseeis (85% Zucker!) zerstört nachweislich u.a. Zähne, Knochen und Abwehrkräfte (Richtiger: nicht der Zucker selbst, sondern dessen Säureprodukte die sich bereits im Mund bilden). Das steckt hinter der Maske Schulmedizin: Krankheitsschaffendes Verhalten zu propagieren, damit zukünftiger Profit gesichert bleibt.<sup>6116</sup>

Denke: Wenn die Menschen vom Brot-, Kuchen- und Süßigkeitenessen Diabetes, kaputte Knochen und faule Zähne bekommen - ja, wie kann das dann für Dich noch weiterhin eßbar sein?

Die Zahnärzte predigten noch vor einem Jahrzehnt wirklich heftig in den Zeitungen gegen die Gefahren des Zuckers für die Zähne.<sup>2508, 2645</sup> Das tun heute manche gutmeinende Zahnärzte in Aufklärungsgesprächen besonders mit jüngeren Patienten auch noch. Das ist zu loben, auch wenn es denen von einem Ohr durchs andere geht.

Aber: Haben uns die Zahnärzte nicht in den letzten Jahrzehnten die Zähne mit Amalgam vollgepumpt? Haben sie Dir nicht die Zahnwurzeln abgetötet, so daß Dir die dort unerkannt schlummernden Entzündungsherde alle möglichen Gelenkschmerzen und Krankheiten brachten, was dene schon seit Jahrzehnten längst bekannt war!<sup>2680, 2645</sup> Zahnärzte, die nach den Regeln der Kunst arbeiten, sind dünn gesät.

**Das solltest Du wissen: Die meiste Zahnschubstanz fressen nicht die Kariesbakterien,**

**sondern die Turbinenbohrer der Ärzte. Das Quecksilber im Mund schuf zudem ein Speichelmilieu, das der Kariesverbreitung besonders förderlich war.**

**Doch was nützt Verzicht auf Zucker, wenn die Zahnärzte infolge Unkenntnis nichts darüber sagen können, daß Mehlspeisen und weiches Brot die gleiche Wirkung besitzen? Mal davon abgesehen: Sie tragen keine Schuld daran - im Gegensatz zu den Ärzten, die mit krankmachenden Medikamenten ihre Patienten behandeln - daß sie sich vor unseren unästhetischen, faulenden Gebissen in mühsamer, höchste Konzentration und Leistung abfordernder Arbeit den Rücken krumm machen müssen. Und sie treten auch nicht mit dem Anspruch an ihre Kunden heran, sie zu heilen.**

**Klar - auch denen muß Du auf die Finger sehen, daß sie Dir nicht leichtfertig statt des früheren Amalgams jetzt andere giftige Kunststoffe in die Löcher geben.<sup>2670</sup> Was Du da für ein Gift im Leibe hattest, das wird Dir erst klar, wenn Du hörst, daß zwei Geisteskranke aus einer geschlossenen Heilanstalt als »geheilt« entlassen werden konnten, nachdem man ihnen das Amalgam aus den Zähnen entfernt hatte. <sup>2667/8, 2675/7</sup> Übrigens wurde auf die zerstörerische Giftigkeit der Amalgam-Füllungen bereits 1968 in Fachzeitschriften hingewiesen - aber keiner unternahm etwas! <sup>9790</sup> (Nun hat man sogar festgestellt, daß Computer und Monitore durch ihre Abstrahlung ebenfalls giftige Quecksilberdämpfe freisetzen.)<sup>9660</sup> Die Quecksilber-Amalgamvergiftung kann zu einer Unzahl von verschiedenen Krankheiten führen, weil sie das Immunsystem des Menschen auf das schwerste schädigt. Der eine erleidet Depressionen oder Rheuma, der andere Apathie, Muskelzucken, Schuppenflechte. Der dritte Multiple Sklerose, Nierenfunktionsstörungen, Hautkrebs. Der vierte Gedächtnisschwäche oder Geisteskrankheit. <sup>9102</sup> Der fünfte Migräne und, und, und... Aber das hat sich ja inzwischen schon rumgesprochen.**

**Sieh Dir alle Amalgamfüllungen - solltest Du noch welche machen lassen - genauestens mit dem kleinen Spiegel an. Sie müssen exakt dem Zahn angepaßt sein, nichts darf überstehen! 50% der Zahnärzte schlampfen hier und machen Pfusch bei Brücken usw.<sup>3010</sup>**

**Zu den alten Amalgamfüllungen, die Du noch im Mund hast, würde ich am liebsten sagen: raus damit! Wenn es wirklich nicht zu schweren Krankheiten bei Dir führen sollte - es schwächt jedenfalls ganz erheblich Deine Immunabwehr, und Du erliegst dann leichter anderen Krankheiten. Das giftige Quecksilber verdampft schon bei Zimmertemperatur, also auch bei Körpertemperatur. Es strömt ständig aus den Amalgamfüllungen und wird Tag und Nacht eingeatmet. Und gelangt über den sauren Speichel und die Nahrung in den Körper.**

**So lange Du eine Metallfüllung im Mund hast, findet immer eine elektrolytische Zersetzung statt. Besonders stark wirkt sie bei Amalgam, weil dieser Stoff eine Mischung verschiedener unedler Metalle ist (20% Silber, 16% Zinn, 12% Kupfer, 53% Quecksilber, 2% Zink). Im feuchten, elektrisch leitfähigen Milieu des Speichels beginnt an der Oberfläche einer solchen Metallfüllung die elektrolytische Zersetzung, ähnlich wie in einer Taschenlampenbatterie. Bei Amalgam entstehen elektrische Spannungen von 200 bis 600 mV, also etwa ein halbes Volt. Das ist wesentlich mehr, als der Körper zur Weitergabe von Nervenreizen oder bei Denkprozessen einsetzt. Vor allem das schlimme Zinn löst sich schnell. Wie bei jeder**

elektrolytischen Zersetzung entstehen an den beiden Polen basische und saure Reaktionen. Man hat ermittelt, daß unterhalb 60% der Amalgamfüllungen wieder Zahnkaries am Werk ist. Dies rührt möglicherweise daher, daß bei einer solchen Füllung an den vielen kleinen Polen mit saurer Reaktion die Zahnhartsubstanz geschädigt wird. Die von Gold oder Platingold erzeugten Spannungen sind allerdings dabei geringer als bei anderen Metallen.

**Du kannst also davon ausgehen: Solange Du noch irgendeine Metallfüllung in den Zähnen hast, bleibst Du immer kariesgefährdet. Der Speichel wird durch die UrMedizin zwar alkalisch, die Mundbakterienflora nimmt natürlichere Zustände an, aber die elektrolytische Zersetzung bleibt.**

Die Zahnärzte waren früher schnell dabei, Dir die Zähne zu ziehen - kein Wunder, denn der dadurch bedingte Zahnersatz wurde (und wird) besser bezahlt als Zahnerhalt. Jetzt sind die Entgelte etwas angeglichen, aber weißt Du, was der einzelne Arzt sich dabei denkt, wenn er in Deinen Mund hereinsieht und den stetig fortschreitenden Verfall mitbekommt? Daß viele nicht allzuviel Lust daran haben, die durch Deine Schlechtkostschlemmerei selbst verursachte Zahnzerstörung bzw. Parodontose sorgsam zu bearbeiten, kann ich gut verstehen:

»Da geb' ich mir so viel Mühe und nächstes Jahr ist wieder alles kaputt und muß neu gemacht werden«, sagen sich viele im stillen. Doch wisse:

Jeder gezogene Zahn leitet mehr und mehr den Gebißverfall ein. Im Hinterkopf haben viele Zahnärzte den Satz aus ihrer Lehrzeit: Lücke bringt Brücke - Brücke bringt Mücke.<sup>2622</sup>

Kämpfe deshalb wie ein Berserker um jeden Zahn, den man Dir ziehen will. Denn:

Beim ersten Zahn, den Du verlierst, wird der darüberliegende schon länger. Aber er wächst nicht, sondern schiebt sich wegen des nun ständig fehlenden Gegendrucks immer mehr aus seinem Zahnbett, wenn Du zu lange mit einem Lückenschluß wartest. Nun läßt Du vom Zahnarzt eine Brücke bauen, wobei die unteren, neben der Lücke stehenden Zähne beschliffen werden und das tut denen nicht gut. So werden sie schneller krank. Dann muß die Brücke vergrößert werden und neue Zähne verlieren an Lebenskraft, entzünden sich an der Wurzel, bekommen schneller Karies. Hier dreht sich der gleiche Reigen wie bei den Ärzten. Obschon die Zahnärzte keine Schuld daran tragen, sondern nur Du, der hier durch Schaden nicht klug werden will.

Der Volksmund bezeichnete früher nicht zu Unrecht den letzten Zahn, der Dir gezogen wird als »Potenzzahn«...

Da machten uns die Gesundheitsämter und Wissenschaftler jahrelang weis, Amalgam verursache keine Schäden in Deinem Körper, wenn es langsam durch Kauen abgerieben und im aggressiven Milieu der Mundhöhle chemisch gelöst wird. Aber sie wiesen die Zahnärzte an, Amalgamabscheider in ihre Praxis zu installieren, damit es das Grundwasser nicht vergiftet! Deinen Mund und Körper durfte man vergiften, das war gesetzlich zulässig. Übrigens: Amalgam wurde bereits dreimal seit seiner ersten Anwendung 1839 verboten, in Rußland 1985



und auch in Japan und Schweden, nur nicht bei uns. Die Lobby war mal wieder zu stark.

»Soll ich deshalb das Amalgam durch ein Goldinlay ersetzen lassen?« willst Du wissen.<sup>2665</sup>

Das wäre der zweitbeste und zudem ein sehr teurer Weg. Und wer weiß, was man über die Verträglichkeit eines Goldinlays noch feststellt, wenn das erst mal richtig untersucht wird? Denn das ist kein reines Gold. Wie auch die angeblichen »Goldkronen« nichts anderes als eine Mischung aus bis zu 10 verschiedenen Metallen sind, die nur nach Gold aussehen. Darin findet sich auf jeden Fall einmal Platin. Und wer sich ein bißchen mit den Auto-Katalysatoren beschäftigt hat, der weiß, wie hochgiftig und krebserzeugend dieses Metall ist.

An giftigen Metallen können weiter in minderwertigen Goldlegierungen drin sein: Indium und Iridium, die beide radioaktiv abstrahlen. Auch Gallium, das für Leuchtziffern verwendet wird, kannst Du finden. (Sensitive Menschen können leuchtzifferstrahlende Uhren nicht mal am Handgelenk vertragen.) Weiter finden sich hochgiftiges Thallium und Kobalt in der Goldinlaymixture.

Das allerbeste ist eine gehämmerte, polierte Füllung aus reinstem, 24karätigem Gold.

Wenn Du den Zahnarzt fragst, dann wird er Dir sicher klarmachen, daß man Gold alleine nicht gebrauchen könne, da es zu weich sei. Das ist eine dumme Ausrede, weil die meisten damit nicht zurecht kommen. Und wer es beherrscht, dem ist es zu zeitaufwendig. Du mußt dem Köhner also schon - wenn die Helferin mal nicht dabei ist - einen Briefumschlag mit genügend blauen Scheinen zustecken. Und ihm sagen: »...für das Mehr an Mühe.«<sup>2665b</sup> Wenn Du erst mal ein Gebiß nötig haben solltest, o je, welches auch der beste Zahnarzt nicht so hinkriegt, daß es Dir nicht ab und zu ins Essen fällt, dann machst Du Dir heimlich die schlimmsten Vorwürfe, nicht hier das Beste gemacht haben zu lassen. denn hier wird vorher kein giftiger Zahnzement eingefüllt. Würden den Menschen schon beim ersten Zuckerkontakt alle Oberzähne ausfallen, sähe das anders aus.

Das Amalgam-Entfernen treibt - was auch bei Anwenden größter Vorsichtsmaßnahmen nie ganz zu vermeiden ist - viel vom Quecksilbergift in den Körper. (Frage: Hat Dein Zahnarzt dabei z.B. die Kiefer abgedeckt, werden die Dämpfe abgesaugt, gibt er einen Atemschutz über Deine Nase und benutzt er einen Spezialbohrer, der wenig Staub verursacht?) Beim Herausbohren einer alten Amalgam-Füllung atmet ein Patient etwa 1.000 Mikrogramm Quecksilber pro Kubikmeter Luft ein - was einer neuen, schweren Vergiftung gleichkommt. (Daß die Zahnärzte sich dadurch ebenfalls schädigen und trotzdem ihre Arbeit tun, muß ihnen hoch angerechnet werden.)

Auf diese Weise kann es so trotz aller Vorsichtsmaßnahmen immer noch in geschwächten Körperteilen erneut zu Beschwerden kommen. Möglich halte ich es auch, daß der Arzt mit neu gelegten Füllungen - auch unter Goldkronen kommt ein festabschließender Zement - eine kurz vor der Entzündung stehende oder tote Pulpa so abgedichtet hat, daß sie ihre Abbaustoffe nicht auf dem dafür vorgesehenen Weg an die Blut- und Lymphbahnen abzugeben vermag. Und so der Entzündungsherd durch Biophotoneninformation in den bereits geschädigten Zellteilen des

**Organismus** schmerzende Warnsignale auslöst.

Wußtest Du schon, daß Karies bei Deinem Kind (erkennbar durch Gelbbraunfärbung der Milchzähne) auch durch Tetracycline, einem Antibiotikum, verursacht werden kann? Oder bei Dir selbst durch Hormonpräparate oder die Pille? Es ist schon schwierig! Aber es gibt keine Kompromißlösung:

Alle Amalgamfüllungen sofort herausnehmen und ersetzen lassen. Selbst wenn Gefahr besteht, daß Zahnwände beim Herausschleifen zusammenbrechen. (In diesem Falle die Lücke mit dem abgebrochenen Zahn drin so belassen oder einen Stiftzahn einbauen. Warum? Weil Du Glück haben kannst und das Amalgam hat die Pulpa noch nicht angegriffen und der Zahn kann weiterleben. Ja – wer weiß das schon, daß Amalgam auch nach und nach den Zahn zerstört? Einzelheiten dazu siehe LV 2660b.

Eines ist noch ganz wichtig: Gib Deinem Kind niemals »D-Fluoretten«! <sup>2668/9, 2672/4, 6310</sup> Und paß' wie ein Höllenhund auf, daß ihm diese im Krankenhaus oder Kindergarten nicht untergeschoben werden. Diese Tabletten enthalten Natriumfluorid, und das ist schwerstes Enzym-Gift, vor allem mit heimtückischer Wirkung bei langfristiger Einwirkung bekannt - es ist zweieinhalbmal giftiger als Arsen! Es behindert die Zellteilung, ist kanzerogen, schädigt Herz, Hirn und Nieren. Ich halte es für den Mitverursacher des kindlichen Hirntumors.

**Du achtest als »gute«, bedenkenlos den Dreck der Chemie entgegennehmende Mutter darauf, daß sich Dein Kind regelmäßig die Zähne mit Himbeer-Zahnpasta oder Ähnlichem putzt? Dann wundere Dich nicht, wenn es dadurch seine für ein starkes Immunsystem so wichtigen Mund- und Darmbakterien einbüßt und mehr und mehr für Allergien, Erkältungen und andere Krankheiten anfällig wird. <sup>2603, 2678, 6103</sup> Denn mit dem Speichel gelangt immer ein wenig von dem lebensstötenden Pasta-Chemiemix in den Darm. Einen noch schlimmeren Vernichtungsfeldzug führt die weiße Giftpaste gegen die Gesunderhaltungsbakterien der Mund- und Rachenhöhle! Sogar Leukämie kann sie verursachen. (LV 2674ff)**

Warum überhaupt das Zähneputzen völlig sinnlos ist, das steht unter LV2684. (Schmeiß deshalb nicht gleich Deine hoffentlich weiche Zahnbürste weg. Den Belag willst Du ja schließlich weghaben!)

»Dem Versiegeln der Zähne mit einer feinen Kunststoffschicht wirst Du aber sicher zustimmen«, meinst Du, »das hilft schließlich, die Karies zu vermeiden!«

Ich werde einen Dreck tun, auch nur ein einziges Mal einem unnatürlichen Tun zuzustimmen! Und Du wirst - eingedenk des bislang hier in dem Buch bereits Gehörten - hoffentlich nicht einem Mediziner abnehmen, er würde damit etwas zum Vorteil eines Patienten tun. Denn bei den Kräften, die sich im Mund abspielen, ist es wirklich naiv anzunehmen, ein dünner Kunststoffilm wäre in der Lage, dem Zentnerdruck beim



Zermalmen der Nahrung länger als ein paar Monate standzuhalten. Du mußt also danach ständig zum Zahnarzt, um den Überzug reparieren zu lassen. Dabei werden die Chemiedämpfe auch noch eingeatmet und gelangen in die Lungen, während das Kunststoffgift selbst im Körper Deiner Kinder oder bei Dir durch den ständigen Abrieb bzw. die chemischen Prozesse im Mund, wie beim Amalgam, abgebaut werden. Um dann - wie beim Asbest - die Basis zum schönsten Krebs in Deinem Körper zu legen. Dazu können die Mineralstoffe aus der Nahrung – die ihn durch die feinen Dentin Kanälchen stärken sollen – nicht mehr eindringen! (à LV 2684)

»Sieh mich doch mal an, Mutti!

**Und Du, Vati, hast Du denn keinen mitfühlenden Blick für Dein Kind?**



**Ich kann nicht mal mehr in einen knackigen Apfel beißen, muß mich nur mit Brei und Süppchen füttern lassen. Wißt Ihr denn nicht, daß kranke Zähne ein krankes Kind machen?! Wißt Ihr denn nicht, daß ich wegen meiner faulen Zähne ständig ausgelacht werde? Seht Ihr denn nicht, daß ich mich als Erwachsener einmal schämen muß, meinen Mund zum Sprechen aufzumachen? Begreift Ihr nicht, daß ich später keinen ansehnlichen Partner wegen meiner schlechten Zähne finden kann? j**



Wo habt Ihr denn die Verantwortung gelassen, Euer Kind gesund und lebensstüchtig zu erziehen und Euch durchzusetzen, wenn ich Unvernünftiges will? Wenn ich mal älter und vernünftiger bin, werde ich Euch

verwünschen und verfluchen: Weil Ihr meinen dummen Wünschen nach Cola und Gummibärchen achtlos nachgegeben habt, weil Ihr meinen Gelüsten nach Kuchen, nach Weißbrot, Chips und Nutella und nach den pappigen Hamburgern nichts Vernünftiges entgegen zu setzen wußtest!«



Genauso verkleben die Zähne beim Essen von Brot, Kuchen, Süßwaren, Gebäck und Mehlspeisen. Nach dem Biß in einen Schokoriegel k klebt nach einer Minute noch soviel Süßmasse an meinen Zähnen: 1

Sogar nach acht Minuten sitzt der Zuckerdreck immer noch an meinem Gebiß fest und bewirkt einen Schwächeschock bis ins innerste Mark der Zähne - so deren Abwehrkräfte mehr und mehr schwächend. m

Ich spreche jetzt mal für Dein Kind\_



»Ganz anders sieht es in meinem Mund doch aus, wenn Ihr mich dazu anhaltet, statt dem

Süßkram einen Apfel zu essen: Oder eine Möhre oder eine Topinamburwurzel:



Selbst wenn ich meine Zähne nach jedem Essen, nach jedem Bonbon, nach jedem Snack putze, kann ich diese, den Zahn sofort bis ins Mark schockende Erstberührung mit dem Chemiestoff Glucose nicht vermeiden.<sup>2608/9, 6117</sup>

Ein zerstörtes Milchgebiß führt später zu den schlimmsten Zweitzähnen:

Seht Euch das an,

von außen ist kaum etwas von Karies zu sehen. Zwei solcher bereits gezogenen Zähne sind hier aufgeschnitten zu sehen. Innen sind sie bereits völlig zerfressen:

Diesmal enthalte ich mich dazu eines Kommentars und lasse stattdessen einen erkenntnisreicheren Schriftsteller sprechen:

*Es ist unendlich schwer einen Menschen davon zu überzeugen, daß ein Übel ein Übel sei. (G.B. Shaw)*



»Hast Du überhaupt schon mal Kinder großgezogen? Dann wüßtest Du doch, wie das einen nervt, wenn so ein Blag ständig nach einem Eis quengelt, wenn ich mit ihm zusammen einkaufen gehe.«

Mein Sohnmann hat nie gequengelt, denn er kannte den Geschmack von Eis erst gar nicht. Und als er ihn später in der Schule kennenlernte und dann beim Einkaufen darum bat, holten meine Frau oder ich ihm stets einen eigens dazu bereitgehaltenen Apfel aus der Tasche... Merke:



Wenn Du selbst keinen Süchten nachgehst, wird Dein Kind auch nie deswegen in Gefahr geraten!

Entscheidend ist, daß Du und Dein Partner ihm Vorbild sind. Gibst Du Deinen Gelüsten nach, dann trainierst Du ihm damit sein Suchtverhalten geradezu an. Und wenn die Omi das Enkelchen für einige Wochen nicht mehr sehen darf, wenn sie ihm trotz Deines Verbots Schokolade zusteckt statt vielleicht einer Dattel, dann erziehst Du auch nachträglich Deine Mutter noch ein bißchen mit.

Natürlich, wenn Du selbst bei Problemen oder ein bißchen Unwohlsein zu Tabletten greifst, dann bist Du auch bereit, Deinem Kind bei Schulschwierigkeiten damit zu »helfen«.

Statt dem Kind beizubringen, Enttäuschungen und Unangenehmes durchzustehen und Konflikte austragen zu lernen.

Statt sie mittels Alkohol zu dämpfen suchen. Oder statt sich mit Hilfe von Cannabis zu entspannen. Oder statt sich mit Ecstasy aufzuputschen...

Mit anderen Worten: Vor Schwierigkeiten sich in Scheinwelten zurückziehen und der Wirklichkeit mittels Sucht- und Genußmitteln ( auch Süßigkeiten gehören in diese Gruppe ) zu entfliehen, statt sie tatkräftig anzupacken, das ist der falsche Weg

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

# 4. Kapitel. Lerne: von den Tieren der Wildnis und den Menschen der Urzeit

## 4.71 Die Löcher einfach in den Zähnen lassen?

Ich behaupte, daß es das beste ist, wenn Du die Löcher leer läßt! Allen Ernstes, wenn es nicht gerade die Frontzähne sind.<sup>2641</sup>

Ich sage dies deshalb, weil alle Arbeit des Zahnarztes - besonders bei Füllungen - mehr zerstört als gutmacht.<sup>2610</sup> Aber Du wie ich, wir müssen sie ja alle mehr oder weniger aus kosmetischen Gründen bei uns vornehmen lassen. Doch das einfachste, nämlich die Löcher drin zu lassen, wäre vielleicht hier das Richtige.<sup>2640</sup>

Warum? Nicht nur wegen der Zahnärzte, sondern weil anzunehmen ist, daß bei den neuen Composite-Füllungen anstelle des Amalgams keine genügend haltbare Phosphatzement-Unterfüllung vorgenommen werden kann - was zu schweren degenerativen Schäden durch Entwässerung des Zahnmarkgewebes und allergischen Reaktionen führen kann. Auch sind alle auf Kunststoffbasis aufgebauten Füllungen nicht abriebfest, und es kommt zu Störungen im Bißschluß. Durch ihre Elastizität sind sie schwierig einzufügen, noch schwerer zu entfernen (und nie ohne erheblichen Zahnschubstanzverlust!). Und es bilden sich weiter leicht und schnell Spalten, die zu einer Sekundärkaries führen.

Kommt hinzu: Kunststoffbelastungen sind schwieriger auszuleiten als Belastungen aus Werkstoffen, die in der Natur vorkommen, weil unser Organismus in der Evolutionskette mit ersteren noch keine Bekanntschaft gemacht hat. Bei Sparlegierungen kommt es meist zu Stromeffekten. Und letztlich zerreißen die modernen hohtourigen Turbinen beim Bohren die Knochenbildungszellfortsätze. Nur:

Wer die Löcher in den Zähnen läßt, der muß sich auch sicher sein, zukünftig nur noch UrKost zu essen. Die Zivilisationskost beschert ihm sonst darin noch schneller wieder Karies. Wer also die Amalgamfüllungen drin läßt, der sollte sich mit der UrMedizin eine »Reinigungsbürste« im Körper schaffen. Als UrKöstler bekommst Du von den Wildpflanzen aus unbearbeiteten Naturböden nämlich stets genügend Selen und Vitamin E in den Körper. Selen verbindet sich mit dem Quecksilber zu weniger giftigen Molekülen, die besser aus dem Körper ausgeschieden werden können. Aber auch Vitamin E schützt vor den Auswirkungen des Quecksilbers. Deshalb gewährleistet eine Selen/Vitamin-E-Kombination möglicherweise einen ziemlich guten Vergiftungsschutz.

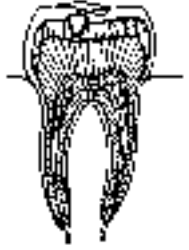
»Doch da gibt es jetzt die neuen Dental-Laser, die ein völlig schmerzloses Bohren ermöglichen!«

**Bilde Dir nicht ein, daß irgend etwas Neues erfunden wird, was ohne Pferdefuß wäre.**

## **Das ist bei den Medikamenten so und bei den medizinischen Geräten ebenso.**

Die Schmerzfreiheit erkaufst Du Dir sehr teuer mit dem langsamen Zerfall des durch den Laserstrahl behandelten Zahns, dessen Nerv, Pulpa und Gefäße durch die überstarke Hitze meist einen Schaden davontragen.<sup>2643</sup> Bei ihm wie bei allen Bohrungen passiert nämlich das:

In die Knochenkanälchen werden Knochenmarksmutterzellen eingesaugt, wo sie dann gequetscht verwesend. So denaturieren die Knochenbildungs-Mutterzellen und bilden giftige chemische Verbindungen und Antigene, die auf das Mark einwirken.



Um so eine Füllung einzugeben, bohrt der Zahnarzt nicht nur die kariösen Stellen heraus! Er muß auch noch eine Höhle in das gesunde Dentin des Zahns einlassen, um sie richtig verankern zu können. Je mehr Substanz verlorengelht, desto tiefer muß sich das Zahnmark zurückziehen und desto schwächer wird der Zahn. In den Kiefer eingepflanzte Prothesen können bald herauseitern und ihn zerstören. Und für eine Brücke werden zwei gesunde Zähne geschwächt!

»Und wie sieht das aus, wenn ich mir zum Schutz der Zähne Porzellankronen aufsetzen lasse? Dann kann Karies - wenigstens bei den Frontzähnen - nichts mehr zerstören und den Zahn unschön machen. Und gefährliche Füllungen brauche ich auch nicht mehr!« sagst Du. Merk Dir das mal:

## **Du kannst bei vielen Sachen Tricks anwenden - nur nicht bei der Natur.**

Du denkst genau so wie alle anderen: Es muß doch eine bequeme Lösung geben. Und Du treibst nur den Teufel mit dem Beelzebub aus. Will sagen: Bei Zahnkronen nimmt die Vitalität der turbinenbeschleunigten Zähne bereits vom zweiten Jahr an über laufende Entzündungen bis zur totalen Degeneration ab. Und der Zahn kann von außen keine für ihn wichtigen Mineralien aufnehmen! Schöne Aussichten für Deine teuren Porzellanbeißerchen...<sup>9817</sup>

Was nun die Löcher betrifft, so ist ein neuer Kunststoff Occlusin im Kommen, der angeblich bessere Ergebnisse verspricht - bis sich auch da später zeigt, welche Schäden er bringt. Am besten ist meines Erachtens Glaskeramik. Aber das ist teurer als Gold und nur Spitzenärzte können es verarbeiten. Einfacher und genauso gut m.E. die Goldhämmerfüllung, weil sie nicht unterfüttert werden muß.<sup>2665b</sup> Wenn Du sie nicht leer lassen willst: Laß Dir nichts anderes in die Löcher geben als Steinzement. Dieser hält zwar nicht lange, aber wenn der mal rausfällt, bist Du hoffentlich schon UrMethodiker und hast somit keine Probleme mehr mit den Zähnen.

Dein Zahnarzt wird sagen: Zahnzement bedeutet Gefahr für die Pulpa. Recht hat er! Alles ärztliche Tun bedeutet Gefahr für einen Patienten. Nur: Wenn dem so ist, wieso hat er den denn schon so viele Jahrzehnte zusammen mit dem Amalgam seinen Patienten in die Zahnwunden reingepackt?

Du mußt Dir das so vorstellen: Meist lösen sich die Zementfüllungen langsam auf, oder es brechen kleine Stücke heraus und geben einen Teil Deiner alten Zahnwunde wieder frei. Diese

Stellen werden dann plötzlich kälteempfindlich. Du hast Schmerzen, wenn Du einen kühlen Apfel isst oder Wasser trinkst. Das ist ein gutes Zeichen, denn dieser Zahn ist noch gesund! Am nächsten Morgen sind die Beschwerden weg, denn das gebildete Zahnoberhäutchen hat die Zahnkanälchen bereits verschlossen, so daß der betreffende Zahn wieder schmerzfrei bleibt. Sage Dir doch:

Wenn das Loch in meinen Zähnen keine Schmerzen macht, warum es dann mit dem minderwertigen Ersatzzeug Zahnzement oder was weiß ich noch alles füllen?

Merke: Das Gebiß des Gesunden verfügt über ein Reparatursystem, welches u.a. die Abnutzung von Zahnschmelz (härter als Stahl!) verhindert. Im gesunden Speichel befinden sich Mineralien, die zusammen mit absterbenden, normalen Mundbakterien ein etwa zweitausendstel Millimeter dickes Zahnoberhäutchen bilden. Dieses ist ebenso hart wie der Zahnschmelz und besteht auch aus den gleichen Mineralstoffen. Wenn nun der Zahnschmelz nicht mehr da ist, kleidet dieses Zahnoberhäutchen das Loch im Zahn aus. Die Natur weiß sich halt immer zu helfen - vorausgesetzt, Du wendest Dich ihr wieder zu.

»Und die Speisereste, die sich da hineinsetzen und später in Verwesung übergehen?«

**Nur Fleisch geht in Verwesung über und schafft Fäulnis, ebenso Zucker und weißes Mehl. Doch da Du so etwas hoffentlich nicht mehr isst und nur noch UrKost Deinen Mund passiert, kann sich auch keine Karies mehr bilden: UrMedizin, die zwischen den Zähnen verbleibt, schadet nicht!**

Es ist zudem zumeist nur Fleisch, was in den Zähnen hängen bleibt, auch wenn sie intakt sind. Woran Du erkennst, daß Fleisch von der Natur nicht für das Gebiß des Menschen bestimmt ist, sondern nur für die weit auseinanderstehenden Zähne der Raubtiere. Früchte und Grün verwesen nicht, sie vergären nur - und in diesem Milieu vermehren sich keine Kariesbakterien.

Über den großen Pfusch der Zahnärzte an ihren Patienten zu sprechen, das erspare ich mir hier, denn dafür gibt's ja auch »gute« Gründe seitens der Zahnärzte, die an Deiner Karies nicht schuld sind. Wenn's Dich interessiert, dann sieh mal hinten im Literaturverzeichnis des Buches nach.<sup>2620ff</sup>

Doch scheue Dich nicht zu reklamieren. Jeder Handwerker, der fehler- oder stümperhaft arbeitet, ist zur Nachbesserung verpflichtet oder muß auf Bezahlung verzichten. Warum werden auch Zahnärzte nicht erst dann honoriert, wenn sie ihre Arbeit nachweislich gut und erfolgreich ausgeführt haben? Bislang wird Pfusch ebenso von den Kassen bezahlt wie die meist teurere Nachbesserung durch einen anderen Arzt. Da kann man sich seinen Teil schon dabei denken...

Was nutzt es, wenn die UrMedizin alle Voraussetzungen für eine gute Verdauung in Dir schafft, und Du putzt weiter die Zähne mit einer Zahnpasta aus den Giftküchen der Chemie! Weil Du deren Werbesprüchen genauso erliegst wie denen der Herren Mediziner! Die in den Pasten enthaltenen Tenside machen mit der Zeit Deine Mundschleimhaut kaputt und bereiten



das Bett für die Parodontose. Und die angenehmen Schaumbildner darin zerstören einen Teil der verdauungswichtigen Mundflora und bringen sie aus dem Gleichgewicht. Weiter kann das in ihr befindliche Natriumlaurylsulfat Allergien auslösen. Die Karies fördert es allemal. Der gleiche Effekt also wie bei den chemischen Medikamenten: statt Hilfe nur Zerstörung! <sup>9820</sup>

**Hast Du gewußt, daß Du alle Mikrolebwesen in einer Regenwassertonne abtöten kannst, wenn Du den Rest Deines Zahnputzschäumens dort reinspuckst?**<sup>2672</sup>

**(Meine Frau liebt allerdings die Frische aus dem Mund nach dem Zähneputzen mit Zahnpaste. Daß ich mir davon nur etwas in mein Oberlippenbärtchen einstreiche, hat sie noch nicht gemerkt...)**

Ich las jetzt, daß dank entsprechender Werbung der chemischen Industrie die Mundspülwässerchen immer beliebter werden. Ich bin diesem Unsinn, seinen eigenen Mund einer Chemotherapie zu unterziehen, mal nachgegangen. Nein, die Haare fallen Dir danach nicht direkt aus, dafür zerstörst Du Dir damit Äonen wichtigster Mundbakterien sowie wichtigster Enzyme. Und schaffst Dir ein verdauungsfeindliches saures Milieu im Gaumen. Was ein Ausscheiden von Quecksilber in eventuell noch vorhandenen Amalgamplomben fördert.

»Wenn ich nach jedem Essen meine Zähne ohne Pasta putze, kann mir der eventuell darin enthaltene Zucker doch nicht schaden, oder? Ich frag' nur interessehalber...« sagst Du.

Du meinst, an den Zähnen kann er nicht schaden - und bedenkst nicht, daß sich auch im Körper Knochensubstanz befindet und der Zucker langsam Dein Hüftgelenk abbaut. Das kannst Du auch mit dem Zähneputzen nicht verhindern. (Und vom Süßstoff rate ich ebenfalls dringend ab.) <sup>2605, 6225, 6323</sup> Außerdem: Die Zuckermoleküle, diese dem Zahnbein völlig fremden chemischen Verbindungen, wirken sofort wie ein chemischer Keulenschlag bis ins Zahnbein hinein, sobald sie die Zähne auch nur kurz berühren. Sofort! Blitzschnell! Denn vergiß nicht: Der wie Säure wirkende Zucker wird vom Magen mit dem Speichel immer wieder (bis zu seiner endgültigen Verdauung) an die Zähne hochgetragen und kann sie so noch lange umspülen.

**Zucker entkalkt nicht nur die Knochen und das Zahnbein. Er läßt Zähne faulen und das Zahnbett schwinden, schadet der Haut, begünstigt Diabetes, säuert Magen, Darm und Blut, behindert den Stoffwechsel, mindert die Potenz.**

Ob gegen Gehirnerweichung von Ernährungswissenschaftlern vielleicht Kalbsbries im Sinne von Paracelsus helfen könnte? Damit Du es weißt:

Nicht allein die zuckerhaltigen Süßigkeiten fressen Löcher in die Zähne - auch Bonbons, die mit dem bisher als zahnfreundlich eingestuften Zucker-Ersatz Sorbit gesüßt sind, können Karies verursachen. Der Grund: Die Bakterien im Mundbereich verwandeln den süßen Ersatzstoff genauso wie Zucker in aggressive Säuren, die den Zahnschmelz angreifen.

UrNahrung schützt die Zähne so, daß Du nicht mal mehr eine Zahnbürste zum Putzen brauchst. Denn die Urzeitmenschen putzten sich nicht die Zähne und kannten weder Parodontose noch Karies bis ins höchste Alter hinein. Doch aus Geruchs- und hygienischen Gründen möchte ich allen raten, besonders denen mit offenen Löchern im Mund, sich die Zähne zu putzen, und zwar schonend! Im Oberkiefer von oben nach unten und im Unterkiefer umgekehrt. Selbstverständlich ohne jede Zahnpasta. Und stets nur bei UrKost entgegen allen Empfehlungen zwei Stunden *nach* dem Essen <sup>2602c</sup> Natürlich wirst Du nicht Deinen Zahnarzt befragen, ob er was dagegen einwende, die Löcher offen zu lassen, nachdem er seine giftigen Füllungen wieder rausgeputzt hat. Sonst wird der Dir was von schlimmsten Infektionsherden mit drohender Kiefervereiterung erzählen. Doch Du weißt es besser: ein Zahn kann wie jedes andere Körperteil eine Wunde haben. Wenn der Körper gesund ist, schirmt er sie irgendwie ab. Vorausgesetzt, der Zahn ist vom Zahnarzt noch nicht abgetötet worden. Wenn die innere Abwehr steht - und bei der UrMedizin steht die wie eine Eins - kann von außen nichts Zerstörerisches eindringen! Wenn Du mit zunehmendem Alter erlebst, wie wenig Dir die Zahnärzte helfen können - egal ob sie gut oder schlampig arbeiten -, dann sagst Du Dir: Hätte ich doch nur gesünder gelebt!

**Merke: Du steckst doch auch keinen Pflock in das Loch Deines Fußes, wenn Du in einen Nagel getreten bist! Zähne mit Löchern halten viel länger als behandelte. (Weil beim Kauen die Füllungen nicht gegen die Zahnwände drücken!) Du wirst es sehen! Immer vorausgesetzt, Du ißt nur UrKost, welche dem Zahnloch immer mehr härtende Mineralien zuführt.**

Ist die Wurzel eines Zahns vereitert, dann ruiniert das oft die Pulpa. Aber: Die Pulpa der anderen Zahnwurzel kann durchaus noch in Ordnung sein. Schlampige Zahnärzte prüfen das dann nicht mit Kälterelexen ab und nehmen einfach eine Gesamtwurzelbehandlung vor. Wehr Dich dagegen und beläß es nur beim Aufbohren des Zahnes, damit die Gase nicht mehr schmerzhaft auf die Nerven pressen und die Giftstoffe abfließen können, damit Du so den Schmerz erstmal los wirst. Und dann faste sofort, damit die Entzündung schnell verschwindet. Oft genug erholt sich dann die angegriffene Pulpa wieder. Und anschließend führst Du mittels der UrMedizin Deinem Blut die nötigen Lebens- und Gesundheitsstoffe wieder zu.

Das Füllen von Zahnlöchern schädigt deshalb:

Weil sich die Füllsubstanz mit dem Zahn niemals so innig vereinigt, daß sie eine Wärmeeinheit bildet. Sie dehnt sich bei Wärme- oder Kältebelastung unterschiedlich aus. Wer es sehr heiß liebt - zum Beispiel Suppen - oder auch kalt - zum Beispiel Eis -, der bringt schon nach kurzer Zeit Spalten zwischen den Zahn und seine Füllung: Karies kann wieder eindringen. Das versuchen die Zahnärzte mit sogenanntem Zahnzement auszugleichen. Es dient als Pufferung gegen die Tempe-

raturunterschiede und -spannungen von Metall und Zahnbein bzw. des Sekundär-Dentins, ist aber auch nur was Halbes. Bei jedem Menschen ist die Härte seiner Zähne verschieden. Daher kann die Flicksubstanz niemals genau angepaßt werden. Selbst bei einem Goldinlay sind die thermophysikalischen Eigenschaften nicht ausgeglichen. Zudem wäscht sich der Zement bei

einer minderwertigen Goldfüllung langsam aus, in den man es legen muß.

Die Bohrer schaffen frische Wunden im Zahn. Werden darauf dann die Haft- oder Ätzmittel eingebracht, so werden dem Zahn wiederum neue Schäden zugefügt.<sup>9815</sup>

Bei den Milchzähnen haben sie sich jetzt was Neues einfallen lassen: Sie flicken mit dem Zement Vitremer, das sich angeblich mit dem Zahn fest verbinden soll. Aber meinst Du, die könnten es lassen, auch da wieder mit Gift zu arbeiten? Diesem Zahnzement mischen sie nun das Chemiegift Fluorid unter. Das angeblich die Kinderzähne härten soll. In 100 Jahren wird die Wissenschaft dann feststellen, daß Fluorid die Grundlage für Krebs oder irgendeine andere scheußliche Krankheit in diesen Kindern gelegt hat - genau so, wie die Schädlichkeit des Amalgams erst jetzt nach 60 Jahren wissenschaftlich nachgewiesen wurde...

Verlange also fluoridfreien Zement für Dein Kind, wenn Du mir und der Natur mehr Glauben schenkst, als den Ärzten. Nur: Auch der härteste Chemiestoff kann den Schmelz nicht so widerstandsfähig machen, daß er (®Rz.431) dem Zucker in Eis, Kuchen, Schokolade, Nußriegeln, Keksen, Ketchup, Fanta, Sprite und Cola widerstehen kann, den Du Deinem Kind möglicherweise selbst noch nach dem Lesen dieses Buches zu essen erlaubst...

Neu ist auch die klebende Kunststoffplombe für Erwachsene: Spezialkleber soll zahnfarbene Kunststofffüllungen fest mit dem Zahn verbinden - das Loch ist dicht, man sieht's nicht mehr. Tja: Drin ist die Chemie schnell - aber was, wenn der giftabsondernde Kleber später wieder raus soll? Übrigens: Nicht nur dem Zahnarzt, auch dem Verfasser wurden schon mal die Zähne gezeigt!



Eine Seminarteilnehmerin will mich allein sprechen. »Franz, ich hab' so Schwierigkeiten mit meinen Zähnen. Ich weiß nicht, ob der Zahnarzt was dran machen kann oder nicht.« Ich sage: »Dann mach mal den Mund auf und zeig mir, wo's Dir weh tut. Vielleicht finde ich was.« Statt mir ihren Mund zu zeigen, dreht sie sich ab, ich vernehme einige seltsame Geräusche, dann wendet sie sich wieder mir zu und legt zu meiner Überraschung mit größter Selbstverständlichkeit ihr speicheltriefendes Gebiß - zweiteilig - in meine Hände.

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

# 4. Kapitel. Lerne: von den Tieren der Wildnis und den Menschen der Urzeit

## 4.72 Laß Dich auch beim Zahnarzt möglichst nie röntgen!

Bei Zahnschmerzen hast Du zu unterscheiden:

- Treten diese durch Karies oder Parodontose bei vom Zahnarzt unbehandelten Zähnen auf, dann vermag sich der Körper ohne weiteres selbst zu helfen, wenn Du gegen mäßigen Schmerz feuchte Heilerde vermischt mit Nelkenöl für längere Zeit an die schmerzende Stelle gibst. (Bei schlimmen Schmerzen mußst Du natürlich zum Zahnarzt.) Ist der Schmerz verflogen, haben Karies bzw. Parodontose keine Chance mehr, weiteres Unheil anzurichten, wenn Du ab sofort nur noch UrKost zu Dir nimmst. Der Körper sendet dann an die kariösen und parodontösen Zähne die richtigen (weil jetzt in ihm vorhandenen) Lebensstoffe und Mineralien, die gerade Dein Zahn braucht.

Welche die Kariesbakterien dann an der weiteren Zerstörung hindern und die Wunde im Zahn abkapseln oder das Zahnfleisch wieder kräftigen. Die weichen, von Karies befallenen Stellen durch eine Füllung schließen zu lassen, würde alles schlimmer machen.

- Wenn Dich die Zahnschmerzen an einem vom Arzt behandelten Zahn quälen, dann weißt Du:

**Der konnte Dein Loch nur mit Behelfsmitteln flicken. So fein, daß keine durch Zucker oder feines Mehl entstehenden ätzenden Säuren mehr eindringen können, das war und ist ihm nie möglich.**

Es handelt sich also zwangsläufig um eine immer nur mit Behelf auszuführende symptomatische Behandlungsweise, die Du verschuldet hast. Oder er hat Dir den Zahnerv abgetötet und statt der Pulpa Zement oder sonstwas bis in die Zahnwurzel eingefüllt. Je tiefer aber Fremdstoffe ins Zahnknochenmark dringen, desto mehr wehrt sich der Körper dagegen. So versucht der Zahn, das Nichtnatürliche in ihm abzustoßen und entzündet sich. Schleichende Entzündungen strahlen in andere Körperteile aus und machen Dich krank. Oder: Sich weiter ausbreitende Karies unter den Plomben führt zu Gasen, die nicht entweichen können und die Dir dann diese wahnsinnigen Schmerzen verursachen. Oder es ist Eiter, der nicht abfließen kann, weil die Plombe keine Luft an die Zahnwunde läßt.

In diesem Falle wirst Du es vor Schmerzen nicht mehr aushalten, weshalb Dir der Zahnarzt einen kleinen Kanal bohren soll, damit Eiter abfließen oder die Gase ausströmen können. Und dann packst Du auch hier um den Zahn feuchte Heilerde, die Du mit etwas Nelkenöl vermischt hast. Damit kannst Du's auch bei nicht so schlimmen Schmerzen versuchen. Ich sage

»versuchen«, denn ich kann keine Garantie darauf geben. Auf jeden Fall mußt Du zum Zahnarzt, wenn Du noch solche totgelegten Zähne im Mund hast! Eigentlich sollte jeder Zahnarzt, der so was macht, wegen Körperverletzung und wegen der unweigerlich folgenden Schädigung an anderen Organen auf Schmerzensgeld verklagt werden.<sup>9893</sup> Eine klinische Untersuchung bei 5.000 Patienten mit chronischen bzw. unklaren Leiden ergab, daß 85% von ihnen tote Zähne im Gebiß hatten. Selbst Gehirnschäden und absterbende Gewebe waren die Folge davon!<sup>2645</sup> Wenn Du meinem Rat folgst, kannst Du Dich auch meist davor bewahren, im Alter einmal diesen schrecklichen Tinnitus<sup>2057</sup> zu kriegen, bei dem Du ständig 'ne Lokomotive pfeifen hörst, obwohl weit und breit kein Zug zu sehen ist. (80% dieser Leidenden besaßen tote Zähne und Kieferentzündungen!) Obwohl ich mich dafür einsetze, wenn irgendetwas, jeden Zahn im Mund zu halten: Hat der Zahnarzt den Kunstfehler gemacht, einen Zahnerv abzutöten, so muß meistens später dieser Zahn heraus! Weil 99% schlunzig behandelt wurden! (®LV 2057b)

»Hoffentlich begehst *Du* keinen Kunstfehler, weil Du mir soviel Früchte zu essen empfiehlst, deren Säuregehalt - «

»Mein Gott, sind diese hochbezahlten Fachkräfte dumm?« fragst Du.

Nein, nur kurzsichtig im Denken. Die glauben nur an das, was sie da ermitteln - sehen aber nicht weiter und können sich nicht vorstellen, daß die Schöpfung alles bestens für den Menschen eingerichtet hat - wenn er sich an sie hält und nicht auf andere Menschen - und vor allem nicht auf Wissenschaftler - hört.

Wieso es zu den ständigen Irrtümern in der Wissenschaft kommt, erklärt sich dadurch: Die Wissenschaftler bekommen den Auftrag, »die Schädlichkeit der verschiedenen Zitrusfrüchte auf die Zähne zu untersuchen« - und genau das tun sie. Und Zähne sind für sie nun mal Zähne! Auch tote Zähne (aus Leichen herausgebrochen) sind halt eben Zähne. Erkenne daraus:

**Medizinische Forschungsarbeit hat meist mit dem Leben nichts zu tun. Und auch Forschungsarbeit am kranken Menschen kann kaum Aufschlüsse geben.<sup>2354ff</sup> Sie muß irreführend ausfallen, da Krankheiten außergewöhnliche, dem echten Leben und der Natur entfremdete Vorgänge darstellen.<sup>2602</sup>**

Und wenn Du meine Darstellungsweise darauf beziehst, daß es in Wirklichkeit keine Krankheiten gibt - dann wird Dir auch klar, daß sich »Krankheits«forschung im unwirklichen, realitätsfernen Raum abspielt - also immer erfolglos bleiben muß. Und Du erkennst, was medizinische Auszeichnungen und Nobelpreise für Medizin für einen Wert haben... Geh zu keinem Zahnarzt, der Dich röntgen will, um Störfelder und Entzündungen festzustellen. Mit Infrarot-Punktmessung und Zahn-EKG (harmlosere Methoden) ist das auch machbar. Doch wenn Du Dich dem Röntgen aussetzen willst: Legt man Dir auch eine zusätzliche Blei-Halskrause um? Meinst Du, es tut Deiner Schilddrüse gut, wenn sie ohne eine solche zum Verkrebsen angeregt wird?

**Merke: Willst Du Dir billig und gut ein neues Gebiß machen lassen, dann fliege nach**

**Singapur, dort bekommst Du Porzellan äußerst preiswert.<sup>2601</sup> Ungarns und Rumäniens Zahnärzte sind noch billiger, liegen näher bei uns, sind aber vielleicht noch schlechter als die in Singapur. Was allerdings bei Gebissen ziemlich egal ist. .**

Worüber ich noch keine Erfahrung sammeln konnte, sind implantierte dritte Zähne, die meist auf eingeschraubte Titanstifte gesetzt werden. Ich bitte Dich, lieber Leser, solltest Du so etwas im Mund haben, so berichte mir zum Nutzen Deiner Mitmenschen ausführlich, welches System gewählt wurde, wie lange Du sie besitzt, ob sich der Knochenabbau des Kiefers damit aufhalten ließ und vor allem, wie zufrieden Du damit nach einigen Jahren bist. Und ob Du Dir das heute - angesichts der langen, schwierigen und schmerzhaften Implantationsoperation - noch mal machen lassen würdest. Denken kann ich mir allerdings, daß ein Fremdkörper in Deinem Fleisch von Deinem (unter UrKost besonders wachen) Immunsystem nicht allzu lange geduldet wird. Oder vielleicht im deswegen besonders toleranten Gewebe unter UrMedizin gerade gut vertragen wird. Immerhin bedeutet das Implantat ein Loch im Kiefer - die Haut wird kaum richtig an den Stift anwachsen. An diesen Stellen ist stets Unruhe vorhanden. Störungen müßten eigentlich zwangsläufig sein. Denn es ist ein unnatürlicher Zustand.

Es wäre jedenfalls auch der erste Fall, daß man etwas Positives über eine ärztliche Krankheitsbehandlung sagen könnte. Mißtrauisch hat mich gemacht, daß kein Implantationsarzt bereit ist, Referenzen anzugeben. Ich hab's immer wieder versucht...<sup>2644</sup>, 9884

Übrigens: Wenn Du nur UrKost ißt, also in Zukunft nichts warmes mehr in Deinen Mund gelangt, dann halten Deine Zahnfüllungen besser und Karies zerstört die plombierten Zähne nicht so schnell: Weil Zahnzement und Füllung sich nur bei warmen Speisen ausdehnen...

»Und wenn mein Kind zu einer kieferorthopädischen Behandlung muß?« fragst Du.

Dann solltest Du vor diesem jahrelangen Theater, das Ihr beide dann mitzumachen habt, Dich erst aus einem Fachbuch sachkundig machen! <sup>2620, 2674d</sup>



Der Knochenschwund stellt sich als zwangsläufiges Geschehen heraus, wenn die Zivilisationskost die Zähne zerstört hat. Hier kann auch UrKost nicht mehr helfen. Der Kieferknochen bleibt nur intakt, wenn er ständigem starkem Druck ausgesetzt ist. So hat ihn die Natur eingerichtet. Fehlen die Zähne, die mit aufgehängten Muskeln diesen Druck weiterleiten, so fehlen dem darum- und darunterliegenden Knochengewebe die Impulse, die es erhalten und erneuern. Das gilt auch dann, wenn noch Zähne vorhanden sind - denn diese (und der darunterliegende Kiefer) werden durch Lücken ebenfalls in Mitleidenschaft gezogen. Schon ein einziger fehlender Zahn führt so - wenn auch langsam - zum Verfall des gesamten Gebisses. Und wer es mitmacht, weiß, welche Qual das bedeutet! Wir können unseren Kindern

dies ersparen, wenn wir sie so früh wie möglich auf UrKost umstellen - so schwer dies auch heute sein mag.

Das Schlimme: Kein Zahnarzt bereitet einen Patienten darauf vor, was da auf ihn zukommt. Es ist nicht mal der körperliche Schmerz, es ist der seelische. Wenn Du älter bist, merkst Du, daß die Zahnwurzel bis tief in das Sonnengeflecht reicht und von dort mit schlimmstem Weh aus seiner Geborgenheit gerissen wird. Wie ein in höchster Not schreiendes Kind, das man seiner Mutter wegnehmen will. Am schlimmsten, wenn die Zahnärzte gleich mehrere Zähne drannehmen. Du bist oft für Wochen und Monate wie gelähmt durch den Verlust dieser Vitalitätssymbole, bist anfällig für Krankheiten, weil das Immunsystem dadurch geschwächt wird und es lange dauert - meist verbunden mit Depressionen - bis Dein Körper sich damit abgefunden hat.

Was die Zahnbürsten angeht, so haben die UrMethodiker sie nicht nötig, um sich ihre Zähne zu erhalten. Ich bin natürlich dafür, daß man sich die Zähne putzt. Wegen Deines Partners, wegen der nicht so schön ausschauenden Speisereste in den Zähnen und dann: Auch die UrMedizin setzt ihren Belag darauf ab. Der natürlich keine Karies bringt. Denn in einem ernährungsbedingten basischen Milieu können die Kariesbakterien keine zersetzenden Säuren bilden. *Die* Plaque stellt sogar einen Schutz für die Zähne dar. Jetzt sag das mal einem Zahnarzt oder Zahnforscher. Der schlägt die Hände über dem Kopf zusammen. Warum? Weil er nur die Plaques von Normalbürgerköstlern untersucht. Der die Kariesbakterien anzieht wie ein Filmstar die Journalisten. Genauso ist das bei allen anderen Krankheiten, die man Bakterien und Viren in die Schuhe schiebt: Schnupfen, AIDS, und und und.<sup>1650ff</sup>

»Ich ahne schon, was kommt«, sagst Du, »Du willst mir eine Zahnbürste mit reinen Naturborsten empfehlen, nicht wahr? Weil es in der Urzeit noch keine Kunststoffborsten gab.«

So ganz hundertprozentig scheint bei Dir meine Sicht des Natürlichen noch nicht zu sitzen: Es genügt nicht, daß ein Ding natürlich sei, es muß auch natürlich angewandt werden. Also, zurück-marsch-marsch in die Urzeit. Die Urzeitmenschen haben sich bestimmt keinen Dachs gefangen, um sich mit einem Stück seines Fells die Zähne zu putzen. Doch in der Tat: Naturborstenzahnbürsten tun den Verbindungsstellen von Zahnfleisch und Zahn weniger Harm als Borsten aus Kunststoff, die bei Empfindlichen das Zahnfleisch entzünden können. Besser sind da Stückchen von Niswan-Holz. Die Türken, die es gern benutzen, nennen es Meem. Man kaut dessen Rinde ein Stückchen ab und hat dann eine kleine, echte Naturzahnbürste zur Hand. Dein Zahnarzt wird wieder die Hände überm Kopf zusammenschlagen: »Diese sowie die feinen Natur(Dachs)haar-Zahnbürsten sind Brutstätten von Keimen und Bakterien... Das ist der Grund, weshalb wir das wissenschaftlich abgesichert nicht unseren Patienten empfehlen!« Na, laß ihn mal - Du weißt ja, der hat nichts anderes (z.Zt.) gelernt. Dem wirst Du auf die Schnelle nie klarmachen können, daß Dein Darm Unmengen dieser Keime und Bakterien zum Verdauen nötig hat und sie Dein Speichel nach dort trägt. Je mehr je besser. Denn Deine Mikroben sind ja so urgesund, wie Du hoffentlich bald selbst sein wirst. Hm?

Betrachten wir in diesem Zusammenhang noch schnell die pH-Werte: Steck Deinem normal essenden Kind mal so einen Teststreifen in den Mund, dann wirst Du mindestens 6,4 ablesen.

Beim Vegetarier-Kind den gleichen Wert. Nur beim UrKost Essenden findest Du Werte um 7,0 pH und mehr. Da Wasser oft einen hohen pH-Wert hat, spülen sich 150%ige mit Volvic den Mund aus. Wer jetzt Angst vor allem bekommen hat, der nimmt statt der Zahnbürste seinen Zeigefinger. Wenn die Zähne sauber sind, dann quietscht es...

Bei den alten Menschenaffen kannst Du, wenn Du genau hinsiehst, bis auf die Hälfte ihrer ursprünglichen Höhe abgekaute Beißer erkennen. Man hat sie untersucht und festgestellt, daß sich deren Pulpa in die Tiefe zurückgezogen und sich auf den Kauflächen ein Sekundär-Dentin gebildet hatte. Auch hier erkennst Du: Der Körper hilft sich selbst am besten.

»Da muß ich widersprechen«, meinst Du, »als bei mir der Weisheitszahn durchkam, wuchsen die so schief, daß sie die nebenstehenden Backenzähne herausdrückten. Ich mußte sie deshalb auf Anraten meines Zahnarztes ziehen lassen - was übrigens 'ne schlimme Prozedur war...«

Mein Gott, da hast Du also noch ein paar Zähne dazu bekommen, nur hast Du leider nicht gewartet, bis sie die Weisheit in Deinen Verstand weiterzuleiten vermochten. Da hat Dein Zahnarzt mal wieder schnell einen Dummen gefunden. Meinst Du, die Schöpfung hat das Wachstum Deiner Zähne so schlecht programmiert (falls Deine Eltern keine Alkoholiker oder Drogensüchtige waren, die Dir Erbschäden mitgaben), daß sie sich gegenseitig zerstören? Schiefwachsen können sie schon mal, aber ein Weisheitszahn hört einfach zu wachsen auf, wenn er an seinen Nachbarn anstößt. Manche machen schon mal Schmerzen, wenn die darüber liegende Mundschleimhaut zu fest drüber liegt. Wenn Du - weil Du meinem Rat nicht folgst und weiter Zuckerzeug, Brot und Mehlspeisen ißt - in späteren Jahren einen Zahn nach dem anderen verloren hast, dann wärest Du froh, noch einen der starken Weisheitszähne behalten zu haben. An denen kann dann ein Gebiß wenigstens noch ein bißchen Halt finden - wogegen es Dir sonst im Munde herumklappert...

### **Ein Zahnarzt verrät seine Tricks**

Das meiste Geld kannst Du verdienen, wenn Du nur Prothetik machst...

Normalerweise machst Du ihm eine Füllung. Wenn Du aber privat sehr hohe Ansprüche hast, dann sagst Du dem Patienten: Hier hält keine Füllung mehr, da machen wir eine schöne Krone. Das ist für Dich als Zahnarzt viel günstiger. Oder Du sagst, den Zahn müssen wir ziehen. Dann braucht der Patient eine Brücke, das lohnt sich für Dich noch mehr. Du ziehst den Zahn, bearbeitest noch die beiden Nachbarzähne, und für das Schließen der Lücke kriegst Du eine zusätzliche Gebühr (...)

Beim Beschleifen werden die Nachbarzähne natürlich verletzt, und das führt oft dazu, daß sich dort nach einigen Jahren die Wurzeln entzünden. Dann kommt der Patient wieder. Eine Wurzelbehandlung macht aber wahnsinnig viel Arbeit und bringt kaum was ein. Als Zahnarzt hast Du schon an der Uni gelernt, wenn ein Zahn entzündet ist, muß er raus. Richtig wäre es aber in so einem Falle die Wurzelspitzen unten zu kappen, dann hat der Zahn eine gute Chance. Aber dazu müßtest Du ein bißchen schneiden. Das wäre dann schon Kieferchirurgie, und darin bist Du nicht genügend ausgebildet worden. Außerdem bringt es Dir finanziell



wenig. Also ziehst Du den Zahn und machst wieder eine teure Brücke (...)

Da fährt Dir dann die Mutter sofort in die Parade und sagt, das kann nicht sein, die Kleine putzt immer und ißt auch kaum Süßigkeiten. Du mußt also im Grunde Mutter und Kind erziehen. Aber das macht keiner, weil das nichts einbringt. Also bekommt das Kind jedes halbe Jahr eine neue Füllung, später dann die erste Krone. Und wenn das alles nicht weh tut, bist Du für Mutter und Kind ein guter Zahnarzt (...)

Die Ärzte haben natürlich gesehen, daß sie ihr Geld schneller gar nicht verdienen können: Ein dreijähriger Junge war vor dem Kaufhaus vom Schaukelpferd gefallen. Dabei ist ihm vorne ein Milchzahn in den Kiefer reingedrückt worden. Die Mutter ist mit dem Kind in eine große kieferchirurgische Praxis gegangen. Dort hat man ihr gesagt, der Zahn müsse operativ entfernt werden, und dann brauche das Kind vorne eine Prothese, bis die bleibenden Zähne kommen. So was kostet tausende von Mark. Was jeder Zahnarzt wissen muß: daß man nämlich in so einem Fall gar nichts macht. Der Zahn kommt von selbst wieder raus. Nach drei Wochen war er auch tatsächlich da. (Fortsetzung: <sup>2622</sup>)

(Aufzeichnung von Rüdiger Jungbluth /CR stern 3/1993)

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/4/72.html> - **Update: 13.01.2000 15:47**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

Der Domainname ist  
eine Spende der

[Transmedia GmbH](#)

× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch  
× [Antivivisektion e.V.](#) × [Für Vegetarismus!](#)  
- [Gegen Tierversuche](#) - [Vegi-Büro Schweiz](#)  
Tierversuchsgegner Rhein Ruhr

# 4. Kapitel. Lerne: von den Tieren der Wildnis und den Menschen der Urzeit

## 4.73 Wie Du den Arzt bei Pfusch am besten verklagst

Bei Schäden durch ärztliche Behandlung und Kunstfehler rate ich Dir, zivilrechtlich gegen die betreffenden Ärzte zu prozessieren,<sup>2220f</sup> damit Du wenigstens eine kleine Genugtuung und einen finanziellen Ausgleich erhältst.<sup>2248</sup> Viele patientenfreundliche Urteile sind inzwischen ergangen. Nimm aber nur die besten Anwälte zum Durchsetzen Deiner Ansprüche <sup>9893, 2708</sup>. Du mußt auch zusehen, daß Du einem Gutachter der Gegenseite einen objektiven Mann gegenüberstellst.

»Aber das hat sich doch inzwischen rumgesprochen, daß man gegen Mediziner keinen Blumentopf gewinnen kann. Die Gutachter stehen doch stets auf Seite der Herren Kollegen...«

Alle nicht. Du mußt Dir eben zu helfen wissen: Bei Kunstfehlern hat Dich zumeist wohl der Arzt nicht genügend über die Risiken seiner Therapie aufgeklärt. Denn er wollte ja daran verdienen. Dich als Patienten zu behalten, das wäre ihm nicht gelungen, wenn Du um alle Gefahren gewußt hättest. Dann würdest Du sicherlich seiner Giftbehandlung nicht zugestimmt haben. Deshalb - Kunstgriff eins - klage zuallererst auf mangelnde Sachaufklärung. (Beweis z.B.: Vor der Behandlung hast Du mit einem Freund über die mangelnde Aufklärung gesprochen.) Das Gute: Du bist hier nicht beweispflichtig, sondern der Arzt! <sup>2708</sup>

»Und den Arzt wegen Körperverletzung bei der Staatsanwaltschaft anzeigen?«

Das war früher mal effektiv: Dann ermittelte die Staatsanwaltschaft und konnte mit den bekannten Methoden wie Durchsuchung, Beschlagnahmung oder dem Befragen von Mitarbeitern oder Kollegen Material herbeischaffen. Von diesen Erkenntnissen konnte Dein Anwalt dann im Zivilverfahren profitieren und u.U. geriet der Doktor durch das drohende Strafverfahren so in Panik, daß er im Zivilprozeß in alles einwilligte, um seine Ruhe zu haben.

Inzwischen hat die Lobby der Ärzte immer mehr auf die Staatsanwälte und Richter dahingehend eingewirkt, Körperverletzungen und mangelnde Aufklärung nicht mehr als belastend für eine Strafklage anzusehen. Das ist also ziemlich zwecklos.

»Warum wehren sich die Ärzte eigentlich so mit Händen und Füßen dagegen, für ihre Fehler und Schäden einzustehen, wie das jedem anderen Bürger auch obliegt? Schließlich sind die doch alle dagegen versichert. Denen kann es doch gleich sein, ob der Patient zu seinem Recht kommt!«<sup>2222</sup>

O nein! Der Arzt hat noch mehr Interesse daran, daß der geschädigte Patient *nicht* zu seinem Recht gelangt als die Versicherung: Letztere kann die bei einem Schadensfall - wie bei der Autoversicherung - sofort kündigen, was praktisch Berufsverbot für den Arzt bedeutet - da ihn andere Haftpflichtversicherer auch nicht mehr aufnehmen. Laß Dir aber dazu von einem in diesen Dingen erfahrenen alten Hasen raten: Prozesse gegen Ärzte, bei denen es oft um ihre Existenz geht wie Du hier siehst, dauern meist Jahrzehnte, kosten Dich viel Zeit, viele Nerven, viel Geld, kurz, sie zermürben Dich. Wenn es nicht um Hunderttausende geht, laß die Finger davon oder such einen schnellen Vergleich.

Und wenn Du gar nicht erst die Klinke zu einer Schulmediziner-Ärztetür in die Hand nimmst, entgehst Du dem und noch schlimmeren Sorgen. Nimm Dir fest vor, Dir nicht mehr von scheinbar Wissenden die Verantwortung abnehmen zu lassen. Nimm Dir vor, die Ärzte zu meiden wie die Pest.

Selbst bei Gallensteinen hast Du keinen von denen nötig. Wenn Du wieder naturgewollt lebst und vor allem das schlechte cholesterinbildende Fett aus der Nahrung wegläßt. Denn Gallensteine entstehen durch zuviel Cholesterin, das aus der Leber in die Galle ausgeschieden wird. Cholesterin bildet dann Kristalle, die sich mit anderen Substanzen zu Steinen ausformen. Es kann aber auch sein, daß die Gallenblase nicht ausreichend kontrahiert und die cholesterinhaltige Gallenflüssigkeit zu lasch in den Dünndarm auspreßt. Aus Gallenrückständen entstehen dann Steine. Rund 80 Prozent aller Gallensteine sind Cholesterinsteine.

#### 1. Sagt Dir der Arzt ehrlich -



Foto:  
Jenny  
Wolf

daß es  
sich  
bei

diesem prall gefüllten Säckchen in Deinem Körper eigentlich nicht um Gallensteine handelt, sondern um schlimmste Schlackenreste aus Deiner Schlechnahrung?

#### 2. Sagt Dir der Chirurg ehrlich -



daß er diesen Gallenstein auch hätte herausoperieren können, anstatt gleich die ganze Galle rauszusäbeln? Vielleicht sah der Chirurg auch alles doppelt, weil er vorher zuviel gebechert hatte ...

3. Denn für gewöhnlich finden sich bei den Operierten etwa so viele Steine ein:

Foto: Jenny Wolf

Vielleicht hatte ihm die OP-Schwester auch statt Deiner Röntgenaufnahme eine falsche an den Leuchtschirm geheftet. Glaub mir: ist alles drin!

Möglich wär's auch gewesen, daß sich ein Assistent, der sich seine ersten Sporen in der Chirurgie verdienen wollte, über Deine Gallenblase hermachte. Der sich aber für eine ordentliche Operation noch nicht sicher fühlte und lieber gleich die ganze Gallenblase exstirpierte. Der Medizin sind schließlich in der Berufsausübung keine Grenzen gesetzt ...

4. Natürlich, wenn der Nierenstein solch einen Umfang hat wie der hier unten, muß die ganze Niere raus. Und weil in der zweiten Niere meist auch schon Gries und Steine sitzen, geht's dann ab mit Dir mindestens einmal die Woche an den Blutreinigungsapparat im Krankenhaus, zur Dialyse.



Foto: Jenny Wolf

Willst Du Dir das nicht lieber ersparen? Dein Leben von einer Apparatur abhängig zu machen? Alle Freiheit einzubüßen?

*Lieber Leser, die folgenden Kapitel solltest Du auch dann lesen, wenn Du nicht an AIDS erkrankt bist. Dir werden die Augen aufgehen wie nie zuvor.*

# 4. Kapitel. Lerne: von den Tieren der Wildnis und den Menschen der Urzeit

## 4.8 Keiner stirbt an AIDS - wenn er die UrMedizin nicht gar zu spät nimmt

Erkenne weiter: Wenn wir die Natur als göttlich oder wenigstens zweckhaft ansehen wollen, dann ist es eigentlich nur zu verständlich, wenn sie die Suche der Menschen nach künstlichen »Heilmitteln« für deren Krankheiten ins Leere laufen und erfolglos bleiben läßt! Weil die Natur (oder Gott) damit das Kranke, das Schwache und Degenerierte an seiner Verbreitung und Fortpflanzung begünstigen würde! Wo es allein zweckhaft und notwendig für das Wohlergehen der Menschheit wäre, alles Kranke, alles Schwache, alles Degenerierte schnell aus dem Kreislauf des von Gott (oder der Natur) gewollten gesunden Lebens zu nehmen. Nun leben wir heute zum Glück in einer humanen Gesellschaft, die auch geschwächtes Leben schützt. Aber das ist kein Grund dafür diesen Schutz nur auszunutzen und nicht das Menschenmöglichste dafür zu tun, seiner Krankheiten, Leiden, Schwächen und Süchte Herr zu werden. Denn:

**Es gibt kein Leiden, an dem die Menschen nicht selbst schuld sind. Und es gibt keine unheilbaren Krankheiten. Es gibt nicht einmal Krankheiten! Mithin gibt es auch kein unheilbares AIDS!**<sup>9484</sup>

»Weißt Du, ich habe bisher wirklich den Eindruck, daß dieses Buch gründlich durchdacht ist - doch ich finde es unverantwortlich, daß Du den AIDS-Kranken so einfach Heilung versprichst. Du weißt doch genau, daß bis heute davon noch niemand geheilt werden konnte.«

Ich habe nie behauptet, daß meine UrMethodik der Gesundmachung einfach ist. Und Du hast meine These wieder vergessen, daß es keine Heilmittel gibt. Und keine Heilungen. Begreife das endlich! Deshalb kann von der Suche oder dem Anwenden von Heilmitteln nichts erwartet werden. Das Behandeln mit »Heilmitteln« hat seit 10.000 Jahren noch nie etwas gebracht. Du hast es doch aus dem Kapitel über die Medizingeschichte entnehmen können.

Die AIDS-Kranken müssen ihr Leben ändern, müssen nach den Gesetzen der Natur leben, nur dann haben sie eine Chance, wieder gesund zu werden. Die UrTherapie ist die einzig sichere Heilmethode dieser Welt. Nur: Die Verwirklichung dieser Methode ist alles andere als leicht. Denn sie bedeutet Verzicht. Verzicht auf widernatürliche - ich sage das hier ohne Werturteil! - auch widernatürliche sexuelle Praktiken und auf Drogen wie auch immer sie heißen. Es bedeutet vor allem: Verzicht auf Wehleidigkeit und Aufgabe des Irrglaubens, bunte Medikamente, blitzende Apparate und grüne oder weiße Ärztekittel könnten helfen oder gar heilen!

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Du mußt Dich auf Dich selbst besinnen und endlich die Versuche aufgeben, mit Tricks die Natur zu überlisten suchen. Hart sein gegen Dich selbst und die Süchte in Dir - das ist der einzige und einzig ehrliche Weg zur Gesundheit.**

AIDS-Kranker, besinne Dich auf Dich selbst! Vertraue Dich nicht einer Medizin an, die nichts für Dich tun kann. Mißtraue auch den AIDS-Selbsthilfegruppen, die nur die Meinung der Schulmedizin übernehmen, Dein Leiden sei nicht abzuschütteln. Wende Dich ab von vorurteilsbeladenen, kleingläubigen und unwissenden Menschen.<sup>9470</sup> Vertraue nur der Natur und Dir selbst.<sup>9840</sup> Wenn AIDS eine Schwäche des eigenen Abwehrsystems darstellt, dann ist es nur allzu logisch, dieses zu stärken und nicht mit schlimmsten, das Immunsystem nur schwächenden Medikamenten,<sup>1664, 1767f, 1803/7/9, 3760</sup> Fremdblutübertragungen oder anderen chemischen Mitteln weiter zu entkräften.

**Nur durch natürliche Mittel ist es zu kräftigen: denn das Immunsystem ist eine von der Natur geschaffene Einrichtung im Körper aller Lebewesen und kann deshalb nur durch die Natur geheilt werden.**

### **Wie Ärzte sich selbst behandeln**

**Mediziner nehmen Naturheilmittel, wenn es um die eigene Gesundheit geht. (Ergebnis einer Studie des Instituts für Sozialmedizin Universität Graz. BUNTE vom 21.1.1988)<sup>2338,3300</sup>**

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Je mehr Natur, desto besser. Nur Natur - und die Gesundheit wird wiederhergestellt, falls die Schäden nicht bereits allzu gravierend sind.**

Alles ist so einfach, wenn Du nur die wissenschaftliche Art, alles kompliziert zu machen, beiseiteschiebst. Die nur den einzigen Zweck verfolgt: Geld zu machen. Geld und nochmals Geld, mit allen Mitteln und ohne Rücksicht auf das Wohlergehen der Menschen. Besonders ohne Rücksicht auf die Kranken (die am leichtesten zu übertölpeln sind) und die Erde. Aber nun handele auch endlich nach dieser Einsicht. Was gibt es denn da noch für Hemmungen, wenn man als junger Mensch mit angeblichem AIDS dicht vor dem Grab steht?

»Man forscht doch ganz gewaltig nach einem Heilmittel für AIDS und es soll ja in wenigen Jahren auch gefunden sein«, sagst Du.<sup>1806, 1707, 1717</sup>

Du weißt doch, daß man schon seit 600 Jahren nach einem Heilmittel für Krebs forscht.<sup>2952</sup> Und nach einem gegen Schnupfen. Auch eine Krankheit, an der Viren die Schuld tragen.<sup>3492</sup>

AIDS widerlegt klar und deutlich die Arroganz der Ärztekaste, sich als Heiler aufzuspielen.

Und widerlegt Deinen blinden Glauben an den Mythos der Schulmedizin, sie hätte über vorhergegangene Seuchen gesiegt und würde in Kürze der letzten Krankheiten Herr sein.<sup>2952</sup>

Und warum gerade bei AIDS der in der Schulmedizin übliche Weg einer medikamentösen, den Körper bekämpfenden Behandlung versagen muß, das ist einfach zu begreifen: Medikamente dieser Art sind darauf angelegt, die Wirkung von Viren zunichte zu machen. Sie bringen damit das gesamte körperliche Geschehen außer Harmonie und stören und zerstören damit noch mehr das feinstens aufeinander abgestimmte Immunsystem - was es doch eigentlich wiederherzustellen gilt.

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Die Kleinstlebewesen (Bakterien und Viren) haben den Zweck, das Leben auf der Erde so zu erhalten, wie es die Naturgesetze vorschreiben: nämlich das Lebensstarke zu kräftigen, das Lebensschwache schnellstens zu Tode zu befördern und das Abgestorbene nach dessen Zersetzung in den Lebenskreislauf wieder einzugliedern.**

Von der Warte der Natur aus tun diese Lebewesen also nur Gutes, auch wenn es für den Kranken höchst bitter zu wissen ist, daß in seinem Leib Kräfte wirksam sind, die ihn ins Grab zu bringen suchen.

Des Körpers eigene Abwehrkraft ist von der Schöpfung in jedes Lebewesen integriert und wird ständig durch Erfüllen der natürlichen Lebensgesetze aufrechterhalten. Sie ist genetisch programmiert und als Kraft der Natur nicht künstlich beeinflussbar. Für jeden einleuchtend - nur nicht für die Mediziner, die dazu Chemiestoffe einsetzen.

**Wie Orthopäden sich behandeln lassen würden,**

**wären sie selbst Patient, das erfragte eine Heidelberger Arbeitsgruppe. Das Ergebnis: Nicht einmal jeder zweite Facharzt würde bei den meisten typischen orthopädischen Eingriffen einwilligen. (Medical Tribune 50, 16.12.1994/34)**

Erwachst Du spätestens jetzt aus Deinen rosigen Träumen von nur edel denkenden und das Beste für ihre Patienten wollenden Ärzten, wenn Du das gelesen hast? Oder muß ich Dir das erst in klares Deutsch übersetzen, wie das meine Art ist - und wie sich das kein Journalist erlauben kann, will er nicht Gefahr laufen, seine Leserschaft (und seinen Job) zu verlieren? Ich aber sage es hier frei heraus:

**Dir verschreiben die meisten orthodoxen Ärzte Chemiedreck - er selbst nimmt Naturmedizin, wenn er krank ist!**

An Dir nimmt er die gefährlichsten Operationen vor - bei sich kneift er! <sup>2338</sup> Dir mutet er die dadurch verursachten Schäden unbekümmert zu. Sich selbst und seiner Familie will er sie ersparen. Nicht gerade die feine englische Art, nicht wahr? Doch wem nun mal ein Heiligenschein verpaßt wurde, der darf strafbeschützt anderen Menschen Schaden zufügen und

selbst wenn er Dir auf Deinen Wunsch hin homöopathische oder pflanzliche Extraktstoffe verordnet, so gehen die mangels Lebensfrische Dein Leiden nicht ursächlich an..

Doch nun sag mir, mein kritischer Leser, wenn Du das jetzt alles weißt: Warum, zum Kuckuck, rennst Du das nächste Mal doch wieder zu den Chemie-Ärzten? Eigentlich halte ich alle, die sich dieses Buch leisten, für kluge Menschen...

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × »[Der Große GESUNDHEITS-KONZ](#)« × »[Natürlich Leben](#)«  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/4/8.html> - **Update: 13.01.2000 15:47**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---



# 4. Kapitel. Lerne: von den Tieren der Wildnis und den Menschen der Urzeit

## 4.81 Die Natur gibt alles, was Du zum Gesundwerden brauchst

Wer die Natur und Schöpfung nur ein bißchen versteht, der weiß, daß bei 600.000 Lebewesenarten mitleidlos das Lebensunwerte vernichtet wird. Um das Leben auf dieser Erde harmonisch und gerecht für alle lebenswert zu fördern und zu erhalten. Das Leben ist ein Geschenk der Natur. Wer es nicht achtet, wer sein Leben (das ist sein Körper - darin wohnt es!) verkommen läßt, der ist dieses Geschenk nicht wert, und die Natur fordert es mit Recht schneller zurück als von denen, die sich dem Geschenk des Lebens wert erweisen.

Kleine Sünden vergibt sie und beläßt dem Kranken die Heilkräfte seines eigenen Körpers. Während sie denjenigen, die es zu schlimm getrieben haben, die Selbstgesundungskräfte völlig entzieht. Der Kranke hat sich so gegenüber der Natur entwertet, daß sie ihn fallenläßt - frühzeitig wie einen wurmstichigen Apfel.

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Die Natur (Gott) wäre unvollkommen und ungerecht, würde sie dem Lebewesen, das seine Gesundheit zu Lasten anderer Lebewesen aufs Spiel setzt, genau so fair behandeln wie eines, das diese achtet und sich zu erhalten sucht.**

Als AIDS-Positiver wirst Du besonders über dieses Gesetz nachzudenken haben, willst Du Dich wirklich wieder mit Hilfe der UrTherapie gesund machen. Denn das ist möglich!<sup>9840</sup>

Die Natur stellt keine Gesetze auf, welche die Lebewesen nicht einhalten und befolgen können!

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Das einzig wirksame Tun zur Stärkung der körperlichen Abwehr ist der Einsatz der UrMethodik, die im Grunde nichts anderes darstellt als eine geballte Eingabe von Abwehrkräften in den Körper - unter Auslassung aller Stoffe, Nahrungsmittel oder Medikamente, die den Körper weiter schwächen, ihn durch Nebenwirkungen zusätzlich schädigen und in seine harmonisch eingespielten Abläufe störend eingreifen.**

Stärken kann man sich aber nur mit natürlichen Methoden und Lebensstoffen, niemals mit körperfremden, mithin das Immunsystem schwächenden Mitteln und Medikamenten. Und vor allem nicht dadurch, daß man sich als AIDS-Leidender ins Krankhaltungshaus legt und sich

von den Medizinmännern weismachen läßt, ein heimtückischer Virus habe sich bei ihm eingenistet.<sup>1704</sup>

Wenn über 90% der AIDS-Kranken drogenabhängig oder Bluter sind, dann ist es klar, daß deren Immunsystem aufs schwerste vorgeschädigt ist.<sup>1706</sup> Und daß die Schädigung erst recht fortschreitet, wenn sich diese Kranken in ärztliche Behandlung begeben, um mit noch mehr Chemie vollgepumpt zu werden.

Selbst wenn es wahr sein sollte, daß das AIDS-Mittel Retrovir das Leben um einige Monate verlängert, dann wird den AIDS-Kranken durch dieses eingegebene Gift mit seinen schrecklichen Nebenwirkungen das Sterben nur viel leidvoller gemacht.

Bakterien und Viren sind nicht fähig zur Heimtücke und Hinterlist. Wie uns das die Wissenschaftler auch vom HI-Virus nur deshalb weismachen wollen, um sich ins strahlende Licht verdienstvoller Helden im Kampf für die kranke Menschheit zu stellen.<sup>9466, 9473</sup>

**Der Mensch ist abgefeimt gegenüber seinen Mitmenschen, hinterhältig und heimtückisch gegen die anderen unschuldigen Lebewesen, wenn er Netze nach Fischen auswirft, Drahtschlingen für Tiere legt oder sie aus dem Hinterhalt abschießt. Nicht die Tiere oder Kleinstlebewesen sind es.**

Denk an die unberührte Natur, denk an die wundervolle Schöpfung, die der Mensch noch nicht zerstört hat, denk daran, wie dort eins ins andere webt in wundervoller Harmonie - und alles feinstens darauf abgestimmt ist, dieses Wunderwerk lebensfähig, lebenskräftig und lebensgesund zu halten. Und da denkst Du, diese Schöpfung schuf Heimtückisches, Übelwollendes für ihre Geschöpfe? Wenn Gott sich in allem offenbart, wenn er in den kleinsten Dingen sichtbar und wirksam ist, dann auch in den Bakterien und Viren.

Wir alle haben uns verrückt machen lassen von diesem Feinddenken, das uns die Medizinwissenschaftler eingeredet haben und glauben machen wollen. Um sich damit vor Beschäftigungslosigkeit zu schützen und ihr hohes Einkommen für sich und die gesamte daran hängende Branche auf immer zu sichern.

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Keime, Bakterien, Pilze und Viren trainieren das Immunsystem. So bleibt es alert und stets einsatzfähig. Statt die Mikrolebewesen zu bekämpfen haben wir ihnen dankbar zu sein. Wie alles, was aus der Schöpfung und nicht aus den Retorten der Chemie stammt.**

# 4. Kapitel. Lerne: von den Tieren der Wildnis und den Menschen der Urzeit

## 4.82 Schadenwollende Mikroorganismen existieren nur in der profiterstrebenden Zweckfantasie der Mediziner, Forscher und Pharmazeuten

Und natürlich auch in der Phantasie ihrer Gläubigen. 87% der Menschen in der westlichen Welt sind der festen Meinung, daß z.B. Krebs eine heimtückische Krankheit sei, die völlig unerwartet in das »normale« Leben einbricht und man Pech gehabt habe, wenn es einen treffe. Und daß Bakterien und Viren genau so hinterlistige, uns schadenwollende Biester seien...

Wuchernde Krebszellen, Bakterien und Viren aber fassen keine gemeinsamen Pläne, treiben keine Konspiration oder verabreden sich zu Attacken.<sup>9473</sup> Sie können nicht denken und besitzen keine »Killerinstinkte«.<sup>9420</sup> Ja, Viren besitzen nicht einmal ein eigenes Leben. Kleinstlebewesen folgen nur den ihnen von der Natur gesetzten Aufgaben.

- **Zucker zaubert...**



**Salz braucht jeder! | Fleisch gibt Lebenskraft...**

**Wie' s drinnen aussieht, zeigen Dir z.B. die Abbildungen unter Rz 187, 284, 452, 644, 649, 759**

Und diese Kleinstlebewesen sind es, welche die Verdauung in Gang und den Körper intakt halten, sie bilden für ihn Vitamine, setzen die Baustoffe des Lebens (die Aminosäuren)

zusammen, bauen die Immunabwehr in ihm auf, schützen ihn vor Pilzinfektionen und, und, und... Allein in unseren Därmen siedeln hundertmal mehr Bakterien als wir Zellen im Körper haben - und alle sind bitter nötig für uns! Sie trainieren das Immunsystem in jeder Sekunde unseres Daseins.

Warum, meinst Du wohl, nimmt ein kleines Baby alles sofort in den Mund und belutscht es? Weil seine Urprogrammierung es zur Aufnahme von Viren und Bakterien aufruft!

Das aber nur, wenn der von ihnen besiedelte Körper ihnen normale, d.h. natürliche Lebensumstände schafft. Tut er das nicht, dann kann, wie die Forscher wissen, eine bisher gutartige Bakterienart plötzlich »böartig« werden, kann ins Gegenteil ihrer bisher guten Aufgaben umschlagen, können sich sonst harmlose Bakterien und Viren mit einem Male explosionsartig vermehren und am Zerfall von Zellen und Gewebe beteiligt sein.<sup>2666, 6103</sup>

Yersinia-Stämme können z.B. so aggressiv wirken, daß sie einen Pestkranken zu Tode bringen oder aber so zahm bleiben, daß ihr Träger nichts von ihnen merkt oder lediglich etwas Durchfall bekommt.<sup>1647, 1681, 1755</sup>

**Warum sollen Dich ausgerechnet die Lebewesen krank machen, welche die Schöpfung so klein geschaffen hat, daß man sie nicht erkennen kann, folglich nicht beachten soll? Die Lebewesen, die sich bei uns für die größten halten, die sind es, die Deine Gesundheit kaputtmachen. Fürchte Dich vor diesen! Auch wenn sie sich mit weißen Kitteln der Unschuld tarnen.<sup>2607, 9473</sup>**

Es ist genau umgekehrt: Dein von Dir innerlich unsauber gehaltener Körper ändert die Lebensbedingungen für die Mikroorganismen so sehr, daß sie sich über Gebühr vermehren *müssen*. Bietet das Körpergewebe ihnen eine normale Menge Abfallstoffe, dann werden sie damit stets gut fertig. Werden die Bakterien aber mit Belastungsstoffen überhäuft, dann müssen sie sich stärker als sonst vermehren, um damit fertig zu werden. Darauf sind sie genetisch aber nicht programmiert. Sie können in einem solchen Falle ihre Vermehrung nicht mehr stoppen und greifen dann - um ihren »Hunger« zu stillen - gesunde Zellen an und zerstören sie. Siehst Du: Das ist einfaches Denken, Denken mit gesundem Menschenverstand. Dazu möchte ich Dich auch bringen. Auf daß Dir keiner mehr etwas vortäuschen kann. So wenig wie eine Jungfrau ohne Mann ein Kind gebären kann, so wenig kann eine gesunde Zelle von Kleinstlebewesen befallen werden.

Seitdem 1849 Aloys Pollender den Erreger des Milzbrandes entdeckte, seitdem Pasteur mit seinen Gärungsversuchen die Jagd auf die Mikroben eröffnet hatte und Schafe mit Milzbranderegern impfte, wird in den Wissenschaftlern die Gier erweckt, es Pasteur nachzutun und damit zu Ruhm, Ansehen und großem Geld zu kommen. Wurde doch der Gerbersohn Pasteur zum Mitglied der Académie française mit Worten wie: »Ihre wissenschaftliche Arbeit zieht eine leuchtende Spur durch die dunkle Nacht des unendlich Kleinen« in einer Lobeshymne ohnegleichen berufen und mit einer hohen Leibrente vom Staat nebst einem eigenen Institutsgebäude ausgestattet, erhielt von vielen Universitäten Ehrendoktordiplome und lebt heute noch in dem Wort »pasteurisiert« fort. Kein Wunder, wenn die damalige Medizin zur

Bakteriologie wurde, um bei jeder Krankheit nach den angeblichen »Verursachern« dieser Krankheit zu suchen.<sup>1650ff</sup>

Welch ungeahnte Aussichten also für den unbekanntem kleinen Doktor, plötzlich als Held dazustehen, als Retter der Menschheit vor der bösewollenden Natur mit ihren Kleinstlebewesen, die da den so hoch über allen Niedrigkeiten des Lebens stehenden Menschen mit solch schrecklichen Widerlichkeiten zu behelligen trachtet. Welch zu gewinnende Ehren für die Ärzteschaft: Immer mehr Feinde aufzuspüren, gegen die - natürlich unter entsprechenden Honoraren - man in den Leibern der Menschen kämpfen konnte! Immer stärkere Mikroskope also mußten her, um immer mehr von den bösen, schadenwollenden Mikroben zu entdecken. Um diese mit einer Krankheit in Verbindung zu bringen und ihnen dann die Schuld daran zu geben.

Man mußte diese Mikroben nur mittels immer neuer Tests und Mischungen finden und sie dann durch Färbungen dem staunenden Volk sichtbar machen, um anschließend ein Gift zu finden, sie unschädlich zu machen. Und das gefundene Gift sich patentieren oder sich mit dem Hersteller dieses Giftes an dessen Verkauf beteiligen lassen. So wurde denn aus dem einfachen Landarzt Robert Koch der kaiserliche Regierungsrat, der Professor für Hygiene, der Direktor des Preußischen Instituts für Infektionskrankheiten, der von der britischen Regierung berufene Genius zur Bekämpfung der Rinderpest, und schließlich der Nobelpreisträger von 1905, mit einer Prämie von 65.000 Goldmark, einem zur damaligen Zeit unermeßlichen Vermögen.

Daß sein Tuberkulin gegen die Tuberkulose die Menschen umbrachte, statt sie gesund zu machen, wer fragt schon danach, wenn die Menschheit immer wieder Helden verehrt, bewundert und mit Sieg-Heil beschreien will!

Und so wird ein kleiner Angestellter in einer Chemiefabrik plötzlich ein in der ganzen Welt beachteter und berühmter Mann mit einer herrlichen Villa in Hollywood, Dutzenden Bediensteten, einer Yacht vor der Rückseite des Hauses und einem Rolls Royce vor der Vorderseite. Seine angebliche Entdeckung: das HI-Virus. Sein Name: Robert Gallo. Sein todbringendes Mittel: AZT. Sein Verdienst: Den Liebenden in dieser traurigen Welt auch noch die Freuden der Liebe durch Kondomnötigung sinnlos zu verderben.

»Aber die Cholera-Bakterien bringen doch nachweislich die Menschen zu Tode.«

Doch vornehmlich nur die Armen in den Städten, die durch Junkfood und Alkohol Geschwächt. Die erliegen angeblich bereits kleinsten Erregerkolonien der Cholera.<sup>1681</sup>

Daß es aber nicht allein an der Mikrobe liegt, hat uns der Arzt Pettenkofer schon 1892 vorgemacht, als er vor einer glotzenden Meute 1 Milliliter Kot von einer Cholera-Leiche in ein Glas Wasser rührte und austrank. Zum Ärger von Robert Koch, der seinen Tod vorausgesagt hatte, blieb er am Leben.

Pettenkofer prägte danach den ziemlich treffenden Satz, daß die Bakterie *Vibrio cholerae* zwar eine notwendige, aber nicht hinreichende Ursache für den Ausbruch der Cholera sei.

## Gesundheitsgesetz der Natur:

**Nicht die Bakterien sind schädigend. Es ist umgekehrt: Der ungesund, wider die Naturgesetze lebende Mensch wirkt schädigend auf die Bakterien ein. Und das so stark, daß sie außer Kontrolle geraten. Das ist eine Möglichkeit. Die andere: Der Mensch hat sein Gewebe mit Giftstoffen angefüllt - die Bakterien erscheinen, müssen sich, um das vergiftete Gewebe abzubauen, stark vermehren.<sup>2919</sup> (®Rz.75)**

Du erkennst: Medikamente gegen deren Wirken darf es gar nicht geben. Sie sind gegen den Willen einer weiseren Macht gerichtet! Und weil diese Macht - die Natur oder Gott - sich letztlich stets stärker als das Menschlein erweist, erweisen sich die naturwidrigen Mittel stets als schädigend.

Die Mikroben können sogar ihre Form wandeln, wenn sich der Gewebeuntergrund, auf dem sie leben, durch die verschiedenen Arten der Schlechtnahrung krankhaft verändert. Dann treten sie selbst als Bakterien, Pilze oder Viren auf, um ihre Aufgabe im Sinne der Natur zu erfüllen.<sup>1680</sup>

Bakterienvermehrung bei einem Leiden ist das Ergebnis der Krankheit, die Folge von Krankheitsstoffen, nicht deren Grund.

Sie bauen ab, was krank ist und reizen den Körper zur Gegenwehr. Sie zersetzen, was tot ist, und reizen nicht mehr - aber sie sind genauso wenig die eigentliche Ursache für das Kranksein, als die Ursache für den Tod einer Pflanze, eines Tieres oder eines Menschen.

Würde die Schulmedizin solch offensichtliche Wahrheit eingestehen, wäre sie nicht mehr fähig, den Menschen »Heilmittel« gegen die Bakterien zu verkaufen. Deshalb sucht sie immer aufs neue, uns Kleinstlebewesen als die schlimmen Verbrecher auf den Richtplatz menschlicher Dummheit vors Schafott zu karren.

Wenn Du Dir klarmachst, daß gerade diese niederen Lebewesen einen Schöpfungsauftrag zu erfüllen haben, siehst Du den Kampf der Schadensärzte gegen sie mit anderen Augen an - erkennst darin deren Verachtung gegen die Schöpfung. Und Dir wird klar, daß dieser Kampf, auf Deinem Rücken ausgetragen, Dir nur Leid bringen kann und zwangsläufig zum Mißerfolg führen muß. Beteilige Dich nicht an dieser Blasphemie!

Überlege Dir überdies den Wahnsinn der Schulmedizin, Bakterien den Kampf anzusagen: Millionen von ihnen befinden sich auf jedem Quadratzentimeter der Haut! 100 Millionen befinden sich unter den Achseln und unter der Nase - auf jedem Quadratzentimeter! 10 Milliarden (10.000.000.000) befinden sich in Deiner Mundhöhle - auf einem Quadratzentimeter! Bei jedem Gesunden!

Aber schon geringfügigste Anteile von Lebensmittelfarbstoffen, Backaromen, Einmachhilfen oder Aromatisierungsmittel in der Zahnpasta, ein Schluck von gechlortem oder ozonangereichertem Wasser in einem Schwimmbad können die Darmbakterien degenerieren lassen. Am schlimmsten wirken sich jedoch Antibiotika und Quecksilber (Amalgam!) aus. In

einer Verdünnung von 1:10 Mio. bzw. 1:2 Mio. entarten bereits die Darmkeime, die Mundflora wird unmittelbar nach der Füllung mit der Amalgamplombe geschädigt. So empfindlich sind Bakterien gegen alles Künstliche!

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Genau das Gegenteil ärztlichen Tuns ist richtig und gesundheitsfördernd: Es gilt, die Bakterien in uns zu schützen und in der genau von der Natur vorgesehenen richtigen Menge aufrecht zu erhalten, statt sie zu vernichten.**

In diesem Falle halten die lebensfördernden Kleinstlebewesen die krankmachenden im Gleichgewicht. Dann ist das Leben in Dir von einer einzigen großen Harmonie durchweht, die nur dadurch gestört wird, wenn Du gegen die Harmonie, also gegen die Natur lebst.

Alles hängt von Deiner Abwehrkraft ab. Du meinst, Du bist gesund und brauchst deshalb nichts dafür zu tun, kannst weitermachen so wie bisher? Weißt Du denn, ob Deine Immunkraft topfit ist? Nein - daß weiß ich nur dann, wenn ich gesund lebe! Sobald der Untergrund, auf dem die Mikroorganismen leben, durch gesunde Ernährung und genügende Sauerstoffversorgung, durch reichliche Bewegung wieder in Ordnung gebracht ist, haben die Mikroben keinen Grund mehr, zerstörerisch tätig zu sein oder sich zu vermehren: sie verschwinden von selbst.

Und verzichtest Du in Zukunft auf die für Deine Körperbakterien unbekannt Nahrung, dann kann es bei ihnen nicht zu Chromosomenbrüchen kommen. Und sie sind nicht gezwungen, ihre Erbsubstanz zu verändern und damit zu einer Gefahr für Dich zu werden.

Nur unter UrMedizin halten vor allem die Darmsymbionten Deine Darmwandzellen widerstandsfähig, verhüten Austrocknung und Einrisse. Dadurch wird anderen, normalerweise unschädlichen Pilzen und Viren das tiefere Eindringen in Körpergewebeteile verwehrt. Wo sie sich deshalb schädlich auswirken, weil sie an diese Orte nicht hingehören und bei gesunden Menschen nie dort hinkommen: Sie treffen nämlich hinter den Deckzellen auf das Lymphsystem, welches darauf nicht eingerichtet ist. Letzteres kann nur ordnungsmäßig arbeiten, wenn keine Mikroorganismen eindringen, während der Darm ohne sie nicht auskommen kann.

Du weißt, ich geb' nicht viel um die Berichte medizinischer Forscher. Sie müssen immer wieder am gesunden Menschenverstand gemessen werden. Doch da man ihnen nach meiner bisherigen Erfahrung nur das sie Belastende unbesehen glauben kann, sollte Dich als vielleicht AIDS-Verdächtigen ein Bericht nachdenklich machen, daß die bereits vom Kaposi-Sarkom gezeichneten Kranken viel länger lebten, wenn sie sich geweigert hatten, sich behandeln zu lassen.

Für die Schulmedizin lautet die Gleichung: Infektionskrankheit ./ Infektionserreger = Gesundheit. Wie kann das sein, wenn wir doch heute wissen, daß z.B. die Erreger der Lungenentzündung (Streptokokken, Pneumokokken, Staphylokokken, Coli-Bakterien usw.) sich in jedem gesunden Menschen befinden? Wenn wir für diesen Fall einmal den von der UrTherapie nicht akzeptierten Krankheitsbegriff der Schulmedizin zulassen, so müßte die



Gleichung richtig lauten:

**Infektionskrankheit + Immunstärkung = Gesundheit.**<sup>3653</sup>

So ist das richtig zu sehen! Übrigens: Weißt Du, was die Schulmedizin unter einer Immuntherapie versteht?

»Klar doch: Vitamingaben, Mineralien...«

Pustekuchen! Das ist eine Spritze mit Organextrakten von Tierleichen. Im Mittelalter gab's zerhackte Mäuseschwänze - heute verflüssigtes Kalbshirn oder deren Drüsengewebe. Sagte ich Dir nicht, es hat sich nichts geändert - nur etwas mehr Technik ist dazu gekommen. Und statt der sichtbaren Mäuse- und Rattenschwänze ein klargebeizter Extrakt der Kadaverstücke.<sup>0636, 3877</sup>

Das ist jetzt mit AIDS wie früher bei den Hexen! Dieser Aberglaube damals, und heute dieser Aberglaube an sogenannte heimtückische Killer-Bakterien! Da begehen Menschen Selbstmord, nur weil sie sich infiziert haben oder durchzittern tausende Nächte voller Angst: vor Viren!

Erinnere Dich: Zuerst waren es die Dämonen, dann der Teufel, dann die Hexen, dann die Tb-Bazillen, nun die Viren, denen man das Kranksein in die Schuhe schiebt... Stell Dir das nur mal aus einer anderen Perspektive vor:

**Die sogenannte Krone der Schöpfung, der Bezwinger der Meere und Eroberer der Lüfte, der Besitzer von Atombomben fürchtet sich vor unsichtbaren Bakterien-Winzlingen und noch winzigeren Viren! Fürchtet sich vor Unsichtbarem! Es wäre zum Lachen, wenn diese Angst der Menschen nicht so verbreitet wäre.**

**Dieser selbsternannte Herr der Schöpfung sieht die ohne Verstand ausgestatteten, ein Seelen- und Innenleben entbehrenden Kleinstorganismen als heimtückisch an! Wirft ihnen hinterlistiges Einschleichen in *gesunde* Wirtszellen vor! Todesviren sollen es sein, die den guten, unschuldigen Menschen nach dem Leben trachten! Ja, woher wissen denn die klugen Wissenschaftler, daß sich diese Viren bei den AIDS-Anfälligen in wirklich *gesunde* Wirtszellen wie Diebe in der Nacht einschleichen, wie sie behaupten?<sup>1700, 1709, 1712, 1716, 1751ff</sup> Völlig intakte, gesunde Zellen würden doch genug Abwehrkräfte besitzen, was meinst Du? Oder sind es nicht vielmehr schon schwache, anfällige Zellen, die von den AIDS-Viren vernichtet werden müssen, weil die Natur nichts Krankhaftes in ihrem Reich duldet? Vielleicht durch Drogen plus Junk-Food schwach gemachte Wirtszellen, die wie betrunkene Hausbesitzer sich gegen Einbrecher nicht zu wehren vermögen...**

**Aus der von Ärzten verachteten Alternativmedizin kam das Wissen über die Immunabwehr des Körpers, die es zu stärken galt.<sup>9477</sup> Bis vor kurzem spottete die Schulmedizin noch darüber. Heute ist es in aller Munde. Warum? Weil sie erstmals anlässlich ihrer Leichenteilverpflanzungen dahinterkamen, daß es so etwas gab. Und weil es den Profitmachern bestens half, eine neue Krankheit aus einigen altbekannten zu kreieren:**

**die Immunschwäche-Krankheit AIDS. Leg endlich Deine verhängnisvollste Krankheit ab: Hochgestellten Herrschaften und auf einem Podest stehenden oder dort hingestellten Menschen mehr zu glauben als Deinem gesunden Menschenverstand. Was es auch sei: Laß Dir nichts weismachen! Menschen wollen ihre Mitmenschen nur übervorteilen, klüger sein als sie. Geschickter, eleganter agierend als sie. Weil sie denken können mit einem durch die Zivilisation verdorbenem Gehirn. Mikroben besitzen keins...**

**Welchen Schluß ziehst Du aus dieser Meldung der Medizinforschung?**

**Rauchen scheint eine HIV-Infektion zu begünstigen**

**Wie Halsey dann feststellte, hatten die Raucherinnen zwar verglichen mit den Nichtraucherinnen mehr Sexualpartner und waren seltener verheiratet. Allerdings habe sich bei einer Analyse der Zahlen ergeben, daß auch unabhängig von anderen Risikofaktoren ein Zusammenhang zwischen HIV-Infektion und Rauchen bestehe. (Journal of American Medical Annuals 267, 1992, 2062)**

Ich ziehe diese Folgerungen:

1. Es sind die schlimmen Lebensgewohnheiten, die dem oft egoistischen, haltlosen, gierigen und nur nach exzessiven, unnatürlichen Höchstgenüssen strebenden ungebildeten Homo oder Fixer eine der mit angeblich als AIDS definierten Vielzahl von Krankheitszeichen bringen - nicht die Viren. 2. Nicht die Viren sind schuld! Sie stellen sich nur bei einem durch Drogen und Genußgifte geschädigten Körper vermehrt ein. Sie vermehren sich viel stärker im vergifteten Blut und im geschwächten Gewebe des Körpers, um mitzuhelfen, den Abfall zu beseitigen. Es sind Aasvertilger! Wenn es sein muß, 'vertilgen' sie den ganzen noch lebenden Menschen, der sich schuldhaft bereits selbst in einen Abfallkübel verwandelte. Sie haben dazu den Auftrag von Gott (=Natur) empfangen. Merke:

Manche Bakterien oder Viren werden oft erst böse, - das ist bei Mensch und Kleinstlebewesen nicht anders - wenn der Partner ungestlich ist, d.h. wenn er den Bakterien eine verschmutzte, unfreundliche, ungesunde Heimstätte anbietet...

Ist das nicht seltsam? Die für Krankheiten von den Medizinern früher für schuldig gemachten Dämonen, Teufel und heute die Bazillen und Viren waren von den Kranken nie zu fühlen, zu hören, zu riechen. Stimmt Dich das nicht nachdenklich? Doch wenn Du an die Saga von der Schuld der Bakterien glauben solltest: Selbst die Bakterien »Streptococcus mutans« welche die Zahnkaries bewirken sollen, sind gute Bakterien!

»Nun höre ich Dich zum ersten Mal Unsinn reden«, sagst Du, »Bakterien, die uns die schlimmsten Löcher in die Zähne machen, die hältst Du für edle Tierchen?! Na, weißt Du!«

Das nimmst Du mir nicht ab, nicht wahr? Doch bedenke mal: Sie bewirken auch, daß Dein von ihnen befallener Zahn plötzlich zu schmerzen beginnt.

»Und das soll gut für mich sein?« schüttelst Du den Kopf.

Aber ja! Es sollte eigentlich jeden klugen Menschen darauf hinweisen, daß er sich sagt:

Da meine Zähne nur mit der Nahrung in Berührung kommen, kann es auch nur an der Nahrung liegen, die ich zu mir nehme, wenn sie mich peinigen. Die muß folglich falsch für mich sein. Wenn diese Biester sich in deren Resten zwischen den Zähnen und dem von ihr mitgebildeten Speichel so stark vermehren können, daß sie imstande sind, Löcher in eine Substanz zu beißen, die täglich Zentnerdruckkräfte aushält und härter als Stahl ist.

**So will ich euch denn dankbar sein, ihr meine Genossen Mundbakterien, daß ihr mich so frühzeitig darauf aufmerksam macht, daß meine Nahrung nicht die rechte für mich ist. Da kann ich mich vielleicht gerade noch rechtzeitig besinnen und meine Nahrung ändern, bevor ihr im Körper ebenfalls beginnt, mein Gebein zu zerfressen.**

Ich weiß, der Knochenfraß schreitet zwar etwas langsamer voran, aber im Alter will ich ja auch noch ohne Krücken und künstliche Gelenke laufen können. Daß ihr das durch Schmerzempfinden bewirkt, will ich euch nachsehen, denn das ist nun mal eure Sprache. Anders (und nachdrücklicher) könnt ihr euch ja mangels anderer Möglichkeiten nicht bemerkbar machen. Selbst wenn sich einmal herausstellen sollte, daß die Bakterien keine Schmerzen verursachen können, würde das nicht viel bedeuten. Dann hättest Du Dich zu fragen: Wie ist es nur möglich, daß die in jedem Mund myriadenfach vorhandenen Kariesbakterien bei den nicht Zucker und Brot essenden Affenmenschen oder Naturvölkern keine Löcher in die Zähne fressen? Könnte es nicht sein, daß die Zucker- und Weißmehlklebemoleküle den Schmelz bereits vorher aufgeweicht und zerstört haben? Und daß es *nicht* die ohne Schlechkost arbeitslosen Streptococcus-mutans-Kariesbakterien sind, die zerstören? Und selbige von der Natur nur zu Abräumarbeiten für das weiche, zum Beißen nicht mehr recht geeignete Zahnbein vorgesehen sind? Dann sind halt Zucker und klebriges Getreide der Grund für die Zahnschmerzen. Würdest Du statt dessen z.B. nur Früchte und Wildpflanzen essen, so würdest Du eine Menge Wirkstoffe, z.B. Tannine aufnehmen, die zusätzlich verhinderten, daß der Streptococcus mutans bei Dir tätig werden könnte.<sup>7002, 7006</sup>

»Und wie erklärst Du Dir die immer öfter auftretenden Salmonelleninfektionen? Sind das etwa harmlose Bakterien, die uns nichts Böses wollen? Im letzten Jahr erkrankten über 90.000 Menschen daran, 102 starben allein bei uns in Deutschland!<sup>1000</sup>

**Er muß noch tiefer in Dich hinein, dieser Grundgedanke meines Buches:**

**Was Gott - die Natur - tut, das ist wohlgetan!**

**Die den Dünndarm entzündenden Salmonellenbakterien können sich nur auf für ihr Leben geeigneten Untergründen vermehren. Sie haben darin einen von der Schöpfung erhaltenen Auftrag zu erfüllen: schnellstens zu zersetzen, was nicht für die menschliche Ernährung - auch wegen des fortgeschrittenen Alters - bestimmt ist. Diese Untergründe sind Fisch, Fleisch, besonders Hackfleisch, Geflügel, Eier, mit Eiern zubereitete Mayonnaise. Das**

**Vermeihen dauert einige Tage. Raubsäugetiere, die beim Töten der Beute Fleisch verschlingen, haben daher nichts von dieser Bakterienart zu befürchten, weil sie frisch in ihren Körper gelangt. Aasfresser, die es nach Tagen zu sich nehmen, wie Maden, Ameisen und Käfer, besitzen keinen Dünndarm. Sie benötigen die Zersetzungsarbeit der Salmonella enteritidis, die das in Verwesung übergehende Fleisch (oder die tierischen Produkte) für die Verdauungsarbeit dieser Lebewesenarten entsprechend aufbereiten. Du erkennst:**

**Es existiert nichts in der Natur, was unnötig wäre. Die Salmonellen haben ihren Sinn und festen Platz im Ordnungsschema der Natur. Oder sollte etwa der Wald zur stinkenden Kloake verkommen, weil nach Deinem gegen Gottes Willen gerichteten Wunschenken, die Dich krankmachenden Salmonellen (oder etwa die Malariaerreger) am liebsten bekämpft und vernichtet sehen möchtest?**

**Warum machen die Salmonellen den Menschen krank? Jetzt ist es Dir klar: weil unser Organismus nicht auf das Verdauen von Fleisch eingerichtet ist und gegen die bei der Stoffwechselarbeit anfallenden (und dazu nötigen) Toxine keine Antikörper besitzt. Ißt Du also nichts, was die Natur (Gott) Dir nicht zgedacht hat, tun Dir die Salmonellen nichts zuleide. Begibst Du Dich als nicht mit Antikörpern ausgestatteter Mensch aus den nördlichen Gefilden der Erde nicht in die Gebiete, die der Mücke Anopheles maculipennis vorbehalten sind, kriegst Du auch keine Malaria. So einfach ist das. Wenn Dein Denken mal so einfach geworden ist, wirst Du das Leben besser verstehen. Trotzdem gelangen aber, auch ohne daß wir Fleisch essen, Salmonellen in unser Verdauungssystem. Diese sind jedoch - falls es sich nicht um zu viele handelt - ohne Chance, eine Darmentzündung hervorzurufen, wenn unsere Immunkräfte stark genug sind. Doch durch ständiges Zusichnehmen von Schlechtkost kann sich das Essen von Fleisch oder tierischen Produkten besonders fatal bei immungeschwächten älteren Menschen auswirken.<sup>6119, 6202</sup>**

**Aber Forscher und Mediziner wollen unbedingt auch deshalb die Kleinstlebewesen verteufeln, damit sie sich immer wieder Arbeit machen und sich diese gegenseitig zuschieben können - gemäß dem Peter-Gesetz wie in den Behörden. Und da noch Hunderttausende unbekannte und unerforschte kleine Mikroorganismen existieren, ist somit ihr höchstdotiertes und vom Staat und hochherzig dummen Spendern zusätzlich unterstütztes (als medizinische Wissenschaft deklariertes) Krankheitserreger-Aufdeckungs-Treiben für die nächsten Jahrhunderte voll abgesichert...**

**Früher war es der Teufel, heute sind es die Bakterien, morgen sind es die schlechten Gene, welche die Schuld am Kranksein haben. Und wenn man all das beim besten Willen nicht mehr schuldig machen kann, dann ist es ein von Deinem Körper gebildetes Gewächs, eine abartige Reaktion, eine Obstruktion oder ein schlimmer Streß, was da doch schuldig sein muß. Und was deshalb verteufelt und angeklagt wird. <sup>2352, 1673/9, 9420, 1649 - 1683/6</sup>**

**»Aber heute machen die Ärzte doch nicht mehr den Teufel für eine Krankheit verantwortlich! Was redest Du denn da«, sagst Du.**



**Aber ja doch! Selbst das Wort »Teufel« hat sich (im übertragenen Sinne) dabei erhalten: »Helicobacter ist der Magenteufel Nummer Eins« heißt es z.B. in den Ärztezeitschriften.<sup>0553</sup> Die Mediziner von heute sind sich der Teuflischkeit der Kleinstlebewesen deshalb so sicher, weil sie sich ja so unbegreiflich gewaltig vermehren und den Körper überschwemmen. Gibt dann ein bisher noch nicht entdecktes Bakterium Zytotoxine, Proteasen und Ammoniak ab, um das falsch ernährte Gewebe abzubauen, dann springt der Forscher Meier vom Stuhl und sieht sich bereits im Frack mit Fliege in Schweden. Und in der Laudatio wird es dann heißen: »...erhält er für die Entdeckung des Bazillus asa foetida meieri den Nobelpreis...« Warum aber ein solcher Bazillus diese Giftstoffe abgibt - tja, das hat bislang noch kein Forscher ermittelt oder auch nur zu ermitteln versucht. Weil alle nicht weiter denken können. Oder sollte ich besser sagen: wollen?**

**Wie lange meinst Du wohl wird es dauern, bis die Medizinwissenschaftler von heute es mir abnehmen, daß die von ihnen als krankmachend erklärten Bakterien nicht heimtückisch sind oder in den Menschen Krankheiten verursachen? Und wenn in einem von ihnen dieser Gedanke einmal aufkommen sollte, dann wird er das wie Kopernikus zig Jahre nicht auszusprechen wagen. Weil er damit das bisherige Weltbild der Medizin umwerfen würde. Und was das bedeutet - Du weißt es.**

**Entartete Nahrung entartet auch das Leben der Keime, Pilze, Viren, Bakterien, Organe. Ihr feines Zusammenspiel gerät aus dem Takt. Kleinstlebewesen, die auf gesundem Terrain gesunde Arbeit leisten, bewältigen den eingebrachten Schmutz nicht mehr und müssen sich immens vermehren, wollen sie weiter ihre Aufgabe wahrnehmen. Mit ein Grund dafür, daß sich bei einer Krankheit eine bestimmte Sorte von Bakterien so stark vermehrt.**

**Meine Frage an die für dumm gehaltenen Menschen der Erde: Wie lange gedenkt Ihr noch, vor dem medizinischen Aberglauben auf die Knie zu fallen und Euer Hosianna zu rufen? Wann erkennt ihr endlich, daß die Medizinforscher von heute Bakterien-Schuld-zuschieben-Besessene sind, die man am besten in die Nervenheilstätten schickt, damit sie den Kranken nicht noch mehr Unheil an den Leib hängen.**

**»Jedes Jahr erkranken in Deutschland etwa 40.000 Frauen an Brustkrebs. Jetzt haben Forscher eine Region im Erbgut entdeckt, die das Leiden auslösen kann. Schon bald werden Ärzte per Gentest Risikofrauen erkennen.« (stern, Nr. 4/1994, S. 22)**

**So bereitet man die Dummen auf die neue Behandlungsmethode vor. Bei Dir kommt, wenn Du so etwas liest, hier zumeist der Gedanke hoch: wie toll! Wie gut, daß wir diese gelehrten Leute alle haben, die so unermüdlich tätig sind, um all diese schrecklichen Krankheiten, unter denen die Menschheit zu leiden hat, von uns zu nehmen. Dir kommt bei solchen Berichten auch nicht der geringste Zweifel an Edelmut und Humanität der damit Befassten. Und Deine Reaktion läuft zur höchsten Form von Empörung gegen mich auf, wenn ich Dir**

nun sage, daß es sich hier um nichts anderes handelt, als um ein neues, großangelegtes Betrugskonzept der Pharma-Ärzte-Krankheitskonspiration.<sup>2360</sup>

**Höre erst, bevor Du urteilst:**

**Nachdem sich jetzt die Menschen wieder mehr den natürlichen »Heilmitteln« zuwenden, müssen die Pharmazeuten und deren Forscher einen neuen Dreh finden, ihre künstlichen und deshalb Dich schädigenden Medikamente durch Quasi-Heilversprechen an den Mann zu bringen. Bei den bisherigen Krankheiten machte man den Menschen weis, sie seien durch bösartige Bakterien, Pilze oder Keime verursacht worden, die folglich nur durch Antimittel zu bekämpfen wären. Nun halten die Menschen wegen der damit gemachten bitteren und leidvollen Erfahrungen inzwischen immer weniger von diesen Gegenmitteln, den chemischen Medikamenten. Weil sie im Endeffekt schädigen statt zu heilen.**

**Damit die Kranken wieder mehr an die Mediziner gebunden werden, gehen sie in Fachzeitschriften (aus der die allgemeine Presse ja auch schöpft) immer mehr dazu über, uns weis zu machen, es gäbe Krankheiten, die im Erbgut begründet seien. Womit sie nicht ganz unrecht haben, weil es diese tatsächlich auch vereinzelt gibt. Wobei man nur richtigerweise sagen muß, daß zwar eine Veranlagung zu einer Krankheit vorhanden sein kann, daß diese aber nicht ausbrechen muß, wenn man entsprechend gesund lebt.**

**Durch die schleichende Vergiftung, der sich die Menschen durch die Schlechtkost und durch den Aufenthalt in der vergifteten Umwelt und in den durch Formaldehyd und andere Gifte verseuchten Betrieben und Wohnungen aussetzen, degeneriert mehr und mehr die Erbmasse der Menschen. Also setzt man nunmehr mit aller Macht auf die Erforschung der Gene. Denn die menschlichen Gene als neue Schuldige für die Leiden der Menschen zu erklären, das bietet einen geradezu tollen Ersatz für die bösen Bazillen.**

**Und da bei jedem Menschen die Gene verschieden sind, kann man nun nicht nur besser als bisher alle möglichen Schein-Diagnosen vortäuschen. Die Ärzteschaft vermag damit auch - weil das einen großen Laboraufwand erfordert und erhebliche Patentlizenzen dafür zu zahlen sind - erheblich mehr zu verdienen. Aber weiter mit der ärztekratzfüßigen Hoffnungsmache im "stern":**

»(...) daß eines Tages Gentests bei allen Menschen so selbstverständlich zur ärztlichen Routineuntersuchung gehören wie heute das Messen des Blutdrucks. Würden bei solchen Checks keine Genfehler registriert, könnte sich der Untersuchte vor erblichen Krebserkrankungen sicher fühlen. (...) Erst wenn das Krebsgen exakt eingekreist und in seinem Aufbau ermittelt ist, könnten es die Molekularbiologen ohne Vergleichsanalysen bei jedermann im Blut identifizieren. Einen solchen Bluttest wird es frühestens in zwei Jahren geben. Doch schon hat Skolnick eine Firma gegründet, die mit dieser Methode erst einmal Geschäfte machen will. Wenn der Gentest für erblich bedingten Brustkrebs erst einmal Standard geworden ist und sich dadurch mehr Risikopatienten erkennen lassen, werden die Ärzte noch öfter zum Skalpell greifen müssen. Denn eine Heilung von Tumoren in der Brust gibt es nicht. (stern Nr. 4/1994)«

Aber vielleicht gibt es die schulmedizinische Krebsheilung jetzt endlich im Juni 1998, nachdem die Mediziner die 50999ste Heilmedizin dafür entdeckt haben:

Seltsamerweise ist den Journalisten aber der in einer Fachzeitschrift erschienene, Hoffnung verheißende Artikel entgangen, in dem es heißt: »An Mäusen hat es schon geklappt: Genfähren transportieren geklonte Gene in die Krankheitsherde und heilen sie...«<sup>3877</sup> Und: »Nichtpolypöses (mehrpolyphenartiges) Kolonkarzinom: Krebsgen entdeckt.«<sup>3875</sup>

**Erkenne: Diese Genwissenschaftler und Medizinforscher sind keine den Kranken helfend-wollenden Samariter. Es sind die zur Zeit gerissensten, gemeingefährlichsten Hochstapler auf dieser von allen guten Geistern verlassenem Erde, die nur schnell ans große Geld und die ersehnte Millionärsvilla mittels ans Kriminelle grenzender Methoden durch noch gefahrvollere Gentech-Mittel kommen wollen. Unter dem Deckmäntelchen, die Kranken mit neuen Tricks heilen und die Schöpfung verbessern zu wollen, lassen sie sich ihre die Welt noch kranker machenden genetischen Erfindungen patentieren und vermögen es so, mit dem gefährlichsten Wahnsinn Gott zu spielen. Das ist für sie überlebensnotwendig, weil die Kranken schon jetzt 2/3 der verschriebenen Chemie in den Abfall werfen. Da muß also schnell was Neues her, womit man die Menschheit mal wieder blenden und verblenden kann. Um ihnen dann um so besser das neue teuflische Blendwerk müheloser Krankheitsbeseitigung andienen zu können:**

Sensationelle Entdeckung einer Forscherin: Wer dick ist, kann nichts dafür. Es ist Veranlagung. Es liegt an einem Gen, ob jemand zunimmt oder schlank bleibt. Sie arbeitet bereits an einem Anti-Gen.<sup>361</sup>

(BamS, 1.8.1993)

**Und so manche Frau, die vom Schlanksein träumt, schöpft mal wieder Hoffnung, um ganz bequem ihre Pfunde, diesmal aber ganz, ganz sicher durch Einpflanzen eines Antigens loszuwerden. Um sich, schlank und rank, ihren Traummann zu ergattern oder an sich binden zu können.**

**\* MAGAZIN**  
**MEDIZIN**  
**Kampf  
den  
Keimen**  
Forscher erproben neue  
Waffen gegen krankma-  
chende Bakterien  
5109872 98

Durch die Euphone wandelt  
mals ist mittlerweile ein Be-  
wogenis eingeschlagen. Die  
Krankheitserreger sind. Ein  
neue Attacken gerastet, in-  
mer mehr werden resistent.

Doch jetzt haben die Pharm-  
aziehersteller wieder Zeit  
Gegenangriff. Mit den neu-  
sten Werkzeugen der Moleku-  
larbiologie wollen sie Medika-  
mente entwickeln, mit denen  
sich die Mikroben wieder in  
die Defensiv-Linien lassen  
Angebot. Konkrete Molekula-  
re Strukturen, die diese  
in der menschlichen Zelle  
Forscher von diesen Erfolgen.

**Doch zurück zu den von der heutigen  
ethikverlassenen, zur zu jeder Gemeinheit fähigen  
Medizinwissenschaft und der von ihnen  
verteufelten, von Gott geschaffenen Mikrofauna:**

**Molekularbiologie stützt Schadens-Bakterien-  
Hypothese des Morbus Crohn durch Masernviren**

**Immer mehr Untersuchungen belegen die  
Bedeutung von Infektionen für die Pathogenese (Krankheitsentstehung) chronisch  
entzündlicher Darmerkrankungen. So schienen Masernvirus und Mycobacterium  
tuberculosis immunmodulierende Eigenschaften zu besitzen, die die Entwicklung eines  
Morbus Crohn begünstigen. (Ärztliche Praxis 41/21.5.1994)**

Man sollte meinen, daß doch wenigstens die Biologie als Lehre vom Leben längst begriffen haben müßte, welche Aufgabe Viren und Bakterien im Kreislauf des Lebens von der Schöpfung zugewiesen wurde. Aber anstatt selbständig zu denken, stützen die Biologen lieber die These ihrer Medizinerkollegen. Was natürlich einfacher für beide Wissenschaftsrichtungen ist. Denn wenn die Wissenschaftler nichts finden würden, was für die Menschen schädlich wäre, wäre ja alles wissenschaftliche Erforschen nicht erforderlich. Und müßte nicht bezahlt werden... Du jedoch als vielleicht künftiger, im Besitz der Wahrheit und klarer Erkenntnis befindlicher UrMethodiker ahnst schon jetzt: Gott hat mit seiner Schöpfung nichts geschaffen, was seinen Lebewesen abträglich sein könnte. Er schuf nichts, was auszutreiben, zu bekämpfen oder zu vernichten wäre.

Deshalb schufen die damaligen Wissenschaftler der Konfessionen (die Schriftgelehrten) den Teufel und die Sünden. Auf daß man sie und ihre priesterlichen Konfraters nötig habe für den Einsatz gegen den Satan und für die Sündenläuterung und -vergebung in den Kirchen - gegen klingende Münze natürlich. Und die naturwissenschaftlichen Gelehrten schufen die These von der Gefährlichkeit der Kleinstlebewesen als modernen Ersatz für den Teufel, weil die Religion ihre hypnotischen Kräfte auf die meisten Menschen inzwischen verlor. Auf daß man sie rufe, mit Giften und Chemie gegen die neuen diabolischen Mächte anzukämpfen. Du erkennst: Seit dem Altertum ist das Sinnen und Handeln der Menschen gleich geblieben - nur die Bezeichnungen für das Böse haben sich geändert. Machen wir uns klar:

**Folgt der Mensch nicht dem Mahnruf der Krankheit, häuft er immer weiter Unrat in sich an, dann haben die Mikroorganismen die Aufgabe von der Natur (also von Gott, der sie schuf) zugeteilt bekommen, diesen Unrat zugleich mit den gesunden Zellen wegzuschaffen; oder den Organismus, der sich nicht der natürlichen Ordnung einfügen will, zum Tode zu führen. Umgekehrt: Bakterien können sich nur unangemessen vermehren, wenn das durch die unnatürliche, schädigende Lebensweise des Menschen schuldhaft von ihm vergiftete Körpergewebe im Übermaß Fäulnisstoffe absondert. Welche die Bakterien, als Auftragserledigung gemäß Verfügung Gottes (also der Schöpfung), zu beseitigen haben.**

Mach doch endlich selbst die Augen auf! Erkenne die so einfache, klare Wahrheit: Wie die Mücken in die Sümpfe, so zieht es gewisse Arten von Bakterien und Viren in die kranken Plätze der Menschen. Warum? Weil sie dort die besten Lebensbedingungen für sich vorfinden. Weil sie sich dort am besten vermehren können! Wenn Du keinen Unrat in Deinem Körper aufhäufst, wenn Du nicht durch Drogen Deine Gewebe zersetzt und in Abfallhaufen verwandelst, verschwinden sie von ganz allein. Wenn Du aber durch immer mehr Giftstoffe der Ärzte noch mehr Zersetzungspotential in Dir schaffst, zwingst Du (Du!) die Kleinstlebewesen zu einer Dich noch mehr schädigenden Aktion.

Gewisse Arten (für die Forscher und Mediziner von heute »schädlicher« Bakterien und Viren), machen sich nur über Abfall her - wenn es welchen gibt. Zum Beispiel die Fäulnisbakterien, die schnellstens tote Lebewesen - gleich, ob sie sich draußen in der freien Natur oder in Deinem Bauch befinden - zersetzen und so der Erde wieder zuführen. Die HI-Viren erscheinen bei bestimmten Arten kranker Menschen nur deshalb als Vorboten (und entwickeln sich später darum immer stärker), weil sich in den besonders extrem gegen die Natur Lebenden zu viel



Abfälle der Drogen- und der Junkfood-Gifte in Blut und Gewebe abgelagert haben. Und - hier wage ich eine zweite Spekulation in diesem Buch: Beständiger Analverkehr zwischen oft wechselnden männlichen Partnern wird von keiner Lebewesenart betrieben. Er ist naturwidrig. Die feinen, durchlässigen Schleimhäute des Penis könnten so zu viele bereits abbauaktivierte Darmbakterien aufnehmen, welche auf diese Weise in den Körper eindringen und - nunmehr an von der Schöpfung nicht vorgesehenen Orten Disharmonie im Körper und im Stoffwechselgeschehen hervorrufen. Und dessen Immunabwehrkräfte nach und nach schwächen, so daß sich alle möglichen anderen Krankheiten ausbreiten können.

Denke selbst, AIDS-kranker Leser! Denk nur ein einziges Mal richtig nach. Laß nicht die Ärzte für Dich denken. Und wenn Du Dir sagst, da stört, da schmerzt doch was, dann kannst Du Dir das so erklären:

**Was ich da spüre an Unwohlsein, Hitze, Schüttelfrösten, Schmerzen, Durchfall, Erbrechen, Wucherungen und anderen Zeichen, das ist keine Krankheit - das ist das Arbeiten des Körpers, der die Krankheit wieder loszuwerden trachtet. Der Körper wehrt sich, es wurde ihm zuviel. Er will sich seiner Giftstoffe entledigen.**

Bei dem einen auf diese, bei dem anderen auf jene Weise, nämlich in Form irgendeiner der bislang ermittelten 40.000 Krankheitsarten. Bei Dir also in Form von angeblichem AIDS. Und jetzt solltest Du das Reinemachen Deines Körpers unterstützen - und Dir nicht noch mehr Unrat von den Ärzten dazugeben zu lassen.

Wenn AIDS wirklich nach Meinung der Ärzte eine Immunschwächekrankheit ist, dann kann man sich nicht damit anstecken, genau so wenig wie an Rheuma oder Kopfschmerzen. Wenn sich damit jemand angesteckt hat, dann hat er sich höchstens an einer Syphilis angesteckt, die nicht auskuriert war. Aber da man ja bis zu 25 verschiedene Krankheitsarten mit AIDS bezeichnet, kann man das den Menschen weismachen. Wirst Du dann mit AZT oder ähnlichen Medikamenten behandelt, dann kriegst Du tatsächlich Dein Pharma-AIDS, und die Ärzte haben dann in Deinen Augen recht gehabt - weil Du über deren Tricks nicht informiert bist!

Ich habe Dir die raffiniert gestrickte Masche der Mediziner, unschuldige Kleinstlebewesen für Krankheiten schuldig zu sprechen, nochmals so deutlich gemacht, damit Du völlig nüchtern und klar erkennst, daß die Ärzte durch Erforschen dieser »Schädlinge« und anschließendes Verschachern von Gegenmitteln am schnellsten zu Ruhm und Geld kommen können.

Die machen Dir u.a. weis, AIDS werde durch Weitergeben eines mit HI-Viren verseuchten Spritzbestecks verursacht. Was weitergegeben wird, und das weiß der Fixer am besten, wenn er sich die Wahrheit wirklich eingestehen will, das sind harte Drogen!

Bei AIDS kommt dem entgegen, daß natürliches und gesundes Verhalten heute nicht mehr gefragt ist.<sup>9458</sup> Deshalb wagt es - zur Freude der Drogen- und Medizinerhersteller - auch keiner mehr zu sagen: **Die widernatürliche Lebensweise, der ständige Wechsel (bei vielen jährlich über 50 verschiedene Partner oder Strichjungen), das Spritzen und Einnehmen von Drogen stellen die Ursache dieser Mehrfachleiden dar. Nicht das HI-Virus ist der Grund der**

## Krankheit!

»Und wieso meinst Du, hat man den Begriff AIDS für so viele Leiden geprägt?«

Weil man sich so an den HIV-Untersuchungen, den daraufhin verabreichten Pseudo-»Heilmitteln« und bei der von vornherein vergeblichen Suche nach einem Impfstoff an Forschungs- und Spendengeldern eine goldene Nase verdienen kann.

Nach einem Impfstoff gegen die tatsächlichen Krankheiten der Homosexuellen und Fixer zu suchen, nämlich gegen Lungenentzündung, Hautgeschwüre, Durchfall, Abmagerung, Entzündung des Rachenraums, Kaposi-Sarkom usw., das wäre als lächerlich angesehen worden. Da hätte sich doch selbst Dein Laienverstand gewehrt, an so was zu glauben! Impfen gegen Durchfälle oder Magersucht! So aber schob der alte Dupierfuchs Gallo in altbewährter Manier *einem einzigen* Virus für alle(!) diese Krankheiten die Schuld zu - und schon konnten die Mediziner begründen, daß die Suche nach einem neuen Impfstoff das Dringlichste heutzutage auf der Welt sei... Und alle waren mal wieder bereit, mit vielen, vielen Millionen diese aussichtslose Suche zu unterstützen.<sup>1810/1</sup> Wobei Du Dir denken kannst, daß ein Großteil der Gelder in die Privattaschen der Forscher und beteiligten Ärzte fließt.

»Das ist doch wohl schlecht möglich«, meinst Du. »Wie soll das denn vor sich gehen? Das wird bestimmt alles kontrolliert...«

Die hängen doch alle unter einer Decke! Der Haupttrick läuft so ab: Der Auftragserteiler bestellt bei den »richtigen« Firmeninhabern die Mittel, die Versuchstiere oder die Geräte oder die dazu geplanten Neubauten zum dreifach überhöhten Preis und läßt den von einem dritten Beamten gegenzeichnen. Nach der offiziellen Zahlung an den Lieferanten zahlt dieser von einem geheimen Konto nach Abzug seiner steuerlichen Belastung die ihm überhöht bezahlten Beträge anteilig auf die Schweizer Geheimkonten des auftraggebenden Forschers (2/6) und des Genehmigungssachbearbeiters (1/6) ein, wobei für den Lieferer 3/6 verbleiben...

»Du willst mit der UrMethode also die Abwehrkräfte stärken, nicht wahr? Weißt Du denn auch, wie gefährlich das bei den AIDS-Kranken ist? Da hörte ich neulich in einer wissenschaftlichen Diskussion, die Immunstimulation sei deshalb so risikoreich, weil sie ebenfalls ein Eingriff in das harmonische körperliche Geschehen sei, und sie könne das Leiden erheblich verschlimmern! Denn dadurch stimuliere man nicht nur die Abwehrkräfte, sondern auch das AIDS!«

**Eine dümmere Argumentation ist schlechterdings kaum möglich! Das Stärken der Abwehrkräfte hilft doch dem Körper die Krankheit zu überwinden. Wie soll das Leiden da stärker werden können? Doch ganz so unrecht haben die nicht: Weil die Mediziner für diese Stärkung künstliche oder chemische Mittel verwenden, dann muß sich der Organismus auf das Wiederheraustreiben der Chemiegifte konzentrieren und kann Immunkräfte gegen die Krankheit nicht aufbauen.**

**Das ist doch klar: Auf Spritzen und Tabletten war der menschliche Körper 30 Millionen Jahre lang nie eingestellt. Deshalb kann er sie nicht richtig verarbeiten, besonders wenn die**

angeblich immunstärkenden Medikamente bereits durch einen Fabrikationsprozeß gegangen oder gar chemisch synthetisiert worden sind. Aber was rede ich da, wenn die Menschen nicht nur süchtig von, sondern darüber hinaus auch noch süchtig nach »Heilmitteln« sind. Wie heißt es doch im Volksmund zu recht: Gegen Dummheit kämpfen Götter selbst vergebens. (In meiner Muttersprache heißt es: Alles kütt an en Jrenz - nor nit de Dommheit vun de Minsche.) Die Dummheit mancher Menschen ist so gewaltig, daß sie sich, ihre Partner und Kinder sogar um die letzten Ersparnisse bringen, sich darüber hinaus noch über die Ohren verschulden, nur um an ein besonders »wirksames Heilmittel« zu kommen. <sup>1612a</sup> Zigtausende zahlten sie z.B. 1994 bis 1996 (und werden es weiter tun) an den Dr.med.Klehr für ihr eigenes (in dessen Backofen erhitztes) Blut. Ja, nicht nur das - auch viele Leser dieses Buches lassen sich den schon fanatischen Glauben an »Heilmittel« von mir nicht totschiagen, so sehr ich auch hier das Gegenteil beweise. Ja, sie lassen sich lieber von den Schulmedizinern um die Ecke bringen, nur um mit aller Gewalt »Heilung« von einem anderen Menschen verpaßt zu bekommen. (54 Beispiele dafür sind im LV unter 3800-3855 aufgeführt.) Da wären sie hundertmal besser damit bedient, an den lieben Gott zu glauben. An die Kraft, die er ihnen zum Überstehen ihres Leidens geben kann oder an die Ergebenheit darein. (® LV 9047)

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** e-mail : [Report an Webmaster](#)    ☒ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/4/82.html> - Update: 13.01.2000 15:48

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a>	× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr
--	---

# 4. Kapitel. Lerne: von den Tieren der Wildnis und den Menschen der Urzeit

## 4.83 Falls es AIDS überhaupt gäbe, so würde dies nur eine neue Antwort der Natur auf widernatürliche Lebensweisen darstellen

Erwache und handele - schwerkranker Mensch!

29 verschiedenen Krankheitsarten hat der Geldmacher Gallo unter dem Namen AIDS zusammengefaßt und dann die Welt mit der Irrsinnstheorie verhext, ein einziges Virus könne 29 voneinander unabhängige Krankheiten, die miteinander nichts zu tun haben, verursachen. Nüchterne Menschen fragen nicht mal mehr, wie so etwas durch ein einziges Virus möglich sein soll.<sup>1704</sup>

Die Natur wünscht vor allem keine abwehrschwachen Geschöpfe. Sie hat den Menschen auf ein naturgemäßes Leben ausgerichtet, auf ein Leben, das sich Millionen Jahre in der Urzeit völlig natürlich abgespielt hat.

Und wenn sich heute die Menschen erdreisten, aus einer sich potenzierenden Degeneration heraus ihr Leben wesentlich vom urzeitlichen Leben abweichen zu lassen, dann antwortet die Natur zuerst mit Krankheit. Und wenn der Mensch dadurch nicht schlau wird, antwortet sie durch frühen Tod.

Ich pflege manch herzlichen Kontakt mit Homosexuellen, diesen meist so liebenswerten und vielfach wertvollen Menschen. Wieviel künstlerisch großartige Leistungen haben sie schon der Menschheit erbracht und wieviel Unrecht ist ihnen früher angetan worden. Aber: Tatsache ist nun mal: Sie sind am stärksten von Krankheiten betroffen. Ebenso war es eine uns vorenthaltene Tatsache: Sie litten schon immer überaus verstärkt unter den 29 Leiden, die ich eben erst erwähnte. Nur will man das jetzt natürlich (es geht um viel Geld!) nicht mehr wahrhaben und unterdrückt dieses Wissen. Doch es ist ausgeschlossen, daß es im urzeitlichen Leben Homosexuelle oder Bluter gab. Weil es die auch nicht bei den Menschenaffen gibt. Die männlichen Affen setzen zwar auch hin und wieder einmal gegenseitig auf, lassen aber dann meist erschreckt voneinander ab.

**Kein Säugetier vereint sich geschlechtlich mit einem Partner seines Geschlechts.**

Die Aktivität der Keimdrüsen ist eng mit der Funktion der Thymusdrüse verbunden, von der aber auch die Immunabwehr gesteuert wird. Wenn meine Annahme richtig ist, daß körperliche Abläufe und Verhaltensweisen der Homosexuellen außerhalb der Norm liegen (woran sie selbst sicher nicht die geringste Schuld tragen), dann könnte auch die Thymusdrüse der

Homosexuellen leichter zur Schwäche neigen als bei anderen. Oder letztere wird von der bei Schwulen besonders ausgeprägt exzessiven, genuß- und drogensüchtigen Lebensweise so stark geschädigt, daß sich die vielen Krankheiten, die Gallo als AIDS deklariert hat, eher als bei anderen einstellen können.

Sieh auch das: Du als Schwuler reagierst aus dem Bewußtsein einer anormalen Veranlagung besonders empfindlich auf Äußerungen, die sich auf Deine persönliche Lebensgestaltung beziehen und empfindest es eher als anmaßend, wenn ich Dir Vorschläge mache, wie Du Dich verhalten sollst. Nur: Versetz Dich auch mal in meine Lage, in die also eines Gesundheitsberaters. Ich will doch Dein Bestes. Ich will Dich gesundmachen! Mehr noch! Ich will Dich als jungen Menschen vor einem baldigen Tod retten. Ich vermag meiner hier gestellten Aufgabe nicht nachzukommen, wenn ich aus Rücksicht auf Deine Gefühle und die derzeitig geprägte Meinung über die Homosexualität meine Ratschläge nicht wahrheitsgemäß und offen äußere. Deshalb sieh das unter diesem Gesichtspunkt, wenn ich Dir sage: Als Drogenschlucker lebst Du im Widerspruch zur Natur. Sie kann es einfach nicht tolerieren, wenn der Grundgedanke der Schöpfung, nur gesundes Leben weiterzutragen, auf den Kopf gestellt werden soll. Deshalb müssen Fixer aufhören, Drogen zu spritzen, deshalb ist drogen- oder medikamentensüchtigen Schwulen anzuraten, nicht mehr alle Augenblicke den Partner zu wechseln oder sich ständig bei Strichjungen zu bedienen.

»Aber auch ganz solide lebende Menschen können sich mit AIDS infizieren. Was ist denn mit denen, die mit wild drauflos lebenden Homos oder nicht von Drogen loskommenden Süchtigen nun mal zusammenleben?«, wirfst Du ein.

Auch diese Menschen bekommen, wenn sie sich angesteckt haben sollten, nur AIDS, wenn sie nicht genügend Abwehrkräfte in sich tragen! Inzwischen wissen wir auch, daß jeder von uns in den Lymphgefäßen HI-Viren in sich trägt und daß sogar bei vielen Infizierten, die bereits 10 Jahre HIV-Antikörper im Blut tragen, die sogenannte AIDS-Krankheit nicht ausbricht.

Die HI-Viren - Grünaffen z.B. besitzen sie in Massen in ihrem Körper - machen denen überhaupt nichts:

**Merke: Es können nicht nur einige Menschen das Virus mit ihrem Immunsystem besiegen, sondern alle, die ihr Immunsystem wieder in Ordnung bringen. Jeder HIV-Träger kann es. Wenn er es nur fest genug will!** <sup>9982</sup>

Um ihre Profite am AZT-Spritzen nicht zu gefährden,<sup>1816</sup> sagen die Mediziner den Betroffenen nicht, daß etwa ein Drittel der HI-Virenträger überhaupt nicht krank wird. Für diese Tatsache haben sie sich eine geschickte Erklärung dieses »Phänomens« ausgedacht. Es gäbe halt auch weniger aggressive HIV-Stämme.<sup>1721</sup>

Also, ich muß diese Burschen im stillen immer wieder bewundern, wie geschickt sie es stets zu deichseln wissen, daß die späte Erkenntnis von Louis Pasteur nicht ins Denken der Menschen gerät. Nämlich, daß Bakterien, Pilze oder Viren bedeutungslos sind und nur das Gewebe, auf dem sie leben, dafür ausschlaggebend ist, daß sie sich anormal vermehren können oder daß ihr

normalerweise gutes Wirken dann gefährlich wird.<sup>1678, 1715, 9982</sup>

»Wie kommst Du an solche Insider-Information?«

Nun ich meldete mich unter dem Namen eines befreundeten Arztes auf Ärztekongressen an. So erfuhr ich zu meinem Erstaunen dort auch - da die ganze Elite der Forscher, die ja wie verrückt hinter einem AIDS-Impfstoff herjagt -, daß kein Impfstoff - für was auch immer gespritzt - hundertprozentig wirksam werden könne. Und daß man schon mit 80-90%igem Schutz zufrieden sein müsse'.<sup>0722, 0805</sup> Wie das? Hat man Dich bisher nicht immer wieder glauben gemacht, Du oder Dein Kind sei nach einer Impfung gegen die Keime gefeit? Worauf zielte die Bemerkung? Du begreifst schneller, wenn ich noch eine weitere der Kapazitäten von dort anführe: »...daß davor gewarnt werden muß, die kommenden AIDS-Impfstoffe zu Wunderdrogen zu stilisieren«. Dahinter steht die alte Überlegung: Um das Geschäft zu machen, halten wir uns ein Türchen offen und vermögen es so, die Leute auch mit einem unwirksamen Impfstoff zu impfen. Eine Statistik über angebliche Heilerfolge von 50% kriegen wir in altbewährter Manier schon hin..<sup>9511 ff</sup>

Überleg Dir den Wahnsinn:

**Eine Krankheit, die es nicht gibt, wird mit Mitteln behandelt, die nicht helfen, sondern den Behandelten nur noch mehr vergiften!** (©LV3834)

Die britische Firma Wellcome hat bislang über eine Milliarde Dollar mit dem AIDS-Mittel AZT verdient, obwohl noch kein einziger Mensch damit geheilt wurde. Vielmehr hat dieses Medikament so viele Nebenwirkungen, daß selbst ein kerngesunder Mensch innerhalb weniger Monate an ihnen sterben würde. Es tötet nämlich sämtliche schnellwachsenden Zellen, also gerade diejenigen, die dem Körper die Kraft zur Immunabwehr und Selbstheilung geben. In den ersten Behandlungsmonaten erreichen sie damit zwar eine scheinbare Besserung. Nach der anfänglichen Besserung tritt aber dann das langsame und qualvolle Sterben ein. Damit die Profite der Pharmaverbrecher aber noch mehr wachsen, werden seit 1998 noch zusätzlich zwei weitere Gifte den AIDS-Leuten eingespritzt.

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

# 4. Kapitel. Lerne: von den Tieren der Wildnis und den Menschen der Urzeit

## 4.84 Ist Dein gesunder Menschenverstand noch intakt?

Du glaubst mir nicht, daß AIDS so einfach zu heilen ist? Du nimmst es mir nicht ab, daß dieser schreckliche Drache, der angeblich die Menschen zu verschlingen droht, ungefährlicher ist als ein Wurm, den man mit dem Fuß zertreten kann? Dann lies mal, was da ermittelt wurde - und das ist schon einige Jahre her:

Denn das muntere kleine Mädchen war schon vom Tode gezeichnet, hatte von Geburt an Aids. Ärzte vom Robert-Koch-Institut hatten damals gesagt: »Sie wird innerhalb von zwei Jahren sterben. Mit einer Vitaminkur können sie ihr Leben ein wenig verlängern.« Die Mutter: »Ich gab Tina täglich zwei Kiwis, zwei geriebene Äpfel mit Zitronensaft, Zwieback und den Saft von drei Orangen. So hatten es die Ärzte gesagt.« Alle zwei Monate brachte sie Tina in die Kinderklinik zur Untersuchung. Tage zwischen Hoffen und Verzweiflung(...) Nach der letzten Untersuchung klingelte bei Claudia das Telefon. Eine Ärztin war dran, sagte: »Das Aids-Virus kann bei ihrem Kind nicht mehr nachgewiesen werden, es ist gesund.« Claudia weinte vor Glück... (BILD, 24.11.1986)

Ich greife auch hier noch einmal auf die Berichte aus Tageszeitungen zurück - die ärztlichen Fachzeitschriften bringen das natürlich nicht, um sich und ihre hochqualifizierten Fachleute nicht zu blamieren bzw. zu düpieren.<sup>9896</sup> Denn in der Öffentlichkeit muß ja mit allen Mitteln die Meinung aufrechterhalten werden, daß nur Medizinprofessoren der Krankheiten Herr zu werden vermögen und es ohne sie nicht ginge.<sup>9130</sup> Einfach oder mit dem gesunden Menschenverstand dürfen Krankheiten heute nicht angegangen werden. Und das Wissen dazu wird mit allen Mitteln und Gemeinheiten zurückgehalten und unterdrückt. Und wer von uns alternativen Gesundheitslehrern (§Rz.965ff) es verbreitet, der wird lächerlich gemacht, mit Prozessen fertiggemacht und bis aufs Messer bekämpft.<sup>9985</sup> Nur eins darf unters Volk: Krankheit ist was wahnsinnig Kompliziertes. Sie kann nur durch einen akademisch studierten Medizyniker mit teuersten Giften, kostspieligsten Operationen, aufwendigsten Bestrahlungen und höchsten Behandlungshonoraren bekämpft (leider jedoch nie geheilt) werden.

**Aber, sagt sich einer der so hoch angesehenen Medizin-Professoren oder AIDS-Forscher: Mein Gott - was war ich doch blind! Was ein Unsinn, nach den Milliarden kostenden Seren zu forschen, wenn's ein paar Früchte so einfach tun! Mein Gewissen sagt mir, sofort die riesigen Spenden und Staatsgelder wieder zurückzugeben, denn sie sind ja vergeudet. Sagt einer der von Dir doch zumindest als verantwortungsbewußt geschätzten Ärzten, Klinik-Direktoren oder Professoren: Wenn ich wirklich nur das Wohl meiner AIDS Patienten im Auge haben will, so müßte ich ihnen nach dieser Meldung jetzt sofort**

**raten, es dieser Mutter nachzumachen... (Denn ich mit meinem Heiligenschein habe ja vielmehr Aussicht darauf, daß meine Ratschläge befolgt werden als die von einfältigen Menschen immer noch etwas scheel angesehenen Alternativen.)**<sup>2360, 3834</sup>

Und wenn's bei so einem schweren Leiden hilft, dann helfen Früchte ganz bestimmt auch bei den anderen Krankheiten! Nein! Das können sie aus Profiterhaltungsgründen nicht sagen, denn Du weißt: Geld regiert die Welt. Und weil damit dann die ganze so geschickt aufgebaute Viretheorie im Eimer wäre. Und weil sie diese angeblich neue Krankheit als z. Zt. unheilbar und als schlimmste Bedrohung der Menschheit dargestellt haben und darstellen mußten, um diese Milliarden über Milliarden Spenden und Staatsmittel für sich locker zu machen.<sup>9963</sup> Nicht mal die Presse kommt hinter diese Taschenspielertricks, weil die Presse dies nur zwielichtigen Ganoven, aber nicht gebildeten, habilitierten Professoren mit prominenten Namen zutraut. Drei Jahre zuvor war etwas Ähnliches zu lesen:

### **EIN WUNDER! Obst und Salate machten Nina gesund!**

»(...)litt an einem Krebstumor und sollte operiert werden. Ein Bekannter riet, es vorher einmal mit Obst zu versuchen. So fütterte Mutter Meves ihr Kind nur mit Obst, Salaten und etwas gemahlenem Getreide. Nach drei Monaten war der Tumor verschwunden. Ninas Mutter weinte vor Freude!«

(BILD vom 12. Juni 1983)

Hast Du je gehört, daß irgendeiner unserer verantwortungsbewußten Mediziner dem nachgegangen ist? Daß er solches mit seinen eigenen Patienten versucht hat? Oder daß eine Kinderklinik oder einer der lieben Kinderärzte oder -ärztinnen ihre todkranken Anbefohlenen mit dieser einfachen Methode beglückt haben? Na schön, das kann keiner erwarten, das bringt denen kein Geld! Aber Du hast auch nichts davon gehört, daß einer der Millionen Bildleser das aufgegriffen hat, um seinen Krebs oder den seines Kindes zu heilen. So sehr sitzt in den Menschen das Vorurteil in den Knochen: Nicht ich, nur der Arzt ist für meine Krankheiten - und die meines Kindes zuständig.

Zehn Jahre später gibt's wieder in einer Boulevard-Zeitung eine solche Meldung:

### **Mit Rohkost den Krebs besiegt**

**(...) Im Frühjahr 1991 wurde bei Anke Dürkopp Brustkrebs diagnostiziert. Als nach der Operation Metastasen festgestellt wurden, wurde der Mutter von drei Kindern eine Chemotherapie verordnet. Doch sie lehnte ab (...) Anke Dürkopp begann sich fast ausschließlich von Rohkost, Nüssen, Samen und gekeimten Körnern zu ernähren. Die Metastasen verschwanden. Die Frau fühlt sich »so fit wie nie«. Mit Gleichgesinnten hat sie inzwischen eine »Offene Rohkostgruppe« gegründet. (Heim + Welt, 14.7.1993)**

Ist nun dieses Telefon von den Millionen Krebskranken belagert worden? Ist die kleine Gruppe sprunghaft gewachsen in Tausende, die mitmachen wollen? Iwo!



**Ja, müßtest Du Dir nicht wenigstens jetzt sagen, wenn bloße Rohkost schon den angeblich unheilbaren Krebs klein kriegt - um wieviel schneller und wirksamer muß deren Potenzierung - die UrMedizin - damit und mit allen anderen Leiden fertig werden!**

Zugegeben: diese Mediziner würden vom Schmah ihrer Kollegen überschüttet, wollten sie den Meldungen einer BILD-Zeitung nachgehen - aber Du mußt Dir diese bekannte Hybris der Ärzte ja nicht zu eigen machen - Du brauchst ja nur zu testen! Brauchst nur mal auszuprobieren!

Wir wollen den Ärzten ihre bereits sprichwörtlich gewordene Hochnäsigkeit nicht zu sehr vorwerfen. Sie müssen sich bei der miesen, längst überholten Theorie Virchows, die statt Heilung nur Mehrschäden erbringt, ja ständig mit Ängsten und Minderwertigkeitsgefühlen herumquälen. Deshalb bedeutet Arroganz bei ihnen nichts anderes als Selbstschutz, als aggressives Mittel zum Vertuschen des ihnen voll bewußten Unvermögens ihres schulmedizinischen Krankheitssystems.

**Also auf! Stürzen wir die Götter des (Un)Heils von ihren Thronen. Schlagen wir der Wahrheit eine Gasse!**

Von den HIV-Positiven ist es ja weniger zu erwarten, daß sie sich sagen: Das könnte auch meine Rettung sein! Ich verzichte einfach auf alle Gifte und mache es dem kleinen Mädchen nach!

**Ich aber sage Dir: Wenn selbst Obst mit Fruchtsaft und etwas Zwieback die Kraft besitzt, AIDS in einigen Monaten auszulöschen, dann mußt Du nicht den geringsten Zweifel mehr hegen, daß die UrMedizin Deine Krankheit in noch kürzerer Zeit besiegen wird. Falls Du damit beginnst, bevor Dein Körper total verseucht oder von der Chemie kaputt gemacht ist. Für jede schwere Krankheit gibt es einen point of no return.**

**»Wenn ich aber an andere Bakterien denke, wie z.B. den Kommabazillus, dann leidet Deine Theorie gewaltigen Schiffbruch. Du kannst nämlich noch so ein gesundes Gewebe und ein noch so gesundes Milieu im Darm besitzen: Wenn dort der Krankheitserreger Vibrio cholerae dank seines Geißelantriebs durch die Schleimhaut des Dünndarms dringt und sich in den Oberflächen der Darmwandzellen festsetzt, kann er sich darin unglaublich schnell vermehren und entzünden. Während sodann die Ausscheidungsgifte der Bazillen in den Stoffwechsel der Darmzellen eingreifen und sie dazu zwingen, Wasser und Elektrolyte freizusetzen. Und dies in einem solch unglaublich hohen Maße, daß durch ständige Brech-Durchfälle der Körper meist zu Tode führend entwässert wird. Mehr als zehn Liter am Tag verlieren die Cholerakranken oft an Wasser und wichtigen Mineralstoffen. Wodurch das Immunsystem so stark geschwächt wird, daß es kaum Antikörper bilden kann.«**

**Woher willst Du denn wissen, daß die Gewebegesundheit hier keine Rolle spielt?**

»Weil bei der Cholera immer alle Menschen erkranken, die mit Fäkalien verseuchtes Wasser getrunken haben. Gleich, ob sie gesund waren oder nicht«, sagst Du.

**Das stimmt nicht ganz. Längst nicht alle Infizierten sterben. Die meisten (ca. 2/3) überleben sogar. Also muß der eine doch mehr Widerstandskraft besitzen als der andere. Und dann: Wer lebt schon so gesund, wie ich es Dir hier zeige! Noch niemand hat festgestellt, daß ein UrKöstler je an Cholera erkrankt ist. Nachgewiesen ist auch, daß in der Hauptsache nur *die* Menschen für die Cholera anfällig sind, die der Blutgruppe Null angehören.**<sup>9751b</sup>

Und hast Du nicht von dem alten Gelehrtenstreit des Robert Koch mit dem Geheimrat Pettenkofer gehört, der die Cholera als von Miasmen ausgelöst erklärte, obschon Koch längst den Cholera-Bazillus identifiziert hatte? Und der sogar eine ganze Reinkultur gezüchteter Cholera-Bazillen schluckte, um Koch mit diesem Selbstversuch deren Harmlosigkeit nachzuweisen.



Bis heute verstehen es die Wissenschaftler nicht, wieso Pettenkofer mit einer solchen Ladung im Leib nicht elendig an Cholera eingegangen ist.

»Und? Verstehst Du es vielleicht?« fragst Du.

Ich habe in der Tat sehr lange darüber nachgedacht. Aber mit der UrMethodik sind wir in der Lage, die kompliziertesten Fragen der Medizin (und oft auch die aus anderen wissenschaftlichen Disziplinen) zu lösen. Und zwar so: Die Homoniden sind von Natur aus keine zum Trinken bestimmten Lebewesen. Die Cholerakranken holten sich den Bazillus aus verseuchten Wasserleitungen und Brunnen in ihren Dünndarm. Aber bloßes Wasser wird

nicht im Magen verdaut, sondern fließt gleich in den Zwölffingerdarm weiter, wenn es für sich in den Magen gelangt. Würde es verdaut werden, würde also der Magen seine Verdauungssäfte abzusondern gezwungen sein, so wie dies bei fester Nahrung der Fall ist, dann würden die Bazillen das saure Verdauungsmilieu des Magens nicht überstehen. Auch nicht die vom Stamm der *Vibrio cholerae*. Die Lösung, warum Pettenkofer unbeschadet davonkam: Der Herr Geheimrat hatte kurz zuvor gegessen, als er das Glas mit den Bazillen trank! Damit hatte er die Wächterfunktion des Magens gegenüber dem Organismus gefährlich werden könnenden Bakterien genutzt. (©Rz979 Bericht in 'Fit fürs Leben' der Brigitte Rau über ihre Afrikareise)

Zieh auch aus anderen Meldungen Deine Schlüsse, auch wenn es sich nur um Berichte aus der Tagespresse handelt. Aus allem kannst Du lernen, wenn Du offenen Auges durch die Welt gehst:

**Diät heilte den kleinen Klemens** <sup>2695, 6502, 9525f</sup>

»Mit Neurodermitis muß man leben«, sagte der Hausarzt (...) Die Ernährungsumstellung auf (...) rein pflanzliche Ernährung aus Mandelmehl und Dattelsüßholz führten zu einem sensationellen Erfolg: Er hatte keine Beschwerden mehr. (BamS, 12.9. 1993) 8212, 8232

Wenn Dich als HIV-»Befallener« diese Schulmediziner schon zum Todeskandidaten erklären und damit grundlos und Immunkräfte zerstörend Angst und Schrecken in Dir erzeugen, ja zum Teufel, was hast Du eigentlich zu verlieren? Welches Risiko gehst Du dann noch ein, meinen vernünftigen Ratschlägen zu folgen? Und Du diese - anstelle denjenigen der selbst von ihnen eingestanden erfolglosen Wissenschaft einsetzt? Und wenn Du endlich die Scheuklappen vor den Augen abnimmst, wenn Du den Krebs im Leib hast, dann mußst Du Dir doch sagen: Jetzt füttere ich ihn nicht weiter mit dem, was ihn mir gebracht hat. Jetzt füttere ich ihn nur mit dem, was mir zweifelsfrei keinen Krebs gebracht hätte! Also mit UrKost!

Und die UrMedizin hat bisher noch keinem wildlebenden Tier oder Menschen, die diese zu sich nehmen, Krebs gebracht!

»Ich fühle mich jetzt ganz schön von Dir unter Druck gesetzt. Entschuldige, aber so schnell kann ich nicht in diese neue, für mich so fremde Richtung denken«, sagst Du.

Aber wir sind schon im vierten Kapitel. Nach Deiner Meinung bereite ich Dich doch bereits viel zu lange auf das Umdenken vor. Jetzt müßte es doch eigentlich klick bei Dir machen.

»Ich brauch' vielleicht noch etwas Zeit. Ich kann doch nicht einfach so die Medizin als völlig wertlos ansehen. Ist's denn nicht das Verdienst der Schulmedizin, daß wir heute alle älter werden als unsere Vorfahren?«, wehrst Du ab.<sup>9843</sup>

**Das haben sie Dir ebenfalls eingeredet, und alle Welt glaubt es. Wie kann man mit giftigen Metallen, giftigen Medikamenten oder künstlich synthetisierten Stoffen natürliches Leben verlängern oder älter werden? Wie einfach man die Menschen doch verdummen kann! Diese unwahre These wird doch nur deshalb immer wieder aufgetischt, damit Du weiter Vertrauen zu den Weißkitteln behältst. Aber die Mediziner lügen was das Zeug hält!.** 0776, 1434, 1764/9, 1808, 1562, 1601ff, 1607

Lügen muß man nur oft und lange genug behaupten, bis sie geglaubt werden! Je älter sie sind, je unausrottbarer werden sie. Rede doch nicht einfach nach, was Leute Dir vorsagen, die nichts anderes im Sinn haben, als daran zu verdienen. Prüfe doch wenigstens nach, wenn nicht bereits Dein gesunder Menschenverstand Dich Lügen und Verleumdungen erkennen läßt. 9500ff, 9843

Nein - die Leute der herangezogenen Vergleichsgruppen aus den früheren Jahrhunderten wurden deshalb nicht so alt, weil sie noch weniger natürlich lebten als wir heute: Die meisten in dunklen Mietskasernen auf einem kleinen Zimmerchen mit der ganzen Familie, die Öfen strömten ständig das damals noch nicht als giftig erkannte Kohlenmonoxid in den Raum, und es gab nur Mehlsüppchen, schlechtes Brot und ab und zu mal 'nen Hering. Südfrüchte und frisches Gemüse, Licht, Luft, Sonne und Sport - das war alles weitgehend unbekannt. Und die Babys starben wie die Fliegen damals, und die Tuberkulose wütete.



Das aber floß in diese Statistik ein, mit deren Falschzahlen sich heute die Mediziner schmücken. Und die Tuberkulose ging hier bei uns in Europa deshalb so stark zurück, weil sich die Lebensweisen änderten.<sup>9508</sup> Nicht wegen des von Robert Koch verabreichten Tuberkulins.

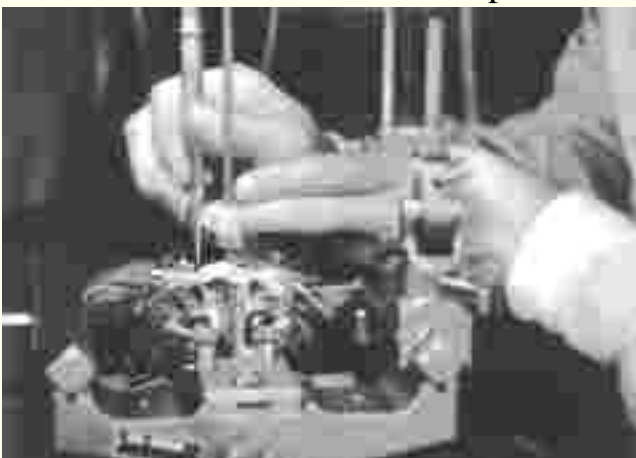
Wenn Du der Sache auf den Grund gehst, wirst Du feststellen, daß es nur die Diabetiker, die

Nierendialysepatienten, die Transplantationsempfänger und Frühchen sind, die mit Hilfe der modernen Medizin ihr Leben verlängern können - aber zu welchem Preis!

**Und die gesamte moderne Medizin als sinnlos ansehen - davon habe ich kein Wort gesagt. Das gilt nur für die krankheitsbekämpfende Schulmedizin nebst den Impfungen. Auf deren Hilfe in Notfällen (z.B. Magendurchbrüche), bei Verbrennungen oder Unfällen können wir schwerlich verzichten, solange wir noch den Wahnsinn der heutigen Zivilisation billigen, der wir die Zerstörung unseres Planeten gestatten.**

*Kopfschüttelnd steht das Ärzteteam am Krankenbett. Es war unbegreiflich. Vor 10 Tagen hatte man die 96jährige Greisin mit einem Magenkarzinom in die Klinik gebracht. Wenige Tage später war die Gastrektomie (Magenentfernung) planmäßig und erfolgreich durchgeführt worden. Man hatte die Patientin intensiv krankengymnastisch beübt, da sie nach der OP nicht sofort extubiert (Beatmungsschlauch-Herausnahme) werden konnte. Es war zwar eine Pneumonie aufgetreten (Lungenentzündung - kommt meist nach künstlicher Beatmung), die aber keimgerecht mit einer 3er Kombination von Antibiotika behandelt wurde. Sie hatte sogar schon angefangen zu essen, und in der Gastrographendarstellung (Magenhormonermittlungsquälerei) der Anastomosenregion (Magenreststückchenbereich) war das OP-Ergebnis nahezu ideal. Jetzt lag sie tot im Bett. Einfach so. Woran hatte es gelegen? Man hatte doch alles Erdenkliche getan.*

(Dr.med. Esther Wieland in Therapiewoche, 2.1995/75)



Der Herr Doktor, seines Zeichens Gehirnexperimentateur, sticht tief in das Hirn des kleinen, unbetäubten Kätzchens hinein, um seine Elektroden festzuhaken. Bald werden sie an die

Elektizität angeschlossen sein. Und dann werden die Stromstöße unbarmherzig in die Schmerzzentren des Tierchens gefeuert. Wieder und immer wieder. Sein kleiner Körper will sich aufbäumen. Sein noch rosiges Mäulchen sucht sich der Qualen durch Schreien ein klein wenig Luft zu machen - aber der unbarmherzige Stahl läßt nicht die geringste Zuckung zu...

»Wenn die HI-Viren harmlos sind, wie erklärst Du Dir denn die Tatsache, daß sich andere Menschen mit AIDS anstecken können, wenn ihnen HI-verseuchtes Blut übertragen wird,<sup>3013</sup> oder wie oben, Organe von an AIDS Verstorbenen transplantiert wurden? Wenn zudem, wie Du behauptest, jeder das HI-Virus im Körper trägt, wie sollen da ein paar mehr Viren zum Tode führen?«

Die an sich harmlosen HI-Viren wandeln sich in gefährliche, wenn die Immunkräfte der Empfänger - beispielsweise bei Blutern - darniederliegen. Oder die Abwehrkräfte stärkstens dadurch beeinträchtigt werden, wenn das eigene Blut plötzlich mit Fremdblut, also Fremdeiweiß, überschwemmt wird. Und bei den Transplantationsempfängern darfst Du nicht vergessen: Die hängen schließlich auch an ganz gefährlichen Drogen. Nämlich an denen, die sie täglich zum Niederknüppeln ihrer Immunabwehr nehmen müssen, weil die ja eine Abstoßung des Fremdorgans verhindern sollen! Nicht nur Heroin ist eine Droge!

Und so vermag natürlich auch schnell eine der als AIDS bezeichneten Krankheiten in sie einzudringen. Und dann: Was ist zu erwarten, wenn die Schulmediziner verseuchte Organe und Knochen eines Drogensüchtigen verpflanzen? Oder eines von Medikamenten überfütterten todkranken Menschen aus dem Krankenhaus? Da bekommt der Organempfänger ja auf einmal das ganze Gift plus Leichengift in seinen Körper eingebracht. Da ist es ziemlich klar, daß schnell das Gesamtgewebe des Körpers so geschwächt wird, daß sich die Bakterien auf diesem verdorbenen Nährgrund über alle Maßen vermehren und ihre Abbauarbeit verrichten *müssen*. Ich sage *müssen*, weil die Natur die Kleinstlebewesen darauf programmiert und sie damit in die Zwangslage versetzt hat, gegen alles Unnatürliche vorzugehen! Und wenn die Bakterien das nicht schaffen, findet die Natur andere Wege, den ernsten Verstoß gegen ihre Gesetze - wozu auch die Totenruhe gehört - zu ahnden. Indem sie dem Gesetzesbrecher die alte Krankheit wiederschickt, die ihn diesmal schneller (Rezidive sind besonders böse) aus dem Verkehr zieht:

**Mehr Rezidive (Wiederkehren der alten Krankheit) nach Bluttransfusion? <sup>3013</sup>**

**Krebspatienten, die während der Operation eine Bluttransfusion erhielten, erkrankten in späteren Jahren offenbar häufiger an Tumoren als Operierte ohne Transfusion. (Ärzte Zeitung 195/31.10.1994/12)**

"Dann erkläre mir endlich noch, wieso sich manchmal auch nicht fixende Ehefrauen von AIDS-Männern mit AIDS anstecken?"

Denke logisch: Wenn es kein AIDS gibt kann man sich damit auch nicht anstecken. Die Frauen könnten höchstens also eines der 17 Leiden bekommen, die Gallo zu AIDS erklärt hat. Das bedeutendste davon ist die Immunschwäche. Und wenn der drogensüchtige Partner wegen

seines dünnen elften Fingers (und wie üblich bei Homos und Bisexuellen) seine Partnerin widernatürlich im After koitiert , dann wird dort von den Darmzotten die Samenflüssigkeit aufgesogen. Aber: letztere enthält stärkste Antiimmunstoffe, um die Samenfäden unbeschadet zur Eizelle gelangen zu lassen. Gerät sie an einen nicht dafür vorgesehenen Ort, wie in die Blutbahn (das Glied bringt dem Anus feine Risse bei) oder ins Gewebe, so wäre es möglich, daß dadurch eine Immunschwäche entstehen kann. Und schließlich vergiß nicht: Wenn ein Partner fixt tut's der andere auch bald.

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) (Important note!) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ☼ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/4/84.html> - **Update: 13.01.2000 15:48**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# 4. Kapitel. Lerne: von den Tieren der Wildnis und den Menschen der Urzeit

## 4.85 Zuerst muß Dein Denken gesunden

Ich meine: Wenn mir als Häufchen Elend jemand sagen würde, in Kürze kannst Du gesund sein, ja dann würde ich doch aufhorchen, der Sache nachgehen und die Chance beim Schopf fassen. Und würde die UrMethode einfach mal für 12 Wochen ausprobieren. Und ich würde als aidskranker Todeskandidat - als ich kürzlich die Meldung las, Gänseblümchen besäßen eine große virenhemmende Wirkung - sämtliche Wiesen im Umkreis von 10 Kilometern nach Gänseblümchen absuchen und sie laufend in mich reinstopfen. Statt als AIDS-Kranker wie ein religiöser Fanatiker zu glauben, dieses Leiden sei ein unabänderliches Todesurteil, nur weil die Mediziner es behaupten... <sup>1710/7, 1753/6/7</sup> Denn was soll mir vom als Heilpflanze angesehenen Bellis Perennis schon passieren? Wogegen ich bei dem Chemiegift AZT doch wirklich schlimmste Bedenken hätte...

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Die meisten Kranken leiden an ihrem Dünkel, sich zu »vornehm« für die Natur zu fühlen, die sie als minderwertig ansehen, wenn sie ihnen nicht fein herausgeputzt angeboten wird. Sie leiden an ihrer Bitterkeit gegenüber den Gesunden oder an ihren Voreingenommenheiten. Das hält sie davon ab, gesund zu werden. In der Hauptsache leiden sie aber an ihrem Vorurteil, daß niemand klüger sein könne als ein studierter Mediziner - nicht mal die Schöpfung, also Gott. Das ist ihr Verhängnis. <sup>3301</sup>**

Ich bilde mir noch immer hoffnungsfroh ein, über die Kranken auch die erkrankte Erde gesund zu machen, wenn sich die Kranken mit der Zurück-zur-Urzeit-Methodik von ihren Leiden befreit haben würden. Daß sie aus Dankbarkeit dafür die Natur preisen, verehren, achten und damit schützen würden. Wird es nur ein schöner Traum bleiben?

»Halt ein«, sagst Du, »faß ein bißchen Mut. Für Dein neues Gedankengut müssen die Menschen reif werden. Und für den Gesundungsprozeß muß das auch der Kranke. Er muß sich mit dem Neuen schlückchenweise mehr und mehr befassen. Warte doch mal ruhig ab, ob Deine Saat nicht bald aufgeht - alles braucht seine Zeit.«

Danke, lieber Leser, Du machst mir Hoffnung. Deshalb sage wenigstens Du: mit mir nicht! Ich laß mich nicht ins Krankenhaus stecken! Ich gehe ins Gesundhaus, ich gehe in die Natur. Ich gehe in die Natur und lebe so, wie es mir als einem natürlichen Lebewesen von Anfang an bestimmt war. Ich lebe so, wie es alle anderen nichtmenschlichen Lebewesen auch halten und halten müssen: weitgehend natürlich!

AIDS-Selbsthilfe, Selbsthilfegruppen - schöne Worte. Nur: Die Kranken darin helfen sich nicht selbst. Und werden auch nicht von deren Initiatoren dazu ermuntert, sich selbst zu helfen. Die meisten Kranken gehen zu den Selbsthilfegruppen, nicht um sich selbst helfen zu lernen, sondern um sich bequem hinzusetzen und zu quasseln. 9889  
b

Die einzige Gruppe, die sich wirklich selbst hilft, ist die der Anonymen Alkoholiker.891 Die bringen ihren Mitgliedern bei, daß sie zukünftig nie mehr suchtbringendes Gift zu sich nehmen dürfen. Doch all die anderen Selbsthilfegruppen von Krebs, AIDS, Rheuma, Multipler Sklerose, Morbus Crohn und wie sie alle heißen, sind weiter nichts als lächerliche Kaffeekränzchen. Ich war in vielen drin und habe diese Um-den-heißen-Brei-Herumpalaververeine zutiefst enttäuscht kennengelernt... Noch auf eine, die der Magersüchtigen, möchte ich hinweisen (©RZ 891)

Dabei wäre es so simpel für sie: Sie brauchten nur wie die Anonymen Alkoholiker ihre Mitglieder anzuhalten, künftig kein Gift mehr zu sich zu nehmen, das der Körper nicht verträgt. Und für obige Krankengruppen bedeutet das Wort Gift: Medikamente, Nikotin, Salz, Zucker, Fleisch, Kochkost, Ärzte. So einfach ist das alles!

**Ob es ein Arzt, ein Heilpraktiker oder Freund gut mit Dir meint, der Dir einen Ratschlag zu Deiner Heilung geben oder eine Heilmethode bei Dir anwenden will, das vermagst Du leicht zu überprüfen: Wenn er Dir nicht empfiehlt, den alten Dreck aus Deinem Körper zu schaffen, der die Krankheit verursachte, und wenn er nicht dazu rät, keinen neuen Dreck mehr hineinzuschaffen - dann ist es ein Profiteur, ein Scharlatan oder ein Heuchler, der Dir nur schön tut.**

**Der griechische Heilgott Asklepios hatte zwei Töchter: Hygieia war die Göttin der Gesundheit und Panakeia diejenige der Krankenheilung. Soweit die Ärzte der Antike der Hygieia dienten, lehrten sie die Menschen ein gesundes Leben, das die Harmonie, die Verbindung und das Gespräch mit den Göttern zur Voraussetzung hatte; soweit sie aber im Zeichen von Panakeia tätig waren, übten sie mit Heilmitteln und chirurgischen Werkzeugen ihr Handwerk aus. Die Heilpraktiker und Naturärzte sollten eigentlich mehr der Hygieia zuneigen - sollten...**

**Allerdings muß ich eingestehen, daß mittels der UrTherapie nur in großen Ausnahmefällen ein AIDS-Kranker gesundzumachen sein wird.**

**»Aha - Du schränkst also Deine Behauptung ein, daß es keine unheilbaren Krankheiten gibt«.**

**Keinesfalls! Nur gehören diese Kranken einer ausgeprägt extremen Menschengruppe an. Sie sind oft labil, willensschwach, genußsüchtig, gleichgültig, seelisch gestört, komplexbeladen. Wie wollen diese Menschen einer Therapie nachkommen, die harte Anforderungen an sie stellt? Ich habe mich persönlich so sehr darum bemüht, AIDS-Kranke durch Aufnahme in meinem Haus gesund zu machen: Niemand, wirklich niemand davon war bereit, seine verderbenbringende Lebensweise länger als einen halben Tag bei mir aufzugeben...**

**Da stürzt sich ein homosexueller Professor von einer Brücke in den Tod, nur weil er glaubt, er habe sich mit AIDS infiziert, da finden sich Tausende von verzweifelten AIDS-Kranken mit Siechtum und frühem Tod ab, da setzt die Creme der intelligenten Journalisten diese Meldung in ihre Zeitschrift: 1701/2, 1717, 1754, 1760/3/5**



**Ihre Ernährung schützt sie womöglich vor AIDS:**

**Afrikanische Grünaffen (*Cercopithecus aethiops*) fressen gleichzeitig mit den frischen Knospen, jungen Blättern oder Früchten tropischer Pflanzen Abwehrstoffe gegen SI-Viren, die Immunschwäche-Viren der Affen. Dies vermuten die amerikanischen Biologen Elisabeth Carper von der Universität Princeton und Andrew Dobson von der Universität Rochester - denn nach einer Infektion mit SIV zeigen Grünaffen keinerlei Aids-Symptome. (DIE ZEIT - Nr. 5 - 29. Januar 1988)**

Doch greift einer der sonst so rührigen Medizinjournalisten diese Meldung auf und zieht die Folgerung aus diesem Bericht? Schreibt er nun einen Artikel, daß AIDS zu heilen ist, wenn man nur entsprechend *ißt*? Oder bespricht er das Buch eines Arztes, der seinen Freund auf diese Art von AIDS befreite? <sup>1850</sup> Und sagt sich ein AIDS-Betroffener: Ich brauche es nur den Affen nachzumachen und Früchte, Knospen und grüne, rohe Pflanzen zu essen und werde so mein AIDS los? Lieber lassen sie sich geduldig von den Ärzten vergiften:

AIDS-Kranke werden mit einem bereits 1964 ausrangierten Zytostatikum (AZT), mit einem Kombipräparat, bestehend aus einem alten Lepra- und einem alten Malariamittel (Pyrimethamin/Dapson), mit Antibiotika-Dauermedikation, mit Kortison und anderen immunschädigenden Präparaten therapeutisch vergiftet.<sup>1762/6/8, 1801/2/8, 1811</sup>

»Auf daß sie ihr exzessives, rücksichtsloses Leben gegen sich und andere auf deren Kosten - die unnötige AIDS Aufklärung und die dadurch ausgelösten finanziellen Zuschüsse an Homo-Gruppen und sog. AIDS-Hilfegruppen verschlingen Milliarden - weiter fortsetzen könnten?«

Das gilt sicher nicht für alle, aber es kann durchaus für viele stehen:

Als ich vor kurzem einen »aidskranken« Schwulen auf sein wildes, nur nach ausgefallenen Genüssen gierendes Leben ansprach, hörte ich: »Ich will alles bis ins Letzte auskosten, was mir geboten wird und was ich mitnehmen kann. Wenn ich dann nach zehn Jahren kaputtgehe, genügt mir das vollkommen... Und wenn ich jemanden anstecke, ist das eben für den Schicksal.«

Ist auch eine Einstellung, nicht wahr? Doch wohl nicht für Dich, lieber Leser.

**Frage Dich zuerst einmal, ob Du bei Deinem In-Saus-und-Braus-Leben wirklich echt glücklich bist. Geh in Dich! Gib Dir 'ne ehrliche Antwort. Die Psychologen der Fordham-Universität (NY) stellten fest, daß man wirkliches Glücklichein erst nach dem 60. Lebensjahr verspürt – vorausgesetzt man ist gesund. Und ich kann das aus meiner Erfahrung heraus nur bestätigen: Für echtes Glücksempfinden und wahre Lebensfreude braucht man Reife. Sieh also zu, daß Du dieses Alter gesund erreichst!**

Du mußt Dir nicht denken, ich sei mir nicht klar darüber, daß sich die meisten im stillen sagen: Mich interessiert der leckere Schweinebraten, der mich heute Abend zu Hause erwartet, mehr als ein in vielleicht zwanzig Jahren sich einstellendes Rheuma oder ein kommender

Herzinfarkt. Nun ja: Mir jedenfalls ist das beständige Wohlgefühl meines Körpers mehr wert als das kurze Wohlgefühl auf der Zunge. Was Du davon hältst, das bleibt Dir ganz allein überlassen. Allerdings kann ich mir nicht verkneifen, Dich auf die Worte der alten Griechen hinzuweisen, nach denen Weisheit und Weitsicht nicht zu den bevorzugten Tugenden der Menschen gehören... Du darfst Dir nicht einbilden, daß die großen technischen, wissenschaftlichen und militärischen Leistungen der Menschen, auf die viele mit einem gewissen Stolz blicken, etwas mit Weitsicht zu tun hätten. Die alten Griechen hätten darüber nur gelächelt. Oder sich vor Scham mit ihrer Tunika den Kopf verhüllt, würden sie vorausgesehen haben, was Technik und Wissenschaft heute auf der geschundenen Erde anrichten... Ich meine: Als sonst vernünftig handelnder Gesunder willst Du doch mal die Zeit Deiner Rente genießen. Dich aufs Land zurückziehen oder schöne Reisen machen. Willst Du Deine Altersversorgungsbeiträge umsonst gezahlt haben, weil Du so krank wirst, daß Du dazu nicht kommst und Deine kostbare letzte Zeit auf Erden in Wartezimmern verbringst.

Und warum alle neu herauskommenden Wirkstoffe gegen AIDS nicht heilend wirken können, das müßtest Du, mein lieber Leser, Dir jetzt eigentlich selbst sagen können.

Gesetz der Natur:

**Weil alles, was der Mensch erforscht oder erfindet, für die Erde unter uns und alles Lebende auf ihr und für den Himmel über uns schädlich und vernichtend wirkt! Weil er nichts, aber auch gar nichts besser machen kann, als es die Schöpfung und die Natur bereits machten!**

Wenn Du AIDS-Kranker also lebst und ißt wie ein afrikanischer Grünaffe, dann kannst Du Billionen HI-Erreger im Blut haben und doch wird ein Leben lang kein AIDS bei Dir ausbrechen!

Also lebe Du AIDS-Kranker wie diese Affen: Beweg Dich genügend, iß nur noch Grün und Früchte und Wurzeln und Blüten. Und Du mußt keine Angst mehr vor einem qualvollen, elendigen Tod haben. Hab' ich so unrecht, wenn ich die Affengesellschaft so vorbild- und beispielhaft für uns darstellte? Oder willst Du vor lauter Eingebildetheit, was Besseres als diese Affenmenschen zu sein, elendig krepieren? Krepieren, sag ich. Nicht wie ein Affe, sondern wie nur ein Mensch krepieren kann...

Drei Schwüre sollst Du tun und halten, um für immer gesund zu werden und zu bleiben: **1. Ich werde nie mehr wegen einer Krankheit zu einem Arzt gehen.**

**2. Ich werde in Zukunft selbst für meinen Körper und meine Krankheiten die Verantwortung übernehmen.**

**3. Ich werde alles tun, um natürlicher zu leben.**

»Obschon ich Deine Argumente ja gar nicht gern höre«, sagst Du, »wenn ich mich zwingen, darüber nachzudenken, so wird mir ziemlich wirr im Kopf. Das muß man sich nur vorstellen:

Da unterstützen Millionen gutgläubiger Menschen mit Spenden die Krebsforschungsstellen, AIDS-Hilfen und die Institute, die nach Seren suchen! Und Du weist mit einfachen Begründungen nach, daß dies alles sinnlos, lächerlich und ein Sand-in-die-Augen-Streuen ist. Die Krankheitskosten könnten ja sofort um mindestens die Hälfte gesenkt werden, wenn man diese Gedanken nur ein bißchen propagieren würde... Und Milliarden könnten für das Volksvermögen gewonnen werden, wenn die meisten Menschen nicht mehr krankfeiern müßten.«<sup>2523</sup>

Du siehst das ganz richtig. Aber was ändern wir schon an der Dummheit der Menschen! Es geht ja auch vor allem um Dich. Du kannst Deine eigenen Krankheitskosten sogleich als Selbständiger senken und Dich so gleichzeitig auch zu einem gesunden Leben zwingen, indem Du aus der Krankenkasse austrittst. Und schließe nur eine preiswerte Unfallversicherung ab.

Da kann einem der Hut hochgehen, wenn man erkennt, wie die Herren Mediziner mit dem Geld asen. Wir müssen denen jetzt mal die Zähne zeigen, sonst buttern die uns unter mit immer früheren Diagnosen und damit früher einsetzenden Behandlungen.

Viele Zigtausende für Operationen zu verlangen, Medikamente für MS-Kranke und AIDS-Kranke einführen, von denen man von vorneherein weiß, daß sie nicht nutzen - ja wo sind wir denn?!

Doch von der Vernunft jetzt hin zu Wissenschaft:

### **Bald Mittel gegen Aids**

**München (ap.dpa) - Robert Gallo, der amerikanische Mitentdecker des Aids-Virus, hat sich zuversichtlich geäußert, in spätestens einem Jahr eine Therapie gegen die tödliche Immunschwächekrankheit Aids anbieten zu können. Bisher arbeiten amerikanische Wissenschaftler vor allem mit dem sehr giftigen Mittel Azidothym (AZT)<sup>3816</sup>. Robert Gallo kündigte gestern in München an, es werde an einer neuen Therapie gearbeitet, in der AZT mit einer künstlichen Substanz »CD I« kombiniert werden solle.**

**Die Entwicklung der Substanz sei voraussichtlich in den nächsten sechs Monaten abgeschlossen, »ganz sicherlich aber in einem Jahr«. Gallo warnte jedoch davor, in der neuartigen Therapiemöglichkeit eine »Wunderdroge« zu sehen. Das Problem Aids sei zwar medizinisch lösbar, doch ein Impfstoff sei nicht in Sicht. Kölner Stadt-Anzeiger Nr. 11/1988 (siehe auch 1810,1821, 1849)**

Halt! Stopp, mein lieber Freund! Verweile einen kleinen Moment bei diesem letzten Satz des Wissenschaftlers Gallo. Lies nicht darüber weg: »Das Problem AIDS sei zwar medizinisch lösbar, doch ein Impfstoff sei nicht in Sicht.«

Was würdest Du von mir halten, wenn ich sagen würde: »Ich als Schriftsteller kann Dir zwar dieses Problem erklären, aber mir fehlen dafür die Worte!«

Hat die Erkenntnis von Molière (der hatte diese Ärztegilde schon früh richtig erkannt!) vor mehr als 300 Jahren auch nur einen Funken ihrer Aktualität verloren, die ich hier etwas verändert wiedergebe?

**»Setzt einem einen Doktorhut auf und hängt ihm einen weißen Kittel um - und ihr werdet ihn für den größten Blödsinn, den er spricht, bewundern, verehren und ihm euer letztes Hemd geben für die Illusion, daß er euch heilen könnte...«**

Ich habe nicht zuletzt auch deshalb Zeitungsausschnitte hier wiedergegeben, damit Du hellhörig für dieses Geschwätz der reputiertesten Medizinwissenschaftler wirst und Dich nicht mehr einfangen läßt von all dem, was die uns mit frechster Miene aufzutischen wagen. Inzwischen sind des Profits wegen 10 AIDS-Mittel auf dem Markt: nutzlos und alles nur schlimmer machend.

Doch Du mußt nicht denken, daß solche Äußerungen von den Thronen der Schulmedizin nur für medizinhörige Medien - und das sind (außer der Zeitschrift »raum und zeit«) so ziemlich alle - bestimmt sind.

Selbst in Fachzeitschriften entblödet man sich zu diesen und ähnlichen Erkenntnissen:

»Die Behandlung erweist sich als erfolgreich, doch unglücklicherweise sterben die Patienten. Die Häufigkeit der nicht tödlich endenden Herzinfarkte konnte zwar gesenkt werden, doch die Gesamt-Todesfälle in der Gruppe stiegen um 37%.«<sup>3819</sup> (Die angesehene Medizinerzeitschrift »The Lancet« in einer Langzeitstudie an 15.000 Personen mit dem Herzinfarktmedikament Clofibrat.)

**Fragt sich nur, warum sie behandeln, wenn die Sterblichkeit davon zunimmt? Welche Logik herrscht bei Medizinprofessoren? Halt Dir das ständig vor Augen: die Behandlung ist zwar erfolgreich - doch man stirbt dadurch! Das ist das, was »Medizinische Wissenschaft« genannt wird! 3500, 3501, 3728, 3770**

**Und die können lustig so weitermachen. Denn jedesmal, wenn sich nach einem gewissen Zeitraum herausstellt, daß sich die gemachten Hoffnungen nicht erfüllt haben oder sich die »Heilmittel«, wie das bisher immer so war, als Vergiftungsmittel herausstellen, dann wird eine neue Voraussage einfach wieder für einen späteren Zeitpunkt angesetzt. Und ein neuer, ganz tief ans Herz greifender Ärztefilm gedreht...**

**So kann man das vor 10.000 Jahre begonnene Spiel bis zum St. Nimmerleinstag weitertreiben - die Kranken wie die klügsten Köpfe der Erde katzbuckeln weiter vor den ehrenwerten, scheinheiligen Betrügern und heuchlerischen Scharlatanen. Aus Angst, man könnte vielleicht einmal auf sie angewiesen sein... Mensch, kapiere es doch endlich: Ärztefilme werden gemacht, weil sie so sicher hohe Einschaltquoten und damit Money für die Hersteller und den Sender bringen. Denn die Sehnsucht der Menschen nach schönem Schein, heiler Welt und edlen Menschen und Halbgöttern ist ja so riesig, so unermesslich groß! So nie endenwollend ist das Sich-selbst-was-vormachen-Wollen, nur**

um den harten Tatsachen nicht ins Auge blicken zu müssen!

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/4/85.html> - **Update: 13.01.2000 15:48**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# 4. Kapitel. Lerne: von den Tieren der Wildnis und den Menschen der Urzeit

## 4.86 Stete Hoffnungsmache bei AIDS, um den Geldstrom für die Ärzte-Pharma-Kumpanei nie versiegen zu lassen

- Wir werden das Problem AIDS in zwei Jahren lösen. Robert C. Gallo im Jahre 1982

(QUICK Nr. 47 vom 15.11.1984) | Einen AIDS-Impfstoff werden wir in zwei Jahren entwickelt haben. (Prof. Gallo am 23.4.1984 auf einer Pressekonferenz mit Gesundheitsminister M. Heckler, USA)

1 AIDS: Endlich Hoffnung! (STERN 36/1989) Allein in den USA kommen nach Schätzungen der Gesundheitsbehörden rund 650.000 HIV-Infizierte für die vorbeugende Behandlung in Frage. Die jährlichen Kosten dafür liegen bei etwa 7.000 Dollar pro Patient (650.000 x 7.000 \$, das sind über 45 Milliarden \$ jährlich, der Verfasser).

- AIDS - Deutscher Arzt fand Impfstoff! (NEUE REVUE Nr. 40/1990)

1 Bald gibt es einen Impfstoff gegen Aids!



100 internationale Aids-Experten auf einer Tagung in Paris ("Auf einen Blick", 11.1.90)

- AIDS: Hoffnung auf neue Medikamente (DER SPIEGEL 26/1991)

Schnell reagierte auch die Londoner Börse: Wenige Stunden nach Veröffentlichung der

Studie stiegen die Aktien des AZT-Herstellers Wellcome von 164 auf 673 Pence.

(Anmerkung des Verfassers: Die Liste der schädlichen Nebenwirkungen dieses Mittels füllt zwei eng bedruckte DIN-A4-Seiten.)

- AIDS-Konferenz

Die Forscher glauben daran, daß in Kürze Anti-AIDS-Wirkstoffe vorliegen. Sie sehen jedoch ein Problem darin, wie der sicherlich teure Impfstoff den Menschen aus armen Ländern zugänglich gemacht werden kann. (Dt. Ärzteblatt vom 25.7.91) Oh, Nachtigall ick hör' Dir trapsen!

- **4. Deutscher AIDS-Kongreß: Impfschutz ist zu erreichen!**

Ein solcher Impfstoff sei nicht nur effektiv, sondern erscheine auch sicher. (Ärzte Zeitung 30.9.1992/4)

- **Ein Kombi-Präparat stoppt im Labortest den AIDS-Erreger.**

Clarke: Was wir in den vergangenen 100 Jahren entwickelt haben, läßt mich hoffen, daß wir in den nächsten 100 Jahren auch die Unsterblichkeit des Menschen erreichen werden. (DIE ZEIT, 25/1993)

**1 Neue Impfstoffe erzielen Wirkungen, »die man bisher nicht für möglich gehalten hat«**

**Das Blatt für lange erfolglose Impfstoff-Forschung im Kampf gegen AIDS habe sich offenbar gewendet, erklärte der Sprecher der US-Gesundheitsbehörde, auf dem Welt-Aids-Kongreß. (KStaA Nr.6/1993)**

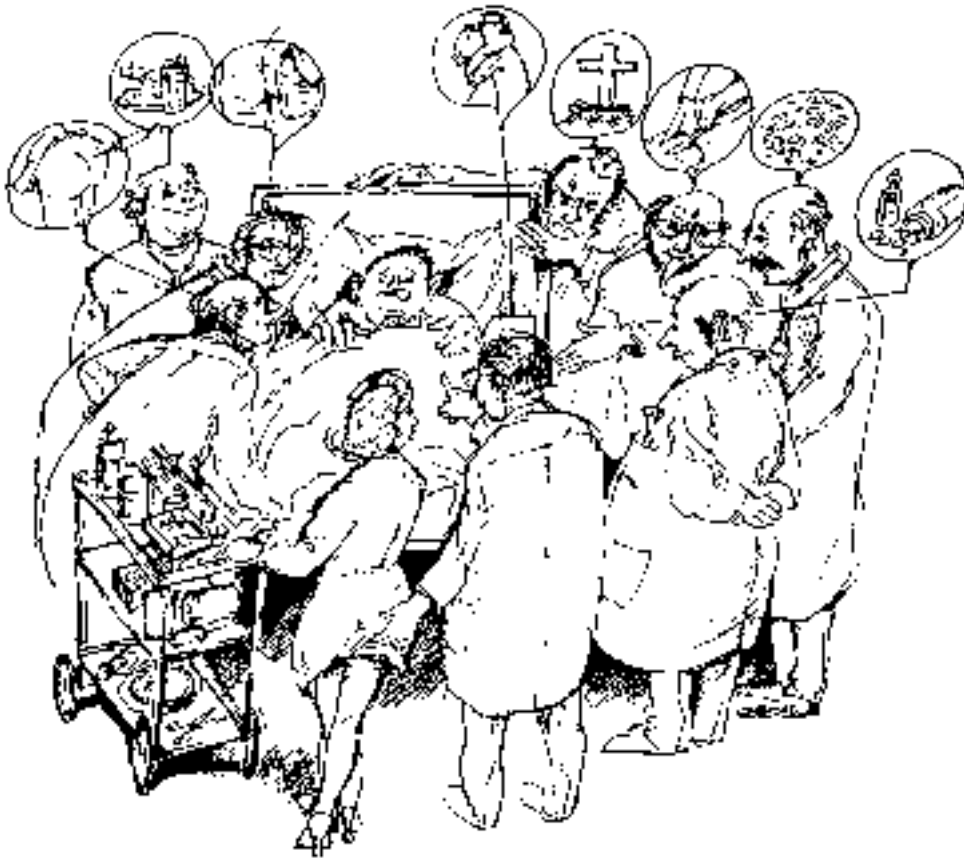
- **AIDS: Erste Erfolge mit »passiver Immuntherapie« (SPIEGEL 41/10.10.1994)**
- **Der Durchbruch bei AIDS: Wirksamkeit der Dreier-Medikamenten-Kombination erwiesen!**

(Annuals of International Medicine, Vol. 576, No. 6 (1998) S. 387 – 389)

- **AIDS-Impfung kurz vor dem Durchbruch (BILD 25.4.1998)**

Warum stecken Regierung und Pharmazie unter einer Decke?

Die Strategie der Verleugnung von der komplexen Krankheitsvorgeschichte bei Risikopatienten wurde von der US-Regierung mit dem nachweislich größten Kapitaleinsatz der Medizingeschichte abgedeckt. Im Falle einer wahrheitsgemäßen Aufarbeitung wären immense Haushalts- und Steuerverluste entstanden: Nun erkennst Du, warum der Staat lieber zur Industrie hält als zu seinen Gesundheitsbeteuerungen.



Na, wer wird denn da noch an AIDS zweifeln, wenn der betrügerische Entdecker sogar noch für sein aufgeblasenes Nichts »AIDS« den Nobelpreis empfangen soll! Nicht dafür, daß er auch nur einen einzigen geheilt hat, sondern, daß er für alle Profite der Pharmazie und Mediziner todbringende Gifte einsetzt!

In der Tat, die »Krankheit AIDS« und die damit verbundene unglaublich große Geldmache ist heute von keinem mehr aus der Welt zu schaffen

(falls man akzeptieren will, daß es »Krankheiten« überhaupt gibt), da die raffinierten Burschen immer mehr harmlose »Krankheiten« in AIDS umbenennen.<sup>1749</sup>

Doch weiter im "stern", der HI-Virentdecker Montaigner soll das letzte Wort haben:

(...) versuchen, das Virus im Körper möglichst früh mit einem einzigen schweren Treffer auszulöschen.

*stern*: Könnte man so eine HIV-Infektion praktisch rückgängig machen? *Montaigner*: Das ist natürlich noch ein Traum. Aber ein ganz wichtiger Traum. Zum Beispiel für die Ärzte in den Kliniken und auch für die Patienten, die mit dem Virus leben müssen. Für beide ist es allein psychologisch wichtig, die Vision einer Heilung zu haben. *stern*: Könnte es sein, daß es den erhofften spektakulären Durchbruch bei der Behandlung von AIDS gar nicht geben wird? *Montaigner*: Das ist in der Tat wahrscheinlicher.

Rund drei Millionen Dollar jährlich fließen jetzt in das Institut Montaigners. (*stern*, Nr.40,29.9.1994) Für die von ihm zugegebene übergroße Wahrscheinlichkeit, daß AIDS wie Krebs durch kein Mittel der Welt zu heilen sein wird...

Na - für 3 Millionen Dollar - würdest Du da nicht auch der Menschheit einen Bären aufbinden wollen und einem unsichtbaren Etwas die Schuld an selbst verschuldetem frühem Tod durch Drogen oder Fremdbluteinspritzung geben? In den kommenden zehn Jahren wirst Du - verfolge nur in dieser Hinsicht weiter die Medien - ganz bestimmt solches noch oft vor die Nase gesetzt bekommen.



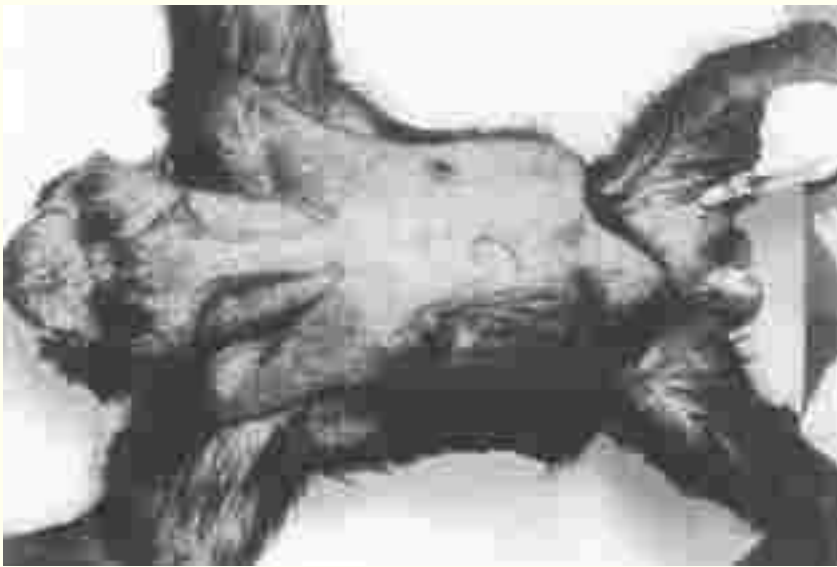


BILD am Sonntag, 3.1.1999

**"O Gott! Ich werde  
wahnsinnig!" Ecstasy-Opfer  
Anja**

Rund eine Million Jugendliche und Erwachsene konsumieren Ecstasy. Besonders tückisch an den furchtbaren Spätfolgen ist, daß die Attacken häufig erst Wochen, Monate, manchmal sogar erst Jahre nach dem Konsum auftreten.

"Flashback" nennen Wissenschaftler dieses Phänomen. Für Anja hat der Begriff eine schreckliche Bedeutung gewonnen. Als das Grauen sie überfiel, hatte sie schon zwei Monate keine Pille mehr genommen...

Ecstasy: So wirkt es im Körper

Häufigster Wirkstoff in Ecstasy-Pillen ist MDMA (Methylendioxyamphetamin) – ein weißes, bitter schmeckendes Pulver. Es gelangt über die Schleimhaut in den Blutkreislauf und damit ins Gehirn. Dort bewirkt es eine erhöhte Ausschüttung des Botenstoffes Serotonin – Glücksgefühle entstehen. Gleichzeitig hemmt es die Wiederaufnahme des Serotonin in körpereigene Speicher – ein Mangel entsteht, Nervenzellen verkümmern, Depressionen sind die Folge.

Du sagst: "Ich nehm' doch keine Drogen!"

Aber Du nimmst vielleicht Medikamente und auch Giftstoffe, die im Essen sind! Das hier oben sind die neuesten Erfahrungen über Medikamente zum kurzfristigen Glücklichein.

Erkenne: Drogen sind Medikamente! Die ärztlich verordneten Medikamente greifen in gleicher Weise wie Ecstasy in die Verstoffwechslung ein! Das Medikament zum kurzfristigen Glücklichein durch Kopfschmerzbefreiung bringt später schlimmste Schäden.<sup>3759, 5004b</sup> Das Medikament zum kurzfristigen Glücklichein durch Befreiung von Magenschmerzen bewirkt das gleiche.<sup>3785</sup> Wie alle anderen Drogen (=Medikamente) auch.

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

# 4. Kapitel. Lerne: von den Tieren der Wildnis und den Menschen der Urzeit

## 4.87 Was also soll ein AIDS- oder chronisch Kranker tun?

Handeln ist angesagt. Aber nur natürliches! Nur sinnvolles! Nur aussichtsreiches. Nur solches, das Dir etwas abverlangt. Wer Gevatter Tod entkommen will, der darf nicht zu bequem dafür sein, ihm wegzulaufen. Der muß schnellstens alle Mühen auf sich zu nehmen, seinen Körper für diesen Wettlauf mit dem Tod zu kräftigen.

Merke: Die sogenannten AIDS-Experten erwecken den Eindruck, als könne AIDS ohne erkennbare Ursache bei bis dahin völlig gesunden Patienten auftreten. In Wirklichkeit handelt es sich bei »AIDS-Kranken« fast ausschließlich um sogenannte Risikopatienten, die im Kindes- oder Erwachsenenalter chronifizierende Hepatitis-Infektionen entwickelt haben oder es sind Junkies und Homos.

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Du kannst nur urgesund werden,**

**wenn Du urgesund lebst!**

Einfacher, logischer und einprägender kann ich Dir die ganze UrTherapie nicht vermitteln, und Du solltest Dir diesen Satz immer wieder durch Deinen Kopf gehen lassen. (Wie das richtige, hundertprozentige Gesundleben aussieht und wie Du es bewerkstelligst, das weise ich Dir in den folgenden Kapiteln bis zum letzten Grashälmmchen auf.)

Es muß in Dich eingehen: Wenn Du krank lebst - das tust Du ja, sonst wäre ja keine Krankheit über Dich gekommen - und wenn Du Dir dazu noch zusätzliches Gift von den Ärzten einflößen läßt, dann kannst Du nur kränker werden! Und wenn Du immer kränker wirst, so wie das bei AIDS und den chronischen Krankheiten der Fall ist, dann beweist dies auch ohne wissenschaftliche Untersuchungen, daß der vom Arzt eingeschlagene Weg der falsche und zum Tode führende ist. Und wenn Dir Dein Leben wert und lieb ist, dann solltest Du den Weg der UrTherapie gehen, der zwar über einige Marterstationen führt, aber dafür auch im Himmel des Gesundseins endet.

Auch wenn Du nur zum Zweck eines kurzen, zwölfwöchigen Test das gesunde Leben nach der UrMethodik dieses Buches mal ausprobierst - falsch machen kannst Du damit ja nichts! - das weißt Du. Und das spürst Du. Und wenn Du bis jetzt noch immer nicht überzeugt bist, lies die dramatische Heilung eines AIDS-kranken Arztes durch seinen Arztfreund. Mit einer

ähnlichen, aber weniger wirksamen als der hier beschriebenen Methode.<sup>1800ff, 1850</sup> Gib Dich nicht auf und nicht den Ärzten in die Hände, bevor Du es nicht wenigstens mit der hier von mir vorgestellten neuen, ur-alten alternativen Naturmedizin versucht hast!

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Die UrTherapie ist ein einziges, gewaltiges Wiederherstellen Deines Immunsystems mit natürlichen Mitteln! Nichts anderes brauchst Du als immunschwacher AIDS-Kranker, Dich wieder gesund zu machen. Und alles andere, was Du gegen das Kranksein tun läßt, ist falsch. Du siehst also, AIDS-Kranker, Du mußt überhaupt nicht auf Medikamente warten, auf die man Dich nur vergeblich hoffen macht.** <sup>5202, 3519, 9467/8, 9478</sup>

Wenn es ehrliche Ärzte gäbe, welche derartige Feststellungen ihrer Kollegen kritisch hinterfragen wollten, wenn es Ärzte mit einem Rest gesunden Menschenverstands gäbe, dann müßten sie doch nach dieser nebenstehenden Meldung folgern:

Ei, sieh mal da: AIDS bedeutet also nicht, wie man uns bislang einredete, ein unbedingtes Todesurteil. Wenn ich AIDS mit 45 Jahren bekomme, ist es also möglich, 65 Jahre damit alt zu werden, also ein ganz normales Sterbealter zu erreichen...

Ei, und dann stimmt es also auch gar nicht, daß es das HIV-Todesvirus ist, das den Tod verursacht! Dann kann es doch nur an dem vom HIV Betroffenen selbst liegen, wenn er trotz des Virus alt damit werden kann...

Ei, und wenn das so ist, dann muß es ja wohl tatsächlich daran liegen, wie gesund oder ungesund einer lebt? Dann also hat der Buchautor vielleicht ja doch recht damit, daß er einen an AIDS Leidenden mit der UrzeitTherapie gesundmachen kann.

Da klagte mir ein AIDS-Schwerkranker aus einer Selbsthilfegruppe sein Leid: »Mir tut die Herzlosigkeit meiner Mitmenschen weh. Ich liege da mit meinem Schmerz - und da sagt mir mein bester Freund: 'Nun laß dich doch nicht so hängen! Reiß dich mal zusammen...!' So was will ich nicht hören! Ich hab's wahrhaftig schwer genug! Weiß der überhaupt, wie mir zumute ist? Ich leide, ich erwarte Verständnis und Mitgefühl. Aber keine Vorhaltungen und Ratschläge, was ich besser täte!«

**Genau diese Worte könntest Du ebenfalls gesagt haben! Genau diese Einstellung zu Deiner Krankheit könntest Du ebenfalls im Herzen tragen! Prüfe Dich! Klapp das Buch zu und denk mal ernsthaft ein paar Minuten darüber nach!** <sup>9957</sup>

Vielleicht gehörst Du auch zu jener Sorte von Kranken, denen Krankheit dazu dient, jemanden zu finden, der sie bemuttert. Kranksein kann für viele auch etwas durchaus Angenehmes sein, besonders wenn es keine Schmerzen verursacht. Das Wort »Krankfeiern« kommt nicht von ungefähr...

Als ich mit AIDS-Kranken in einer Selbsthilfegruppe zusammensaß, erkannte ich mit ungläubigem Staunen, daß sie (wie die »Suchtkranken«) ihr Leiden regelrecht *wollen*. Ja! Ich fühlte plötzlich tief im Bauch: Die wollen keine Hilfe, die wollen Mitleid. Die wollen ihre Krankheit behalten. Wollen lieber weiter darin bruzzeln, als sich etwas sagen zu lassen. Sie haben sich in den warmen Schlafsack ihres Krankseins geflüchtet und sind für die Wahrheit nicht ansprechbar. Sie haben ein feines Gefühl dafür, daß ihnen die UrTherapie Aktivsein abverlangt und hörten bereits nach den ersten Worten von mir nicht mehr richtig zu. Und die ihnen überlassenen UrMedizin-Bücher legten sie bereits nach kurzem Durchblättern beiseite....

Auf einer ihrer Versammlungen kam ich über ein paar Sätze nicht hinaus. Purer Haß sprühte mir aus ihren Augen entgegen. Der Versammlungsleiter drängte mich vom Rednerpult. Sie schrien mich an: »Wie können sie denn als einziger Mensch auf dieser Welt behaupten, AIDS wäre heilbar, wenn Zigtausende von Forschern und Ärzten das Gegenteil sagen!« Einige spuckten mich an, stießen mich gegen die Brust. Es war einfach unfaçbar. In den Krebs-

Selbsthilfegruppen dagegen herrscht keinerlei

Aggression. Dort sieht man mich nur mit verständnislosen, leeren Augen an... Später begriff ich, daß ich nicht allen Kranken helfen kann. Vielen von ihnen geht es gar nicht so sehr um das Gesundwerden. Sie wollen nichts als die unbedingte Anteilnahme ihrer Nächsten, wollen das Bedauertwerden, das Mitfühlen. Seht doch her: Ich bin todkrank! Ich kann doch euer Streicheln erwarten! Nach und nach aber kommt es dann bei den Kranken zur bitteren Erkenntnis:

Die Menschen sind - wie die Tiere - nicht zum Mitleiden geboren. Mitmenschen vermögen nur sehr kurz für einen anderen Mitleid zu empfinden. Nach einer gewissen Zeit wird ihnen der Kranke lästig, sein Gejammer nervt sie, seine ständigen Ansprüche reiben sie auf: das angebliche Mitleid wird zur bloßen Heuchelei und zum Warten auf seinen Tod...

Daß der Kranke dies bald merkt, das hat etwas für sich! Auch Mitleid sollte seine Grenzen haben.

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Je mehr Mitleid mit den Kranken, um so mehr hätscheln sie ihr Kranksein. Je mehr Mitgefühl mit den Kranken, desto länger dauert ihr Kranksein. Und desto mehr gesunde, aktive und lebensstüchtige Menschen werden in fremdes Leid eingebunden. Leid, an dem sie nicht schuld sind. Der Kranke darf sich nicht wohl in seiner Rolle als nun mehr sehr beachtete Persönlichkeit fühlen. Je mehr man ihn bedauert, je mehr man ihm hilft, desto mehr gibt er sich auf. Je mehr man ihn vor dem nun mal harten Leben schützt, desto mehr wird er den anderen zur Last, desto mehr läßt er sich hängen, desto weniger reißt er sich zur Selbsthilfe hoch.**



So viele besorgte und liebevolle Töchter - warum keine Söhne? - schreiben mir in diesem Sinne:

Meine Mutter (mein Vater) leidet seit Jahren so schrecklich unter ihrer Krankheit. Trotzdem sie es miterlebt hat, wie ich mich mit Hilfe der UrTherapie völlig gesund gemacht habe, lehnt sie diese für sich völlig ab, weigert sich sogar, das UrMedizin-Buch zu lesen. Ich bin verzweifelt, besonders da ich sie zu pflegen habe und mit ihr leide. Was kann ich bloß tun? -

Jeder muß selbst entscheiden, wie er sein Leben führen will. Die UrMethodik ist keine Sektenlehre, die nach Anhängern strebt. Wenn eine Tochter sich ihr Leben zerstören läßt, weil die Mutter sie aus Eigennutz als ihre Magd mißbraucht, dann ist das ihre Sache. Vielleicht will die Tochter es sogar. Und wenn die Mutter ihre Chance auf Gesundwerden nicht wahrnehmen will, dann bleibt auch das deren Entscheid: Jeder ist seines Glückes Schmied. Je eher sich die Tochter von ihr zurückzieht, desto eher wird sie zur Besinnung kommen. Und je mehr ist ihr mit dieser konsequenten Haltung gedient. Nur Härte bringt einen solchen Kranken zur Besinnung und bewegt ihn zur Aufgabe der für ihn krankmachenden Lebensweise.

Natürlich kann ich es der Tochter nachfühlen, wenn sie aus Gefühlen der Blutsverwandtschaft dieser Haltung nicht folgen mag. Ich leide ja ebenfalls an dieser »Krankheit-des-unbedingt-Helfen-Wollens«. Und bildete mir ein, bei Nicht-Verwandten sei mehr Einsichtigkeit wegen des Fehlens eines früheren Dominanzverhältnisses zu erwarten! Mein schwer herzkranker Freund Kurt - ein Heilpraktiker - redete sich heiß: »Meine Herzklappen schließen nicht mehr richtig. Eine Entzündung hat sie an den Rändern ausgefranst. Die sind kaputt. Da ist nix mehr zu machen. Fertig! Aus für immer. Der Mensch ist keine Eidechse, dem wächst nichts nach. Da kannst Du Deine UrMedizin verjessen. Also, bitte, sag mir nit, wat ich tun soll.«

**Nun - ich stecke nicht in seinem Körper drin. Ich kann ihm auch nicht garantieren, daß sich die Herzklappenränder wieder auffüllen, wenn die wirklich »ausgefranst« sein sollten. Ich kann ihm aber die Versicherung geben, daß es ihm mit der UrMedizin auf jeden Fall besser geht, weil sie ihm schnellstens die Entzündungsprozesse aus seinem Körper nehmen und die ständige Verschlimmerung seines Leidens beenden wird.**

»Ach was, wenn's zu dick kommt, laß ich mir künstliche Herzklappen<sup>3902f</sup> einsetzen«, meinte er. Und winkte erneut ab, als ich ihm klarmachte, daß er dann ständig von Medikamenten mit starken Nebenwirkungen und Ärzten abhängig werde und wohl auch sein geliebtes Tennis aufgeben müsse. Und ob er so wenig Stolz habe, sich als Heilpraktiker von Medizinern behandeln zu lassen! »Du siehst zu schwarz«, meinte er nur. Nun, ich ruhte nicht, und beschaffte ihm ein Gutachten vom Fachmann. <sup>3906</sup> Seine Antwort auf die komplizierte Sicht des Schulmediziners: »Dann mach' ich nach der Operation halt weniger Sport und esse etwas mehr Diät, also fein gehacktes Kalbfleisch, Kartoffelpüree, Reisbrei...«

Darauf rannte ich zur Uni - es war ja mein Freund! - und brachte ihm aus Medizin-Fachzeitschriften Berichte über die Erfahrungen, welche die Ärzte beim Aortenklappenersatz gemacht hatten (die nicht in den Illustrierten erscheinen).<sup>3244</sup>

Selbst wenn man annimmt, daß in dieser Statistik nichts beschönigt wurde, wären diese Zahlen für mich ein Schock gewesen. Doch nicht für ihn. Er war durch nichts zu bewegen, die UrTherapie aufzunehmen. Wegen einer Lungenfibrose wurde er schließlich zu schwach für eine Operation. Dann kam sein Arzt mit dem Kortison. Ein halbes Jahr später kam Gevatter Tod mit der Sense.

Du erkennst: Niemand kann einem anderen helfen! Meine Worte bestehen in der Tat zu recht:

**Gesundwerden beginnt zuerst im Kopf.** <sup>8310, 9015</sup>

Bist Du damit einverstanden, wenn wir diesen Grundsatz hier noch erweitern?

**Gesundwerden beginnt zuerst im Kopf und in der Seele!**<sup>8310</sup>

Vielleicht leidest Du selbst an einer ähnlichen, *noch* harmlosen Krankheit wie mein Freund. Etwa an einem noch für ungefährlich angesehenen Leberleiden und denkst ebenfalls wie er: Ach, noch ertrag' ich es - sollte es mal schlimmer werden, kann ich mich ja immer noch auf die UrTherapie einlassen. Wenn dann bei Dir z.B. erweiterte Blutgefäße (Adern/Venen) unterbunden werden sollen - so was tritt bei jeder zweiten Leberzirrhose auf - dann sagen die nüchternen Zahlen zur Ligatur der Aorta hepatica wegen Speiseröhren-Krampfadern: Mißerfolg: 89,5%, Tod: 29,6%. Das muß Dir doch auch als größtem Zweifler einleuchten.

**Wenn rohe Nahrung sogar Lepra heilen kann, heilt sie auch AIDS und letztlich auch Krebs:**

**»Bei unserer Lepra-Studie in Sri Lanka waren etliche leprakranke Vegetarier: diese aßen aber ihre Kost überwiegend gekocht. Als sie dieselbe Kost roh zu sich nahmen, setzten vier Wochen später Heilreaktionen an den Leprageschwüren ein, die dann fortschreitend abheilten.« (Brief einer afrikanischen Lepra-Station an Prof. Dr. M. L. Moeller,<sup>6503</sup> Ordinarius für medizinische Psychologie der Goethe-Universität, Frankfurt; weitergeleitet von ihm an mich). Was mit ein Grund dafür war, daß Prof. Moeller ebenfalls das Essen roher Nahrung aufnahm und es bis heute noch so hält. Was ihn als überlegenen, vorurteilslosen und klarsichtigen Kopf auszeichnet. Der sich zudem nicht scheute, anläßlich der Mittagspause bei unseren Vorträgen in Bad Vilbel neben mir auf der Wiese von meinen frisch gesammelten Gänseblümchen, Löwenzahn und Geißfuß zu futtern. Leider ist er mir inzwischen untreu geworden und zur Instinktokost mit Fleischverzehr übergewechselt. Aber ich dachte mir: Ein Mann mit einem solch weiten Horizont wird die Medizinerschelte dieses Buches mit einer großzügigen Geste wegstecken und zurück zu mir, meinen guten Vorschlägen und der UrKost finden, sobald er die ersten Schäden aus der Fleischernährung an sich und den scheußlichen Geruch, den er nach dem Klogang wahrnimmt, zu hassen beginnt. Hab' ich gedacht: Inzwischen kriecht er vor der Mediziner-Pharmamafia genauso zu Kreuze wie alle seine Kollegen. (® Rz 965[11] und LV 1855 Offener Brief an Prof. Moeller)**

Blicken wir aber über den Tellerrand Medikamenten-Chemie einmal hinaus, wo eine andere

Macht am Werk ist: die Landwirtschaftsbeamten-Politiker-Großchemiehersteller-Mafia. Wie treiben die es denn, um mit möglichst viel Pestizideinsatz unsere Erde zu vergiften, damit sie ihren Reibach machen? Diese Chemiegiganten und die von ihr gekaufte Lobby einschließlich der stets die Hände aufhaltenden Bürokraten in aller Welt, die da was zu genehmigen haben. So: Die Staats- und Chemiedienstler ordnen mit einer neuen Bestimmung einfach an: Gemäß §24 Absatz 4 der britischen Dasseliegenbekämpfung-Verordnung sind alle landwirtschaftliche Gehöftbetreiber verpflichtet, zweimal jährlich die Rinder mit der Höchstkonzentration der OP-Pestizide Phosphat, Diazinon, Piriniphos-Methyl oder Cypermethrin unter Beisein von Aufsichtsbeamten ausgiebig zu besprühen.

»Und nun gerät dieses Gift in die Milch und - «

Darauf will ich jetzt nicht mal hinaus. Ich möchte nur in Dein Überlegen bringen, daß auch das Rindvieh ein Immunsystem besitzt. Das selbst unter der unnatürlichen Haltung und Kadaverfütterung noch funktionierte. Das aber zusammenbrach, als die Tiere durch die Haut die Organophosphat-Pestizide nach Giftsprühung durch die Haut aufnahmen. So daß sich ein an sich völlig

harmloses Virus namens BSE in den Hirnen der Tiere im Auftrag der Schöpfung so vermehren mußte, daß der Rinderwahnsinn ausbrach.

»Das ist ja mal wieder eine ganz neue Version, die ich da höre«, sagst Du, »es hieß doch immer, die Rinderpest sei deshalb ausgebrochen, weil den Rindern Tiermehl aus Schafs-Kadavern verfüttert wurde, das mit dem Scrapie-Virus verseucht war...«

Das ist die offizielle Berichtgebung. Greenpeace ermittelte aber:

Aus Organophosphaten werden Insektizide und Pestizide hergestellt - der Stoff ist aber auch Basis von Nervengasen. Purdey beobachtete, daß BSE-Fälle vor allem in den Regionen auftraten, die zu »Dasseliegen-Ausrottungszonen« erklärt worden waren. Die Tageszeitung Daily Telegraph fragt schon, ob die Regierung absichtlich die wahre Ursache von BSE ignoriere. (Greenpeace Magazin 1/1995)

Du erkennst, wie bequem es dem Brandstifter Chemie fällt, anderen die Schuld zuzuschreiben, und welche innige Verbindung hier zu der offiziellen AIDS-These und der Schulmedizin mit dem Schuldigsprechen von Bakterien und Viren besteht. (Wobei es ein Wahnsinn bleibt, den reinen Pflanzenesser Rind mit Fisch- und Fleischabfällen zu füttern. Was ebenfalls dessen Immunabwehrkräfte gegen Krankheiten ermatten läßt. Wie das ja auch bei Dir durch Fleischessen der Fall ist. Bekämen die Fleischesser doch davon sogleich den Menschenwahnsinn: unserer Mutter Erde wäre bald wohler. Aber noch bekommen sie nur Krebs, Rheuma und Alzheimerverwahrlosungs-Gehirnschwund...



# 4. Kapitel. Lerne: von den Tieren der Wildnis und den Menschen der Urzeit

## 4.88 Wie Dein krankes Kind sofort gesund und nie wieder krank wird

Dein Liebstes liegt etwa im Krankmachungshaus? Wird bereits gegen Leukämie behandelt?

Dann merke Dir: Wenn Du eine gute Mutter, wenn Du Deinem Kind ein guter Vater sein willst, dann beantrage noch jetzt in dieser Stunde dessen Entlassung. Und wenn Du es zu Hause hast, dann bleibe hart, auch wenn es Dir sehr schwer fällt, und bleibe weiter hart und unbeugsam und gib ihm nicht weiter das, was es krebskrank machte: diesen Dreck der Zivilisation.

Sich durchsetzen und klares Wasser geben, wenn es Cola oder Limo haben will. Hart bleiben, wenn es nach Fritten, Chips, Milchschnitten oder Schokoriegeln aufstampft und ihm einen Apfel reichen. Und so lange warten, bis es den gegessen hat und ihm nichts anderes geben - und wenn es zwei Tage dauert, bis der in seinem Bäuchlein drunten ist. Und mit ihm Sport oder UrTraining bis zum Erschöpftsein betreiben. Und in die Natur mit ihm gehen, statt ihm noch ein Fernseh- oder Tonbandgerät ins Krankenzimmer zu bringen.

Und dann bereite ihm die UrMedizin zu und nimm sie gemeinsam mit Deinem sterbenskranken Kind ein. Und wie es auch zuerst spuckt, und wie immer es auch jammert: gib nicht nach!

**Das gilt auch für die anderen, leidenden Kleinen. Versetz Dich mal in ihre Lage. Etwa in die eines an Asthma Leidenden: Halt Dir die Nase mal zu und saug mal nur drei Minuten Deine Atemluft aus einem Strohhalm ein. Dann weißt Du, was so ein Kind durchmacht und ob man dafür nicht ein Obst-mit-Grün Essen vorziehen will. Das Kind wird Dir einmal dankbar dafür sein, wenn es Dich, älter werdend, besser versteht. Sag ihm das. Sag ihm, Du müßtest im Augenblick für es entscheiden. Und Du würdest ja in Zukunft mit ihm genau dasselbe essen. Und Sport machen. Und ihm vorlesen oder Geschichten erzählen. Dann wirst Du erleben, wie Dein Kind aufblüht, wie seine Augen wieder zu leuchten beginnen.**

Wie herrlich, wenn Du selbst es dem Tod entreißen kannst, der es schon in seinen Armen hielt. Ja - das nenne ich kämpfen, das nenne ich Tapferkeit! Jahrelang dauert die Krebsbehandlung in einem Krankenhaus und niemand gibt Dir Gewißheit, ob Dein Kind dieses wieder lebend verläßt. Mach diesen Versuch einmal nur 26 Wochen und laß Dich um Gotteswillen nicht von den Ärzten bequatschen, »man könne die begonnene Behandlung jetzt nicht unterbrechen«. Man kann selbst das Kortison in ein paar Tagen dosiert absetzen.<sup>9929</sup>



Man kann alles, man muß nur wollen! Wollte es! Du bekommst Dein Kind sonst für immer anfällig, dreckskosternährt und kaputtgemacht - oder als Leiche aus diesem Haus des Chemiewahnsinnstreibens zurück! Und Du, besorgte Mutter, die Du Dich so um das Wohl Deines Kindes mühest, Du solltest wissen, daß Dich Dein Gewissen der wissentlichen Leib- und Seelenschädigung bezichtigen müßte, wenn Du Dir von der Schulmedizin für Dein (ernährungs-) krankes Kind anstelle gesundmachender UrMedizin chemische Mittel verschreiben läßt. Dein Kind zeigt durch sein Kranksein oder seinen Zahnverfall deutlich genug, daß es die ihm von Dir zubereitete zerkochte, tote oder aus Fabrikationsprozessen stammende Nahrung nicht verträgt. Du willst doch, daß es Deinem Kind einmal gesundheitlich besser ergeht als Dir. Also handele!

Und dann achte mal auf das gute Gefühl Deines Kindes. Meinst Du, es will gerne ins Krankenhaus? Dein Kind ahnt genau, daß dort der schlechteste Platz auf der Welt für es ist. Willst Du seinem körperlichen noch seelisches Leid hinzufügen? Willst Du in seinen kleinen, empfindlichen Körper all die chemischen Gifte pumpen lassen? Glaubst Du, der Mensch sei ein geeignetes Sammeldepot und Endlager für Giftstoffe? Mach es selbst gesund! Was meinst Du wohl, wie willig es die UrMedizin schluckt, wenn Du ihm sagst, es braucht dafür auch nicht ins Krankenhaus...

**Merke Dir das auch für Dich und die Erziehung Deines Kindes: Mit Reden oder gar Schreien ist nichts getan! Wahrhaftig dem Kind gegenüber sein, ihm vorleben! Kinder reagieren nicht auf Worte. Kinder reagieren auf Gefühle. Kinder ahmen nach. Nimm Dein Kind als Partner ernst.**

Mein Gott, haben diese Menschen denn alle ihren gesunden Menschenverstand eingebüßt? Hören sie denn nicht, wie die Natur sie aus ihrem kranken Kind anschreit:

**Ihr gebt mir die falsche Fürsorge! Ihr verweichlicht und verzärtelt mich und gebt meinen dummen, von anderen und besonders von einer schandbaren, nur auf Profit ausgerichteten Werbung aufgeschwatzten Gelüsten nach. Ihr gebt mir das Falsche zu trinken! Statt klaren Wassers laßt ihr zu, daß ich buntgefärbten Zuckersaft in mich rinnen lasse! Ihr gebt mir das Falsche zu essen! Ganz zu Anfang schon mochte ich instinktiv nicht euren zerkochten Mansch und habe ihn ausgespuckt. Dann mußte ich aber stets meinen Teller leeressen und gewöhnte mich langsam an all die Schlechtkost, die meinem Körper den Krebs brachte.**

Einzugestehen, daß man die Schuld am Siechtum und frühen Tod seines Kindes trägt: Sicher - das ist für Dich als Vater und besonders für Dich als Mutter schwer. (Merkst Du gleichzeitig, wie sich Deine Haare bei solchen Wahrheiten gegen mich, den Autor, sträuben?) Deshalb haben es die Ärzte ja auch so einfach, wieder ihre Netze über Dich zu werfen. Fast noch schwerer wird es für Dich, wenn sie danach nur noch UrMedizin bekommen und sie dann von der Oma oder von Freunden bedauert zu sehen, mit Worten wie »Ja - was dürfen die Kleinen denn überhaupt noch essen!« Oder: »Diese armen Kinder - auf was die alles verzichten müssen!« Oder: »Solche Rabeneltern sollte man eigentlich anzeigen!« Oder: »Nicht mal ein paar harmlose Gummibärchen dürft ihr annehmen? Was habt ihr nur für grausame Eltern?«

Oder: »Ein Butterbrot werdet ihr doch wohl noch essen dürfen!«

Mutter, merke Dir: Wenn Dein Kind erste Anzeichen von Krebs oder Asthma oder Neurodermitis oder Multipler Sklerose empfängt, dann hast Du keine Zeit, abzuwarten! In jungen Jahren teilen sich die Zellen im Körpergewebe dreifach schneller als im Alter. Dann ist der Krebs durch nichts mehr zu stoppen - außer mit konsequenter UrTherapie.

Wie kannst Du es als Mutter oder Vater zulassen, daß Dein Kind Cola oder Limo trinkt oder Bonbons oder Schokolade ißt? Du machst Dich der vorsätzlichen Körperverletzung an Deinem eigenen Fleisch und Blut schuldig!<sup>6115, 6201/2, 6305-6355ff</sup> Auch Fernsehen sollte vor Deinem Kind völlig tabu sein. Es gehört nach draußen zu Spiel und Sport. In die feste Bindung eines Turn- oder Leichtathletik-Klubs. Und wenn es nach Hause kommt, muß es todmüde ins Bett fallen. Wie groß muß die Dummheit und Primitivität von Eltern sein, die statt eines Fahrrades ihrem Kind ein Mofa oder Moped kaufen, damit ein schon bewegungsfaules Kind, um die Häuserblöcke knatternd, tausend Menschen den Schlaf rauben und Kohlenmonoxid in die offenen Fenster blasen darf?

Schieb die Verantwortung nicht ab, Mutter oder Vater, schieb sie nicht ab auf fremde Ärzte, die nur etwas tun um des Tuns willen. Denn es gibt auch keine echten Heilmittel für Kinderkrebs!<sup>1615</sup>

Deshalb ist es in einem solchen Fall Deine verdammte Pflicht und Schuldigkeit, jetzt Rückgrat zu zeigen und erst das Unschädliche zu versuchen. Denn Du begibst Dich ja nicht in die Fänge eines größenwahnsinnigen Seelenheilers wie in die des Dr. Geerd Hamer, dem die Eltern der kleinen Olivia in Wien ihr Kind anvertrauten.<sup>8245</sup> Du gibst es mit der UrTherapie in die wirklich heilenden Hände der über allem menschlichen Handeln stehenden Natur des Schöpfergottes. Denn nur sie allein und nicht der Arzt vermag zu heilen, wie Hippokrates schon sagt.

**Und wenn der Krebsdoktor abwinkt und verächtlich meint: »Das nutzt doch nichts bei einer so schweren Krankheit, wie sie ihr Kind hat« - dann frage ihn trocken: »Woher wissen Sie das denn? Haben Sie das etwa schon probiert? Haben Sie bereits praktische Erfahrungen mit der alternativen Naturheilung gemacht oder reden Sie nur so ohne nähere Überlegung daher?«**

Das ist die Wahrheit: *Es laufen - verursacht durch die Herren Doktores - genug Menschen mit schweren Schäden herum, aber keine, die Schäden erlitten hätten, weil sie natürlich lebten oder die an der Spitze der Gesundheitspyramide stehende UrTherapie bei sich angewendet hätten!*

»Das kann ich Dir jetzt schon sagen« wirfst Du ein, »mein Kind macht Terror, wenn es Deine bittere UrMedizin schlucken soll! Die spuckt es gleich wieder aus!«

Das wird es dann nicht mehr tun, sobald es richtigen Hunger kriegt.

»Es soll solange nichts zu essen bekommen, bis es UrKost ißt?«

Genau. Dir sollte es (wie mir) lieber sein, ein Kind zu haben, daß drei Tage quengelt oder auch tobt, bis es sich dran gewöhnt hat. Oder auch ein paar Tage aus Trotz nichts ißt, als eines, daß sich und Dir viele Jahre seines und Deines Lebens durch nächtelanges Schreien, durch unheilbare Krankheiten oder ständiges Jucken und Weinen zur Qual macht.

Ich erinnere mich da an eine Geschichte, die der damals wegen seiner unheimlichen Flitzerei sehr bekannte Linksaußen der brasilianischen Weltmeistereif - sein Name war so ähnlich wie Garrincia - von sich gab. Der wurde oft wegen seiner auffallend krummen Beine angeflacht. Gefragt, ob er die vom vielen Rennen bekommen habe, erzählte er, daß er an Kinderlähmung gelitten und die Ärzte seinem Vater gesagt hätten, es bestünden keine Hoffnungen, daß sein Sohn jemals wieder laufen könne. Sein Vater habe daraufhin aber keinesfalls resigniert, sondern gesagt: Das wollen wir doch mal sehen! Und dann habe er ihn auf ein kleines Dreirädchen gesetzt, seine Füße an den Pedalen festgebunden und ihn durch die Straßen seines Dorfes geschoben. Das habe er unermüdlich für lange Wochen so gemacht. Bis er, der kleine Garrincia, auf einmal selbst das Rädchen fahren und bald darauf auch wieder laufen konnte.

**Du erkennst, was Tatkraft zu leisten vermag. Der Vater von Garrincia war nicht fähig zu lesen und zu schreiben. Aber er war fähig, nichts um gelehrtes Geschwätz zu geben, sondern seinen einfachen und unverbildeten Verstand zu gebrauchen.<sup>2165</sup>**

Und genau das solltest Du - im geistig übertragenen Sinne - auch tun, wenn es um Deine Gesundheit und die Deiner Familie geht. Von so einem Vater kann sich jeder 'ne Scheibe abschneiden!

**Vor den Weißkitteln versagt bei allen Menschen, ob kluger Spiegelredakteur oder einfältiger Zeitgenosse, das klare Denken: Wie kann man eine Behandlung erfolgreich nennen (siehe letzter Satz des o .a. SPIEGEL-Berichts), die später Zweitkrebs auslöst!**

Der Titel »Professor« oder der weiße Kittel blendet auch jeden von uns.<sup>2166</sup> So einer darf die hirnrissigsten, gegen jede Vernunft, gegen jeden gesunden Menschenverstand gerichteten Behauptungen aufstellen (wie der AIDS-Mit-Erdichter Montaignier (®Rz.511), dem der »stern« sechs Seiten für seine Münchhauseniaden öffnete.) - und er erhält keinen Widerspruch! Es ist schließlich eine anerkannte Autorität!<sup>2018ff</sup> Und das ist den meisten Menschen auch recht so. Denn die wenigsten wollen ja selbst denken. Der alte Voodoo-Zauber hat uns noch immer im Bann! Wenn die Ehrfurcht vor dem weißen Kittel nicht wäre - jeder halbwegs wache Staatsanwalt würde bei solchen Methoden - Giftverabreichung an Menschen, die nach Jahren die unheilbare Krankheit Krebs verursacht! - Klage wegen schlimmster Körperverletzung erheben, oder wie siehst Du das?

Merke Dir, grab es fest in Dein Gedächtnis, das war früher wie heute so: Die Mediziner wissen um die Todesfurcht der Menschen. Das ist ihr bester Helfer, die Menschen für ihre kriminellen Gesundheitsschädigungen gefügig zu machen.

»Mir hat der Doktor damals aber gut mit seinen Medikamenten geholfen, mit...« widersprichst Du.

Ja, weißt Du denn, was aufgrund seiner »Hilfe« noch auf Dich zukommen wird? Wenn sich das geschluckte Chemiegift als sogenannte unerwünschte Wirkung bei Dir erst einmal in all seinen Schadensfacetten auswirkt! Meinst Du vielleicht, Du wärst schon an Schmitz' Backes vorbei, wenn Dich ein Arzt einmal in der Mache hatte? Natürlich geht's bei manchen gut, weil der Körper schon 'ne Menge mitmacht und auszuhalten vermag. Aber Du brauchst nur ein bißchen anfälliger zu sein, dann kriegst Du von ihm einen Mühlstein an Kummer für Dein Leben lang an den Hals gehängt. Und fragst Dich, woher der kommt...

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Alles was Menschen erdacht und ausgeklügelt haben, um Dir zu helfen und Dich gesund zu machen, ist auf der Grundlage angelernten, naturfremden Wissens erarbeitet worden. Du solltest den Teufel tun, es aufzugreifen!**

**Welcher Arzt lebt denn heute noch selbst natürlich? Wie will er da wissen, wie natürlich geheilt werden kann?**

Mediziner nötigen Dich oft genug zu ihren Behandlungen mit der Behauptung, Du habest dann nicht mehr lange zu leben, wenn Du ihren Anweisungen - zum Beispiel Dich bestrahlen zu lassen - nicht folgen würdest.

Ich fordere allen Ernstes:

**Berufsverbot für Schulmediziner, sobald sie sich darangeben, Krankheiten zu behandeln. Denn sie versäumen auch nicht das geringste, was gegen die Interessen ihrer Patienten gerichtet ist! 2054, 2061/3, 2197, 2461**

**Diesen für die Kranken so gefährlichen und für das Staatswohl noch gefährlicheren Medizinern, die das Gesundheitswesen immer mehr in den Bankrott treiben, muß man schnellstens ihre Selbständigkeit nehmen. Sie dürften höchstens noch als mit strengsten Weisungen versehene Angestellte des Gesundheitsministeriums genauestens kontrolliert auf die Menschheit losgelassen werden. Und müßten für jede Schädigung der Kranken ersatzpflichtig sein.**

»Aber das würde ja bedeuten, daß sie ihren freien Beruf...«

**Na und? Die Ärzte waren ja niemals als Freiberufler tätig. Sie sind doch in den letzten hundert Jahren schon längst zu Befehlsempfängern und jeglichem eigenständigen Denken entbehrenden Sklaven der Pharmaindustrie herab gesunken. Für die würde sich also gar nichts ändern.**

**Kommt hinzu: Die »selbständig tätigen« Ärzte waren seit Einführung der gesetzlichen**

**Krankenversicherung - diesem Wahnsinnswerk unnützer Ausgabenverschwendung! - so wenig freiberuflich tätig wie Ochsen vor einem Karren. Denn die haben sich ihre Moneten doch nie wie andere Selbständige hart erarbeiten müssen. Denen genügt doch ein einfaches Schild an der Tür, und die Kranken laufen zu ihnen herein. Die haben nicht mal Ausfälle, denn die Krankenkassen stehen auch noch hinter ihnen und zahlen ihnen alles, gleich welchen Mist sie fabriziert haben. Die brauchen nur eine, meist noch überzogene, Rechnung an diesen riesigen aus Zwangsabgaben bis oben gefüllten Dagobert-Duck-Goldkeller zu richten, und schon sprudeln die Dukaten hervor. Allen Beteiligten geht es dabei bestens - außer den Kranken... Und letztere wissen nicht mal, was der Doktor alles zu seinem Wohl erdichtet, was alles an Leistungen er für sie erbracht haben soll, die er der Kasse aufschreibt.**

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Das Selbstbehandeln nach dem gesunden Menschenverstand ist kein Risiko. Aber die Kunst der Ärzte ist Unheilkunst in zweifacher Bedeutung dieses Wortes. Sie ist das größte Risiko, dem Du Dich je im Leben unterwerfen kannst.**<sup>2261</sup>

Selbst wenn Dich ein Arzt mit seinen talkumgepuderten Handschuhen bloß berührt, muß Du schon Schäden befürchten.<sup>2172</sup>

Nur wenn der Arzt seine Heilkünste aufgibt, wenn er weiß, daß er mit seinen Maßnahmen meist nur alles schlimmer macht und hinzukommt, daß er sich immer noch seine Ideale bewahrt und er nicht bei allem, was er tut, das Geld im Hinterstübchen lauern hat, dann kannst Du ihn akzeptieren:<sup>2195/6, 2200ff</sup>

Als die Mutter meiner ersten Frau auf dem Sterbebett lag und viel Pflege brauchte, meinte der Landarzt zu ihr: »Ich müßte Ihre Mutter jetzt eigentlich ins Krankenhaus überweisen. Aber wenn es *meine* Mutter wäre, würde ich ihr dieses Grauen ersparen. Ich weiß, die Pflege wird wahnsinnig schwer für Sie, zumal Sie noch berufstätig sind. Aber wenn Sie Ihre Mutter bei sich behalten, bin ich immer für Sie da - gleich wann Sie mich rufen... Wir quälen sie nicht mehr mit Medikamenten, geben ihr nur ein kleines Pflaster auf die Brust, daß sie es nur ein bißchen leichter mit dem Atmen hat...«

Meine Hochachtung vor solchen Ärzten, von deren Ethik und Menschlichkeit sich die Medizintechnokraten in den Städten eine Scheibe abschneiden sollten.

**Skrupellos nutzte der Hausarzt das  
Vertrauen seiner Patientin aus**

**Mit einer gefälschten Scharnungsurkunde kam  
der Mediziner an Lisa Wobels Besitz**

# 4. Kapitel. Lerne: von den Tieren der Wildnis und den Menschen der Urzeit

## 4.9 Kann der Arzt auch mal zu etwas gut sein?

»Ich denke: ja! Das Karpaltunnel-Syndrom - das ist eine unangenehme Sensibilitätsstörung der Hohlhand, oft verbunden mit einem Muskelschwund im Daumenballen - z.B. kriegt man nur durch eine Operation weg!« sagst Du.

Das war mal die alte Ansicht - inzwischen ist das auch wieder äußerst zweifelhaft. Seit vielen Jahren galt: Nächtliche Schmerzen und Kribbeln in den Armen bei Frauen ab 40 Jahren sind nur durch eine (meist erfolglose) Operation behandelbar. Jetzt wies man nach, daß es sich durch eine einfache Gabe von Vitamin B<sub>6</sub> beheben läßt. (Durch Essen von UrKost bekommst Du genügend davon in Deinen Körper!) Selbst ein Magendurchbruch ist besser ohne Operation zu kurieren. <sup>9806</sup>Wer aber nicht auf die UrMedizin überwechseln will und mit Vitamin B<sub>6</sub> keinen Erfolg hat, der fährt bei Schmerzen durch Kalkablagerungen oder Knorpelbildungen an den Sehnen von Hand und Arm am besten mit einer ambulanten Operation bei einem Spitzen-Chirurgen.

Aber: Wir stecken alle zutiefst im leidigen Zivilisationsgeschehen und können nicht ohne Ärzte auskommen. Sie werden gebraucht für Unfälle, die durch die Zivilisation bedingt sind, z.B. wenn ein Kind eine Nadel verschluckte, die nur mit einer Sonde wieder zu entfernen ist. Oder wenn Dir Deine Frau das Mittagessen aus Knollenblätterpilzen bereitet hat, weil Du ständig von ihr die UrMedizin verlangst, was sie wegen der damit verbundenen Mühe bereits seit längerem auf die Palme brachte...

Hier können die Schadensursachen nicht mehr allein mit natürlichen Mitteln rückgängig gemacht werden - wie das im Gegensatz zu Krankheiten möglich ist. Hier bezwecken die medizinischen Techniken nichts anderes, als einen vor der Verletzung intakten Körperteil - zum Beispiel durch Entfernen der nicht in ihn gehörenden Fremdkörper oder durch Zusammennähen, Hautübertragung, usw. - in seinen normalen Vorzustand rückzusetzen.

**Es kann auch durchaus zweckmäßig sein, sich operieren zu lassen. Nämlich bei allen unerwartet auftretenden Zivilisationsverletzungen. Die plastische Chirurgie leistet Erstaunliches in der Rekonstruktion nach Verbrennungen und Narben durch Expandertechnik. Hat sich bei Dir im Alter vielleicht eine beim Essen störende zu dicke Unterlippe gebildet, dann kannst Du sie Dir von einem erfahrenen Gesichtschirurgen mittels Keilexzisionen verkleinern lassen. Und warum sollst Du Dir lästige Warzen, Tätowierungen, Schmutzeinsprengungen unter der Haut nicht mit dem Rubinlaser wegätzen lassen? Und wenn Du Dir durch zu viele Bierchen eine Gurkennase (Rhinophym) geholt hast, so kannst Du Dir dieses Gewächs mit der Hochfrequenzwellentechnik heute so toll beseitigen lassen, daß sich die Damen wieder in**

**Dich verlieben können. Eine Operation kann ich auch gutheißen, wenn dadurch Mißbildungen und Körperschäden beseitigt oder gemildert werden, wie etwa bei Unfällen und Geburtsanomalien.**

Doch wenn Du mal fällst, brauchst Du Dir als UrMethodiker keine Sorgen zu machen - denn Dir brechen keine Knochen, wenn Du nicht gerade einen ungesunden, gefährlichen Sport betreibst, sondern Dich nach der UrMethode bewegst. Auch nicht im Alter - weil die UrKost Dein Knochengestüt eisenstark hält!

Die Ärzte in Anspruch nehmen muß Du auf jeden Fall bei Schußwunden und chemischen Vergiftungen. Oder wenn Du bei starken Schmerzen keinen Harn mehr lassen kannst. Dann muß der mittels eines dicken Katheters abgelassen werden. Das Zusammennähen einer Hasenscharte in einem Spaltzentrum, das Beseitigen einer Eileiterschwangerschaft, das Entfernen eines eingewachsenen Nagels, vielleicht noch das Wegschneiden von Hämorrhoiden oder das Vernähen eines Leistenbruchs, wenn letzterer nicht durch konsequentes Stärken der Bauchmuskulatur von selbst wegzubringen ist, muß ebenfalls von guten Ärzten gemacht werden.

Ein im Kinderspeck (laß es nie zu!) steckengebliebenes Pipimännlein, das Zunähen eines Lochs in der Herzscheidewand (wenn ich auch eine 70jährige kenne, die nach der Diagnose der Ärzte ein solches Loch im Herzen, und damit aber bereits ihre beiden Geschwister überlebt hat), das Auspusten verstopfter Ohren, ein Metallsplitter im Auge, eine aufgebrochene Zyste, ein in der Harnröhre steckender Blasenstein, Blasenpapillome bei einer echten Leistenhernie, all das muß behandelt werden. Und wenn Du zu spät die UrzeitTherapie aufgreifst, dann ist eine Kataraktoperation nach der Clear-Cornea-Inzisionstechnik zum Beseitigen einer Augentrübung ebenfalls zu empfehlen.

Nötig sind die Mediziner natürlich auch bei großflächigen Brandverletzungen (kleinere dusche eine Viertelstunde kalt ab), bei einem geplatzten Blinddarm, einer vaginalen Blutung in der Schwangerschaft oder zur Plazentalösung (geht am schonendsten, und angeblich 100%ig sicher mit Akupunktur, wenn Du dich nicht bewegen willst). Wenn Du im Alter durch Süppchenkost Deinen Darm so schlapp werden liebst, daß selbiger aus dem After vorfällt, dann sollen Dir die Chirurgen ihn mit einem Vicrylband am Steißbein festknoten. Dazu genügt ein Schnitt an der Steißbeinkante. Auch wer an schwerer Skoliose leidet, dem ist eine operative Geradestellung der Wirbelsäule zu empfehlen, so schwer auch diese Operation ist. Und weil eine Erfrierung eine in Urzeiten nicht aufgekommene Verletzung darstellt und sich so der Organismus nicht darauf zu programmieren vermochte, rate ich bei Frostschäden zum Einspritzen von durchblutungsfördernden Mitteln, z.B. dem Prostacyclinderivat Iloprost, um Glieder zu retten. Gleiches gilt bei einem künstlichen Hüftgelenk,<sup>3901</sup> wenn die UrTherapie keinen Erfolg brachte, weil der Knochenzerfall schon zu groß war. Eine Operation ist auch erwägbar für ein durch schwere Polyarthritits zerstörtes Kniegelenk und einen Schenkelhalsbruch bei einem über 65 jährigen.

Aber: erkundige Dich sorgsam, den richtigen Mann dafür zu finden. Denk an den Hamburger Professor, der an die 200 seiner Patienten zu Krüppeln operierte und dafür sogar noch vom

Gericht hofiert wurde und mit lächerlichen 5.000 DM Geldstrafe davon kam. Zeige Dich besonders zurückhaltend gegenüber Chirurgen bei langbestehenden Verwachsungen - so was geht ihnen meist daneben, selbst einfache Fersenspornoperationen.<sup>9886</sup>

### **Was Du hast, das weißt Du - was Du bekommst, das weißt Du bei Ärzten nie!**

Nicht nur im Blut und in den Adern, auch in den Gelenken, an den Sehnen und unter der Ferse können sich giftige Säurekristalle ablagern, wenn dem Körper die Fähigkeit fehlt, diese auszuscheiden, wozu es bei allen ungesund Lebenden früher oder später kommt. Sie bilden sich aus der im Fleisch enthaltenen Harnsäure mit den im Leitungs- oder Mineralwasser enthaltenen anorganischen Mineralien Natrium, Kalzium, und Magnesium, das falsch abgelagert wird. Übrigens: Abstehende Segelohren Deines Kindes solltest Du nur im 6. Lebensjahr operieren lassen.

»Und wenn ich mir den Arm beim Skifahren ausgekugelt habe? Was ja oft passiert - da brauch' ich doch den Doktor. Oder soll ich selbst einrenken?«

Dann sagst Du zu einem beherzt aussehenden Danebenstehenden: Schieb Deinen Stiefel in meine Achselhöhle, zieh gleichmäßig kräftig meinen Arm nach außen oben. Nach spätestens drei Minuten gibt die Muskulatur nach, und der Gelenkkopf rutscht wieder rein. Das klappt immer.

»Komme ich aber bei einem Herzanfall ins Krankenhaus, so kann ich dort wenigstens künstlich beatmet werden, wenn ich nur schwer Luft kriege«, sagst Du

Um dann ein paar Wochen später an Lungenentzündung elend zu sterben! Nichts, nichts was die Schulmedizin kranken Menschen anzubieten hat, kriegst Du, ohne Schäden davonzutragen.<sup>1675</sup>

»Und wie ist das bei einem Meniskusriß? Heilt der von selbst oder muß er auf jeden Fall behandelt werden?«

Beim ersten Mal solltest Du Dich auf keinen Fall operieren lassen, sondern das Bein einige Wochen ruhigstellen. Nicht in einem Gipsverband, sondern so, daß Luft ans Bein kommt - da gibt es jetzt eine moderne Schalenmethode. Hilft das nicht oder handelt es sich um eine wiederholte Verletzung, sollte sie operiert werden. Viele Ärzte wissen nicht, daß man einen abgespalteten Meniskus auch wieder zusammennähen kann. Das solltest Du fordern - sonst degeneriert das Gelenk im Alter und Du bekommst ein steifes Bein.

**Nach einer Meniskusoperation, bei der die Ärzte nur Reststücke des zerfledderten Knorpels stehen gelassen haben, statt die gerissenen Teile wieder zusammen zu nähen, bekommst Du meist im Alter Arthrose im Knie. Nicht aber, wenn Du Deine UrMedizin weiter nimmst. Dann bildet der Körper genügend Gelenkschmiere.**

»Wenn ich mir aber beim Sport den Fuß umknicke und einen Bänderriß erleide, dann kann ich



doch wohl froh sein, daß mir die heutige moderne Operationstechnik den wieder zusammennähen kann«, meinst Du.

Auch hier heilt der Bänderriß, sofern nicht gleich beide gerissen sind, besser ohne Operation - durch einfaches Stilllegen des Knöchels. Diese häufigste Sportverletzung weist durch den Bluterguß und die starke Schwellung eigentlich schon von selbst darauf hin, daß nichts angefaßt werden soll. Wenn ein oder zwei Bänder des Sprungbeins (selbst bei Leistungssportlern gilt das!) reißen, ist das Nichtoperieren die beste Lösung.<sup>9419, 9783</sup>

»Du vergißt, daß mein Kind unbedingt einen Zahnarzt nötig hat, wenn seine Zähne schief wachsen.«

Die würden ihm nicht schief wachsen, wenn seine Mutter es immer dicht bei sich gehabt hätte. Dann würde es sich geborgen gefühlt und nicht als Ersatz dafür am Daumen gelutscht haben! Vielleicht bekam es auch zu viel Zuckerzeug, Eis oder Limonade und verlor daher seine Milchzähne zu früh oder erhielt schlechte Erbanlagen von seinen sich mit viel Weißbrot und Weichkost ernährenden Eltern. Ein einfacher Zahnarzt nimmt sich einer Gebißmißbildung wegen des ungewöhnlich hohen Profits zwar liebend gern an - aber so was gehört nur in die Hände eines renommierten Kieferspezialisten.<sup>2620f</sup> Und selbst die machen oft Fehler. Doch darüber habe ich zu wenig Erfahrung. Die Ärzte übrigens auch. Wer verfolgt schon nach seiner Behandlung das weitere Leben eines Patienten? Ich weiß nur, daß bei manchen solcherart Behandelten später Gaumenprobleme entstanden sind. Und ich hörte von Eltern, die eine kieferchirurgische Behandlung versäumten, daß bei ihren Kindern sich später die Zähne ganz von selbst richtig stellten.<sup>2621</sup>

Was man bei einem Kleinkind noch machen zu lassen verantworten kann: entstellende Feuermale zu beseitigen. Wenn, dann aber nur mit einem Pulslaser.

Wo Ärzte auch zu konsultieren sind: Bei Kindern, die nach dem dritten Lebensmonat noch schielen.<sup>9414</sup> Hier sollte eine Frühbehandlung eingeleitet werden. (Dabei wird das bessere Auge abgedeckt, und höhere Brechungsfehler der Linse werden durch eine Brille korrigiert.) Spontan verschwindet nur dann das Babyschielen, wenn es vom Gehirn innerhalb von Sekunden korrigiert wird. Ein Pflaster oder eine Augenklappe aufs gesunde Auge für drei Stunden am Tag (möglichst bis zum zweiten Lebensjahr) tut es aber genau so, und das Problem ist bald vergessen.

»Zwerchfellbrüche sollte man wohl auch besser operieren lassen«, meinst Du.

Sie entstehen nur durch Gewebeschwäche. Gewebeschwäche entsteht durch mangelnde Bewegung, mangelndes Training im Bauchbereich, mangelnde Muskulatur und mangelnde Frischkost. Die Ärzte haben Angst, so etwas zu operieren. Und Dir ist nicht dazu zu raten, weil es eine Großoperation ist, wobei man die Mageneingangsmanschette doppelt oder den Magen an die vordere Bauchwand anheftet. Das wird kombiniert mit einer Magennervenunterbrechung, um eine Säureblockade zu verhindern. Nutzt natürlich alles nichts! Ja, ja, es wird höchste Zeit, die UrBewegung aufzunehmen... Dann mußt Du solche und

Leistenbrüche und Bruchband nicht fürchten.<sup>9657</sup>

»Und eine Überbeinoperation?«, fragst Du.

Ein Überbein ist eigentlich harmlos, weil es ein mit Flüssigkeit gefüllter Hohlraum ist, der meist im Bereich von Sehnenhüllungen auftritt. Nur wenn es arg behindert, kannst Du es entfernen lassen oder wenn es durch seine Größe schmerzhaft wird.

**Heute hörst Du so oft: Das muß sofort operiert werden, selbst dann, wenn es sich um die kleinste und harmloseste Sache der Welt handelt, die dann hochgespielt und Dir klargemacht wird, daß dies einfacher sei als ein körperliches Training oder eine Umstellung der Ernährung.**

»Und warum operiert man, wenn es nicht ernstlich nötig ist?« fragst Du.<sup>2489</sup>

Den ersten Grund kennst Du. Der zweite ist genau so einleuchtend:

Gesunde Menschen operiert man am einfachsten und risikolosesten.<sup>9886</sup>

Das macht gute Statistiken. Zum Beispiel sind die Chirurgen bei verkrüppelten, eingewachsenen oder zu dicken Nägeln schnell bereit, die Nägel zu ziehen oder von der Wurzel aus wegzuschneiden.<sup>9897, 9948</sup> Meist aber wachsen sie genauso wieder nach, wie sie vor dem Eingriff waren. Schon seit 1930 wurde dagegen eine ganz einfache Methode gefunden: vom weißen Halbmond an den schlimmen Nagel ganz dünn schleifen. Dadurch verliert er seine übermäßige Spannung, wächst nicht mehr ein und schmerzt nicht mehr. Aber rät Dir das einer?

Schwere Verformungen der Zehen (Hammerzehen) entstehen durch falsches Schuhwerk oder Übergewicht und damit verbundenen Senk- und Spreizfüßen. Laufe von nun an soviel wie möglich barfuß! Operationen und Einlagen bringen nichts! Und bedenke auch: Bei fast jeder Operation wird genäht. Besonders bei Bändern und Sehnen kommt es dann zu örtlichen Durchblutungsstörungen und damit zu Narbenbildungen, welche das einwandfreie Funktionieren der Sehnen und Bänder später beeinträchtigen. Besser, man klebt mit Fibrin, aber da muß sechs Wochen alles ruhiggestellt bleiben.

Nur wenig gibt es aus der stets Schaden bringenden Chemiegiftküche, was man notfalls tolerieren kann:

Narkotika zum Operieren und Morphin für zu schlimme Schmerzen bei Todkranken. Oder wenn Du als Herzkranker beim Praktizieren der UrTherapie und Aufgeben der Medikamente Angst- oder Erstickungsgefühle bekommen solltest, dann nimm in Gottes Namen noch mal Nitro. Doch je mehr Deine Arterien frei werden, desto weniger wirst Du es nötig haben.

Auch einige andere Fälle will ich Dir hier als Beispiel anführen, wo Du Dich trotz aller

Bedenken besser in ein Krankenhaus (unter höchster Wachsamkeit) zur Behandlung begibst: Wenn die Schäden, die Du Dir durch eine wenig vorbildhafte Lebensweise holtest, unter UrMedizin zu beseitigen zu lange dauern würde. Wie z.B. bei furchtbaren Koliken, Nierensteinen, bei festsitzenden Steinen im Harnleiter, bei eierdicken Säckchen voller Gallensteine bis hin vielleicht zu wahnsinnig schmerzenden Hämorrhoiden und Geschwüren des Magens und Zwölffingerdarms.

Letztere bringt man heute mit einem den Magensäureausstoß mindernden Wirkstoff (Omeprazol, Pantoprazol (®LV227, 3785, 3793, 9933) zum vorzeitigen Verschwinden. Für kurze Zeit könntest Du mit dem Gedanken spielen, wegen ständiger Schmerzen das Zeug zu schlucken: Ein gütiges Schicksal möge Dich davor bewahren! Denn spätestens in zwei Jahren stirbt Dir Deine Haut lebendigen Leibes ab. Immer mehr verhornt sie, wird rissig, pergamenten: Jetzt bekommst Du die teure Quittung dafür, daß Du Dich zu dieser Wunderchemiedroge von den Medizinern verführen ließest: »Magengeschwüre sind heute für uns kein Problem mehr«. Kein Problem für die wunderverbringenden Kurpfuscher im weißen Kittel – wohl aber bald für Dich. So ist das, wenn man einem Mediziner sein Leid und dem Teufel seine Seele verschreibt!

Nur wenn Du Deine gläubige Rolle endlich gegenüber denjenigen ablegst, die es angeblich besser wissen, kriegst Du Dein Leben in den Griff. Gesundheitsgesetz der Natur:

**Tritt dem Leben aktiver gegenüber. Frage nicht, was der Arzt gegen Deine Krankheit tun kann. Frage, was *Du* für *Deine* Gesundheit unternehmen kannst.**

Das große Vertrauen der Menschen in die Schulmedizin basiert darauf, das sie angeblich »wissenschaftlich abgesichert« ist – der gesunde Menschenverstand aber nicht. (Welch ein großes Glück!)

Hätten z.B. die operierten Krebskranken doch nur die lebensrettende Frage an die Ärzte gestellt, als sie auf die Besorgnis ihrer Patienten sich kriminell äußerten »Sie können ruhig so weiterleben wie bisher«: Ist ihr Ratschlag auch wissenschaftlich abgesichert, Herr Doktor? Zeigen sie mir doch die randomisierten Doppelblindstudien darüber, daß dies zu meinem Vorteil ist...

Merke: Die größte Dummquatscherei auf dieser Erde entquillt den Mündern der Ärzte. Du kannst es aber nur feststellen, wenn Du ihren Behauptungen gleich nachhakst.

Fettringe um Deine Taille kündigen ein krankes Herz wie folgt an:

Wie Taillenumfang und Gesundheit zusammenhängen: Der Bauchumfang wurde in "Aktionslevel" eingeteilt. Dabei galt für Männer eine Taillenweite von 94 bis 101,9 cm als mittleres Maß, für Frauen 80 bis 87,9 cm. Probanden, deren Bauchumfang über diesen Werten lag, waren nicht nur in ihrer Lebensqualität eingeschränkt, sondern litten auch deutlich häufiger an Kurzatmigkeit beim Treppensteigen, an nichtinsulinpflichtigem Diabetes und an kardialen Risikofaktoren als ihre schlanken Mitmenschen. Pummelige Frauen wurden zudem

häufiger von Kreuzschmerzen geplagt, die ihren Alltag deutlich erschweren.

(University of Glasgow; The Lancet, Vol 351, No 9106 (1998), S. 853 – 856)

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/4/9.html> - **Update: 13.01.2000 15:48**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a>                      × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> -                      <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# 4. Kapitel. Lerne: von den Tieren der Wildnis und den Menschen der Urzeit

## 4.91 Hormone sind doch soo nützlich... 3790

»Gegen eine Behandlung bei Wechseljahresbeschwerden könntest Du aber eigentlich nichts haben - hier handelt es sich ja nicht um Medikamente, sondern um körpereigene Stoffe.«

Warum geht das nur so schwer in Dich, daß ich hier immer aufs neue wiederholen muß: Alles, was Du aus den Händen eines Mediziners entgegennimmst, schadet Dir. Wenn Du unbedingt Hormone willst, dann genügt es, Schweine-, Kalb- oder Rindfleisch zu essen, die Viehzüchter haben die Tiere damit vollgespritzt.<sup>3772, 3767, 3650</sup>

Du vergißt, daß jede nicht natürliche Eingabe in den Körper nicht von der Natur für den Menschen vorgesehen ist.

**Also: Dem Körper dadurch helfen zu wollen, daß wir ihm von außen etwas (von ihm nur ungenügend Produziertes) zuführen, das ist unnatürlich und deshalb falsch. Schon allein deshalb, weil wir ihn damit schwächen. Denn so wird er ja immer weniger eigene Hormone erzeugen.**<sup>3768</sup>

Denk doch nur mal ans Insulin. Da gibt die Bauchspeicheldrüse auch schon bald ihren Geist auf, wenn ihr Insulin künstlich zugespritzt wird! Im übrigen kann man die Hormongaben nie so genau dosieren, wie das der Körper im gesunden Zustand selbst tun würde. Was sind das nur für Frauenärzte, die ohne sich Gedanken zu machen und viel zu fragen, einfach den Zyklus verlängern, den Zyklus verkürzen, den Eisprung auslösen, den Eisprung hemmen, die Blutungen stimulieren, die Blutungen mindern! Die Geburtseinleitungen oder Wehenhemmungen vornehmen oder bis ans Lebensende Hormone noch im Alter gegen und in der Jugend Hormone zur Zyklusregulierung oder gegen Akne oder zum schnellen Abstillen verschreiben! Mit Frauen läßt sich anscheinend alles machen.

**Abgeschlagenheit, Depressionen, nachlassendes Interesse an der Partnerschaftsbeziehung und eine übermäßige Gewichtszunahme, aber auch Abmagerung, Überdrehtheit und Schlaflosigkeit sind die Folge, wenn Dir die Ärzte wegen Wechseljahresbeschwerden Östrogen-Gestagen-Hormone verschreiben.**<sup>3769</sup>

Du tauschst also nur Ertragbares gegen Schlimmeres. Wenn der Arzt Dir Hormone verschreibt, muß er Dich regelmäßig auf die bald auftauchenden Nebenschäden untersuchen! Tut er das überhaupt? Fragt er Dich nach starken Blutungen, nach locker werdenden Zähnen, nach unerträglichen Beinschmerzen, nach Depressionen und Selbstmordgedanken?

»Hormone«, das klingt so unschuldig, und doch handelt es sich um künstlich hergestellte, hochpotente Medikamente, die tief in die weibliche Biologie eingreifen und schwere bis schwerste Nebenschäden in Deinen Organen bewirken. Was Hormone aus einer Pharmafabrik anrichten können, das kannst Du unter Rz.538ff noch mal nachlesen. Bei den Hormontabletten Vemovan und Minulet erhärtet sich zum Beispiel immer mehr der Verdacht, daß sie zu Thrombosen und Schlaganfällen führen. Die Hormonkombination zum Abstillen führt bei jeder vierten Patientin zu einem Blutdruckabfall. Auch Herzinfarkte und tödlich verlaufende Schlaganfälle, plötzliche Todesfälle und hirnorganische Krampfanfälle wurden nach deren

Einnahme registriert.<sup>3490</sup>

Hast Du vergessen, daß Contergan ebenfalls ein Hormon war, genau so wie dieses DES (Diäthylstilbestrol), von dem hier bereits mehrfach geredet wurde, wie das Duogynon, welches zu Mißbildungen an Ungeborenen führte. Auch diese schrecklich schädigenden Kortisonpräparate sind künstliche Hormone.<sup>3723, 3742/4, 3757, 3788, 9519</sup>

Wenn Du als Frau unter den Wechseljahren leidest und die UrTherapie nicht aufnehmen willst, dann kaue anstelle der künstlichen Östrogene lieber laufend Süßholzwurzeln, die angeblich mit Sexualhormonen ausgestattet sind! In der chinesischen Medizin dienen sie Männern auch als Aphrodisiakum. Du kriegst sie in Naturläden.

**Wann geht das endlich in Dein von der Ärzteschaft durch geschickteste Propaganda vernebeltes Denken ein, daß von der ersten Pille, die vor 5.000 Jahren von den ägyptischen Ärzten aus Krokodilkot gedreht wurde, bis zur neuesten Filtablette von heute, die eben das Förderband verläßt, auch nicht eine einzige deshalb entwickelt wurde, um Dich gesund zu machen! Sondern um die Geldbeutel ihrer Hersteller und Vertreiber anzufüllen.**<sup>9970</sup>

*Natürliche* Hormone dagegen haben ihre guten und zweckbestimmten Aufgaben zu erfüllen. So versetzen sie z.B. stillende Mütter in einen anderen Hormonzustand als Frauen, die nicht stillen. Am Anfang hat das natürlich in richtiger Menge im Körper produzierte Oxytocin die Funktion, die Gebärmutter schnellstens wieder auf den Originalzustand zu reduzieren, was bei nichtstillenden Müttern langsamer vorangeht. Enorme Quantitäten von natürlichem Prolaktin werden produziert, um Milchproduktion und den Milcheinschuß zu gewährleisten. Prolaktin bewirkt bei der Frau auf körperlicher Basis die Unterdrückung des Eisprungs, normalerweise etwa ein Jahr lang oder so lange, wie die Frau voll stillt. Die Frau ist durch dieses Hormon »gezwungen«, sich mütterlich zu verhalten. Sie geht also automatisch auf die Bedürfnisse des Kindes ein, läßt es nicht schreien, leidet, wenn sie berufstätig sein muß und, sofern sie ihrem Instinkt gehorcht, läßt das Baby bei sich schlafen: nämlich da, wo es hingehört! So kann das Kind nachts gestillt werden, die Mutter wird manchmal nicht mal richtig wach davon...- Das Baby spürt die Atembewegungen der Mutter, ihre Wärme, ihren Duft und fühlt sich wohl geborgen. Gerade der empfindliche Körper der Frau gerät völlig aus dem Gleichgewicht, gibt der Arzt nach seinem Gutdünken Hormone.

»Doch das mußt Du zugestehen - es gibt ein gutes Hormonmittel: die Pille!«

Papperlapapp, was Du da sagst. Inzwischen weiß man mehr darüber, wie teuer diese Art des Verhütens von den Frauen erkaufte wird.<sup>1103, 1110, 3703/4, 3774, 3784</sup> Die Pille schwächt in jedem Fall die Abwehrkraft der Frau. So wird es Pilzen im Körper möglich, ins Blut zu wandern und von dort die Vaginalflora mit *Candida albicans* zu überfluten. Also: Laß Dich vom Arzt nicht verrückt machen:

Harmlos ist das auch mit kindlichen Herznebenentönen, zu dicken Mandeln, Nabelbrüchen und vielen anderen sog. »Abnormitäten«. Das geht alles später von selbst weg. Wenn Du Dein

Kind mit urkostgebildeter Muttermilch stillst und ihm später harte UrKost zu essen gibst, dann kriegt es die schönsten Zähne, die Du ihm wünschen kannst. Und es bleibt für immer gesund, wenn Du es nicht zum Doktor bringst, der ihm z.B. »zur Erleichterung für das arme, leidende Würmchen« ein bißchen »gut verträgliche« Chloramphenicol für den »schrecklichen Husten« oder das »schlimm geschwollene Gesichtchen« verschreibt.<sup>3496</sup> Was dumme Eltern vom Arzt ja auch erwarten... Und was Dich dann Jahre später (wegen seines dadurch bedingten Knochenmarkschwunds) zu ständigen Bluttransfusionen und allen möglichen anderen Behandlungen für das dann wirklich arme Würmchen zwingt und Dich und Dein Kind so zum Sklaven und unfreiwilligen Sponsoren des Medizinerkartells macht. Glaub mir: Die Mediziner von heute wissen so wenig von den Spätschäden der von ihnen verschriebenen Chemiegifte wie die Ärzte vor zweihundert Jahren, als sie Quecksilber und Arsen für alle Krankheiten verordneten. Wer von den gutgläubigen Eltern ahnt denn auch schon, daß der »harmlose Hustensaft« von damals als Auslöser hinter dem gräßlichen Leiden ihres Kindes von morgen steht... Merke: Dieses Dreckszeug »Hustensaft« (klingt ja schön nach Natur, nach Obstsaft, nach »Saft und Kraft«) stammt aus einer Zeit, als man noch nicht wußte, daß Silikon nur in Autos gehört, aber nicht ins Brustfleisch der Frauen. (©Rz.170)

### Gesundheitsgesetz

**Die Natur will ihren jungen Geschöpfen das Leben nicht »erleichtern«. Sie will sie stark, hart und widerstandsfähig für dieses Leben machen. Damit das Leben für sie später nicht unerträglich wird und sie ihren Eltern und Mitmenschen nicht zur Last fallen und zur Qual werden. Jeder hat heute genug mit sich selbst zu tun.**

»Meine Kinderärztin ist so besonders lieb...«<sup>2350, 2451, 2690ff</sup>

Unheilbringendes schulmedizinisches Denken verträgt sich bestens mit herzlichen und liebevollen Charaktereigenschaften. Trenne stets den Charakter eines Menschen von seinem Beruf, mit dem er sein Geld verdient.

Die das Henken durchführen, servieren dem Delinquenten immer vorher sein Lieblingsgericht und lächeln ihn an - bevor sie ihm die Augen verbinden.

Damit die Süßwarenindustrie den in den Gazetten das Wort habenden Medizinern fette Gefälligkeitshonorare zustecken kann und Dein Kind zum frühen Gebißkrüppel wird, mit dem Du als Mutter Deine Zeit beim Zahnarzt vertun mußt, solltest Du nur auf die Kinderärzte hören! Aber beschwere Dich nicht, weil dadurch Dein Kind immer dümmer oder zappeliger wird:

**Wasser trinken Kinder nur ungerne. Zu Recht, sagen Kinderärzte. Sie raten zu Getränken mit Geschmacksstoffen wie süßer Limo. (Neue Revue 6.6.1996) <sup>2076</sup>**

**Naschen für Kinder gesund**

**Wenn Kinder keine Gewichtsprobleme haben, sollten sie zwischen den Mahlzeiten**

**immer mal was zu naschen bekommen - rät der amerikanische Kinderarzt Dr. Ronal Kleinmann aus Boston. (BUNTE Nr. 22/1991)**

Mit dem hier versammelten Wissen aus meiner 50 jährigen Lebensbeobachtung kannst Du selbst als nicht sonderlich gebildete Mutter Dir und vor allem Deinem Kind jede Frage richtig und seine Seele aufbauend beantworten. Denn Du beziehst Dich ja immer auf die Natur – also auf das göttliche Wirken.

Selbst so »harmlose« Mittel wie Fußpilz- und Kopfläuselösungen sind bedenklich. 1913, 3610, 9985

Viele Kinder erlitten schwere, nicht mehr behebbare Hirnschäden, nachdem ihre Eltern ihnen auf Rat mitfühlender Ärzte insektenabwehrende Sprays oder Lotion aufgetragen hatten.<sup>3700</sup> Ein paar Tropfen des aus Teer gewonnenen Holz-»Schutzmittel« Karbolineum auf Deiner Haut - und 10 Jahre später wuchert irgendwo der Krebs in Dir. Statt also eines Giftes gegen Fußpilz: Geh lieber ein paar Tage barfuß oder gib Dir Heilerde zwischen die Zehen. Oder betupfe sie mit Apfelessig und nimm Deine UrMedizin - dann sollst Du mal sehen, wie schnell der Fußpilz verschwunden ist. Habe etwas Obstessig und Heilerde bei Reisen und bei Saunabesuchen immer mit und beuge dort gleich vor.

**Sieh nur mal, wie einfach es Dir die Natur macht, aus solch kleinsten Hinweisen zu erkennen, was richtig für Deine Gesundheit ist: Fußpilz fängst Du Dir nur nach einer heißen Dusche ein. Ergo - heißes Duschen ist unnatürlich. Laß es sein, dann können Dich Pilze nie belästigen! 40% aller Hautkrankheiten sind ebenfalls dem heißen Duschen zuzuschreiben.<sup>8205, 3610</sup>**

**Und wenn Du bereits unter Fußpilz leidest: Trage mal offene Sandalen oder laufe barfuß!**

**Du brauchst keinen Kaffee mehr am frühen Morgen, wenn Du sofort aus dem Bett heraus kalt duschst. Nur Mut, so schlimm ist das gar nicht. Etwas Abhärtung tut Dir gut! Du mußt es nicht gerade mit Pfarrer Kneipp<sup>8206</sup> halten, aber mal im Winter barfuß durch den Schnee laufen - das kann sogar Spaß machen, wenn Du es mit anderen zusammen tust, und Ihr 'ne kleine Schneeballschlacht dazu einlegt.**

Ich bin jedenfalls schon mit 17 Jahren darauf gekommen, daß so was gar nicht so unangenehm ist, wie Du es Dir vielleicht vorstellst. Obwohl mich damals nicht Gründe der Gesundheit - wer denkt in diesem Alter schon daran! -, sondern ganz andere dazu zwangen, bereits um fünf Uhr früh barfuß bis zum Hals durch den Schnee zu stapfen ... War doch damals ein junges Mädchen am späten Abend heimlich still und leise zu mir ins Bett geschlüpft, von der ich mich leider - standen doch meine sittenstrengen Eltern bereits um halb sechs auf - vorzeitig losreißen mußte, um sie auf den Nachhauseweg zu schicken. O Gott, wenn man uns damals erwisch hätte!

Ich hatte die Tür bereits hinter ihr abgeschlossen und wollte mich gerade unter das noch



warme Federbett verdrücken, als es mir heiß einfiel: Draußen hatte es geschneit! Und auf dem kleinen Weg durch den Garten zum Törchen wären doch die zierlichen Stöckelschuhabdrücke meines nächtlichen Schätzchens meinem Vater sogleich in die Augen gefallen, wenn er zur Arbeit ging. Sollte ich nun den ganzen Weg freischaufeln, um sie zu verwischen?

Nein! Dafür war die Zeit zu kurz. Also lief ich mit meinen nackten Füßen über die zierlichen Tritte da im Schnee und auch noch ein paarmal im Garten umher... Geweckt wurde ich erneut durch die laute Stimme meines Vaters: »Eva! Eva! Komm mal schnell raus und schau Dir den Garten an. Der Jung ist jetzt ganz verrückt geworden! Mitten in der Nacht ist der im Schnee rumgerannt!«

Ich hatte dann schon einige Mühe, meinen Eltern klar zu machen, daß ich weder - wie meine Mutter meinte - mondsüchtig geworden sei, noch verrückt, sondern mich nur nach Pfarrer Kneipp hatte abhärten wollen...

»Halt, Du vergißt zu den guten Mitteln der Chemie die Kosmetika zu rechnen«, meinst Du, »allerdings habe ich leichte Zweifel, ob - Frauen schwören ja drauf! - die Haut immer feucht mit diesen Feuchtigkeitscremes gehalten werden muß.<sup>1511, 2780ff</sup> Du glaubst gar nicht, wie abstoßend das ist, wenn ich sie dann mal anfassen oder ihr einen Kuß geben will.«

In meinen Ratschlägen steckt oft viel vom zweiten Teil des Wortes Ratschlag. Aber wenn Du ehrlich sein willst, mußt Du zugeben, daß die manchmal nötig sind: Sich selbst den schlimmeren Schlag aber versetzen sich die, welche an sich eine Schönheitsoperation vornehmen lassen und nicht in Ehren ihr wirkliches Alter tragen möchten.<sup>2773</sup>

Das einfachste Verschönerungsmittel einer Frau darf ich leider nicht empfehlen, es entspricht nicht dem Sinn der UrTherapie: Es wäre eine Flasche Wein. Die ihr Begleiter getrunken hat...

Kommen wir zuerst zu den alkoholgetränkten Naßtüchlein fürs Po-Abwischen. Merk Dir: Für Deine Analhygiene ist nur klares kaltes Wasser ohne Desinfektionsmittel und Desodorantien das Beste! Und für Penis und äußere Schamlippen (aber nie für innen in der Scheide) höchstens einmal täglich Seife. Die sorgfältig abgespült werden muß, damit deren Fettsäureester die Schleimhäute nicht zusätzlich belastet.<sup>9485, 9600</sup> Mir ist die gründliche Nasenreinigung - besonders in der Früh und vor allem vor dem Schlafen gehen ein unverzichtbares Bedürfnis geworden. Und das sollte es Dir ebenfalls sein: dreimal kaltes Wasser einziehen und tüchtig wieder ausschnufen! Darauf willst Du nie mehr verzichten wollen, bist Du mal erst dran gewöhnt. Den Muslimen wird's sogar von ihrer Religion dreimal täglich vorgeschrieben. Öffne Dich dem Unbekannten!

**Was die Parfüms betrifft: Wenn die süßesten Geschöpfe der Schöpfung doch nur wüßten, daß die meisten Männer nur so tun, als würde sie dieser Kunstgeruch um eine Frau anziehen! Jede Hure weiß, daß sie sich länger bemühen muß, wenn sie ein Parfum aufgelegt hat, und läßt es lieber weg. Nur der »Naturgeruch« einer Frau kann einen Mann so anziehen, daß er ihr manchmal allein deswegen für immer verfällt.**

Kannst Du Dir etwas Fürsorglicheres vorstellen, als die weise Natur, wenn Du das Folgende liest? Und müßtest Du diese Weisheit nicht auch für alles andere annehmen, was sich in Deinem Organismus abspielt?: Warum sollst Du im Innenohr nicht zu tief mit Wattestäbchen herumfummeln? Einmal, weil dadurch nur zu leicht das Ohr verstopft wird. Weiter gibt Dir die Natur einen Hinweis: Würde z.B. eine Hornisse Dein Ohr mit einer Blüte verwechseln, könnte das gefährlich für Dich werden. Reflexmäßig würdest Du in den Gehörgang greifen und so den Stich auslösen. Damit das nicht passieren kann, hat die weise Schöpfung das Ohrenschmalz für Mensch und Affenmenschen entwickelt. Dieses besteht aus 120 verschiedenen Stoffen: Einer davon wirkt giftig und verscheucht sofort Kleingetier und Insekten, kann sie sogar töten... Siehst Du, deshalb ist Dir auch noch nie eine Spinne oder Mücke ins Ohr gekrabbelt.

Diesmal kein »schlag« im Rat: Nimm Lavaerde statt des chemischen, flüssebelastenden Schampons für die Haare. Deren kolloidale Struktur vergrößert die Haaroberfläche außergewöhnlich und ist somit bestens geeignet, Schmutz- und Fettstoffe an sich zu binden. Du solltest sie aber einen Tag vorher mit Wasser ansetzen. Fülle also einen Teil der Erde in ein verschließbares Glas mit großer Öffnung, und gib etwas Wasser dazu, bis sie cremig wird. Dann hast Du stets waschfertige Erde zur Verfügung. Vielleicht haben sich früher viele Menschen in Italien nur mit Lava gewaschen! Darauf deutet schon die italienische Wortverbindung lavare = abwaschen hin.

Ganz Empfindliche können sich aus Honig, Olivenöl und Lavaerde oder Lehm eine ganz milde, umweltschonende Seife selbst herstellen.

So wie es der Pharmaindustrie mit Hilfe ihrer schulmedizinisch tätigen Jünger gelang, die Menschen einer allgemeinen Gehirnwäsche zu unterziehen und sie davon zu überzeugen, daß schwerste Gifte und schlimmste Chemikalien sie von ihren Leiden zu heilen vermöchten, genau so brachten die Kosmetikfabrikanten mit Hilfe der Medien und einem in die Billionen gehenden Werbeaufwand das Kunststück fertig, allen die Hirne soweit zu verschmieren, daß ihnen kein klares Denken bezüglich Körperpflege mehr möglich wird. Mit der Behauptung nämlich, daß ein Zुकleistern der nach Luft verlangenden Poren die Haut der Menschen schön machen und jung halten würde.

**Während normalerweise jedem klar ist, daß Feuchtigkeit in der Wohnung ungesund ist, daß sie die Tapeten schimmelig werden läßt, Modergeruch hervorruft, im Keller das Mauerwerk zerbröselt, die Holzbalken auf dem Dachboden durch Schwamm zersetzt, brachte und bringt es die Täuschungs-Propaganda der Cremeanrührer fertig, den Frauen weiszumachen, ihr fünftes Sinnesorgan brauche Feuchtigkeit. Wissen: Nur die Haut einer Leiche braucht Feuchtigkeit, damit sich diese zersetzen und von Bakterien und Würmern besser abgebaut werden kann.**

Sich mittels Feuchtigkeitscremes<sup>9864</sup> aber die eigenen Schweiß- und Talgdrüsen zuzuschmieren, heißt tatsächlich nichts anderes, als die nötige Hautausdünstung auf längere Zeit zu verhindern und die Haut langsam, aber sicher zu einer häßlichen, leichenähnlichen Schwarte zu machen. Abgebrüht wie Pharmazie- und Kosmetikfabrikanten nun mal sind, arbeiten beide mit gleichen Tricks. Und nutzen das Nichtverstehen von Termini bzw. die

Werbung mit »natürlichen«  
Ingredienzen (die höchstens 0,01% ihres Chemiekleisters betragen) bei den Abnehmern ihrer Schwindelware, um deren Gutgläubigkeit mit leeren, aber beeindruckenden Worten zum Kauf zu bewegen. Denn wer weiß schon, daß z.B. »wertvolle Glycerinöle« die Haut in einem Jahr schuppig gemacht haben, daß »die Haut schonende Allantoine« nichts anders als ein Zwischenprodukt des Eiweißstoffwechsels zum Ausscheidungsprodukt Harnstoff darstellen.

»Aber es macht die Haut geschmeidig«, sagst Du.

Was nichts anderes bedeutet, daß sie aufgeweicht wird - wie Deine Wäsche vom Waschpulver.

Und was längst abgestorbene Pflanzenmoleküle von Kamille, Echinacea oder Mentha piperita bewirken könnten, das wissen die Hersteller nicht mal selbst. Geschweige denn zu sagen, was z.B. ein Extrakt des nur als Abführmittel zu gebrauchenden Pflänzleins Aloe Vera oben auf der Haut soll? Genau so verrückt ist es, sich von Reformhaus- oder Naturladenkosmetik von den Worten Kollagen, Elastin oder Liposomen beeindrucken zu lassen. Liposome (Elementarmembrane aus Lecithin und Cholesterin) sind gemäß Ihrer Struktur einfach nicht dazu fähig, ihre »wertvollen Wirkstoffe« in die Haut einzuschleusen. **Wirklich wertvolle Wirkstoffe können - außer von der Sonnen-, Kosmos-, Erd- und bioenergetischen Strahlung - nur von innen an Deine Haut herangetragen werden. Wann endlich begreifst Du das?**

Frechheit der Lügen von Chemiefabrikanten wird nur noch von der Sehnsucht einfältiger Frauen übertroffen, die sich einbilden, Gesundheit und Schönheit seien käufliche Güter.<sup>9600</sup>

Was in die Haut tiefer eindringt und dort etwas bewirkt, das sind chemische Mittel: Genau wie Medikamente täuschen sie Dir zunächst einen Erfolg vor, zeigen Dir aber bald ihr wahres Gesicht. Bei den Antifaltencremes sogar schon am nächsten Tag: Abends haben sie Dir die Gesichtshaut schön gestrafft - aber am nächsten Tag siehst Du um ein paar Jahre mehr gealtert aus.

Deinen Körper reinigst Du am besten nur mit kaltem Wasser. Was so ein Duschgel nämlich an Chemie enthält, das will ich Dir sagen: Seifenwurzel, Natriumlaurethsulfat, Natrium (PEG-6) Cocamidocarboxylat, Dinatriumlaurethsulfosuccinat, Tridecethcarboxamid, PEG 120 Methylglucose-Dioleat, Hydrolysat, Zitronensäure Betain, Xanthan, künstliche Duftstoffe, Bindemittel, Emulgatoren, Pestizide, Fungizide.<sup>2780, 9616, 9864</sup> Die letzten Verschönerungs-Schreie: **Warum sinnlos oder schädlich?** Massage: Die Elastizität des empfindlichen Bindegewebes wird nach und nach geschwächt. Die Haut wird schlaff. Du wunderst Dich, daß sie immer mehr hängt. Bodywrapping: Trugschluß. Nur kurz danach sieht's etwas besser aus. Lymphdrainage: Wäre nur sinnvoll, wenn aus allen 45000 km langen Lymphbahnen die Lymphe zu ihren Reinigungsorganen zu pressen wäre. Ultraschall: Soll Creme in die Zellkerne »hämmern«. Diese sind aber durch undurchlässige Membrane gegen körperfremde Stoffe geschützt. Cellolypolyse mit 15cm langen stromdurchleiteten Nadeln entwässern sie zwar, aber mit dem nächsten Getränk sind nach einer Woche alle Depots wieder aufgefüllt. Vitamin-u.a. Zusätze wirken nur dann unschädlich, wenn sie in fester Verbindung mit den

Sekundärstoffen der frischen Pflanze stehen. Wußtest Du, daß Regenwasser die Haut am schönsten macht? Deshalb: Sammele Regenwasser, wenn Du ein Eigenheim hast oder auf dem Land wohnst. Es lohnt sich, ein Faß aufzustellen, in dem Du Regenwasser auffangen kannst. Eine Wäsche mit Regenwasser ist das Beste, was Du für Deine Haare und Deine Kopfhaut tun kannst. Übrigens: Regenwasser ist auch das beste Trinkwasser, wenn es sauber ist. Jeder Häuslebauer sollte sich das Vergnügen bereiten, sich eine Zisterne oder einen Regenwasserbehälter unter dem Dach anzulegen.

Da es sich in meiner Nachbarschaft schon längst rumgesprochen hat, daß ich was von Medizin verstehe, werde ich hier und da schon mal um kleinere Hilfeleistungen angegangen. Kommt da neulich ganz aufgeregt eine stets schon von weitem nach dem schrecklichen Avon duftende Nachbarin zu mir und meint auf ihren Rücken weisend: »Da sitzt bestimmt eine Zecke, die fühlt sich ganz dick an. Können Sie mir die nicht schnell wegmachen? Mein Mann eckelt sich davor.« Ich hole meine feine Pinzette, setze sie drehend hinter dem schon tief eingegrabenen Kopf an, drehe nach rechts und vergesse, daß nur nach links richtig ist - und halte deshalb nur den Zeckenleib zwischen der Pinzettenspitze. Nun versuche ich, den Kopf des Tierchens durch leichtes Kratzen mit meinem linken Zeigefingernagel herauszupuhlen, während meine rechte Hand noch immer den Körper der Zecke hält - da meldet sich die kleinlaute Stimme meiner Nachbarin: »Sie müssen schon entschuldigen, das ging alles so schnell, aber ich hatte einfach keine Zeit, mich vorher zu waschen...«

Hätte sie mal mein Buch gelesen, wüßte sie, daß ich's gar nicht so sehr mit dem ständigen Waschen habe...

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/4/91.html> - **Update: 13.01.2000 15:48**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a>	× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr
--	---

# 4. Kapitel. Lerne: von den Tieren der Wildnis und den Menschen der Urzeit

## 4.92 Schulmediziner: 's sind viele Wölfe im Schafspelz darunter 2385

»Die Ärzte und Wölfe? Ich bin zwar ziemlich ernüchtert von den Medizinern, seitdem ich das hier alles gelesen habe, aber das ist wohl doch übertrieben!«

Laß doch endlich davon ab, Dir schöne Illusionen über Menschen zu machen. Daß sie weiterhin zu essen empfehlen, was den Krebs verursacht, das zeigt die wahre Einstellung der Mediziner, falsches Mitleid vorgebend:

»Wenn jemand bei einer Krebserkrankung ohnehin Mühe hat, sein Gewicht zu halten, ist eine schwerverdauliche kalorienarme Kost überhaupt nicht empfehlenswert. Solch ein Patient braucht hochkonzentrierte Nahrung, damit er bei Kräften bleibt. Gerade Kranke, denen gar nichts mehr schmecken will, sollten essen, was sie wollen. Wer einem durch Krankheit besonders sensiblen Patienten Angst und Schuldgefühle einflößt, weil er seinem Appetit auf Schnitzel oder Sahnetorte nachgegeben hat, kann ihn damit nur noch kränker machen.« (So eine schreckliche, unverantwortlich daherquatschende Dr. Bruntsch in »Neue Post« 6/1990)

Denen ist lieber, daß Du als Krebskranker Dein Gewicht behältst, und damit auch Deinen Krebs, der wiederum so manches Krankenhaus gesund hält, statt daß Du dünn, aber wieder gesund wirst.

Von den Medizinforschern wurde z.B. auch festgestellt, daß Vitamin D sich in der Lage zeigt, das Wachstum von bösartigen Tumoren der Brust zu hemmen.

Doch zieht nun die Schulmedizin den Schluß daraus, daß dies doch eindeutig dafür spricht, daß Krebs kein örtliches Leiden ist, sondern eine Allgemeinerkrankung des Körpers? Und stellt deshalb das Operieren, Chemotherapieren und Vernichtungsbestrahlen ein - und rät zur Sonnenbestrahlung, weil Sonne im Körper Vitamin D bildet? Im Gegenteil!

**Sie versuchen nicht nur, Dich drogenabhängig und damit zum immer wiederkehrenden Kunden, sondern auch Deine Kinder<sup>5105</sup> zu ihren Dauerpatienten zu machen: 1,8 Million mal verschreiben Kinderärzte dieser Bundesrepublik jährlich - mit steigender Tendenz - leichtfertig, gewissenlos und ungestraft süchtig machende Psychopharmaka an unsere Kinder. Drogen reinsten Wassers, wie Dir jeder Fixer bestätigen wird. Eineinhalb Millionen schlimmster Verbrechen jährlich am liebsten und wertvollsten was wir haben: unseren Kindern. Das aber ist den Kinderärzten noch immer zu wenig.** <sup>2510, 5514f, 5505, 5510</sup>

Mehr als die Hälfte dieser Drogen wird sogar Kindern unter sechs Jahren verschrieben, damit so die Eltern wegen der kindlichen Nachfrage nach den Suchtstoffen gezwungen sind, nun alle naslang mit den Chipkarten zum kinderärztlichen Drogendealer zu rennen. Den Sohn meiner Freundin versuchte man schon vor Jahren mit der Chemiekeule zu erschlagen - nur weil der ihnen »viel zu ruhig« erschien. »Päppeln wir seine Nerven mal mit etwas Preludin auf«, machte der Kinderarzt meine Freundin ungefragt weich, »damit Sie mehr Freude an dem kleinen Kerl haben!« Was wußte die damals schon von Weckaminen! Klang doch nach Vitaminen, und wer nimmt schon an, daß der Arzt einem Kind etwas verschreibt, das den Junkies Hasch, Kokain oder Heroin ersetzen kann! Der Sohn eines meiner Gesangsfreunde war dem Kinderarzt zu unruhig. Ihm wurde klargemacht, sein Kind habe das Zappelphilippsyndrom. »Mit ein paar guten Medikamenten (gemeint waren Ritalin, Tofranil, Dexodrin, Mellaril, Cylert, Pipamperol, Promethazin, Thorazin, Haldol) haben wir das aber schnell im Griff« hieß es. Bald wieselte das Söhnchen tagsüber tatsächlich nicht mehr so herum. Dafür hatte er sich Brechanfälle, Magenkrämpfe, Schwindelgefühle und Verwirrtheitszustände eingehandelt. Und nervte nun nicht mehr tagsüber, sondern nachts seine Mutter, da er nicht mehr richtig schlafen konnte.

Woher sollte mein Gesangsfreund auch wissen, daß mit Drogen ähnlicher Bauart die Insassen in den Nervenheilanstalten »ruhiggestellt,« was meint seelisch abgetötet werden? Sagen die Mediziner das den Eltern? Sagen sie die Wahrheit? Nein! Noch geschickter als Politiker verstehen sie, diese zu verdrehen:

**Sie nennen das Süchtigmachen und Kaputtmachen unserer Kinder höchst vornehm und eindrucksvoll, ins Positive verdrehend und die Gefühle düpierend: »Eine Therapie für zerbrechliche Kinderseelen!«<sup>5106, 5110f</sup>**

**Tut mir leid, daß ich Dir jetzt auch noch den Glauben an die Kinderärzte zerstört habe. Du magst Dich dafür mit der Feststellung trösten, daß jeder verlorene Glaube eine gefundene Wahrheit ist.**

Auf einem Kongreß der Kinderärzte heizte der Hauptredner sogar den zuhörenden Medizinern ein, Psychopharmaka für Kinder seien unverzichtbar.

Die Schulmedizin hat das Tablettenschlucken so populär gemacht, die drogendealende Ärzteschaft hat es so eingebürgert, daß Mütter es für völlig selbstverständlich finden, ihre Kinder damit zu füttern, um damit die Grundlage für späteres Suchtverhalten (Drogen, Alkohol, Rauchen, Hasch u.u.u. zu legen und sie und sich selbst unglücklich zu machen!<sup>2534, 5010, 5100ff, 3810, 5504</sup>

**Psychopharmaka für Kinder. Nach wie vor unverzichtbar!**<sup>5513</sup>

Prof. Martinius klagt: Es wird viel zu lang damit gewartet. (Medical Tribune Nr. 46, 13.11.1992/35)

Heiliger Zorn erfaßte mich, als ich mich zu lesen überwand, was Professor Martinius da den Ärzten und Kinderärzten an Rattenfängermethoden zur Nacheiferung auf den Weg in ihre Praxis mitgab. Befürchtet er doch, daß die meisten unserer hyperaktiven Kinder zur Umsatz-, Entschuldigung, der Herr Professor meinte natürlich zur Gesundheitssteigerung eine »dringend benötigte Therapie« *nicht* erhalten würden...

Wir können nur hoffen, daß seine Befürchtungen auch weiterhin bestehen bleiben. Angesichts der Tatsache, daß bereits hunderttausende Kinder psychopharmakaverseucht und auf dem besten Weg zur Süchtigkeit sind. Es soll schließlich noch Ärzte geben, die sich nicht zu Drogendealern herabwürdigen lassen mögen, auch wenn er sie anklagt, sie warteten mit den Verschreibungen der von ihm nur als empfehlenswert dargestellten Psychodrogen »viel zu lange«.

**Wie lange noch werden sich einem Rest von Moral und Ethik verpflichtet fühlende Ärzte solche ex cathedra verkündeten Aufrufe zum vermehrten Süchtigmachen unserer Jugend einfach so hinnehmen, tolerieren oder gar befolgen? Wie lange noch wollen sie vor den Leithammeln und Tonangebern ihrer gnadenlosen Schulmedizin stillschweigen? Wäre es nicht an der Zeit, aufzubegehren gegen den Allmachtsanspruch hybrider, chemiebesessener, mit der Pharmaindustrie sich im Einklang befindlichen Medizinprofessoren?**

Besonders, wenn sie wie Prof. Martinius die Stirn besitzen, eine Bewertung und Diskussion ihrer Durchsetzungswünsche von vornherein auszuschließen. Läßt er in besagtem Artikel doch wissen, daß er anderen Kollegen nicht zutraut, sachliche Argumente vorzutragen. So qualifiziert er solche Diskussionen bereits im voraus als »obsolete Glaubenskriege« ab. Für ihn bedeutet seine Drogenmißhandlung von Kindern »der einzige Weg« zu einer »Hilfe«.

Schließlich weiß heute auch der uninformativste Hausarzt, daß Psychopharmaka für Kinder die klassischen Einstiegsdrogen für Hasch, Marihuana, Kokain und Heroin bedeuten. Mir wurde speiübel, als ich die Aussage dieses Chemieapologeten von München las.



Gerade er als Spezialist in Sachen Psychiatrie sollte wissen, wie prägend das Tun und Lassen in der Kindheit für ein ganzes Leben ist und wie fest der Grundstein für das Selbstbild des Kindes bereits in den ersten Jahren gelegt wird. Und wie sehr der Glaube an die alle Probleme lösen könnende Droge und der dadurch ausgelöste schnelle Griff zur Pille beim Kind zur eingefahrenen Gewohnheit

und damit zur fast unauslöschbaren Programmierung wird.

Wobei diesem Süchtigmachungs-Professor genauestens bekannt sein muß, will er zu recht seinen Titel führen, daß diese »dringendst benötigte Therapie« in Wirklichkeit seelisches

Leben und Ausleben unserer Kinder niederknüppelt, die Leiden nur zudeckt, die Leidenden betäubt und geistig entmündigt. Das mag - die Medikation dafür ist ja fast die gleiche - für die Behandlung der Mania in einer Nerven»heil«anstalt noch hingenommen werden. An unseren Kindern praktiziert bedeutet das Anwenden solcher Unheilmittel nichts als frevelhaftes und amoralisches Tun - bar geringster ärztlicher Ethik.

Man hat lange geglaubt, das Zappelphilippsyndrom sei eine psychische Störung, und die Behandlung durch einen Psychotherapeuten sei das Mittel der Wahl. Neuere Untersuchungen wollen jedoch wissen, daß Stoffwechselfdefizite im prämotorischen Bereich der Hirnrinde für diese Ruhelosigkeiten verantwortlich sind. Andere führen diese Stoffwechselstörungen auf den vermehrten Phosphatverbrauch zurück. (In den letzten 30 Jahren hat sich dieser um etwa 300 Prozent erhöht. Getreide und andere landwirtschaftliche Produkte nehmen durch die Überdüngung der Böden heute zwölfmal soviel Phosphat auf wie früher.) Andere Studien denken auch an eine Verschlechterung des Basen-Säure-Gleichgewichts durch zuviel tierische Produkte in der Nahrung.

Der Wahrheit am nächsten dürfte eine Untersuchung der Yale Universität in New Haven stehen.

Sie will den Hauptverantwortlichen für das Hyperkinetische Syndrom, die Minimale Zerebrale Dysfunktion und die Aufmerksamkeits-Defizit-Störung herausgefunden haben: den Zucker. Gerade der kindliche Körper reagiere auf dieses denaturierte Genußmittel mit einer vermehrten Ausschüttung von Adrenalin, was nicht nur zu Spannungen und Nervosität, sondern auch zu Unlust, Schwäche und Zittern führe.

Wie wäre es denn, wenn die Mediziner allen Eltern der hyperaktiven Kinder raten würden, statt Zuckerlimo einen genau so durststillenden, frisch gepreßten Orangensaft anzubieten? Und anstelle von Süßigkeiten das Essen von Früchten durchzusetzen. Und dem Wunsch nach einer Verschreibung von Psychopharmaka, falls er massiv vorgetragen wird, mit einem noch massiveren Nein! entgegenzutreten, um gleich anschließend eindringlichst zu bemerken: »Sie sind mir zu lieb dafür, daß ich Ihr Kind mit Mitteln für Geistesgestörte schädige oder in ihm den Grund zu einer späteren Leukämie lege. Glauben Sie mir: Ihr unruhiges Kind macht Ihnen heute sicherlich Sorge - aber ein süchtiges Kind bringt Ihnen später schlimmstes Leid. Und sie müssen sich ewig Vorwürfe machen, wenn Sie es mit diesen Mitteln eventuell sogar in einen frühen Tod treiben.«

Was erspart ein solcher Arzt dadurch den Kindern? Das: Bei den Neuroleptika die vielfältigen Nebenwirkungen, die bekanntlich Legion sind (siehe Beipackzettel). Bei den Antidepressiva<sup>3672, 3850</sup> erspart er unseren Kindern die 153 bislang aufgelisteten Nebenschädigungen, von Akathisie über Erbrechen und Wachstumshemmungen bis hin zum Zungenschlundsyndrom. Bei dem von ihm besonders herausgestellten unverzichtbaren Mittel Clomipramin erspart er sich selbst den Vorwurf eines Kunstfehlers, da dessen Anwendung bei Kindern unter zwölf Jahren als kontraindiziert gilt.

Das von Prof. Martinius auch empfohlene, unverzichtbare, nicht trizyklische Antidepressivum



Fluvoxamin wird von der isländischen Arzneimittelbehörde sogar als teratogen (zur Erinnerung: teratos heißt Ungeheuer) und nierenschädigend eingestuft. In England hat es nach nur 16monatiger Einführung bereits zu 961 Nebenschädenmeldungen (einschließlich fünf Todesfälle) geführt. Fluvoxamin führt unter anderem in der ersten Behandlungswoche zu vermehrten Angstzuständen. Aber was soll's! Dagegen gibt es ja nach den Empfehlungen des Professors wiederum eine Remedur: die Benzodiazepingabe. Die nämlich löst Angstzustände bei Kindern auf...

Sicher: Kinder haben wie Erwachsene mit Ängsten zu tun. Besonders, wenn sie von ihren Eltern allein gelassen, geschlagen oder angeschrien werden. Hier gehören allerdings in erster Linie die Eltern behandelt und nicht das Kind. Benzodiazepine sind Präparate, die bereits nach geringsten Dosen abhängig machen können, und die später - wie bei den Analgetika - die Leiden verstärkt erzeugen, wogegen sie gegeben werden, und die obendrein zu 84 verschiedenen anderen Krankheiten führen können. Von der Amnesie über die Schlaflosigkeit bis zum Zittern der Glieder...

**Nun wird also die Mutter nicht mehr tagsüber, sondern in der Nacht von ihrem Kind auf Trab gehalten und zusätzlich noch um ihren Schlaf gebracht! Welch ein unverzichtbarer Fortschritt! Das ist die Wirklichkeit der vom professoralen Fachspezialisten für gestörte Kinder als »bewährt« bezeichneten Drogen.**

Außerdem läßt er seine Kollegen zwar wissen, daß man Hyperaktivität »pharmakologisch nicht auflösen kann«. Doch im gleichen Atemzug teilt er mit, daß es bewährte Hilfen in Form der klassischen Neuroleptika dafür gäbe. Seiner Feststellung, dagegen sei nichts machbar, steht somit seiner Behauptung gegenüber, daß doch etwas dagegen zu machen sei. Solche Logik sollte er schon näher erklären, zumal schon nach kurzem Neuroleptika-Gebrauch von irreversiblen extrapyramidalmotorischen Schäden berichtet wird. Aber der Herr Professor vermag ja - falls eine solche Verordnung dann daneben geht - weitere Mittel für unsere Kinder anzudienen. Da empfiehlt er dann besonders die Psychodroge Naltrexon als eine »interessante Hilfe gegen autistisches Verhalten«.

Das ist schon wirklich interessant, von einem sich als Wissenschaftler verstehenden Mediziner solches zu vernehmen. Stellt es doch ein absolutes Novum in der neueren, sehr überraschungsreichen Medizingeschichte dar, ein gefährliches Medikament mit der Begründung für Kinder zu empfehlen - es sei »neu und interessant«.<sup>3711, 9717</sup> Wobei ebenfalls interessant zu wissen ist, daß dieses Mittel mit der Prüfbezeichnung MRZ 2663 nicht einmal zugelassen wurde. Da sollte wohl die nachdenkliche Frage erlaubt sein, ob die von Herrn Prof. Martinius so beklagten Horrormeldungen der Medien bezüglich der leichtfertigen Psychopharmakaverschreibungen an unsere Kinder nicht gar untertrieben gewesen sein könnten. Und ob die Ärzte ihr eigenes, an Autismus, Hyperaktivität oder Minimaler-Zerebraler-Dysfunktion leidendes Kind der Behandlung dem »Institut für Psychiatrie des Kindes- und Jugendalters« von Herrn Prof. Dr. Martinius in der Weltstadt mit Herz anvertrauen würden. Zu deren Einweisung er alle Kollegen in Bezug auf deren Patienten durch »rasches und entschlossenes Handeln in eine dafür eingerichtete klinische Umgebung« aufzufordern sucht.

Ob er damit - wie im Falle Memmingen - an die sofortige Anzeige an das Jugendamt bei sperrigen Eltern gedacht hat? Das könnte man fast annehmen - klagt er doch in dem Artikel sehr darüber, es fiele zunehmend schwerer, Eltern von der Notwendigkeit einer Psychopharmakatherapie zu überzeugen. Vielleicht haben diese Eltern aber auch so ihre eigenen Erfahrungen mit seinen für Kinder so unverzichtbaren Drogen gemacht...

Ach ja, wie steht es denn tatsächlich um die medizinischen Grenzen? Etwa so, wie es - zynischer und hochmütiger geht's wahrhaftig nicht mehr - der Erlanger Uni-Klinikdirektor nach Abschluß des furchtbaren Leichenexperiments, wo eine Tote zum Brutkasten für einen Fötus mißbraucht wurde, mit den Worten präzisierte: »Die Medizin kennt ihre Grenzen - und erweitert sie ständig.«<sup>2011</sup>

Den ehemaligen Militärrichter und Ministerpräsident von Baden-Württemberg, Filbinger, durfte Rolf Hochhuth mit Zustimmung des Bundesgerichtshofs einen »furchtbaren Juristen« nennen. Die Ärzte als »furchtbare Mediziner« zu bezeichnen, das scheint mir eher eine Verharmlosung zu sein. Quo vadis, Schulmedizin? <sup>2468</sup>

Wie Du sicher weißt, lieber Leser, nimmt ein angesehenener Verlag nur dann ein Buch in sein Programm auf, wenn es die Grenzen der Sittlichkeit und Dezenz nicht verletzt. Deshalb ist es mir hier leider nicht möglich, meine Wut über diese alle hier dargestellten Medizineruntaten durch derbere Worte schärfer auszudrücken. Weshalb ich Dich bitte, das an meiner Stelle zu tun.

Soweit haben die Mediziner bereits die öffentliche Meinung beeinflußt, so sehr moralische Maßstäbe verfälscht, daß man kein Baby mehr außerhalb eines Krankenhauses gebären, keinen todkranken Opa zu Hause sterben lassen oder seine eigenen Leiden selbst behandeln kann, ohne als leichtfertig oder unvernünftig angesehen zu werden. Und dies, obschon die Mediziner in der Krankenbehandlung ihren Patienten nichts als Schäden zufügen. Die alten Römer besaßen damals nicht nur viel Kunstsinn, sondern auch mehr gesunden Menschenverstand als wir. Im Rom zu Zeiten Cäsars durchschaute man sie besser und bezeichnete sie dort als »verächtliches Gesindel«.<sup>0566</sup>

**Kinder brauchen die Ruhe und Stille mehr noch als Du, wenn sie später nicht unzufrieden werden sollen. Wird ihnen durch Fernsehen und Rambomusik ständig Aufmerksamkeit aufgezwungen, so hast Du Dir bald Zappelphilipps großgezogen. Besonders, wenn die Zivilisationskost nebst Zuckergetränken dazu noch die nötigen Aufputzstoffe liefert. Kinder brauchen mehr als alles andere Kontakt mit der Natur. Und Du läßt vielleicht sie in Scheinwelten leben mit Gameboys und Game-shows, mit PC und Fernsehen, eingepfercht zwischen Betonwänden.**

**Wald und Flur kennen sie höchstens aus dem Jurrassic Park. Ein wachsender Anteil von Kindern kommt bereits mit Übergewicht, Breitweichpo, Konzentrations- und Bewegungsstörungen in die Schule.**

Kinder dürfen allein schon deshalb nicht fernsehen, wegen der ständigen Werbespots für

Süßigkeiten. Jede Woche werden von einem Sender im Durchschnitt an die 700 Werbespots ausgestrahlt, die krankheitsverursachende Nahrungsmittel anbieten. Wie soll ein Kind dieser Verführung widerstehen? So werden sie schon früh auf Fast-Food-Produkte, vitaminlose Fertiggerichte, Chips und Zucker-Riegel programmiert. Wenn Du die Ärzte fragst, wieso Dein Kind so herumzappelt, dann sagen die meisten, das sei durch einen Sauerstoffmangel während der Geburt bedingt. Heilpraktiker führen die Hyperaktivität auf eine Stoffwechselstörung oder auf die durch Impfungen zugeführten Giftkeime zurück.<sup>9524</sup> Du weißt aber: Es ist gleich, welche Giftstoffe fürs Zappeln verantwortlich sind. Heraus kriegst Du das Gift nur durch die UrTherapie. (Spezialtherapie @Rz 994)

»Und warum reden dann die Schulmediziner unüberlegt von einem angeblichen Sauerstoffmangel?« fragst Du.

Damit Du als Mutter glauben gemacht wirst, hierbei handele es sich um eine Art genetischer (und nicht durch Zuckerernährung) bedingte Schädigung, und Du so nur ja nicht auf die Idee kommst, etwas anderes als die Psychopharmaka könnte das Zappeln vertreiben, wobei sich die Ärzte auf diese Weise auch nicht der Gefahr aussetzen, Du könntest etwa versäumen, alle paar Wochen zu ihnen zu kommen. Du siehst: nicht die Bohne von Unüberlegtsein - reine Berechnung. Wie bei allen schlaunen Leuten! <sup>5506</sup> Todsicher, daß der liebe Kinderarzt keinen Ton darüber verlauten läßt, daß sein Chemiedreck Deinem Kind Asthma und damit den Tod bringt. Entscheide selbst, ob es auch eine Kriminalität durch Verschweigen gibt... <sup>5517</sup>

Und das sage ich den Eltern, die es zulassen, daß Drogen für ihre Kinder verschrieben werden: Bildet Euch nicht ein, Ihr Väter und Mütter, die Ihr gestattet, daß der Arzt Euer Kind solcherart mißbraucht, Euer Kind würde deshalb besser lernen! Das Gegenteil ist der Fall:

Seine Zappeligkeit in der Schule verschwindet zwar wundersam. Aber dafür wird es fahrig, nervös, apathisch, humorlos, unempfänglich, ist für nichts mehr zu begeistern, weint viel, kann nicht mehr gut durchschlafen, kriegt mit dem Blutdruck zu tun, wächst nicht mehr normal.

**Willst Du es da nicht besser mit der UrTherapie bekanntmachen? Es einem in deren Sinn gesundem Sport wie z.B. dem Schwimmen oder der Leichtathletik zuleiten? Es von dem heißen Gedröhne der Rock- und Popschreierei und dem Fernsehen wegbringen und in eine Waldorf-Schule geben, wo es mit Liebe zu einer edleren Musik und handwerklicher Tätigkeit hingeführt wird? Dort bringt man ihm bei, wie es sich sinnvoll mit sich selbst beschäftigen kann - was gute Eltern aber genau so zustande bringen können, wenn sie ihrem Kind mit ein wenig überlegter Vernunft und echter, verantwortungsvoller Liebe als Vorbild begegnen. Vielleicht bedeutet die Schreckenslärmmusik auch nichts anderes als eine Art Urschrei des Protestes gegen das ihnen zugemutete, naturwidrige und damit sinn- und hoffnungslose Leben, das wir Älteren ihnen zumuten...**

Merke: Wir benötigen unter dem Gedankengut der Klassischen Naturheilkunde keine weit hergeholtten psychologischen Erklärungen, um z.B. das lebensgefährliche Verhalten von Jugendlichen zu verstehen, wenn sie sich z.B. aus Zugfenstern hängen, um beim Windsurfing

ihren »Kick« zu kriegen. Ist das nicht verständlich? Das programmierte Urzeitverhalten des In-den-Bäumen-Kletterns steckt in ihnen und ruft nach Erfüllung.

Eltern eines Zappelphilipps sollten sich vor allem fragen, ob der Gefühlsbereich ihres Kindes nicht überlastet wird, wenn es starr und steif ein paar Stunden auf die Glotze stiert.<sup>9530, 9674</sup> In der übrigen Zeit (und meist auch noch nachts) zappelt es dann rum und bringt nichts Vernünftiges zustande. Dir wird dann oft genug mit einem »Hab' keinen Bock drauf« geantwortet. Wenn Du es Dir gefallen läßt. Nein - nicht böse werden. Erwecke Freude an der Natur in Deinem Kind, an Bewegung und Spiel.

Weg also von der Glotze. Mäßige das Davorsitzen auf die paar guten Filme im Jahr. Überlaß es den dahindämmernden Alten, die nichts mehr mit sich anzufangen wissen und ein bißchen leere Unterhaltung daraus beziehen. Greife Du statt dessen nach guter Literatur und Hausmusik. Führe auch Dein Kind dazu hin.<sup>9530, 9674</sup>

**Leite Deine Kinder so: 1. Laß davon ab, sie Tag und Nacht erziehen und beaufsichtigen zu wollen. 2. Überlege stets gut, was Du zu ihnen sagst. 3. Biedere Dich nicht bei ihnen an. Sonst ist der Respekt vor Dir schnell dahin. 4. Sei immer Vorbild: im Essen, im Musikmachen, im Körpertraining.**

Wie mir von vielen Lehrern mitgeteilt wird, gehören die Zappelkinder oft zu den einfacher strukturierten Müttern, die kritiklos den angebotenen Dreck der Industrie den Regalen der Supermärkte entnehmen, die fleißig ihren Kindern Gummibärchen oder Milch-Schokolade kaufen, weil Prominente sie in der Werbung so herzlich anpreisen. Oder die Junkfood in McDonald-Läden mit krankmachender, vom Vize-Präsidenten der Gesellschaft für Ernährung angepriesener Hamburgerschlechkost und Zähne kaputtmachender Cola bevorzugen.<sup>6234, 6347, 6600, 6617, 6632, 9027/8</sup>

Ich glaube, daß ein ehrliches Wort des Kinderarztes über eine bessere Ernährung auch einfältige Eltern am Ende mehr beeindruckt als eine willfährige Verschreibung angeblich unverzichtbarer Mittel. Wenn Du Deinen Zappelphilipp nicht der UrTherapie zuführen willst, so biete ich Dir doch noch eine Chance unter Kap. 9.88 (Rz 984)

Hast Du Dir schon mal Gedanken darüber gemacht, was das Wort »Psychopharmaka« heißt?<sup>5507ff</sup> Es ist zusammengesetzt aus dem griechischen psyche = Seele und pharmakon = Gift. Willst Du also die Seele Deines Kindes auch noch vergiften, wo Du seinen Leib schon ständig mit der miesen Fabriknahrung so nach und nach krank machst?

Was ich Dir rate: Bring Deinem Kind bei zu fragen, wenn es etwas angeboten bekommt: »Ist da auch kein Zucker drin?« Und dann - was meinst Du, wie stolz es dann ist zu sagen, falls es die UrMedizin nimmt: »Schau mal in meinen Mund: Ich hab noch kein Loch in den Zähnen drin! Laß mich mal in deinen reinsehen!«

»Aber: Soll ich meinem Kind denn einimpfen, immer alles abzuschlagen, wenn es bei der Oma oder von Freunden schon mal was Süßes angeboten bekommt? Das ist doch schon

beleidigend!«

Mit etwas Geschick kann aus einer solchen Situation auch eine feine Belehrung gezaubert werden. Mein Söhnchen sagte früher immer: »Danke, Omi, ich nehm's mit nach Hause. Und meine Mutti gibt mir dann was Gesundes dafür.« (@Rz815) Will die Oma sich das ersparen, dann kopiere ihr die Rz 800. Daraus möge sie für ihre Lieblinge dann was zubereiten... (Nutzt das noch immer nicht, dann kopiere ihr LV 1766)

»Nun ja, hier mag ich Dir ja noch zustimmen«, sagst Du, »aber leider gibt es ja doch einen Fall, wo um Chemie nicht herumzukommen ist. Oder rätst Du mir auch von einer Vorsorge gegen Malaria ab, wenn ich in ein von ihr verseuchtes Gebiet reisen will?«<sup>3504, 3725, 3830</sup>

Nun habe ich Dir schon so oft nachgewiesen, wie gut es die Natur mit den Menschen meint, wie kannst Du da noch das Wort »verseucht« in den Mund nehmen! Gestehst Du der Natur denn kein Recht zu, gewisse Gebiete allein für die Tiere und ihr Unberührtsein vom Scheusal Mensch zu reservieren? Indem sie dort so viele Mücken herumschwirren läßt, sagt sie den Menschen doch deutlich: Halte Dich hier mit Deiner Zerstörwut heraus! Denke um, wenn Du Deinen Kindern noch eine lebenswerte Zukunft wünschst:

**Nicht die Natur - der Mensch verseucht die Erde. Und zwar mit seinem Dreck, seinen Giftgasen aus Fahrzeugen und Fabrikschloten, seinem Wälderverbrennen und seinem zerstörerischen Geist. Was wissen wir denn schon von einem höheren, weisen Walten der Schöpfung!**

Jedoch: Unsere Wiege stand in Afrika. Es ist zu vermuten, daß in uns allen noch genetische Abwehrkräfte oder Antikörper gegen die Erreger der Malaria (wie gegen die Erreger der Borreliosen, Läuse und Zecken) vorhanden sind, während die Affenmenschen gegen aus unseren Breiten übertragbare Krankheiten (z.B. die Polio) nicht immun sind. Sie beschränkten klugerweise ihre Geburtenzahlen und stießen nicht in Gebiete vor, in die sie nicht gehörten. Es ist daher für uns selbst anzunehmen, daß nur solche Menschen in Gefahr sind, malariakrank zu werden, welche sich von Schlechtkost ernähren und bei denen deshalb die Antikörper nicht mehr so wirksam sein können.

Wenn Du Dich also schon in die Urnatur Afrikas begibst, solltest Du dort auch UrMedizin zu Dir nehmen. Dann wäre die Gefahr äußerst gering, an Malaria zu erkranken. Aber gerade dort bist Du wegen der medizinischen »Empfehlungen« ja zu ängstlich, frische Früchte oder Salate zu verzehren, kochst selbst das Wasser zum Zähneputzen ab und schwächst Deine Abwehrkräfte mit den Chemiegiften gegen Malaria. Völlig unsinnig, weil die Anophelesmücken längst resistent geworden sind.

Dennoch kommt es auch bei den meisten Zivilisationsköstlern nicht zur Malaria, es sei denn, Du hast einen zu hohen Blut-Eisenspiegel vom Feinsten<sup>3509</sup>. Es sind immer nur einzelne, die sie nach Hause mitbringen. Denke nur daran, daß die meisten Afrikaner auch keine Tabletten schlucken und malariafrei bleiben. Wenn Du Dich in Harmonie mit der Natur Afrikas fühlen willst, dann vertraue ihr auch. Das schenkt Dir überdies soviel psychische Kräfte und

Furchtlosigkeit, daß Dein Immunsystem allein dadurch in Höchstform kommt. Einen Erfahrungsbericht darüber findest Du unter Rz 979 b. Ich selbst war 1997 lange im »verseuchten« Afrika: nix!

Sobald Du sicher bist, nach den Gesetzen der Natur zu leben, fallen alle üblichen Ängste und lächerlichen Versuche an Vorsichtsmaßnahmen von Dir ab. Die Natur läßt Dich dann nicht fallen: Sie will Dich - allerdings nach dem Ausleseprinzip - so lange erhalten, wie möglich.

Die Krankheiten werden durch die Ärzte mit Absicht so kompliziert gemacht und in ihren Berichten darüber extra schwierig dargestellt. So fällt es Dir sehr schwer zu glauben, eine einfache Eigenbehandlung wie die UrTherapie wäre in der Lage, Dich in kürzester Zeit von Deinen Leiden zu befreien - ohne vorheriges Latein- und Medizinstudium. Ja, dieser Trick ist den Doctores so glänzend gelungen, daß fast jeder glaubt, nur Mediziner vermöchten es, Krankheiten richtig anzugehen. Nachdem Du aber nun die Ärzte und die Unlogik der allopathischen Behandlung hier zu durchschauen gelernt hast, kannst Du jetzt völlig unbeschwert das Heft in die eigene Hand nehmen.

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Vertrauen in das Natürliche muß den Glauben an das Künstliche, von Menschen Erdachte und Geschaffene ersetzen, wenn man gesund werden will.**

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** e-mail : [Report an Webmaster](#) ☼ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/4/92.html> - Update: 13.01.2000 15:48

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

Der Domainname ist  
eine Spende der

[Transmedia GmbH](#)

× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch  
× [Antivivisektion e.V.](#) × [Für Vegetarismus!](#)  
- [Gegen Tierversuche](#) - [Vegi-Büro Schweiz](#)  
Tierversuchsgegner Rhein Ruhr

# 4. Kapitel. Lerne: von den Tieren der Wildnis und den Menschen der Urzeit

## 4.93 Die Nebenwirkungen der UrTherapie sind nur positiv

Die Nebenwirkungen einer medikamentösen Therapie hast Du jetzt kennengelernt. Die Nebenwirkungen der UrTherapie - wenn Du Deine »Krankheit« durch sie losgeworden bist - stelle ich Dir nun zum Abschluß der medizinischen Kapitel vor: 1 Die Cellulitis der Frauen, die regelmäßig mit Übergewicht einhergeht, verschwindet.<sup>3497, 6129</sup>

- Die Freß-Brechsucht<sup>1917</sup> wird völlig eingedämmt - UrKost kann man aus psychischen und physischen Gründen nicht mehr ausbrechen.
- **Üblen Mundgeruch,<sup>9443</sup> auch auf Unterfunktion der Leber hinweisend, kennst Du nicht mehr.** Bei den meisten hängt Mundgeruch weder mit dem Magen noch mit dem Mund zusammen. Sie atmen schlechtriachende Fettsäuren über die Lunge aus, die im Darm durch fette Soßen und tierische Ernährung entstehen: Iß mal zehn Tage kein Fett, kein Fleisch und keine tierischen Produkte mehr, dann wirst Du wissen, was an Deinem schlechten Mundgeruch die Hauptschuld trägt. Aber auch Kaffee kann ihn verursachen oder mangelndes Chlorophyll. Schnellhilfe: Pfefferminz- oder Zitronenmelisseblätter kauen. Wegen ihres hohen Chlorophyllgehalts genügen auch Wildpflanzen, etwa ein paar Wegerichblätter vom Wegrand.
- **Bei starken Anstrengungen und beim Laufen schwitzt Du kaum noch.**
- Die Kieselsäure der Heilerde kräftigt das Gewebe und fördert Haar- und Nagelwuchs. Das durch die UrMedizin ausgeschiedene Schlecht-Cholesterin läßt neuen Haarwuchs zu, solange die Kopfhaut noch nicht verschwartet ist. Im übrigen: Nimm den Verlust Deiner Haare nicht so tragisch: Tröste Dich damit, daß Du dadurch mehr an Gesicht gewinnst. Du solltest wissen, daß frühe Glatzenbildung auf ein erhöhtes Herzinfarkt-Risiko hindeutet.<sup>2789</sup>
- Es bildet sich so viel Vitamin B1 bei Dir, daß Dich kaum Mücken mehr plagen. (Nur die Bremsen stechen weiter zu - doch deren Stiche blähen sich wegen Deiner Abwehrkräfte nicht mehr zu Quaddeln auf und brennen kaum noch.)
  - Dein Partner muß sich nicht mehr abwenden oder sich vor der Liebe mit Dir ekeln, weil Du, wie die meisten Fleischesser, einen schrecklichen Körpergeruch ausdünstest. Dein Schweiß riecht nun nicht mehr abstoßend. Du erkennst den Zusammenhang mit den Tieren: In der Raubtierabteilung eines Zoos herrscht stets ein scharfer, unangenehmer Geruch.

1 Du gewinnst mehr Verstandesklarheit und verlierst Ängste und Sorgen.

- Vor Deinen Blähungen muß keiner mehr laufen gehen und kein Lebenspartner mehr aufheulen. (Ausnahme: Essen alter Nüsse und zu vieler Trockenfrüchte) Wie das kommt?: Die Luft streicht nicht mehr an alten, verfaulenden Kotresten der tierischen Nahrung vorbei -

Deine Blähungen riechen deshalb nicht mehr unangenehm. Oder nur leicht nach der zuletzt gefütterten Früchtesorte.

- **Du störst Deinen Partner nicht mehr durch Schnarchen.**<sup>9434</sup>

Aller Streß passe´, die Konzentrationsfähigkeit wächst. Als Frau wirst Du nicht mehr aus den schönsten Träumen gerissen, weil Dein Partner es mal wieder nicht aushielt und Dir seinen Lustpfriem ins noch trockene Mausi steckte. UrMedizin mäßigt sein Geilsein. Du hast mehr von seinem Sex.

- Du bleibst zukünftig von häßlichen Warzen verschont!<sup>9868, 9936</sup>

- **Du verlierst in Zukunft keinen einzigen Zahn mehr und mußt nie mehr zum Zahnarzt!**

UrKost enthält keine faulenden Bestandteile.<sup>7010</sup> Es macht nichts, wenn sie wochen- oder monatelang in den Zahnzwischenräumen bleibt. Karies kann trotzdem nicht entstehen.

- Schmerzen nach Unfällen sind nicht mehr so heftig wie vorher. Sonstige Schmerzempfindungen kennst Du nicht mehr. Deine Widerstandsfähigkeit gegen kaltes Wasser wächst.

- **Du wirst von den Wechseljahr-Beschwerden verschont. Dein Denken wird klarer und logischer.**

Vielen Frauen geht es nach mehreren Monaten UrMedizin wie früher den Indianersquaws: in einer Stunde ist die Menstruation vorbei. Bei den meisten konsequenten UrMethodikerinnen verschwindet sogar nach 10 bis 12 Monaten völlig die Regel. Bei jüngeren Mädchen bis 25 Jahren kann die Periode sofort nach dem Aufnehmen der UrMedizin wegbleiben. Trotzdem bleiben sie gebärfähig.

Ich bin geneigt anzunehmen, daß die Menstruation möglicherweise nur eine Degenerationserscheinung darstellt, die sich bei primitiv lebenden Völkern wie bei freilebenden Säugetieren kaum äußert. Vielleicht erklärt es die längere Lebensdauer von Frauen, daß sie - wenn die Giftstoffe von der Leber nicht mehr auszufiltern sind - ein Ventil über die Gebärmutter finden. Überdies wird der Eisprung spürbar.<sup>9611, 9913</sup>

- Du atmest tiefer und kannst den Atem länger anhalten. **Deine Nägel werden hart und kräftig.**

- **Alle Beschwerden bei der Regel verschwinden völlig.** Das vielbeklagte PMS (Prämenstruelle Syndrom) ist für die Frau nur noch ein böser Traum. Übrigens: Starke Teetrinkerinnen (vier bis acht Tassen pro Tag) haben neunmal häufiger prämenstruelle Beschwerden. Die im schwarzen Tee enthaltene Form des Koffeins ist der Auslöser dafür.

- **Krampfadern und Hämorrhoiden**<sup>9936</sup> **schmerzen nicht mehr** - bleiben aber meist weiter sichtbar, wenn Du über die Fünfzig bist. Du spürst, wie sie von Tag zu Tag weicher, elastischer und weniger schmerzhaft werden. Verödung, Stripping? Die Krampfadern bilden sich später dann woanders wieder neu. Stützstrümpfe und alle anderen Mittel, welche angeblich die Adern stärken sollen, machen sie in Wirklichkeit nur schwächer. Oft verschwinden Krampfadern bei Jüngeren, wenn sie täglich laufen, heißes Duschen aufgeben und streng die Urkost einhalten.

- **Kleinere Wunden bluten nicht mehr so schnell und so lange. Und heilen rasch ab.**<sup>9912</sup>

- **Bienen- und Wespenstiche schmerzen nicht länger als drei Minuten und das nur leicht.**<sup>9868, 9909</sup> **Der Stich verursacht keine Schwellung! Allein das ist ein genügender**



**Beweis für die Güte der UrMedizin.** Für noch nicht der UrMedizin Anhängende gilt: Ein Tropfen Nelkenöl auf den frischen Mücken- oder Wespenstich mildert die Entzündung und lindert Schmerz und Schwellung.

- **Dein Stuhlgang ist hell- bis dunkelgrün, riecht kaum noch** und ist leicht und regelmäßig drei- bis viermal am Tage ausscheidbar. Wie schön, wenn Dein Partner nicht mehr angewidert mit zugehaltener Nase das Weite suchen muß, wenn er nach Dir auf die Toilette will...
- Du ersparst Dir viele Peinlichkeiten, Völle- und Druckgefühle durch Blähungen, die bei der UrKost verschwinden. Spürst Du trotzdem, daß ein Fürzlein im Anmarsch ist, dann kannst Du ja immer noch schnell Deine Familie vor die Tür schicken...
- Deine Haare verfetten nicht mehr so schnell. Einmal Waschen die Woche genügt.
- Deine Nase setzt sich nicht mehr zu. Deshalb atmest Du freier und mußst nachts nicht mehr mittels dicker Kissen so hoch liegen. Jetzt reicht ein kleines Nackenkissen - was wiederum zu einer waagerechten, natürlichen und unverspannten Schlafhaltung führt. So schläfst Du endlich wieder tief und fest.

Hab‘ ich Dich bei Deinen geheimen Gedanken erwischt?

»Der Konz mag ja ganz vernünftig reden – aber so schlimm bin ich noch nicht dran, daß ich deswegen sooo gesund leben wollte. Sicher, meine Kopfschmerzen quälen mich manchmal schlimm, und auch meine Blase will nicht immer so, wie ich es gerne sähe. Und meine Krampfadern und Zähne... Aber ich kann damit ganz gut leben. Jedenfalls sehe ich jetzt noch keinen so dringenden Grund, deswegen auf so viel Leckeres zu verzichten...«

**! Du bist psychisch stark belastbar, weil die UrMedizin nicht eine Medizin für einen bestimmten Körperteil ist, sondern für den gesamten Organismus - also auch für die Nerven. Deine Persönlichkeit wird selbstsicher.**

- Schmerzen und Verspannungen im Bereich der Wirbelsäule verschwinden, ebenso Schlafstörungen und Einschlafschwierigkeiten.
- **Männer erkranken nicht im Alter wie üblich an Prostatakrebs. Frauen gebären einfach und komplikationslos und bekommen keine mongoloiden oder anders geschädigten Babys.**

Das UrTraining und regelmäßiges Laufen festigt die Gebärmutterbänder und Unterleibsmuskulatur. Es müssen keine Frühgeburten befürchtet werden.

- Die erstaunlichste und am höchsten zu bewertende Nebenwirkung der UrTherapie:

**Sie befreit Dich - falls konsequent durchgehalten - in zwölf Wochen von jedem Verlangen nach den Genußgiften Kaffee, Alkohol, Nikotin, Hasch, Marihuana, Kokain, Heroin, Ecstasy usw.**

- Und zuguterletzt: Du bleibst jünger, siehst besser aus, kriegst als Mann keinen feisten Hals und dicken Bierbauch, als Frau keine plumpe Figur: Du beginnst zu leben! Und dann: Gibt es ein angenehmeres Gefühl der Selbstbestätigung, als eine/n frühere/n Schulkameraden/in zu treffen, der/die viel älter ausschauen als man selbst auszusehen glaubt. Und man weiß, man wird sie überleben...?

**! Fängst Du in jungen Jahren mit UrTherapie an, so kriegst Du bis ins hohe Alter keine Glatze.** (Sieh auf Deinen Vater, was Dir bevorsteht!)



---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × »Der Große GESUNDHEITS-KONZ« × »Natürlich Leben«  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

# 4. Kapitel. Lerne: von den Tieren der Wildnis und den Menschen der Urzeit

## 4.94 Sieh mich an! Sieh mich an! 4508f

Blick mir in die Augen, für nur ein, zwei Minuten. Wenn Du dann noch meinen Blick erträgst, ohne dem Weinen nahe zu sein, wenn es Dich dann noch nicht in der Kehle würgt und Du Dich schuldig fühlst, dann ist auch Dir das Herz zu Stein geworden. Ich bin ein von Gott geschaffenes lebendes Wesen - so wie Du! 99% unserer Gene sind gleich - mir fehlt nur die Sprache.

**Erbarmen! Erbarmen, o Bruder Mensch!**

Laß es nicht länger zu! Beende mein unsagbares Leid für den Profit der Ärzte und Pharmazie. Wende Dich ab von einer Wissenschaft, die Milliarden meiner Geschwister diese Verbrechen kalten Blutes antut. Jahr für Jahr. Wie kannst Du nur glauben, eine solche Wissenschaft könnte gut für Dich und die Erde sein oder Dir selbst Vorteile bringen?

(Fotoquelle: Stern/Ruesch, H., Fälscher der Wissenschaft, Hirthammer und Tierbuch, 2001)

**In den »wissenschaftlichen« Laboratorien und Universitätsinstituten der Welt werden täglich weit über 300.000 Tiere zu Tode gefoltert. Jährlich 90 Millionen in den USA, 14 Millionen in der Bundesrepublik Deutschland, 5.5 Millionen in der Schweiz.**

**Wie ein unmenschliches Scheusal informiert uns dieser bestbezahlte, sehr ehrenwerte Herr Dr. Schwizer über ein solches lebendes »Präparat« seiner Tierschändung:**

**»Ich kann hier drehen und jede beliebige Stromstärke einstellen - er wird immer das gleiche tun. Wir haben 60 Elektroden eingepflanzt, die wir etwa vier Jahre drin lassen...«**

**Wann endlich nehmen Gerichte Klagen wegen Tierfolterung an?**

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

# 4. Kapitel. Lerne: von den Tieren der Wildnis und den Menschen der Urzeit

## 4.95 Also doch: Brustkrebs durch die Pille

Schon seit der vor zwölf Jahren erschienenen ersten, kleineren Voraussage dieses Werks warne ich die Frauen vor der Antibabypille. Weil es einfach für den gesunden Menschenverstand nicht eingängig erscheint, daß ein chemisches Hormon, besonders wenn es über längere Zeit eingenommen wird, nur mit den besagten harmlosen Nebenwirkungen behaftet sein soll.<sup>1103, 1110, 3703ff</sup> Endlich wird auch dieser Nachweis bei Frauen, die mehr als drei Jahrzehnte die Pille genommen hatten, geliefert: Bei Frauen, die schon als Teenager(bis 5 Jahre nach der ersten Regel) mit dem Pilleschlucken begonnen hatten, lag das Brustkrebsrisiko um 30% höher. Für Frauen von 35 oder jünger, die zehn Jahre oder länger die Pille schluckten, stieg das Risiko um 70%. (Studie des Fred-Hutchinson-Krebsforschungszentrums in Seattle, USA)

Der pharmazieverbundene Gynäkologe Prof. Oehlert beurteilt die Studie skeptisch, »der wissenschaftliche Beweis sei noch nicht erbracht«, meinte er zur BamS am 24.7.1994/15. Er nimmt mit diesen Worten leichtfertig in Kauf, daß weitere Millionen junger Mädchen die Pille nehmen und sich mit dem Brustkrebs einen qualvollen frühen Tod von den Ärzten in den Körper verschreiben lassen. Ins gleiche Horn tutet der Heidelberger Uniprofessor Runnebaum. Der gleich die Gelegenheit nimmt, die Schreckensmeldung in eine Heilsbotschaft zu verfälschen. Dies mit allen rhetorischen Raffinessen, die solch intellektuellen Koryphäen in ihren Gehirnwindungen zur Verfügung stehen. Er sagt: »Brustkrebs wird vorwiegend durch eine genetisch falsche Steuerung ausgelöst. Die Pille kann vielleicht das Wachstum bereits vorhandener Krebszellen beschleunigen. Deshalb bilden sich unter Umständen auch schneller Knoten - bevor der Krebs im Körper streuen kann: *Die Aussicht auf Heilung ist daher günstiger.*«

Tja, wenn nicht mal kluge Journalisten hinter diese verantwortungslos wahrheitswidrige Aussage steigen... ! Schließlich führt eine frühe Brustkrebserkennung noch schneller zum Tode, wie wir bereits festgestellt haben.

»Wieso verantwortungslos und wahrheitswidrig?«, fragst Du.

Weil die Schulmedizin bisher noch keinen einzigen echten Brustkrebs bei einer Frau heilen konnte... 48.000 Frauen sterben jedes Jahr bei uns kläglich daran, den der Medizinprofessor angeblich günstiger mit der Pille *heilen* kann. Kommt Dir da nicht bald wie mir die Galle hoch? Mich kommt dazu des öfteren das große Kotzen an, weil ich ja täglich deren Selbstbelobigungen, deren »erfolgreiche« und »Im -Tierversuch-hat-es-schon-geklappt-Heilungen« Dir zu Liebe durchlese. Und mich mit ihrem »Wird-noch-kontrovers-diskutiert-Gelabere«, das zu nichts führt, außer zu ständig mehr Kosten für das Volk und mehr Gewinn

für diese Heuchler, auseinanderzusetzen habe. Weshalb wir uns jetzt von dieser schrecklichen Kamarilla für die nächsten Kapitel verabschieden und von dieser Sippschaft vorerst nichts mehr hören wollen... Hier also das letzte

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Alle Deine Krankheiten sind heilbar durch sechs Wörter:**

**kein Arzt, keine Medikamente - nur Natur!**

»Wenn Du doch nur nicht so fanatisch Deine Thesen hier vertreten würdest! Vielleicht würden sich die Menschen dann schon eher mit der Klassischen Naturheilkunde befassen«, sagst Du.

Den Vorwurf kann ich nicht auf mir sitzen lassen! Ich lebe demütig und getreu nach den ehernen Gesetzen der Natur. In voller Übereinstimmung mit dem Willen der Schöpfung. Willst Du Gott einen Fanatiker schelten?

Wie ist das doch, wenn man mit zwei Fingern auf jemand zeigt? Weisen da nicht drei auf einen selbst?

So gebe ich den Vorwurf zurück: Die Normalen sind in Wahrheit die Fanatiker! Mit welcher Hartköpfigkeit hängen sie doch unbelehrbar an ihrer Krankmachungskost. Das Schlechte wider aller Vernunft und Einsicht zu betreiben - das ist fanatisch. Das ist genau das, was die Menschen von heute tun, die sich leichtfertig über das "Du sollst nicht töten" hinwegsetzen: Du sollst nicht töten! Keinen Menschen und kein Tier! Und auch nicht töten lassen!

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ☼ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/4/95.html> - **Update: 13.01.2000 15:49**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

# Kapitel 5. Finde den Weg zur besten Ernährung für Dich: zur UrKost

## 5.0 »So ungesund lebe ich doch gar nicht!«

*»Gesundheit, Kraft und gesunde Entwicklung kommen von richtiger Ernährung.*

*Jeder Arzt muß deshalb ein geschickter Beobachter der Natur sein.*

*Wenn er seine Aufgabe auf rechte Weise zu erfüllen wünscht, muß er lernen, die Verhältnisse zu erfassen und zu verstehen, die zwischen der Gesundheit des Menschen, seiner Kost und seinen Getränken bestehen.« (Hippokrates)*



Du sagst weiter: »Ich rauche nicht viel, betrinke mich nicht groß, nehme keine Drogen zu mir, bin sparsam mit dem Verbrauch von Fett, esse viel Gemüse und Obst und gehe auch oft genug draußen spazieren...«

Du machst Dir nur was vor! Du lebst genau so wie jeder andere, der sich seiner Süchte und seines Fehlverhaltens nicht bewußt ist oder nicht bewußt sein will.

»Na, erlaube mal: Ich mach' mir keine Büchse Suppe auf oder nehme ein Fertiggericht aus der Kühltruhe, wie das so viele andere tun, sondern kaufe mir frisches Gemüse vom Markt, welches ich selbst sorgsam zubereite! Und zu jedem Mittagessen gibt's eine Riesenschüssel Kopfsalat!«

Auf diese Weise trägst Du dazu bei, krebserzeugende oder Dich anderweitig schädigende Gifte in Deinen Körper zu bringen.<sup>6905/6, 6910</sup> Du nimmst Dein Essen nicht aus der Natur in Empfang, sowie es unsere natürlich lebenden Urahnen hielten, sondern aus einer Dir und Deinem Wohlergehen völlig gleichgültigen fremden Menschenhand. Das ist Dein großer Fehler. Der Deiner Gesundheit dienlich sein sollende Kopf-, Bohnen-, Mais-, Paprika- oder Tomatensalat stammt von überdüngten, chemieverseuchten Feldern oder aus riesigen Gewächshäusern, deren Erde ständig mit zusätzlichem Gift desinfiziert werden muß!

»Dadurch werden doch alle Schädlinge abgetötet«, sagst Du, »das muß einfach sein.«

Mit den wenigen, angeblich schädlichen Keimen werden Millionen der wertvollsten Kleinstlebewesen ausgemerzt, die notwendig dafür sind, daß sich eine vitale, lebensstoffreiche Pflanze entwickeln kann. Und wenn dieses »Desinfizieren«, wie beim Kopfsalat, mit dem giftigen Methylbromid geschieht, dann kannst Du Dir denken, daß der Kopfsalat das Gift ebenfalls in sich aufnimmt. Um diesen Giftkopf dann aus dem verseuchten Boden hochzubringen, wird die Treibhauserde mit leicht löslichen Düngesalzen vollgepumpt, wobei die schlimme Wirkung des Bromids im Salat noch durch den extrem hoch anfallenden Anteil von Nitrat verstärkt wird. Weil ein solchermaßen behandeltes Grünzeug nun anfällig gegen alle möglichen Krankheiten, besonders aber gegen Pilzbefall wird, spritzt man ihn zwischendurch mit dem Pilzgift Dithiocarbamat, das sich zum sogenannten Äthylenthioharnstoff zersetzt, der in Deinem Körper, zusammen mit dem gleichfalls vom Salat mitgelieferten Nitrat, das gefährliche Nitrit bildet, das dann -

»Genug! Kopfsalat streiche ich in Zukunft vom Speisezettel«, sagst Du.

Gesundheitsgesetz der Natur

**Zu wissen was Dich krank macht, das hilft Dir, klar zu sehen, was Dich gesund hält.**

*»Je mehr Nahrung Du dem Menschen zuführst, je mehr schadest Du ihm« (Hippokrates)*

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) (Important note!) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/5/0.html> - **Update: 13.01.2000 15:51**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a>	× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr
--	---

# Kapitel 5. Finde den Weg zur besten Ernährung für Dich: zur UrKost

## 5.1 So wirst Du dumme Gewohnheiten los

Das vorab: Man kann mit kaum einem Menschen vernünftig reden, wenn's ums Essen geht.

Es ist nichts schwerer, als die Leute von alten, lieb gewordenen Eßgewohnheiten abzubringen und zu anderen Verzehrweisen hinzuführen. Wenn mir das beim Kopfsalat bei Dir ausnahmsweise mal gelungen ist, so nur deshalb, weil Du sowieso nicht viel darum gibst.

**Merke: Der Mensch ändert leichter seine Überzeugungen als seine Gewohnheiten:**

Ich sage Dir, wenn etwas von Kindheit an geprägt ist, sitzt es besonders fest. Deshalb stelle ich die Ernährung bei der UrzeitTherapie in den Vordergrund aller Gesundheitsmaßnahmen und widme ihr ein paar längere Kapitel. Weil Du es mit ihr besonders schwer haben wirst. Mach Dir klar:

»Ich werde wahrscheinlich von der UrKost nicht satt werden, oder? Ich muß hart arbeiten und brauch' was zwischen die Zähne!« bemerkst du.

Aber dann bist Du gerade richtig bei mir: Du kannst viel schwerer und zugleich mit größerer Leichtigkeit arbeiten. Weil die UrKost:

- Dir Deinen dicken Bauch wegnimmt, der Dich bisher immer bei der Arbeit behinderte, weil sie
- infolge ihrer Salzlosigkeit Dir künftig jedes Schwitzen über der Arbeit erspart, und weil sie roh ist und deshalb
- infolge der problemlosen Verdaubarkeit keine Müdigkeit mehr auslöst, unter der jeder Esser von warmer Nahrung nach einer Mahlzeit zu leiden hat.

Und natürlich wirst Du von der UrKost satt. Was denkst Du denn!

»Na - dann ist doch alles in Ordnung. Davor hatte ich nämlich Angst! Jetzt, wo ich überzeugt bin, daß ich mich umstellen muß, werde ich schon damit fertig werden.«

Stell Dir das nicht so einfach vor. Du wirst manchen Rückschlag erleben. Die Lebensweisen von heute sind sehr verschieden von denen der Urzeit.



»Hör mal, ich will gesund werden! Das ist für mich das Wichtigste. Alles andere verblaßt daneben«, antwortest Du.

Der wesentliche Unterschied zwischen der Essensweise in der Urzeit und der von heute: **☉ Die Nahrung stammt nicht mehr aus der unverfälschten Natur. Sie ist künstlich gezüchtet. Sie ist deshalb um viele wichtige Lebensstoffe ärmer gemacht und degeneriert.**

• **Die Nahrung wird vielfach durch einen überhöhten Hitzeprozeß in ihrer Struktur zerstört.**

Ž **Sie ist mit zusätzlichen Fremdstoffen versehen, die es in der Natur nie gab.**<sup>1007</sup>

»Du meinst also, wenn ich nun wieder UrzeitNahrung zu mir nähme, würde ich wie der Urzeitmensch gesund, schlank und stark?« fragst Du.

Ja. Du bist, was Du ißt! Mach mal ruhig die Probe aufs Exempel. Dann wirst Du es am eigenen Leib feststellen. Und Du wirst zusätzlich spüren, wie sehr sich Dein Körper - gleich, wie krank er auch ist - so richtig nach der UrKost gesehnt hat.

Behandle Deinen Körper also jetzt mal etwas liebevoller. Stopf nicht mehr all das ungesunde Zeug in Dich hinein, das ich Dir hier aufweisen werde. Die Wildtiere nehmen doch auch nur das Beste zu sich: reine Natur.

### Gesundheitsgesetz der Natur

**Deine inneren Organe können niemals dazu umerzogen werden, Nahrung richtig zu verarbeiten, an die sie nicht gewöhnt sind. Deine inneren Organe haben sich völlig auf das eingestellt, was sie Jahrmillionen lang zugeführt bekommen haben: auf UrKost!**

Deine Organe empfangen 30 Millionen Jahre die gleichen natürlichen Betriebs- und Lebensstoffe. Ja, sie haben sich nach diesen stets gleichen Nahrungs- und Bewegungsweisen so gestaltet, wie sie heute gebildet sind und arbeiten.

»Wieso bekommen aber Kühe, die in einer Obstwiese den vielen abgefallenen Äpfeln zusprechen, aufgetriebene Bäuche, quälen sich entsetzlich damit ab, geben wochenlang keine Milch mehr, riechen schrecklich vergoren aus Maul und After und fressen tagelang nicht mehr? Sagtest Du nicht, man kann soviel UrKost essen wie man will - schaden könne das nicht.«

Wenn Du das Geschehen in die Wildnis verlegst, wirst Du sofort klarsehen: Dort gibt es keine Obstwiesen. Die wilden Obstbäume, die da wachsen, stehen nur vereinzelt in der Gegend. Und wenn deren kleine Früchte reif sind, werden die meisten davon durch die in Bäumen lebenden Tiere aufgefuttert. Und nur wenige fallen davon ab, während bei uns die meisten Früchte mangels Pflücker (keiner will diese Arbeit ja heute noch tun!) in großen Mengen auf dem Boden landen. Dieser von Menschen geschaffene unnatürliche Zustand ist der Grund, daß die

nur auf Gras und Kräuter eingestellten Mägen und Därme der Wiederkäuer dagegen rebellieren. Deren Organe sind ebenso wenig auf die Verdauung von Obstnahrung eingestellt, wie die des Menschen auf die Verdauung von zu viel Fleischnahrung.

Du erkennst: Wenn ihnen nicht für sie bestimmte Nahrung geboten wird, handeln Tiere wie Menschen gleichermaßen unvernünftig. Früchte schmecken besser als Gras - so lassen sich die Kühe genau so verführen, wie die Menschen, denen ein saftiger Hamburger auch mehr zusagt als eine Schüssel Johannisbeeren - selbst wenn sie später darunter leiden. Was beweist:

Hinsichtlich der Nahrung gibt es keinen Instinkt weder bei Menschen noch bei Tieren, gleich ob diese Nahrung natürlicher oder künstlicher Art ist. Als Instinkt bezeichnen kann man höchstens das Ahnen der Tiere von einem harten Winter oder das Ziehen der Fische aus den Weltmeeren zu bestimmten Laichplätzen. Während das Erahnen von Erdbeben schon nicht mehr einem Instinkt zuzurechnen ist: Die empfindsamen Pfoten z.B. einer Katze spüren bereits die Vorerschütterungen eines Bebens, wie jetzt festgestellt wurde.

**Das Ideale wäre, daß weder Mensch noch Tier an für sie ungeeignetes, verführerisches Essen gelangen könnten, so daß sie nehmen müßten, was die Natur für sie vorgesehen hat.**

**Diesen Idealzustand gab es übrigens schon: Millionen Jahre vor der Zivilisation.**

Mach es Dir klar: Restlos alle Abläufe in unseren Organen, alle nervlichen Prozesse, alle Enzym-, Hormon-, Speichel-, Sekret- und Verdauungssäfteabsonderungen, alle Gewebbildungs- und Eiweißaufbereitungsvorgänge, alle Kauorgane und selbst die Darmperistaltik sind auf *die Zeit* abgestimmt und *der Zeit* angepaßt, die vor dem Beginn der zivilisatorischen Essens- und Lebensweisen vor etwa 10.000 Jahren bis in die Zeit vor etwa 30 Millionen Jahre zurückreicht.

Für ein Lebewesen, dessen Entwicklung sich über Millionen Jahre erstreckte, bedeuten 10.000 Jahre so viel wie nichts. Aus diesem Grunde konnten sich unsere inneren Organe nicht auf die heute üblichen Nahrungsmittelzubereitungen einstellen oder gar entsprechend neu anpassen. Zumal diese neu aufgenommene Zivilisationsnahrung nicht natürlicher, sondern unnatürlicher Art ist. Angefangen vom Kopfsalat bis zum Pudding: Nichts ist mehr reine Natur, nichts ist mehr ursprüngliche Nahrung.

**Während die Organe es als große Wohltat empfinden, wenn sie ihre alte Ursprungsnahrung wieder verarbeiten können, sind leider zwei Organe überhaupt nicht davon angetan: Zunge und Geschmack.**

Wenn Du Dir ein Stück Sauerbraten zwischen die Zähne steckst, dann rebelliert Dein gesamtes Geschmackempfinden in Mund und Nase nicht. Im Gegenteil, es empfindet das so zubereitete Fleisch - da Dein Geschmack bereits von frühester Jugend daran gewöhnt wurde - als äußerst angenehm. Führst Du ihm nun eine nie gewohnte, ihm seit seiner Kindheit völlig fremde Nahrung zu, so wird Dein Gaumen und Deine Zunge Dir das Leben eine Zeitlang

schwer machen, wenn Du Dich ihren tyrannischen Wünschen nach den üblichen Speisen nicht beugen willst. Zumal die Zunge nicht nur Geschmacks- sondern auch Tastsensoren besitzt, die an zarte Sahnepuddings gewohnt, sich mit den oft rauen Blättern der Wildpflanzen am Anfang ziemlich schwertun...

»Das glaub' ich schon, aber warum soll ich es nicht mal ein paar Wochen mit der Urzeiternährung probieren«, sagst Du, »wenn ich dadurch gesund werden kann! Vorausgesetzt, ich werde von dieser Ernährungsart tatsächlich satt! Ich glaube, das wird der springende Punkt für mich sein! Ich habe es schon mal mit einem Obsttag versucht, aber ich kann Dir sagen: Danach war ich so hungrig wie nie!«

Ich kann Dir jedoch versichern, daß Du satt wirst! Nur: Du kannst mir nicht versichern, daß Du die Urzeitkost so lange durchhältst.

»Sag mal, Du traust mir ja herzlich wenig zu«, ärgerst Du Dich, »das ist doch alles nur eine Willensfrage.

Sicher, aber ich bin trotzdem dafür, es Deinem Willen nicht sonderlich schwer zu machen. Was denkst Du, was Du allein auszustehen hast, wenn Du plötzlich das Essen Deiner Frau ablehnst und nur noch Möhrchen knabberst oder Grün und Obst futterst! Oder wenn Du als Frau auf einmal nicht mehr mit Deinem Partner essen willst. Stell Dir das nicht zu einfach vor!

**Nimm die UrMedizin wenigstens 12 Wochen lang, bis Du die verstockte Familie, die verständnislosen Freunde und Bekannten von Deiner wiedergewonnenen Gesundheit überzeugt hast und sie ebenfalls beginnen, sich ein paar Gedanken darüber zu machen, daß jemand nicht unbedingt spinnt, wenn er etwas mehr und weiter denkt als der Massenmensch von heute.<sup>967[3], 9039</sup> Und weil er später nicht so krank werden und so elendig vor die Hunde gehen will, wie das den meisten bevorsteht.**

Dann kannst Du es ruhig zugeben: Den meisten klammheimlichen Spaß macht es, Deine Bekannten weiterhin von Arzt zu Arzt schleichen zu sehen, während Du sie mit Frische, Gesundheit und Lebenskraft anstrahlst.



So langsam solltest Du dann Deinen Partner davon überzeugen, mit Dir gemeinsam zu essen! Denk daran: Steter Tropfen höhlt den Stein! Du mußt es sanft und zart wie das Wasser und mit viel Liebe und Beständigkeit versuchen. Vielleicht sagst Du: »Wär es nicht wunderbar, mein Schatz, wenn wir beide gemeinsam ein hohes Alter ohne Sorgen erreichen würden? Und uns immer wohl fühlten? Was wir da nicht alles unternehmen könnten! Komm und hör Dir nur mal an, was das Buch hier zum Knochenabbau sagt, was Dir ja am ärgsten zu schaffen macht!« So ähnlich sprichst Du dann, nach und nach, jeden wichtigen Buchabschnitt durch.

Der Stärkere muß eben der Motor für den anderen sein, dann wird es schon gehen. Als weibliche Leserin rate ich Dir allerdings: Ein hungriger Mann ist unberechenbar und obendrein stets streitsüchtig. Du mußt ihn erst geistig überzeugen, daß es an der Zeit ist, etwas für seine Gesundheit zu tun. Das gelingt einer aufgeweckten Frau am besten mit kleinen, gutgemeinten, harmlosen aber wirksam aufmunternden Hinweisen wie: »Eigentlich hatte ich einen Mann ohne Bauch geheiratet.« Oder: »Wenn Du weniger Fleisch ißt, ist die Liebe mit Dir weniger geruchsbeeinträchtigt.« Oder: »Bei gesünderer Kost müßtest Du nicht wie ein Nilpferd schnaufen, wenn Du die Treppe hochgekommen bist.« Stellst Du ihm die UrKost ohne solche verbalen Vorbereitungen auf den Tisch, so kann es sein, daß er Dir den Teller vor die Füße wirft.

Worauf Du dann Grund hast, für ein paar erholsame Tage ins Haus Deiner Mutter zu flüchten, während sich Dein Göttergatte daraufhin doppelt so viele Eier in die Pfanne haut.

Meine männlichen Leser, die ihre Partnerin zu einer besseren Lebensweise herumkriegen möchten, werden nicht drumherum kommen, den folgenden Satz in immer wieder anderen Variationen vorzubringen:

»Schatz, ich liebe Dich ja nicht, weil Du immer so was Leckereres kochst, sondern weil Du mir so viel bedeutest.« Daneben ist ebenfalls wirksam: »Was meinst Du, wie sich Deine fetten Freundinnen schwarz ärgern, wenn ich bald wieder eine schlanke und ranke Frau habe - die ihre tolle Figur von früher jetzt für immer beibehält.«

Natürlich gibt es auch Partner, die partout nicht wollen, die stur wie Panzer ihren alten Trott beibehalten und an denen Dein Bemühen abprallt wie vernünftige Lösungsvorschläge an einem Bürokraten.

Eine Leserin schrieb mir dazu: »Es nutzte alles nichts, was Sie in Ihrem Buch vorschlugen. Bis ich es satt hatte, mich täglich der Dummheit zu beugen und mir der Kragen platzte. Ich schmiß meinem Mann und halbstarken Sohn den ganzen Küchenkrepel vor die Füße und schrie: »Wenn Ihr weiter Suchtnahrung essen wollt, dann kocht Euch die ab jetzt selbst!«

Das endlich hat sie überzeugt!

Und wenn Du schon vorher wissen möchtest, ob Dich Dein in Aussicht genommener Partner mit ständigem Kranksein zu seiner Sklavin macht oder sein Schniedelwutz durch Biertrinken immer schlapper wird, dann stell Dir die Frage:

- Will er Dir zuliebe sich von seinem Bauch- und Hüftspeck, Alkohol und Rauchen trennen?
- Wovon nimmt er zwei auf einmal? Von den Treppenstufen oder Pillen?



- Will er mit Dir überhaupt über seine Gesundheit sprechen?

Ich bewundere im stillen diese resolute Leserin, die zeigte, was in ihr steckte, und Persönlichkeit bewies. Doch ich rate nicht allgemein dazu. Ich hoffe einfach, daß meine Leser ihre Partner genug lieben, um sich bei ihnen ohne Krach und Theater durchzusetzen. Zusammen mit einem, der mitmacht, fällt Dir der Übergang zur UrzeitKost ganz klar leichter! Du darfst von einem Partner, mit dem Du lebst, auf jeden Fall erwarten, daß er es Dir für die erste Übergangszeit leicht macht.

Wenn er schon nicht mitessen will, dann sollte er tunlichst schon gegessen haben, wenn Du Dich an den Tisch setzt. Wenn's zu Hause nach Topfkuchen duftet, dann kann niemand von Dir erwarten, daß Du in Ruhe Dein Obst und Grünzeug futterst. Wenn kleine Kinder da sind, so ist das kein Problem. Die essen begeistert die neue Kost mit. Bei älteren Kindern wird's schwieriger werden. Aber sie sind aufgeschlossener als Du denkst - vorausgesetzt, daß Du ihnen vorißt und ihre Abenteuerlust anzuheizen verstehst.

Kinder sind so leicht motivierbar - wenn sich Dein Partner nicht gegen Dich stellt und das Kind ebenfalls dazu anhält, roh zu essen, statt Dir in den Rücken zu fallen.

Wenn er das Buch hier gelesen hat, weiß er ja, wie gut die UrKost seinem Kind tun wird und welchen Streß er sich erspart, wenn sie urgesund bleiben!

Und siehe da - Du schlägst zwei Fliegen mit einer Klappe: Plötzlich hast Du auch gesunde Kinder! Und Kinder, die besser lernen. Und Kinder, die auf einmal ihre Zappeligkeit verlieren. Kinder, die nicht zu Dampfnudeln aufquellen und so ihre Chance vertun, später mal im Leben den erwünschten Partner zu gewinnen. All das hängt ganz, ganz eng mit der Ernährung zusammen.

Eine meiner Leserinnen schrieb mir über die Schwierigkeiten hinsichtlich der McDonald-Jugend von heute: Endlich hab' ich meinen Sohn mühsam dazu gekriegt, mit mir UrKost zu essen, da ärgert er mich auch schon damit und macht mich als Hausfrau gleich bei seinen Freunden lächerlich. Hörte ich jetzt zufälligerweise ein Gespräch mit:

»Wetten um 'nen Zehner, daß Du nie dahinter kommst, was meine Alte uns heute Abend zu essen macht?«

»Nachdem sie es auf den Tisch gestellt hat?«

»Klaro. Du kannst sogar davon probieren und errätst es doch nicht!«



»Die Wette gilt - einen Zehner!«

Natürlich verlor der Freund meines Sohnes den Zehner. Obschon er sich überwand und ein kleines Tellerchen mitaß - wie wollte er aber auch ergründen, was das alles für Kräuter waren, die ich in unseren UrKostsalat geschnibbelt hatte...

»Übrigens: Ich habe mich gestern noch mal mit meinem Partner darüber auseinandergesetzt, ob wir gemeinsam die UrKost bei uns aufnehmen...«

Und? Ich hoffe, Dir sind dabei nicht zu viele Haare ausgerissen worden. Wer von Euch hat die meisten Blessuren davongetragen? Na, Ihr werdet Euch schon wieder zusammenraufen. Lies jetzt mal weiter:

### Gesundheitsgesetz der Natur

**UrNahrung ist gesunde Kost, ist einfache Kost - genau das Gegenteil von abwechslungsreicher oder ausgewogener Kost, die von allen sog. Ernährungsexperten als unbedingtes Muß gefordert wird.**

»Was mir wichtig erscheint: Woher willst Du wissen, was die Menschen der Urzeit alles gegessen haben? Und ob es diese Sachen heute noch alle gibt? Was haben sie bevorzugt, was nicht? Wenn sie keine Jäger waren, haben sie wohl nur zu Pflanzen und Beeren und Früchten gegriffen...«

Eben. Und genau das tust Du ab sofort auch.

**Da die Urzeitmenschen niemals etwas von künstlich gedüngten und mit Giften besprühten Böden gegessen haben, ist der Schluß einfach: Du nimmst in Deinen Speisezettel möglichst viel Bio-Obst und viele wilde Pflanzen auf. Mindestens jedoch Pflanzen, die von biologisch bearbeiteten Böden stammen. Und da es in der Urzeit keine verseuchten Abgase gab, ißt Du Deine Wildpflanzen nur von den Plätzen, die weit genug von stark befahrenen Straßen entfernt liegen.**

»Und wie schließe ich aus, daß ich mich und meine Familie nicht vergifte? Irgendwo hab' ich mal gelesen, daß alle Wildpflanzen eßbar wären. Manche aber nur einmal... «

Die Gefahr ist kaum drin. Am Buchende findest Du die Bilder der gefährlichen Pflanzenarten. Du mußt sie Dir nur gut einprägen. Du kannst Dir aber auch noch zusätzlich ein Buch über giftige Pflanzen besorgen.<sup>7016, 7021</sup> Solltest Du mal wirklich an eine nicht eßbare Pflanze geraten sein, wie etwa die Wolfsmilcharten, die leichten Brechreiz erzeugen, oder Holunder oder Maiglöckchen, so nimmst Du schnell ein paar Teelöffel Heilerde und die Sache ist im Nu vergessen!

Da Du Dich an das Essen von Wildpflanzen gewöhnst, wirst Du bald mit der Zeit merken, was ungewohnt ist. So schmeckt giftiger Rittersporn dumpf und macht die Zungenspitze etwas

taub.

Vergiften kannst Du Dich höchstens mit dem Knollenblätterpilz.<sup>7005</sup> Aber da Du als UrKöstler aufs Essen von Pilzen verzichtet, ist dieses Problem auch vom Tisch! Und fast alle anderen giftigen Pflanzen schmecken so scheußlich, daß Du sie garantiert nicht heruntergeschluckt kriegst.

Und wenn Du Dir nicht sicher bist, ob die einzige grüne Giftpflanze bei uns nach Mäusekot schmeckt, dann muß Du nur auf deren braun gefleckten Stengel achten, weil die Fiederblätter des Schierlings fast genau so wie die der wilden Möhre aussehen. So, und dann weißt Du: das ist Schierling. Da laß' ich besser die Finger von. Ruhig also ein Stückchen probieren, damit du sie am Geschmack immer wiedererkennen kannst! (®Rz825) Ein Maiglöckchenblatt trocknet Dir gleich die Schleimhäute in Mund und Rachen so aus, daß Du es nie mehr anfassen wirst.

Meine Nachbarin schickt mir ihre 17jährige Tochter. »Mir ist ganz schlecht« klagt sie, »ich hab' bestimmt 'ne Pilzvergiftung! Haben Sie nicht was dagegen?«

Ich sage: »Heilerde wäre das beste - aber vorher muß ich wissen, was das für Giftpilze waren.«

Ihre Antwort kommt sofort: Pizza mit Champignons.

»Schade - Pilze sind doch das Fleisch des Waldes! Ich dachte, hier hätte ich wenigstens einen kleinen Ausgleich für meinen Verzicht auf die saftigen Schnitzel finden können - und jetzt soll ich nicht mal mehr ein leckeres Pilzgericht essen dürfen? Sag, was hast Du dagegen? Pilze aus dem Wald, das sind doch ebenfalls wildwachsende Gewächse.«

Du vergißt, daß die Urzeitmenschen kein Feuer benutzten. Wenn Du die Pilze roh essen willst - dagegen hab' ich nichts. Ich kann Dir aber sagen: die schmecken nach dem zweiten Biß schon widerlich - außer den gezüchteten Champignons. Pilze sind wohl mehr für die Kleinlebewesen des Waldes bestimmt!<sup>9433</sup> Solltest Du ein Pilzfan sein, dann verrate ich Dir einen Trick, wenn Du Dir nicht sicher bist, ob Du einen giftigen, amanitahaltigen Pilz erwischt hast: Drücke ein Stück davon fest auf saugfähiges Zeitungspapier, so daß etwas Saft austritt. Träufele 6 bis 8ml 20%ige Salzsäure darauf. Ist der Pilz giftig, verfärbt sich das Papier nach zehn Minuten blau.

Nun gibt's auch noch einige andere Pflanzen, die stark giftig sind, die aber kaum eine Gefahr für Dich bedeuten, da sie normalerweise von Dir nicht gefunden oder gegessen werden können. Nehmen wir mal die sehr giftige (unglaublich festsitzende) Wurzel des Weißen Germer. Ich glaube kaum, daß Du auf die verrückte Idee kommst, ausgerechnet die auszugraben und zu verzehren.

»Nein - warum sollte ich!? Schmeckt die überhaupt?« fragst Du.

Wo denkst Du hin! Ich habe bis heute noch keine einzige giftige Pflanze kennengelernt, die im Naturzustand schmeckte. Die Germerwurzel beißt und betäubt bald nach dem ersten Biß die Zunge. Noch widerlicher schmeckt die Brechnuß, aus der man Strychnin gewinnt.(®LV1256)

Sobald Du davon auch nur das kleinste Stückchen probierst, mußt Du sofort erbrechen. Auch die Eibe, die viele nur unter dem Namen Taxus kennen, ist giftig. Aber vielleicht magst Du die kleinen, roten Früchte, die so verführerisch aus den grünen Nadeln hervorleuchten und sehr lecker sind.

»Ich denke, nach Deiner Erfahrung gibt es kaum etwas Giftiges, das gut schmeckt.« <sup>9695</sup>

**Laß mich ausreden: Die ganze Eibe ist giftig. Aber ausgerechnet der zum Essen verlockende Fruchtemantel nicht. Den nicht knackbaren, wiederum gifthaltigen Kern kannst Du trotzdem runterschlucken - die Verdauungssäfte vermögen ihn nicht aufzulösen und das Gift freizusetzen. Ähnliches trifft auf die giftigste Pflanze zu, auf die Brechnuß. Die Schale dieser Nuß ist so etwas von hart, daß Du sie selbst mit einem Hammer nicht knacken und Dich so mit Strychnin nicht vergiften kannst.**

**»Warum wachsen denn überhaupt giftige Pflanzen? Wenn die Natur wirklich vollkommen geschaffen wäre, dann dürfte sie so etwas doch gar nicht herausgebildet haben!«**

Da platzt Du gleich mit einer neuen Frage heraus. Sag mal, macht Dich das kleine Naturwunder an der Eibe denn nicht für eine Weile nachdenklich? Diese unglaubliche Weisheit der Natur ihren Geschöpfen gegenüber... Wir sind immer nur gewohnt, alles nur vom Standpunkt unserer menschlichen Gattung zu sehen. Stets meinen wir, alles wäre nur für uns da. Wir verkennen ständig, daß wir nur eine unter den 1.500.000 uns bisher bekannten Tierarten (man schätzt sie insgesamt auf 30 bis 40 Millionen) dieser Erde sind. Jedes Säugetier - außer uns Menschen, die wir unsere Sinne dafür vernachlässigt haben - riecht oder weiß aus Erfahrung sofort, welche Pflanze zuträglich für es ist und welche nicht. Selbst bei größtem Hunger läßt es diese Pflanze unangetastet! Und wenn Du ein bißchen zuviel von der Sonnenwend-Wolfsmilch ißt, bekommst Du drei Stunden lang ein fieses Brennen im Hals verpaßt. Auf daß Du nächstens besser aufpaßt. Der giftige Fingerhut ist deshalb so bitter, damit die Insekten des Waldes sich vom süßen Nektar seiner Blüten ernähren können. Auf diese Weise lassen andere Waldbewohner, wie z.B. Reh und Hase ihre Beißerchen davon. Und wie leer erschiene unserem Auge der Wald, wenn Ilex, Buschwindröschen und Maiglöckchen nicht leicht giftig wären! Aber es gibt auch Ausnahmen. Das Schattenblümchen (meist ein einzelnes Blatt) wird in allen Pflanzenführern als giftig bezeichnet. Kein Verfasser hat das aber jemals ausprobiert. Außer mir. Ich eß es schon seit Jahren... Von dem die Zunge und Schleimhäute verätzenden Aronstab probiert kein Säugetier (und auch Du nicht) ein zweites Mal: So vermag er seinen wunderschönen, aber leicht faulig riechenden Blütenkolben zu entwickeln, der zweiflügeligen Insekten so angenehm in der Nase sticht. Dessen Oberfläche allerdings so fatal geölt und glatt ist, daß die ihn anfliegenden Besucher in den Blattkessel rutschen und dort ihren mitgebrachten Blütenstaub an den Narben abstreifen. Die schrumpfen darauf ein und sondern für ihre kleine Gäste Nektar ab, damit sie für die paar Tage ihrer Gefangenschaft gut bewirtet sind.

»Gefangenschaft?« fragst Du.



Ja, die kommen nämlich vorerst nicht mehr da raus, weil ihnen feine Härchen nach oben den Ausgang versperren. Nachdem aber die Staubbeutel ihren Blütenstaub über die Insekten ausgeschüttet haben, verwelken sie sogleich, und der Weg wird wieder frei für sie, damit sie mit dem anhaftenden Blütenstaub auch noch andere Pflänzlein bestäuben können. Wären die Blätter für andere Lebewesen eßbar, so würde die Pflanze bald ausgestorben sein...

Doch weiter mit meiner Giftlehre, die ich Dir hier mal unter ganz neuen Aspekten vorstelle:

Warum, glaubst Du wohl, lassen die weidenden Tiere den leicht giftigen Brennenden Hahnenfuß und den ungiftigen, aber nicht verzehrbaren Stumpfen Ampfer als einsame Insel in den Wiesen deshalb stehen - na, warum meinst Du wohl?

»Weil die Wiese sonst so karg und leer aussehen würde?«, meinst Du.

Nein. Ein bißchen genauer solltest Du schon hinschauen: Ohne diese beiden Pflanzen würde die Wiese stets ratzekahl abgegrast. Doch das zwischen dem Brennenden Hahnenfuß stehende Gras bekommen Kühe und Pferde nicht herausgebissen! So können die darin verbliebenen Gräser ihren

Am frühen Morgen triffst Du ihn öfter im Ampfer an, sein metallisch blinkender Rücken sticht Dir dann mit einem harten Strahl wie ein goldig glänzender Edelstein in die Augen. Und nun frag Dich selbst, welche Aufgabe die Käfer in der Wiese wahrnehmen. Die Abbildung unter Rz.829 spricht Bände!

»Dann konnten die Urzeitmenschen eigentlich aus der Wildnis ohne Gefahr alles futtern, was sie wollten.«

**Das kannst Du ebenfalls, wenn Du grundsätzlich vorher jedes unbekannte Pflänzlein probierst, welches Dir unter die Finger kommt. Dann wartest Du einen Tag ab, ob sich Beschwerden bei Dir einstellen, falls Du mal irgendwo hilflos in der Wildnis sein solltest und hungrig bist. Du weißt doch bereits: Außer dem Knollenblätterpilz ist bei uns kein obenerdiger Pflanzenteil so gefährlich, daß Du nicht davon probieren dürftest. Falls Du jedoch täglich genügend Wildpflanzen ißt, wird Dir selbst dieser tödlich giftige Pilz nicht gefährlich.**

»Nun mach aber mal einen Punkt! 50 Gramm vom grünen Knollenblätterpilz genügen, um eine ganze Familie unter die Erde zu bringen!«

Das stimmt! Vorausgesetzt, sie sind keine UrKöstler. Als solcher hast Du stets soviel Abwehrkräfte im Körper, daß Du auch das überstehen würdest. Besonders die Disteln tragen äußerst wirksame Stoffe in sich, welche die Entgiftungsarbeit der Leber außerordentlich unterstützen.

1981 machte ein französischer Arzt sogar einen Selbstversuch und aß 70 g vom grünen, dem gefährlichsten Knollenblätterpilz, nahm danach Vitamin C und den Mariendistelextrakt

Legalon (Sibilin) - noch wirksamer wäre das Essen der Pflanze selbst gewesen! - zu sich. Und lebt heute noch!<sup>7005/16/21, 9775</sup> Wenn Du Dir die Bilder der gefährlichsten Pflanzen einprägst, dann mußt Du kaum befürchten, mal Mundbrennen, Schleimhautzusammenziehung, Bauchgrimmen oder Herzflattern von einer stark wirkenden Pflanze zu bekommen, wie es Dir bei der Arnika passieren kann. Hältst Du Dich an die am häufigsten vorkommenden einheimischen Pflanzen, so bist Du bestens bedient. Unter Kapitel 9.97 - 9.98 habe ich sie aufgeführt. Zum näheren Kennenlernen kannst du Dir auch einen der vielen Pflanzenführer besorgen.<sup>7016, 7021</sup>

Ich kann mir vorstellen, daß die Urzeitmenschen sich je nach der Gegend an bestimmte Pflanzenarten gewöhnten, die sie in der jeweiligen Jahreszeit am häufigsten fanden. Doch im Gegensatz zu den kälteren Klimazonen der Erde, wo uns nur wenige Arten, wie etwa Gänseblümchen, Sauerampfer, Spitzwegerich, Vogelmiere, Sauerklee, Milzkraut, Gilbweiderich, Kriechender Hahnenfuß, Gundermann, Schafgarbe, Gras und Taubnessel das ganze Jahr hindurch zur Verfügung stehen, war deren Speisezettel, was die verschiedenen Pflanzenarten betraf, zwangsläufig abwechslungsreicher.

»Welche Heilkräuter empfiehlst Du mir denn?«

Keine. Davon halte ich nichts.

»Was? Davon hältst Du nichts? Ich denke, der Herrgott hat für jede Krankheit ein Kräutlein wachsen lassen«, sagst Du.

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Allein die Tatsache, daß natürlich lebende Tiere keine Krankheiten bekommen, beweist zur Genüge: Krankheiten sind von der Natur für Lebewesen, die ihre Gesetze befolgen, nicht vorgesehen.**

Zu welcher Denkkonsequenz hinsichtlich der Heilkräuter muß das führen?

»Verlange nicht von mir, daß ich Dir als Leser scharfsinnige Schlüsse für Dein Buch liefere.«

Nun - ich hätte es mir gerne erspart, hier selbst die sehr enttäuschende Folgerung für alle Naturapostel, Heilkräuterteetrinker und Naturmedizinerschreiber zu ziehen:

**Da Krankheiten nicht in den Plan der Natur aufgenommen sind, kann Gott oder die Schöpfung auch keine natürlichen Heilmittel, sprich »Heilkräuter« dafür entwickelt haben.**<sup>8336</sup>

Überlege doch nur mal, wieso eigentlich der Gedanke aufsteigen konnte, Gott habe persönlich Heilkräuter in die von ihm geschaffene Natur eingesetzt. Das konnten doch nur Menschen annehmen, die in einer Zeit lebten, in der sie sich durch ihre naturwidrigen Lebensweisen

schon mit Krankheiten herumzuschlagen hatten. (Bei Tertullian, der im zweiten christlichen Jahrhundert lebte, wurde ich fündig. Der schrieb: »Gott selbst ließ die Heilkräuter aus der Erde sprießen«.)

»Nochmals - das möchte ich jetzt mal wiederholt haben: Du schreibst ein Naturheilbuch und streitest ab, daß es überhaupt Heilpflanzen auf unserer Erde gibt! Das hat bislang noch niemand auf dieser Welt zu behaupten gewagt. Sogar die Schulmedizin erkennt an, daß es Heilpflanzen gibt und benutzt sie. Denk mal an Digitalis aus dem Fingerhut, an Atropin aus der Tollkirsche.«

**Pflanzen sind zum Essen da. Und nicht um Krankheiten zu beseitigen. So und nicht anders hat es die Natur bestimmt. Das mußt Du klar sehen. Und diejenigen, welche »Heilkräuter« empfehlen, nutzen nur die Giftwirkungen oder das durch nichts begründete, aber von Schlaumeiern aufgebrachte Renommee bestimmter Pflanzen, um den Leuten weiszumachen, sie könnten sich damit von ihren Krankheiten befreien.<sup>8336</sup> Wisse:**

**Es gibt kein einziges, einzelnes Heilkräutlein, das als Tee oder Saft gegen ein spezielles Leiden hilft! Nur eine große Vielzahl roh gegessener Wildpflanzen ist gegen Krankheiten wirksam.**

»Die Heilpflanzenverarbeiter belügen uns also auch?«

Na hör mal, meinst Du, sie wären Engel, nur weil sie von der Apotheke Gottes reden? Und die angeblich wilden »heilenden« Pflanzen den chemiefeindlich gesinnten, sich für naturnah haltenden Menschen andrehen? "Angeblich" sage ich deshalb, weil die Tee- und Kräutersäftefabrikanten diese kulturell vergewaltigten Wildpflanzen auf riesigen Feldern künstlich anbauen müssen. Deshalb taugen sie nichts. Sie bekommen doch heute keine Leute mehr, die »Heilkräuter« aus der unberührten Natur sammeln. So oder so sind sie also nicht viel wert.<sup>3495</sup>

Aber immerhin stehen die chemischen »Heilmittel« zu den natürlichen etwa in einem Verhältnis wie das Fallbeil einer Guillotine zu einem Taubenschuß, der auf Dich niederfällt.

Weil dieses Wieder-Heilmachen-Können-Denken den Menschen suggeriert, ihre widernatürlichen Lebensweisen weiterführen und sich dabei einbilden zu können, deren Folgen mittels eines »Heilmittels« ungeschehen zu machen. Was die Hypnotiseure der Medizin den Kranken so sympathisch machte, daß sie für diesen Betrug den Ärzten und anderen Scharlatanen bereitwillig ihre Geldbörsen öffneten und sie am meisten verehren.

**Dabei ist es schon mehr als anmaßend zu glauben, die Schöpfung stelle ausgerechnet den Menschen als ärgsten Mißbachter ihrer (göttlichen bzw. natürlichen) Gebote »Heilmittel« zur Verfügung - belohne ihn also noch für seine Untaten gegen die Natur und gegen die von ihr geschaffenen und voll in ihre wundervolle Zweckmäßigkeit integrierten übrigen Lebewesen.**

Warum außerdem nicht viel von pflanzlichen »Heilmitteln« zu halten ist: Man laugt sie mit Alkohol aus oder verdickt ihre Wirksubstanzen. So sind etwa die aus Sennesblättern, Faulbaumrinde oder dem Rhizinussamen hergestellten, rein pflanzlichen Abführmittel zu konzentriert und haben bei anfälligen Kranken sogar schon zu Darmentzündungen geführt.  
3615, 6818

**Entwickelt vom Laibarzt des  
Dalai Lama**

## **Die Kraft der 5 Tibeter jetzt in Kapseln**

Weißdorn soll Dein Herz stärken...!<sup>6817</sup> Sag mal, wie naiv bist Du eigentlich? Jetzt rückt die Naturheilkunde wieder mehr ins Licht der Medizin, weil zu viele Menschen zuviel schlechte Erfahrungen mit der Chemie machten. Und da sollen jetzt getrocknete Kräutlein helfen! Das Herz ist ein Muskel. Und wer einen Muskel stärken will, der muß ihn anstrengen! »Ich verschreibe Ihnen da mal ein Herzstärkungsmittel«, sagt Dir Dein Arzt - und Du glaubst das! Mein Gott, wieso läßt Du Dir Dein klares Denken von diesen Medizinmännern so komplett ausschalten?<sup>2024</sup> Kein Wunder, daß die alles mit Dir machen und die Pharmagauner Dir alles andrehen können: Gewisse Tees sollen Dein Blut »reinigen«. Keiner fragt sich bei solchen Behauptungen - wie bei allen anderen medizinischen Argumenten ja ebenfalls - wie das vor sich gehen soll! Diese Tees reinigen höchstens den Darm – und da gibt's kein Blut drin. Das Blut zu reinigen, dazu sind Leber und Nieren da. Und nur die können das.

Schlitzohren sind und waren es: die Millionen und Abermillionen von Medizinmännern, Knochenbrechern, Geistheilern<sup>8337</sup>, Gesundbetern, Kräuterweiblein, Kurpfuschern, Scharlatanen, Ärzten, Pillendreher, Apothekern, Chemiemanagern, Pharmazieunternehmern, Medizinwerbeleuten, Medizinjournalisten, Heilmittelvertretern - ich könnte seitenlang Berufe nennen, die einzig und allein davon profitieren, daß die Menschheit an das Wort »Heilmittel« glaubt. Bedenke doch:

**Wenn eine Pharmafabrik wirklich ein »Heilmittel« schaffen könnte, würde sich die Nachfrage bald danach erschöpft haben, weil es nach eingetretener Heilung niemand mehr benötigte.**

Und was die Handaufleger oder Geistheiler betrifft: Vergiß den, der geistig zu heilen verspricht, aber materiell kassiert.

»Und wie erklärst Du Dir die Wunderheilungen von Jesus?«

Ganz einfach. Der wollte als Guru wohl ein feines Rednerdasein führen. Wenn er mit seinen Jüngern vor einer Stadt lagerte, so schlich er sich vielleicht abends heimlich »zum Beten« davon und suchte sich dort einen Bettler. Dem gab er einige Münzen und versprach ihm für den folgenden Tag weitere. Er müsse sich nur auf den Marktplatz setzen und bei seiner Predigt öfter mal rufen: »O Herr, ich glaube Dir.« Sich sodann mit steif gehaltenen Beinen, nur auf die Hände stützend, auf ihn zubewegen. Nachdem er ihm dann sage: »Steh auf, Dein Glaube hat Dich wieder gehend gemacht«, brauche er nur mit freudigem Erstaunen herumzutanzten und

wieder zu verschwinden.

"Na schön, viele Theologieprofessoren stimmen Dir da zu, weil sie meinen, Wunder habe es vor 2000 Jahren ebensowenig wie heute gegeben – aber heute könnte so eine harmlose Schwindelei ja nie mehr passieren", sagst Du.

**Aber heute geschieht dies doch jede Minute und tausendmal mehr als früher! Sieh Dir doch nur die ständig neu aufkreuzenden Schlankheitsmittel-Anzeigen an! (® LV 6926ff) Und die Menschen glauben daran! Der Aberglaube an eine Heilung hat sich nur auf die Wissenschaft verschoben. Das Wort allein genügt schon – und alle fallen auf die Knie. Und glauben, was sie behauptet. Gegen jede Vernunft. Oder glaubst Du etwa, die Menschen hätten in dieser Beziehung auch nur einen Deut zugelernt?**

Aber warum willst Du es nicht probieren? Wenn Dich ein Handaufleger damit gesund macht, wie schön! Dann brauchst Du Dir die harte UrzeitTherapie doch nicht aufzuerlegen. In England führte man geistiges Heilen als voll anerkannte Therapieform ein.

Wenn Du aber dann nach einiger Zeit merkst, daß Dir auch eine Geistheilung nicht geholfen hat, dann weißt Du - hoffentlich ist es dann nicht zu spät für Dich:

**Nur eigene harte Arbeit an Dir selbst macht Dich stark, lebensfroh und wirklich gesund!**

Ich will nicht ignorieren, daß der Glaube an ein Heilmittel, die Heilkraft eines Arztes oder eines Geistheilers bei vielen Menschen als Placebowirkung Krankheitszeichen durch Aufmöbeln der Immunkräfte für eine Weile zum Verschwinden bringen kann. Aber es dauert nicht allzulange und bald hat der Dreck im Körper wieder die Oberhand über die Einbildung im Kopf gewonnen. Wisse:

**Nur unter der UrTherapie kannst Du mit einer Heilung von Deiner Krankheit fest rechnen. Damit tritt Dein Optimismus und Deine feste Überzeugung, daß Du wieder gesund wirst, als zusätzlicher Heilfaktor den Urkräften der Natur hinzu.**

Als die UrMenschen noch wie halbe Affen auf einer paradiesischen Erde herumliefen, brauchten sie keine Heilmittel. Sie aßen Pflanzen und Früchte, wie es die Schöpfung gebot. Nur keine Pflanze, der wir den Namen Roter Fingerhut gegeben haben. (à Rz 585)

Da kam aber irgendein Mediziner auf der Suche nach Heiltricks plötzlich auf die Idee, sich diese mehr als bittere Pflanze hineinzuwürgen - und merkte, wie danach sein Herz stärker schlug. Und schon begann der kleine Gauner, seinen verfetteten und trägen Patienten (die über Herzschmerzen und Beklemmungsgefühle klagten) weiszumachen, er besitze ein geheimes Pflänzlein dagegen. Dieses wachse allerdings nur an einem einzigen, nur ihm bekannten Platz im finstren Forst, und es dürfe nur Punkt Mitternacht gepflückt werden. Aber auch nur dann, wenn eine Eule dreimal dabei krächzen würde... Und der damals wie heute nicht minder gläubige Patient nahm voll Zuversicht die als Trünglein zubereitete milde Giftpflanze Digitalis purpurea zu sich. Er durfte weiter träge sein, weil er in der Tat eine »Herzkräftigung« zufolge

des verstärkten Herzklopfens zu verspüren meinte. Mit der Zeit wurde das dann zum »Heilmittel« erklärt. Leicht giftige Pflänzlein wurden zerrieben, dann gepulvert, in Alkohol aufgelöst, schließlich in bunten Pillen, sodann in Ampullen gereicht und letztlich wurden dann deren Wirkstoffe chemisch zubereitet.

»Woher aber der verstärkte Herzschlag?«

**Weil unser Körper am besten weiß, was mit Gift zu geschehen hat: Er sucht durch eine verstärkte Herztätigkeit - und einen damit beschleunigten Durchlauf des Blutes durch Leber und Nieren - es schnellstens wieder aus dem Körper zu schaffen.**

Der Trick hatte bis heute Erfolg: Der Arzt gewann einen gläubigen Patienten, dem er auf Jahre hinaus »Herzheilmittel« verschreiben konnte. Die mit der Zeit sogar süchtig machten. Und anschließend, wenn dessen Leber und Nieren wegen des vielen zu verarbeitenden Giftes zu streiken begannen, konnte er weiter Gifte, die diesmal die Niere und Leber »stärkten«, verschreiben...

Ärzte sind die Wucherer in den Tempeln angeblichen Heils: Sie helfen Dir, wie dem Schuldner, vielleicht kurzfristig mit ihren Giften aus einer Not, verstricken Dich aber immer tiefer ins dichte Schuldernetz: das heißt in die Abhängigkeit zu ihnen. Durch stetig neues Verschaffen körperlicher Schäden mittels angeblicher »Heilmittel«.

»Aber seit Jahrtausenden werden uns doch wertvolle Kräuterrezepte von den Ahnen überliefert. Und seitdem die Kunst des Buchdrucks erfunden ist, wurden sie immer wieder gedruckt. Außer der Bibel ist, glaube ich, nichts so oft gedruckt und gelesen worden wie die Kräuterheilbücher. Und selbst heute, in unserer modernen Zeit, wurde das Buch «Gesundheit aus der Apotheke Gottes« millionenfach verkauft. Wie erklärst Du Dir dies, wenn das alles nicht wirklich helfen würde?«

Ganz einfach! »Naturheilmittel« machten und machen es den Menschen genau so bequem wie der Chemiedreck des Mediziners. Dessen Verschreibungen man aber immer weniger folgen mag. Es ist doch höchst angenehm, ein Teechen gemütlich abends im Fernsehsessel zu trinken, und zu glauben, so die Krankheit loszuwerden.

»Na schön, wenn Kräuter als Tee auch nutzlos sein mögen - schaden tun sie wohl auf keinen Fall.«

Die gekochten Pflanzenreste schädigen Dich wohl weniger. Aber nur, falls der Extrakt nicht zu stark ist, wie beim Sennesblätterttee, der neben Darmentzündungen auch noch Knochenschwund und Herzschäden verursachen kann, während Huflattichtee halb so gefährlich ist, wie man ihm nachsagte. Aber: Das heiße Wasser tut Dir mit Sicherheit nicht gut! Denn das ist Dein Körper von der Urzeit her nicht gewohnt.

»Sogar einfaches heißes Wasser soll mir schaden? Das sei der Körper nicht gewohnt! Was ist das für eine Erklärung für einen aufgeklärten Menschen?« schüttelst Du den Kopf.

Die einfachste und verständlichste. Und damit die der Wahrheit am nächsten stehende.<sup>6312</sup>

Es werden Unmengen empfindlicher Verdauungsbakterien abgetötet, wenn Heißes in den Magen gelangt, und Massen weißer Blutkörperchen strömen sofort an die Darmwände. Wach auf! Lies nicht einfach darüber weg: Die Verdauungsvorgänge in Deinem Körper laufen bereits falsch ab, wenn Du nur schon etwas Warmes isst oder trinkst!

**Warum wohl eilen die weißen Blutkörperchen besonders schnell an die Darmwände, wenn dort eine Fleischmahlzeit ankommt? Wenn Du bisher aufmerksam gelesen hast, dann erkennst Du: weil dort die Alarmglocken schrillen! Weil dort die roten Lämpchen aufleuchten: Fremdeiweiß!**

Die Darmwandzelle meldet sofort der Blutabwehrzelle: Gefahr! Komm! Leider leuchtet es nicht sichtbar vor Deinem Mund auf - aber spätestens im Magen und Darm erkennt der Organismus, wie bei einer Implantation, daß nicht gewohnte, sondern nur schädigende Stoffe in ihn gelangt sind, gegen die er seine Abwehr einsetzt. Und das sind die weißen Blutkörperchen. (Ein Arzt verordnete seinerzeit heißes Essen als Heilmittel gegen Krankheit.<sup>9984</sup> Du erkennst wieder, wie recht ich damit habe, Dich das Gegenteil tun zu lassen, was die Krankmachungsgilde Dir rät.)

*Die Müdigkeit und Schlaptheit, die Dich jedesmal nach einem warmen Essen überfällt - sie zeigt nichts anderes, als daß hier bereits ein kleiner krankhafter Prozeß abläuft. Am hellichten Tage überfällt Dich nämlich sonst nie diese bleierne Müdigkeit ohne vorhergegangene körperliche Anstrengung. Das ist ein völlig unnatürlicher Vorgang. Das wäre für viele Tiere verhängnisvoll (und für Urzeitmenschen schlimm gewesen), die ständig wach und auf dem Kien sein mußten.*

»Und Du glaubst auch nicht, daß zum Beispiel Kamillentee entzündungshemmend wirkt?«

**Das kann schon sein. Wenn's so ist, dann stellt es einen großartigen Beweis für die unglaublichen Kräfte der Natur dar, daß selbst im ausgekochten Wasser vertrockneter Pflanzen noch gesundmachende Kräfte wirksam sind. Falls es also zutrifft: Wie viel Gesundungskräfte mag dann aber erst die lebende, in vollem Saft stehende Pflanze für Dich besitzen!**

»Ein, zwei Täßchen schwarzen Tee am Abend, mein Gott, was soll das schon bedeuten!« sagst Du leichthin, »so heiß trinke ich den gar nicht...«

Immerhin enthält der Tee Tannin. Und dieses Tannin blockiert die Fähigkeit des Körpers, Eisen aufzunehmen. Was sich gerade für die gerne teetrinkenden Frauen böse auswirkt.<sup>6308</sup>

»Aber sicher ist es doch gut, viel zu trinken, um die Nieren zur Tätigkeit anzuregen, damit sie die Giftstoffe besser ausscheiden können - so sagen jedenfalls übereinstimmend alle Ärzte«, meinst Du.

**Was für ein Unsinn! Was Dir der Arzt da rät, heißt nichts anderes, als noch mehr Kalk des Leitungswassers, der im Tee, in der Limonade, im Bier, in der Cola oder im Kaffee steckt, in den Körper zu bringen.**

»Aber die Nieren sollten sich entwässern! Du hältst ja überall das Gegenteil von dem für richtig, was Ärzte raten. Das kann ja wohl doch nicht immer stimmen«

Menschenskind! Hast Du es denn immer noch nicht begriffen: Ich bin freier Schriftsteller. Ich brauche keine Rücksicht auf irgendeine Standesorganisation zu nehmen, von der meine Existenz abhängig ist. Ich will Dich gesundmachen und -halten. Der Arzt will Dich krankhalten. Natürlich ist ihm das meist selbst nicht im geringsten bewußt. Die Schulmedizin, das Antiheilsystem Allopathie, ist derartig raffiniert von ein paar Weitsichtigen eingefädelt, daß die meisten ihrer Vertreter es nicht einmal merken oder wahrhaben wollen: Daß sie, auf Dauer gesehen, Menschen bei ihrer Behandlung immer kränker machen. Weshalb das Gegenteil ihrer Lehren zu tun ich Dir besten Gewissens empfehlen kann. Also: überhaupt nicht trinken! Besonders bei Nieren- und Blasenleiden nicht! Doch wenn die Naturheilärzte schon annehmen, daß mittels viel Tee und noch mehr Aberglaube so ein Gesundungsvorgang einzuleiten wäre, dann aber nur mit *unschädlichem* Wasser.

Mit dem Wasser also, was die Natur für den Körper vorgesehen hat: dem kalkfreien, naturdestillierten Wasser, das nur in den Pflanzen und Früchten enthalten ist. Bedenke: Die Nieren und der Körper haben Millionen Jahre lang so gut wie nie irgendwelche Getränke pur zugeführt bekommen - das kann ihnen also, grundsätzlich betrachtet, nicht guttun.

**Denke im Sinne der UrzeitTherapie! Laß Dir nur von der Natur sagen, was richtig ist. Alles, wirklich restlos alles kannst Du vergessen, was Dir ein schulmedizinisch verbildeter Arzt erzählt.**

Wie kann Dir überhaupt ein Fremder sagen, was Dir fehlt! Der sitzt doch nicht in Dir! Nur Du spürst das doch. Nur Du weißt es also!

Plinius<sup>0566</sup> sagte z.B. den Römern, daß in Wein gekochter Kälbermist gut gegen Blähungen sei - und alle tranken nun dieses Gesöff, weil er ein berühmter Autor, Arzt und auch noch Admiral war. Später griff der Leibarzt von Papst Pius XII das Rezept auf und flößte diesem - der stärkeren Wirkung willen - Kuhmist mit heißem Tokaier ein. Doch diesmal als Heilmittel gegen den Krebs!<sup>0550</sup> Nehmen wir aber noch die Melisse. Der römische Arzt Secundus empfahl sie eingebildeten Kranken oder Überspannten. Hundert Jahre später diente sie dem griechischen Arzt Dioskurides als Heilmittel gegen Ruhr, Magenleiden und Zahnweh. Im sechzehnten Jahrhundert wurde sie gegen Halsschmerzen, Niedergeschlagenheit und Gliederschmerzen angewandt. Dann diente sie als Heilmittel gegen Erkältungskrankheiten, Altersbeschwerden, Unwohlsein und, und, und. Heute ist sie mit 79%igem Alkoholanteil zu einem heimlichen Schnaps für ältere Damen geworden. Erkenne den Wandel: Früher noch ein Pflanzenextrakt, ist heute Melissengeist bereits eine kleine, zum Glück harmlose, weil nur in kleinen Mengen geschluckte Droge.<sup>3495</sup>



Glaub mir: Wenn erst heute der Alkohol erfunden worden wäre - man hätte ihn als gefährliches Rausch- und Suchtmittel verboten wie Heroin und Kokain. Und in der Tat: Er ist noch gefährlicher und verheerender als die beiden letztgenannten Drogen.<sup>5400ff, 6307</sup> Durch Heroin sterben jährlich ein paar Tausend. Und das sind Primitivleute, um die es uns wahrscheinlich nicht leid tun sollte. Es gibt wahrhaftig liebere und wertvollere Menschen - die wir Reichen aber verhungern lassen. Während die Medien den Primitivdenkern auch noch ihre Spalten öffnen...<sup>9978</sup> Am Alkohol leiden Abermillionen und mit ihnen die unschuldigen Partner und Kinder.

»Aber die moderne Pharmaforschung hat eindeutig festgestellt, daß der Melisse entzündungshemmende, antibakterielle und antiallergische Eigenschaften zukommen!«

Das glaub' ich auch...

**Schließlich ist sie eine der vielen Pflanzen im Gesamtkonzept der Natur, die alle ihren Teil dazu beitragen, den Körper des Menschen gesund zu erhalten. Aber: So gut wie alle Pflanzen besitzen diese und ähnliche Eigenschaften.**

Merke: Wildpflanzen besitzen die gleichen Gewebe wie wir. Nimmt man die Zellulose weg, bleibt wie bei uns das Protoplasma.

Gleichwohl können z.B. die antiallergischen Eigenschaften nicht wirken, weil nicht mehr als nur ein Hauch von ihnen in nahezu 80prozentigem Alkohol überstehen kann.

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = [externe Datei](#) · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/5/1.html> - **Update: 13.01.2000 15:51**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

# Kapitel 5. Finde den Weg zur besten Ernährung für Dich: zur UrKost

## 5.11 Rohes Sauerkraut soll ungesund sein?

»Könntest Du den Begriff der UrzeitKost nicht noch etwas erweitern? Dann wäre ich wenigstens ab und zu mal in der Lage, das gesunde Sauerkraut zu essen. Denn das gab's ja in der Urzeit nicht.«

Es mag ja sein, daß Vitamine des Weißkohls darin überleben und das Kraut - wie heißt es doch so sehr uns beeindruckend »wissenschaftlich« bei den Ernährungsforschern - aus ernährungsphysiologischen Gründen für höchstwertig erklärt werden kann. Doch Sauerkraut ist wegen des starken Salzgehaltes mehr schädigend als dem Körper zuträglich.

Einfacher kannst Du Dir das klarmachen, wenn Du davon sagen kannst: Diese Nahrung ist verfälscht, sie ist keine UrzeitNahrung mehr! Merke: Alles Konservierte ist unnatürlich, ob in Fässern, Büchsen, Flaschen oder auf Eis.<sup>6414</sup>

»Sauerkraut soll aber so gut gegen Darmkrebs sein, sagt da eine Studie aus...«

Falls Du größere Mengen davon ißt, werden Dir die vielen Trillionen abgestorbenen Milchsäurebakterien darin aber auch eine Menge Blähungen bringen. Dann kriegst Du vielleicht keinen Darmkrebs - wirst aber sehr unter Einsamkeit leiden... Und tote Bakterien in diesem Übermaß zu essen, hm...

»Sag mal - wenn die Urzeitmenschen keine Gefäße besaßen - da konnten die sich ja auch nichts kochen! Nun geht mir zum erstenmal auf, was das für mich bedeutet. Heißt das wirklich...?«<sup>6232</sup>

Ja - genau das heißt das!

»Niemals? Nicht ein einziges Mal am Tag? Das kann doch nicht Dein Ernst sein. Nie, nie, nie? Nie mehr kochen? Das halt' ich nicht aus!«

Und ich sage Dir: Du fühlst Dich dabei sauwohl! Und Schopenhauer sagt Dir:

Die größte Torheit ist, seine Gesundheit für einen flüchtigen Genuß aufzuopfern.

Du kannst wirklich nur froh sein, wenn ich Dich hier vom Kochtopf weglotse. Nicht nur Aluminiumtöpfe sind gefährlich!<sup>6101</sup> Auch die Edelstahlkochtöpfe geben winzige Nickelspuren ab. Schon geringste Mengen können heftige Allergien und plötzliche

Hautauschläge auslösen. So bildet beispielsweise Chromagangeschirr eine oberflächliche Oxidschicht, aus der saure Nahrungsmittel, wie Apfelkompott, lösliches Chrom freisetzen.

Vom Nickel verseucht sind auch kulturell gezüchteter Kakao und Sojabohnen sowie Linsen. Und selbstverständlich alles, was daraus hergestellt wird, einschließlich der Schokolade...

**Du siehst, die UrMethodik tut gut daran, viele Kulturpflanzen aus dem Ernährungsplan zu streichen. Was meinst Du, was noch alles an nicht entdeckten Giften darin enthalten ist! Was erst in zig Jahren herauskommt!**

Überleg mal, wieviel Zeit Du als Mutter für Deine Kinder gewinnst, wenn Du nicht mehr kochen und braten mußt! Letzteres ist Deiner Gesundheit noch abträglicher als das Kochen: Weil dabei einfach wahnsinnig viele krebserzeugende Substanzen entstehen. Und:

Du mußt nicht mehr das Eßgeschirr heiß oder mit tensidhaltigen Spülmitteln spülen, deren Reste in Töpfen, Tassen und Tellern mitverantwortlich für den Herzinfarkt sind. <sup>9760, 9659</sup>

Als alleinstehender Mann mußt Du dich jetzt nicht mehr mit Kochtöpfen und Bratpfannen herumschlagen und eine Frau vermissen. Ohne großen Aufwand kannst Du jetzt einfach drauflos futtern.

Möglichst Wildkräuter, biologisch gezogene Früchte, Tomaten, Salate und anderes Grün aus dem Naturladen oder von einem Bio-Bauern. Im Winter Topinambur, Grünkohl und Obst - wobei Du mit Trauben vorsichtig sein solltest, da sie zuviel gespritzt werden. Was man nicht kontrollieren kann, es sei denn, sie stammen aus Deinem eigenen Garten.

»Und wie denkst Du Dir das im Winter? Ich frier' mich zu Tode, wenn ich nichts Warmes mehr in den Bauch bekomme«, wendest Du ein.

Aber es ist nicht die Wärme, die dem Körper Energie vermittelt. Wärme geben nur die Kalorien, die sich in der Nahrung befinden und die der Körper »verbrennt«. Ob er die Kalorien warm oder kalt zugeführt bekommt, das spielt nicht die geringste Rolle! Es ist nichts als Einbildung zu glauben, daß warmes Essen auch wärmen würde.

Sieh doch nur in die Natur: Die Vögel wärmen sich ihr Futter im Winter auch nicht auf!

Trotz Verbots von Gottvater Jupiter brachte Prometheus den Menschen das Feuer. Hätte er seinem Namen doch mehr Ehre gemacht und vorher bedacht, was er damit bei den Menschen für ein Unheil anrichtete! Seit diese das Feuer nutzen, vermögen sie lebendige in tote Krankheitsnahrung umzuwandeln und sich selbst schlimme Leiden und schlimmes Leid zuzufügen...

Bedenke: 449 neue Fremdstoffe entstehen durch das Kochen. Diese hat unser Körper während der Menschwerdung nie kennengelernt. Unsere Gene sind nicht darauf eingestellt, sie richtig zu verarbeiten. Bis jetzt hat man 50 davon näher untersucht. Viele erweisen sich als

sauerstoffvernichtend und mutagen. Sie dringen in die lebenswichtigen Vorgänge der Zellen ein und schwächen sie. Diese neuen »Derivate« nennt man übrigens »NCA« (Neue Chemische Arten).<sup>9999d</sup> Ebenfalls geschieht das durch Mikrowellenbestrahlung, die deshalb so gefährlich ist, weil sie sogar die Zellstrukturen verändert. Ebenso wenig ist vom Tiefgefrieren und radioaktiven Bestrahlen zum Haltbarmachen zu halten. Denn die Zellen dieser Nahrung werden durch die Strahlung oder den Gefrierschock anders als in der Natur vorkommend geformt. Das bringt den Organen, welche diese Nahrung zu verdauen haben, Falschinformationen. Sie erkennen die Nahrung nicht richtig und arbeiten deshalb schlechter als üblich.

»Und wieso behauptet unser Gesundheitsministerium, daß kein Kochverfahren schonender und vitaminerhaltender sei als das Garen im Mikrowellenherd?«

Weil die Chemiker in den Überresten der bestrahlten Nahrung auch weiterhin Eiweiß, Kohlenhydrate, Fette und Vitamine finden, die vom Kochvorgang ohne Wasser äußerlich nicht so zerfallen sind. Aber: Sie vermögen mit ihren derzeitigen Mitteln nicht festzustellen, welche Qualität dieselben nach der Bestrahlung noch besitzen. Für die Forscher waren schon immer Eiweiße, Kohlenhydrate, Fette und Vitamine - ob roh oder durch einen Hitzeprozess gegangen - stets gleich. Nur:

**Bei naturbelassenen Lebensstoffen bleiben Menschen und Tiere gesund, bei erhitzten werden sie krank.**

**Maximale Vitaminverluste (in %)**

**bei der haushaltsmäßigen  
Lebensmittelverarbeitung**

Vitamin A	40	Nicotinamid	70
Carotin	30	Pantothensäure	50
Vitamin D	40	Vitamin B <sub>6</sub>	50
Vitamin E	55	Biotin	60
Vitamin K	5	Folsäure	100
Vitamin B <sub>1</sub>	80	Vitamin B <sub>12</sub>	-

**Unabhängige Forscher<sup>9796</sup> haben inzwischen festgestellt, daß gerade wertvolle Vitamine der B-Gruppe und Folsäure im Mikrowellenherd umfassender zerstört werden als im Kochtopf. Völlig unbekannte Eiweiße entstehen im Mikroherd. In Kartoffeln bilden sich beispielsweise gefährliche Trans-Fettsäuren, und beim Gemüse werden die Zellwände völlig verformt und »plissiert«.**

**Stoffwechselgifte - sogenannte freie Radikale - bilden sich dabei.<sup>9976</sup> Diese aggressiven Elementarteilchen greifen die Aderwände von innen an, machen sie rau und rissig. Hier können sich nun Cholesterin und Kalk noch besser festsetzen und die Adern verstopfen. Die Folge: Dein Organismus und vor allem Dein Gehirn, bekommen zu wenig Sauerstoff.**

**Mikrowellen verhindern überdies die so**

Vitamin B <sub>2</sub>	75	Vitamin C	100
(Quelle: Souci/Fachmann/Kraut, Food Composition and Nutrition Tables)			
<b>Vitamin-Verluste durch Kochen:</b>			
Vitamin A	30-40%	Vitamin B1	80%
Vitamin B	40%	Vitamin B2	75%
Vitamin E	55%	Vitamin B12	30%
Vitamin K	5%	Vitamin C	100%
(Quelle: Studie Universität Baltimore)			

wichtige Kalzium-Verarbeitung, welche die Nerven gesund und funktionstüchtig hält. Zu allem fördert mikrowellenbestrahlte Nahrung auch noch Pilzerkrankungen. Zum Vergleich:

Die Bildschirme der Computer-Geräte strahlen ebenfalls. Das bringt Dir ein: Grauer Star, Gen-Schäden, Blutschäden, Fehl- und Mißgeburten, schlecht verheilende Wunden. Und Du kannst Dich darauf verlassen: Das sind längst nicht alle Schäden, denn das meiste ist nicht erforscht.

Aus den Händen einer profitgierigen Industrie erhältst Du nichts, was Deiner Gesundheit dienen könnte:

**Kaufe nichts, wofür Werbung gemacht wird!**

**Was die in einem Mikrowellenherd zubereitete Nahrung oder die PC-Strahlung wirklich in Dir anrichtet, das erfährst Du vielleicht - wie beim Amalgam in Deinen Zähnen – auch erst in 80 Jahren...**

Damit Du informiert bist: Mit diesen zell- und lebenszerstörenden Mikrowellen werden von den Fabrikanten heute bereits behandelt: Teigwaren, Heilkräuter, Früchtepulver, Trockengemüse in Suppen und Konserven, Brot, Fertigpizza, Fertigmöhlen, vorgebackene Brötchen, aufzutauende Saftkonzentrate (was bedeutet, daß Du nicht mal mehr Orangensaft trinken kannst, wenn Du etwas um Deine Gesundheit gibst!), tiefgefrorener Fisch, Fleisch, Obst, in Beutel verpackte Lebensmittel wie Erdnußflips, Chips und Pommes Frites.

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) (Important note!) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** e-mail : [Report an Webmaster](#) ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/5/11.html> - Update: 13.01.2000 15:51

# Kapitel 5. Finde den Weg zur besten Ernährung für Dich: zur UrKost

## 5.12 Die große Mär vom Knoblauch: Schwindel, wohin du auch blickst

»Wenn Du Sauerkraut nicht für gesund ansiehst - was hältst Du denn von natürlichen Heilmitteln? Wie Blütenpollen, Bienenköniginnen-Muttersaft, Knoblauch-Kapseln?<sup>6231, 6330/3</sup> Meinst du nicht, daß die genügen würden, um gesund zu werden?«

**Halt ein! Selbst wenn das meist durch Menschenhände gegangene und nicht mehr lebensfrische Zeug was nutzen sollte: Du kommst damit ja doch nicht um die UrzeitErnährungs- und -Lebensweise herum. Wie will es denn verwertet werden - selbst wenn es sich um natürliche Mittel handelt - wenn Dein Körperofen keinen Zug bekommt, weil er verstopft ist? Voll von nicht ausscheidbaren Abfallstoffen des Fleisches von Großtieren, voll von all den Ablagerungen, welche Chemieprodukte, Farbstoffe, Konservierungsmittel, Zucker, Medikamente usw. in Dir hinterlassen haben. Voll von all den nur schwer ausscheidbaren Giftstoffen aus verbranntem Kaffee, verbackenem Brot, gesiedetem Öl usw. Und wie soll dieser zugestopfte, vergiftete Körper etwas Gutes richtig verarbeiten, wenn er faul und träge gehalten wird? Willst Du mir mal erklären, was da ein bißchen Extrakt aus Knoblauch viel mehr bewirken soll, als die Taschen der ihn herstellenden Fabrikanten zu füllen.**

Doch was soll's! Wenn Du etwas Knoblauch zum Grün essen magst - dann nur bitte frisch und nicht in Kapseln. Andererseits frage ich mich, ob Urzeitmenschen jemals in eine Knoblauchknolle oder Zwiebel hineingebissen hätten, wenn es dieses Kulturgewächs überhaupt zu deren Zeit gegeben hätte! Beim ersten Biß wären die vielleicht für immer dagegen gefeit gewesen, denke ich. Nun komm mir nicht mit den alten Bulgaren, die dank ihres Knoblauchessens 100 Jahre alt geworden sein sollen. Oder denkst Du vielleicht, bei den Knoblauchpillenfabrikanten bestünde ein Interesse daran, die Geburtenregister nachzuprüfen? In der Tat: Wenn ich daran denke, wie Senföl unsere Oberhaut röten und sogar verbrennen kann, dann ist mir nicht ganz wohl bei dem Gedanken, wie die inneren noch empfindlicheren Schleimhäute auf Knoblauch reagieren.

Die Hauptwirkstoffe im Knoblauch sind ja Senföl und Allicin, wobei letzteres durch ein Lyase-Enzym in Alliin umgewandelt wird, was (in der Werbung stets positiv angepriesen) bakterienvernichtend wirken soll.<sup>6806</sup>

Der Körper benötigt aber nun mal - besonders für seine Darmflora - Bakterien. Nahrung hat den Zweck, ihm diese zuzuführen, aber nicht (da es keine krankmachenden gibt) sie zu vernichten. Wenn es denn überhaupt stimmt, was so alles in den Reagenzgläsern ermittelt

wird...

»Knoblauch soll ja so viele Nährstoffe enthalten, daß ich ein ganzes Jahr lang allein davon leben könnte!« sagst Du.

Dann hättest Du zum Alleinleben auch allen Grund! Keine andere Nahrung führt doch zu solch anhaltend unangenehmem Geruch. Frage Dich:

Drängt dieser Geruch vielleicht deshalb so sehr nach außen, weil sich der Körper der Stoffe Allicin und Senföl schnellstens zu entledigen trachtet? Weil sie eine Art Gift für ihn sind, welches seine Verdauung irritiert und durcheinanderbringt? Was auch für Zwiebeln und das gepriesene Fischöl gelten könnte. Und warum tränen Dir die Augen beim Zerkleinern einer Zwiebel? Ist das ein Zeichen dafür, daß Dein Körper mit dieser Art Nahrung einverstanden ist? O Gott, sei nicht so schwerfällig darin, Deine Dir durch Werbung eingebläuten Vorurteile endlich abzulegen. Trotzdem hab' ich nichts dagegen, wenn Du dir über Deine Urzeit-Wildsalate Knoblauch oder Zwiebel schneidest. Ich seh' das alles nicht so kleinlich - wenn's nur grundsätzlich bei Dir mit dem Essen stimmt.

»Aber die zweifelsfrei festgestellte blutdrucksenkende Wirkung des Knoblauchs!« wendest Du ein.

Eben daran erkennst Du doch dessen unnatürliche, halb giftige Wirkung! Erwinnere Dich, was ich Dir über das Beeinflussen des Blutdrucks sagte. Wenn Du *natürlich* isst, hast Du eine Blutdrucksenkung nicht nötig, weil Du erst gar keinen hohen Blutdruck bekommst! (®Rz.113)

Und außerdem senkt jeder andere Bestandteil der UrNahrung hohen Blutdruck, falls der für Dich zu hoch sein sollte, bringt aber darüber hinaus auch das übrige krankhafte Geschehen in Deinem Körper in Ordnung. Während das alleinige Blutdrucksenken dagegen sogar höchst gefährlich ist!

Knoblauch wurde früher hauptsächlich als Abschreckmittel benutzt, um Vampire fernzuhalten. Später sollte er, drei Stück um den Fuß gebunden, vor den Kuhpocken schützen. Dann sah man ihn als gut dafür an, einen Bandwurm zu vertreiben. Verständlicher war schon das Anwenden im ersten Weltkrieg als Antiseptikum. In der Tat besitzt er starke antibakterielle Eigenschaften.

Aber wir, die wir uns auf dem Weg zu gesundem Menschenverstand und UrMethodik befinden, wollen uns die Bakterien ja erhalten. Denn wer wird sonst die in uns täglich absterbenden Millionen von Körperzellen abbauen und deren Schlacken aus unserem Inneren wegschaffen?

»Aber Knoblauch wirkt erwiesenermaßen auch entzündungshemmend.«

**Entzündung wirkt wie Fieber. Und diesen Effekt Deines Körpers zu unterdrücken, schadet mehr als es guttut. Ein einzelnes Lebensmittel gegen Krankheit einzusetzen, das heißt allopathisch denken! Und damit widernatürlich zu handeln. Der Behandlungsbasis**

**unserer Klassischen Naturheilkunde darf man nie untreu werden!**

»Und wieso senkt Knoblauch den Cholesterinspiegel bei Versuchspersonen, wenn es zusammen mit Butter gegessen wird?«

**Überschüssiges Cholesterin befindet sich im Blut, wenn viel Fett verzehrt wird. Wie soll das Fett denn plötzlich verschwinden, wenn Du zusätzlich Knoblauch ißt und sonst fleißig ungesund Fett zu Dir nimmst? Glaubst Du an Wunder? Nein - aber Du läßt sie Dir weismachen.**

Fall doch nicht auf solche Zahlenkunststückchen herein. Besonders wenn Du erkennst, daß die Dich krankhaltenden Mediziner plötzlich ebenfalls für Knoblauch eintreten. Das Fett bleibt natürlich weiter im Körper der Versuchspersonen. Nur - es befindet sich nicht mehr im Blut, wo es die Forscher suchen, um ihre Werte daraus zu gewinnen. Es befindet sich nun im Körpergewebe: Warum? Das Allicin im Knoblauch hat die Zellen dafür durchlässiger gemacht!

Wann entscheidest Du Dich, Deinem gesunden Menschenverstand und der Natur mehr zu glauben als der von Irrtum zu Irrtum drängenden Wissenschaft?<sup>9032</sup>

Zudem solltest Du ja auch deshalb keinen natürlichen Knoblauch zu Dir nehmen, so bestätigen es die klugen Professoren in ihren mit Zigtausenden von den Knoblauchpillendrehern bezahlten Gutachten, weil die Natur nicht zuverlässig sei! (Überleg Dir nur mal diese Hybris: das heißt, wenn wir wie gewohnt Gott und Natur als sein Werk gleichsetzen: Gott sei nicht zuverlässig!) Die »wertvollen Inhaltsstoffe« des Knoblauchs schwankten darin zu sehr. Weshalb sie ihren Gläubigen nur die standardisierten Präparate in Kapseln und Pillen zum Kauf empfehlen. Nur wird vergessen zu erwähnen, daß dazu auch standardisierte Patienten nötig wären... Doch in Kapseln verbrachter Knoblauch wird alt - und Du sollst als Kranker möglichst nur lebensfrische Lebensmittel nehmen. Wenn Öl alt wird, schmeckt's außerdem ranzig, bedarf also chemischer Konservierungsmittel... Was wiederum heißt: In den Knoblauchpillen steckt wieder das Gift der Chemie - und Du schluckst es! Wenn ich Dich schon vom Knoblauchfimmel nicht abbringen kann, so iß ihn lieber frisch.

**Die Werbung für die Knoblauchkapseln weist neuerdings auf »Risiken und Nebenwirkungen« hin, zu denen Ärzte und Apotheker zu befragen seien... Wenn die Ärzte jetzt Knoblauch verordnen, dann versuchen sie, das reine Naturheilverfahren mit ihren allopathischen Mätzchen zu verseuchen - nur, um Dich beim für sie so ertragreichen und bequemen Heilmittel-Denken zu halten.**

»Soll ich mich da nicht lieber an den milder schmeckenden und sanfter riechenden Bärlauch halten, der ab Anfang April bis Mitte Mai bei uns an vielen Plätzen den Boden der Laubwälder bedeckt? Wenn ich davon gegessen habe, muß keiner vor mir weglaufen. Außerdem: Bärlauch hat 20 mal soviel cholesterinregulierendes Adenosin wie Knoblauch.«

Wenn Du ihn sparsam wie ein Gewürz verwendest, hab' ich nichts dagegen. Bedenke, daß



auch der Bärlauch - im Gegensatz zur Knoblauchsranke als Einzelpflanze kaum herunterzubringen ist. Kein Säugetier ißt davon! Kein Reh, kein Wildschwein, kein Hase. Ich habe ihn bei meinen Läufen auch Kühen, Pferden, Ziegen, Schafen und Kaninchen vorgehalten. Nö, kein Maul schnappte zu. Aber zur Knoblauchranke, die ebenfalls nach Knoblauch schmeckt, kannst Du schon eher greifen.

Daß der Knoblauch vor Arteriosklerose, Herzinfarkt, Leberzirrhose, Nierenleiden, Schnupfen, Krebs, Altwerden und Vampiren schützt, das ist umstritten - daß er vor intimen Kontakten zu anderen Mitmenschen schützt - jedoch nicht. Deshalb empfehle ich nur einer durch Untreue gefährdeten Hausfrau in diesem speziellen Fall tüchtig Knoblauchzehen ins Essen zu schneiden...

Du stinkst deshalb so stark nach Zwiebeln und Knoblauch, weil der Körper sich auch noch zusätzlich über seinen Atem von deren Gift-Öl entledigen will. Das Allicin beeinflusst nicht nur die Bildung des Hormons Thyroxin in der Schilddrüse, es kann auch nach amerikanischen Studien zu Leukämie führen. (Health Science Newsletter Vol. 1 Nr.: 18/1966)

**Nochmals: Es gibt keine speziellen Heilpflanzen oder Heilmittel, es gibt aber die Gier von Menschen, aus den Leiden ihrer Mitmenschen Profit zu schlagen. Und gerade dies fällt ihnen bei Kranken so leicht, weil denen in ihrer Verzweiflung und Not das klare Überlegen abhanden geht. Und sie deshalb nur gerne glauben, was man sie glauben macht.**

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) (Important note!) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer / Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/5/12.html> - **Update: 13.01.2000 15:51**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a>	× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr
---	---

# Kapitel 5. Finde den Weg zur besten Ernährung für Dich: zur UrKost

## 5.13 Es ist doch alles verseucht!

»So, jetzt habe ich mir alles schön brav angehört, was Du mir da mit so viel Elan und Überzeugungskraft vorgetragen hast«, sagst Du. »Aber was nutzt all die gesunde Kost, wenn sie von oben so verseucht wird? Denn aller Dreck, der da heute aus der Luft herabkommt und den Boden vergiftet, dem kannst Du mit Deiner UrzeitKost auch nicht entgehen. Denk nur mal an den radioaktiven Abfall von Tschernobyl. Dem war alles außerhalb der Gewächshäuser Wachsende am stärksten ausgesetzt. Meinst Du, wenn der saure Regen die Bäume kaputtmacht, dann bleiben die niederen Pflanzen von dessen Gift unberührt? Vielleicht fangen die eines Tages ebenfalls an, dahinzusiechen und abzusterben.«

Ja, ja. Ohne große Bedenken kaufst Du in jedem Geschäft Salat und Gemüse. 's liegt ja auch alles so schön sauber und fein dargeboten in den Regalen. Aber direkt aus der Natur etwas zu nehmen, da fürchtest Du wonders, was da dran sein könnte.

Aber Du hast recht, ich entgehe dem Gift nicht, das auf die wilden Pflanzen herabsinkt. Aber ich will Dir etwas sagen: Ich entgehe dem Kranksein! Und alle werden trotz dieses sauren Regens gesund, die Wildkost zu sich nehmen und meinen Ratschlägen der UrzeitSelbstbehandlung voll nachkommen.

**Ich meine: Die immense Vitalität der Wildpflanzen besitzt mehr Wert für den Körper, als die (bisher zum Glück nur schwache) Atomstrahlung schaden kann, wenigstens bei uns und solange hier nicht ein zweites Tschernobyl passiert.**

Die Tschernobyl-Opfer jedenfalls, die sich nach dem Unglück nur aus Büchsen ernährten, waren später schlechter dran als die Menschen, die bestrahlte Frischkost zu sich nahmen. Denn die Lebenskraft der Frischkost machte den Körper so immunstark, daß er die Strahlung besser überstand.

»In Pilzen soll die Speicherung von Radioaktivität nach dem GAU ja besonders stark gewesen sein«, sagst Du.

Mag sein. Aber Pilze sollst Du ja auch nicht zu Dir nehmen. Außerdem ist festgestellt worden, daß durch Monokultur ausgelaugte, einseitig gedüngte und saure Böden auf die Aufnahme von Nukleiden besonders stark ansprechen. Bodentyp, Mineralhaushalt, pH-Wert und Humusgehalt beeinflussen nachhaltig und maßgeblich das Aufnehmen von Cäsium 137 und Strontium 90. Am geringsten speichern sich diese Stoffe in Wurzeln. Du bist also gut beraten, Topinambur in Deinem Garten zu haben. Oder sie im Naturladen zu kaufen.

Wie das beim nächsten Atom-GAU allerdings aussieht, das weiß ich nicht zu sagen... Zur Zeit sind jedenfalls wir, die wir UrKost zu uns nehmen, immer noch im großen Vorteil gegenüber den Zivilisationskostessern. Denn diese nehmen ja nicht nur die krankmachende Kochkost und die erbgeschwächten Kulturpflanzen zu sich, sondern die weitaus gefährlicheren Gifte, mit welchen man diese Pflanzen - zusätzlich zu den Schadstoffen aus der Luft! - düngt und spritzt bis zum Gehtnichtmehr. Denn die Kulturböden werden ja nicht das erstmal gedüngt und mit Giften verseucht, sondern schon über unzählige Jahre hinweg! Seitdem da der erdzerstörende Landwirt mit den Bleischwaden seiner Traktoren zusätzlich seine Felder eingast.

Klar, überall spritzt auch das Gift der Flugzeuge auf unsere urzeitliche Nahrung - aber im Verhältnis zu dem, was die Bauern mit ihrem Land anstellen, ist das Wildgrün nicht sonderlich verseucht. Verseucht ist das Fleisch von den Viehzüchtern, die es mit Hormonen und Antibiotika vollpumpen, verseucht mit Salmonellen sind die Eier durch die Fütterung der Tiere mit widernatürlichem Fischfutter und Schnellmastmitteln, verseucht ist das Kulturgemüse mit Nitrat, Pflanzengiften und Kunstdünger, verseucht sind Brot, Gebäck und Kuchen mit über 250 verschiedenen Backhilfsmitteln und Zusatzstoffen, verseucht sind alle aus einer Fabrik stammenden Nahrungsmittel mit über 2.400 zugelassenen schlimmsten Gift- und Fremdstoffen. Verseucht ist die landwirtschaftlich bebaute Erde mit Fungiziden, Pestiziden, Herbiziden und, und, und. Und alles steckt in deren Produkten...

Glaub mir, Kulturpflanzen bekommen mehr an Giften mit, besonders wenn sie aus dem Treibhaus stammen. Ansonsten: Kopfsalat oder Weißkohl stehen länger auf dem Feld als die meist nur für kurze Zeit aufschliessenden Urpflanzen, die deshalb von viel weniger Luftschadstoffen betroffen sind.

Und dann sieh mal in der Wildpflanzen-Aufstellung unter Kapitel 9.81 (©Rz.987) nach, wieviel Vitamine, Mineralien und Faserstoffe Du mehr erhältst als ein Schlechtkostesser!<sup>6034</sup> Dein Körper wird deshalb ganz anders mit all den Giften fertig. Die Vitamine C und E hemmen z.B. die Bildung kanzerogener Nitrosamine. Die Vitamine B1, Cystein, E und C wirken gegen aromatische Kohlenwasserstoffe und Aldehyde. Vitamin C wirkt stark der Vergiftung von Schwermetallen entgegen. Vitamin D und Kalzium wirken gegen Bleivergiftungen. Die vielen Ballaststoffe in der Naturnahrung beschleunigen zusätzlich die Darmpassage auf 35 Stunden, die bei Zivilisationskost meist um die 90 Stunden dauert.<sup>6520, 7001</sup> Und:

**Wildpflanzen werden nie gedüngt und wachsen stets im Freiland. Deshalb enthalten sie im Gegensatz zu Gemüse kein Nitrat. Im Gegensatz zu Getreide, Gemüse, Fleisch, Milch, Fisch, Konserven und gespritztem Obst enthalten sie auch kaum gefährliches Blei und Cadmium.**<sup>7012</sup>

»Ihr seid solche geworden, die Milch benötigen, nicht feste Speise. Denn jeder, der Milch zu sich nimmt, ist unbewandert im Wort der Gerechtigkeit, denn er ist ein Unmündiger. Die feste Speise aber gehört reifen Menschen, denen, die ihr Wahrnehmungsvermögen durch Gebrauch geübt haben zur Unterscheidung [zwischen] Recht und Unrecht.« (Hebräer 5,12)

# Kapitel 5. Finde den Weg zur besten Ernährung für Dich: zur UrKost

## 5.14 Wissenschafts- und Menschengläubigkeit: die selbstbetrügerischste Form von Dummheit<sup>9032,9402</sup>



Das haben Biologen bei den dunkelgrünen Wildpflanzen festgestellt:

Nur in den grünen Blättern und Grünpflanzen ist Chlorophyll, ein Farbstoff mit zahlreichen gesundmachenden Eigenschaften, enthalten. Es fördert die Produktion und Aktivität der roten Blutzellen besser als jede Eisentherapie.<sup>7004</sup> Es normalisiert Atmung und Stoffwechsel des Stickstoffes

im Zellgewebe, fördert die Verwertung von Eiweiß, normalisiert den Blutdruck, reduziert den Insulinverbrauch, stärkt den Kreislauf und die Schilddrüsenaktivität und läßt unangenehm riechenden Schweiß, vor allem Mundgeruch, verschwinden. Das Blattgrün stellt den Säure-Basenausgleich nach den Verbrennungsvorgängen im Körper wieder her, schneller und wirkungsvoller als irgendeine andere Maßnahme. Es enthält Magnesium und Eiweiß von extrem hohem biologischen Wert, (um mich einmal der so beeindruckenden wissenschaftlichen Argumentation zu bedienen) gegen das jedes Protein aus Fleisch- und Getreidenahrung verblaßt. Und: Es liefert überdies noch eine große Auswahl von Mineralien und Vitaminen in richtiger, weil natürlicher Zusammensetzung. <sup>6531, 6008, 7013</sup>

»Um Eiweiß von hohem Wert in meinen Körper zu bekommen, kann ich doch viel einfacher Milch trinken! Jeder Ernährungsexperte empfiehlt das!«

Gerade die Empfehlung von sogenannten »Ernährungswissenschaftlern« ist das deutlichste Zeichen dafür, daß die Empfehlung faul, ja oberfaul ist.<sup>6600ff, 9470, 9490f</sup>

Je mehr Dir eine bestimmte Nahrung empfohlen wird, desto mehr Leute verdienen daran: Die Milch empfehlenden Professoren, die Gelder aus Gutachten darüber von den Landwirtschaftlichen Verbänden erhalten, die Landwirte, die sie herstellen, die Pudding-Joghurtfabrikanten, die sie vermarkten, die Geschäfte, die sie verkaufen, die Werbeagenten,

die sie propagieren, die Zeitungen, welche deren Werbung veröffentlichen, die Ärzte, die Dich zuzufolge Deiner Milchtrinkerei und den dadurch hervorgerufenen Krankheiten wieder behandeln können und Deiner Chipkarte so für immer sicher sind, der Staat, der seine Steuern von allen Umsätzen mitbekommt. Wird Dir irgendwo empfohlen, Wildpflanzen zu essen? Nirgendwo auf dieser Welt - außer von mir. Verdient irgendeiner auch nur einen einzigen Pfennig an Wildpflanzen? Geht Dir nun ein Licht auf?<sup>9425</sup> Glaubst Du, ich als Autor dieses Buches erhalte ein Honorar von Seiten der Nahrungsmittelindustrie?

**Und doch gibt es einen, der ganz gewaltig an der UrKost verdient: Du! Weil die Dich nichts zusätzlich kostet! Weil Du Dich durch die reine Natur wieder gesund machen kannst.**

Doch nun zur Dich und Deine Kinder krankmachenden Milch.

»Du willst doch nicht behaupten, daß die so wertvolle, kalzium- und eiweißreiche Milch für mich und meine Kinder ungesund sein könnte«, rufst Du erregt.

Lieber Leser! Du sitzt hier vor dem ersten, bis ins letzte durchdachten und Dir die reine Wahrheit bietenden Gesundheitsbuch! Und nicht vor der Milch-Fernseh-Werbung der Industrie und Landwirtschaftsgenossenschaften:

Die Natur hat Milch nur für Kinder bis zu ihrer Zahnreife - für höchstens anderthalb Jahre also - als richtige Nahrung vorgesehen. Weil bis dahin die Mutter das Kind auf feste Nahrung umgestellt haben soll. So jedenfalls halten es die für uns vorbildhaften Affenmenschen. Erwachsene Urzeitmenschen kannten wie sie keine Milch. Jede Büffel- oder Auerochsenkuh hätte einem Urzeitmenschen einen gehörigen Tritt verpaßt, würde er auch nur den Versuch unternommen haben, an ihre Zitzen zu gelangen. Und Haustiere gab es zu dieser Zeit ja noch nicht.

Ja, ja, ich weiß, solche einfachen Begründungen sind Dir zu dumm, Du willst es wissenschaftlicher ausgedrückt haben. Aber es ist auch Sinn dieses Buches, Dich zu solch frappierend einfachen Folgerungen zu führen. Weil sie Dich fähig machen, die scheinbar unwiderlegbaren wissenschaftlichen Begründungen aus den Angeln zu heben, mit denen man Dich heute ständig für dumm verkaufen will. Der erwachsene menschliche Körper produziert zur Verdauung von Milch und Milchzucker zu wenig Renin und Laktase - deshalb verdauen viele sie auch so schlecht!<sup>8237</sup>

**Und nun sieh mal, wie klug das alles durch die Natur eingerichtet wurde: Milch, die man als Erwachsener trinkt, wirkt säurebildend! Als Baby getrunken wirkt sie aber basisch!**

Warum? Nur mit dem Enzym Laktase können wir die Milch korrekt verdauen. <sup>6341, 6521, 6130, 6212</sup> Nach dem 3. Lebensjahr verschwinden die beiden Enzyme Lab und Laktase. Nur der Säugling besitzt sie. Lab braucht man, neben anderen Aufgaben, um Kasein in Aminosäuren und Kalzium aufzuspalten. Mangel an Lab bedeutet: Die Milch im Verdauungstrakt verfault. Mangel an Laktase bedeutet: Der Milchzucker verändert das natürliche Darmmilieu: statt zu

milchsaurer Gärung kommt es zur alkoholischen Gärung und zu einer bakteriellen Fehlbesiedelung (Dysbiose) mit dem Fehlen der Lactobazillen. Der Endeffekt sind faulende, gärende Reste im Darm. Na, wie riecht's denn bei Dir, wenn Du vom WC-Sitz hochsteigst?

»Warum sterben die Enzyme, die Milch abbauen, nach dem Säuglingsalter plötzlich im Körper ab?«

Das sollte Dir doch klar sein: Diese Enzyme sind von der Natur aus in dieser Weise vorprogrammiert. Weil Jahrtausende lang kein dem Babyalter entwachsenes Kind Milch getrunken hat. Daß sich der Mensch gegen den Willen der Natur Haustiere schuf und vor vielleicht 2.000 Jahren in Europa und im vorderen Afrika Milch zu trinken begann, konnte diese Enzyme nicht mehr veranlassen, sich bei der gesamten Menschheit neu zu bilden.

Die Südost-Asiaten weisen noch heute ein Glas Milch entsetzt zurück, so als würdest Du ihnen ein Glas Kulspeichel anbieten. Ein großer Unterschied besteht ja tatsächlich auch nicht dazwischen...

Warum die Milch derart von den Ernährungsphysiologen und Professoren der Ernährungswissenschaft empfohlen wird, hat schon seinen Grund.<sup>6118</sup> Du weißt auch, welchen. Die Überproduktion an Milch, Butter, Käse will verkauft sein. Etwas Schlechtes verkauft sich aber schlecht. Also macht man es zu etwas Gutem. Ist doch einfach. Aber sehen wir uns doch genauer an, was das Gute an der »guten Milch« sein soll:

Die Milch muß wegen der fehlenden Laktase zuerst im Magen durch die Magensäure zersetzt werden. Dabei wird Phosphorsäure frei. Letztere reißt die aus der Milch frei gewordenen Kalkstoffe an sich und verbindet sich mit dem Milcheiweiß im Magen zu phosphorsaurem Kalkeiweiß. Dieser schwer lösliche Käsestoff kann vom Magensaft nicht mehr vorverdaut werden, sondern nur noch im Darm verfaulen. (Einer der Hauptgründe für die Neurodermitis der Kinder und Krankheiten der Erwachsenen, vor allem die der Verstopfung.)

»Immerhin ist die Milch ein reines Naturprodukt!« sagst Du.

Immerhin sind die Weiden für die Kühe voller Chemikalien, das Winterfutter stammt teilweise aus den Entwicklungsländern, die es mit hier verbotenen Pestiziden, Insektiziden und chemischen Düngemitteln vollgepumpt haben. Nach einem Bericht der Deutschen Forschungsgemeinschaft befinden sich allein 0,2 bis 0,64 ppm chlorierte Kohlenwasserstoffe in der Milch, die Schäden des zentralen und peripheren Nervensystems hervorrufen und damit eine neuro-hormonelle Basis für die Tumorentstehung schaffen können. Die entsetzlichen Auswirkungen des völlig artwidrigen Futters (an die nur mit ihrem Widerkäuermagen auf Grünpflanzen eingestellte Kuh) von Fischköpfen und gemahlenden Knochen will ich hier gar nicht erst anführen.

**Zusätzlich spritzen die Landwirte Antibiotika und die Tierärzte Hormone, um die ständigen Euterinfektionen niederzudrücken, was allerdings nur halbwegs gelingt, da die Metalle der Melkmaschinen zu immer neuen Entzündungen der Zitzen führen und sich**

**so ständig ein kleiner Strom gelben und grünen Eiters mit in die Milch ergießt.**

Die mit Schwermetallen und PCB belastete Milch wird daraufhin mit 90° C Hitze pasteurisiert, unter 250 Bar atmosphärischem Druck homogenisiert oder 20 Minuten lang mit 110 - 140° Hitze sterilisiert. Oder durch Injizierung von überhitztem Wasserdampf als H-Milch in wasserstoffperoxid-sterilisierte Pappkartons abgefüllt.

Durch diese kunstvollen Manipulationen wird das Naturprodukt Milch vollends zu einem Kunst- und Chemieprodukt:<sup>6914f</sup> Das Eiweiß wird in Bruchteile zerlegt und zu Halb-Antigenen verändert, die in Verbindung mit den Chemie- und Schwermetallrückständen zu Voll-Antigenen werden. Die dann das Immunsystem schwerstens belasten und zu Allergien und vielen weiteren Leiden führen.

Überdies werden die Globuline zerstört, die für den Transport von wasserunlöslichen Stoffen und bestimmten Fetten sowie für den Hormon- und Enzymtransport und die Antikörperbildung im Organismus verantwortlich sind. Auch der Luftsauerstoff, mit dem die Milch ständig in Berührung kommt, trägt zu ihrer Denaturierung bei. Warum? Weil Milch von der weisen Mutter Natur als Absaugprodukt für die Babys und nur für die geschaffen wurde. Damit die Milch *nicht* mit Luft in Berührung kommen und dadurch ihren Wert als ausschließlich für Babys konzipierte Säuglingsnahrung verlieren soll.

»Wissen die Medizinforscher das nicht?«

**Vielleicht kennen die Ernährungsprofessoren diese Tatsachen auch, aber denen sind die gutbezahlten Positivgutachten von der Milchindustrie wichtiger als Deine Knochenstabilität oder die Allergien und vielen andern Hautkrankheiten von inzwischen 30% ihrer Mitbürger...**

Ja - die Ärzte haben recht, wenn sie sagen: Milch besitzt viel Kalzium und die Knochen bestehen zum Großteil daraus.<sup>6342/3, 6105</sup> Nur enden ihre Überlegungen dort. Sie hätten sich zu fragen oder doch wenigstens entsprechende Versuche zu machen (was natürlich äußerst schwierig wäre), ob dieses Kalzium auch tatsächlich vom Körper zum Aufbau von Knochensubstanz verwertet wird. Doch der kann das gar nicht! Denn dazu fehlt das nötige organische Magnesium in der Milch. Und so setzt sich das für ihn untaugliche Kalzium - wenn auch nur zu einem kleinen Teil, aber immerhin schädigend im ganzen Organismus ab, wie ich Dir später noch genauer erklären werde. Es ist offensichtlich, daß wir das grobstoffliche Kaseinprotein der Kuhmilch nicht richtig aufzunehmen vermögen. Der Beweis, den die milchanpreisenden Professoren nicht anführen: 90% des darin enthaltenen Kalziums findet sich kurze Zeit später wieder im Urin.

»Wofür ist dieses Kalzium gut?« fragst Du.

Dafür: Ein kleines Kälbchen ist gezwungen, in kürzester Zeit ein großes Knochengerüst aufzubauen. Es muß sofort stehen können, um den mütterlichen Euter zu erreichen; es muß sofort mit der Mutter laufen können, wenn es in der Wildnis geboren wird.

Das Menschenbaby ist anders codiert: Es muß zuerst sein Gehirn aufbauen, damit sich seine Feinmotorik entwickelt und es klüger als ein Kälbchen wird und einen Wortschatz bilden kann. Es ist kein Zufall: Die Muttermilch enthält zweimal mehr Laktose als die Kuhmilch. Denn nur damit kann nötiges Myelin produziert werden, das die Nervenfasern umschließen soll. Wenn Du Deinem Kind Kuhmilch oder Kuhmilch-Ersatz-Kunstmilchpulver zu trinken gibst, trägst Du viel dazu bei, seine notwendige Entwicklung zu verschlechtern. Willst Du das?

**Und noch etwas: In Kuhmilch finden wir zwar bedeutende Mengen Kalzium, doch nicht einmal im Rohzustand vermag sie unseren Bedarf zu stillen, enthält sie doch gleichzeitig den Kalzium-Antagonisten Phosphor - ebenfalls in hohen Dosen. Durch Milchkonsum kann ein Kalzium-Defizit geradezu heraufbeschworen werden.**

Würde das Kalzium der Milch der Knochenentkalkung vorbeugen, dürfte es gerade in unserer Wohlstandsgesellschaft, in der (in allen Variationen) übermäßig viele Milchprodukte verzehrt werden, keine Knochenbeschwerden geben. Hingegen in asiatischen Länder, wo die Menschen keine oder nur sehr wenig Milch zu sich nehmen, ist Osteoporose ein Fremdwort...

Und was, wenn sich das Kalzium der Milch (das vom Doktor verschriebene) statt in den Zähnen oder in der Wirbelsäule (zum Stopp der Entkalkung) nicht nur in den Adern oder im Gewebe ablagert, sondern auch im Ohr? Und Du wirst dadurch taub oder leidest plötzlich unter ständigen Ohrgeräuschen? Weshalb die Ohrenärzte den meisten Nutzen aus den Milchempfehlungen der sich nie gründlich mit der Materie befaßt habenden Ernährungswissenschaftler gewinnen. Wie sollen sie denn auch an ein fundiertes Wissen dran gekommen sein? Die Ernährungswissenschaft hat sich erst seit 35 Jahren so langsam aus dem Nichts bei uns etabliert. Und die Akademiker, die sich damit so nebenbei ein bißchen befaßten, hatten vorher nur Medizin studiert und nahmen dann etwas Nahrungschemie dazu. Der inzwischen abgesagte Präsident der Deutschen Gesellschaft für Ernährung, Prof. Pudel, hat gar nur Psychologie studiert: Und alle waren sich natürlich zu fein dazu, das unglaublich umfangreiche Schrifttum der Alternativen aus den USA, der Schweiz und Deutschland durchzuarbeiten. Oder gar dazu ethnokulturelle Vergleiche in Betracht zu ziehen.<sup>6237</sup> Oder die Erkenntnisse daraus gar am eigenen Leib zu testen. Dazu meine ich:

**Objektiv und richtig kann nur der über eine gesunde Ernährung urteilen, der alle Formen der Ernährung gründlich studiert und selbst an sich ausprobiert hat.**

**Bringen wir das Kapitel Milch aber nun zu Ende und alle sogenannten Ernährungsexperten zum Schweigen, denn wenn Du ihnen diese Seiten zu lesen gibst, sind sie baff. Da steht ihnen nur der Mund offen und sie wissen nichts mehr zu sagen. Denn es ist auch mit der bestechendsten, psychologisch geschulten Mundfertigkeit durch nichts zu widerlegen, daß das Kalzium der meist erhitzten Milch aus seiner organischen Bindung gerissen (60°C genügen) und damit wertlos gemacht ist.<sup>9132</sup> Sagt Dir ein Mediziner etwa weiter, daß in der hitzesterilisierten Milch das darin befindliche Kalzium zusätzlich so stark an das Milcheiweiß gebunden wird, daß es nur zu einem Bruchteil verwertet werden kann? Wenn überhaupt! Wenn wir weiter bedenken, daß der**



**Kalziumstoffwechsel von den D-Hormonen (Calzitriol) reguliert wird, dann müßten die Osteoporose behandelnden Ärzte zuerst einmal dafür sorgen, daß dieses Hormon bei den Kranken genügend vorhanden ist. Prüft das aber einer, bevor er den Rat gibt, Milch zu trinken oder Käse zu essen? Nein. Denn keiner der Ärzte hat sich je mit Ernährungsfragen befaßt. Da Du aber jetzt weißt, daß der Körper nur D-Hormon produzieren kann, wenn er genügend Vitamin D bildet, wird Dir klar: Osteoporose ist ursächlich keine Kalziummangel-Krankheit, sondern ein Zuwenig-Licht-und-Sonne-Leiden. Denn für Calzitriol verwertbares Vitamin D kann sich nur durch die Lichtbestrahlung Deines Körpers in Dir bilden. (1/2 Stunde täglich von Gesicht und Händen soll genügen.) Nun weißt Du auch, warum ich Dich draußen in der Natur Deine Wildkräuter selbst suchen lassen möchte...**

**Natürlich reiben sich die Ärzte alle die Hände, wenn Kranke fleißig die von ihnen verordneten Kalziumtabletten schlucken. Denn so können sie demnächst ihre Patienten wegen Bluthochdruck, Arterienverkalkung und all den Folgeerscheinungen behandeln.<sup>6123, 6634</sup>**

**Weißt Du überhaupt, was das für ein Zeug ist, das Du da schluckst? Es handelt sich um gemahlene Knochenmehl von alten, verseuchten Schweinen und kranken Kälbern - voll von den Metallgiften Blei, Quecksilber, Arsen<sup>3603/4, 3780</sup>. Und dann ist da nicht nur Kalzium drin, sondern alle möglichen anderen schädlichen Fremdstoffe. Hier die von Biovit: Säuerungsmittel Citronensäure, Natriumhydrogencarbonat, Calciumcarbonat(19,2%), künstliche Süßstoffe Cyclamat und Saccharin, natürliche Aromastoffe, Farbstoff Riboflavin. (Ökotest 8/1993)**

**Im unlebendigen Verbund stehenden Zustand wird Kalzium überdies kaum von den Knochen aufgenommen und lagert sich dort ab, wo es nicht soll: im Blut, wo es, mit Cholesterin und Fett verbunden, die Gefäße immer mehr verengt. In den Augen, wo es sich als Grauer Star ablagert, in den Nieren als Steine. In den Gelenken, wo es sich kristallisiert und Arthritis bringt. In den Geweben, wo es verhärten und verspannen kann. Durch das Überangebot - trinkst Du auch noch Milch oder isst Käse zu den Kalziumtabletten - wird zudem das Aufsaugevermögen der Knochen lahmgelegt. Immer wieder: Das Gegenteil der Ärztemärchen stellt sich als richtig heraus!**

**Kannst Du auch nicht auf Kaffee verzichten, dann steigert das Koffein den normalen Kalziumverlust Deiner Knochen ums Doppelte, so daß sie sogar noch schwächer werden.**

**Ich will Dir hier mal eine wissenschaftliche Untersuchung zur Kenntnis bringen, über die Du nirgendwo etwas lesen kannst, weil sie geschickt unterdrückt wird: Und daß Milch und alle deren Produkte auch für Brustkrebs verantwortlich sind. Danach geben unabhängige Forscher die Schuld an den Herzinfarkten nicht dem Cholesterin oder Nikotin, sondern dem Fett der Milch. Dieses enthält nämlich das Enzym Xanthine Oxidase und hat die Eigenschaft, Arterien zu verstopfen und Brustkrebs zu verursachen. (à LV1236) Und das kommt daher, weil die Milch heute durchweg homogenisiert wird. Dabei wird die Milch in mikroskopisch kleine Kügelchen zerlegt, wodurch es diesem Enzym möglich wird, in die Blutbahn zu gelangen und**

dort seine verstopfende Wirkung zu entfalten, während es normalerweise von der Magensäure abgebaut wird. <sup>6006</sup> Für Magenempfindliche ist Milch das schlimmste Gift, da sie einen heftigen Säureausstoß bewirkt - aber das merken die nach einiger Zeit wohl selbst. »Und Käse?« <sup>6631</sup>

Käse? Der ist gut für die Ohren! Und zwar deshalb: Wenn Du mal vor lauter Lärm nicht schlafen kannst, dann stopf ihn Dir dort rein. Der drückt Dich nicht und macht den Gehörgang absolut dicht! Außerdem merke Dir: Nicht nur in der Milch, besonders im Käse ist besonders viel Kalzium und jede Menge Phosphor, der die Kalziumaufnahme hemmt!

Eine klassische Studie von achtzehnjähriger Dauer wurde in Australien durchgeführt: Sechzig Kinder amerikanischer Soldaten wuchsen ohne Impfung und Medikamente auf dem Lande auf. Sie wurden rein vegetarisch mit organisch gedüngtem Gemüse und Obst ernährt. In den letzten fünfzehn Jahren erhielten sie weder Milch, noch Milchprodukte, noch Käse. Sie bekamen nie Fleisch, Fisch oder Eier. Die Kinder wurden periodisch ärztlich untersucht. Alle Ärzte, denen sie vorgestellt wurden, erklärten, sie hätten noch nie und nirgends gesündere Kinder gesehen. <sup>6402</sup>

3

Du aber geh nicht in die Knie vor dem Wort »wissenschaftlich«. <sup>9400f</sup> Verlasse Du Dich nur auf Dein eigenes Denken und den daraus gewonnenen Erkenntnissen. <sup>9402, 9470</sup> Nur so kannst Du die Kräfte Deines gesunden Menschenverstandes stärken. Damit das nicht blasse Theorie bleibt, wieder ein Beispiel: Bei einer Fernsehdiskussion meines Freundes Helmut Wandmaker mit Prof. Rottka (NDR III/4.1.1994) machte ersterer allen Hörern klar, daß nach der Muttermilchentwöhnung kein erwachsenes Lebewesen wieder an die mütterliche Brust zurückkehrt.

Auch meine Anti-Milch-Argumente wurden angedeutet. Und die meisten Hörer wußten - vielfach aus eigener Erfahrung -, daß Allergien und Neurodermitis schlagartig verschwinden, wenn die Milch entzogen wird. Doch alles war sofort durch einen gezündeten Kunstblitz des DGE-Professors wie weggeblasen:

»Wir Professoren, die wir diese Dinge sorgsamst prüfen, besitzen bis heute noch keinen einzigen wissenschaftlich seriösen Beweis dafür, daß Milch schädlich ist.«

Auch die Moderatorin war sofort behext. <sup>2361</sup> Man will schließlich nicht als unwissenschaftlich und damit als unseriös gelten: »Dann wollen wir uns bis dahin also noch viele Jahre weiter an der Milch laben, bis uns die Wissenschaft den gegenteiligen Nachweis liefert«, schloß sie die Sendung.

Nun, viele Jahre werden die auf solche Worte hörenden und der Wissenschaft Hörigen sich wohl kaum am schwerst krankmachenden Nahrungsmittel Milch im gesunden Zustand laben können ...

Erkenne: Es gibt zwei Arten von Medizinwissenschaftlern:

- Die einen, die mit geschickten Täuschungen aufwarten müssen, weil sie fremde Interessen zu eigenem Nutz vertreten,
- die anderen, die nicht die Wahrheit scheuen und deren Ergebnisse man nicht gerne hört, wie Popp, Duesberg oder Praktiker wie Hackethal.

Wenn in der Wissenschaft das Fälschen Usus ist, willst Du da noch weiter auf sie hören? Oder doch lieber Deinem gesunden Menschenverstand und der »unwissenschaftlichen« Klassischen Naturheilkunde vertrauen? Fälschen?

»Das machen doch alle!«, heißt es im SPIEGEL 26/1997:

Daß nicht nur geschlampt, sondern auch manipuliert wurde, erkannte das Team erst, als im Februar 1995 eine Veröffentlichung (...) im JOURNAL OF EXPERT MENTAL MEDICINE erschien.

»Da bilden sich richtige Kartelle von Mächtigen, die immer oben bleiben«, sagt Forschungskritiker Kiper. »Wer nicht dazugehört, hängt von der Gnade dieser Kapazitäten ab. (...) Das System fördert Anpasser und hemmt Querdenker - nicht nur in menschlicher, sondern auch in wissenschaftlicher Hinsicht. Die Folge: Kaum jemand stellt grundlegende Arbeitshypothesen in Frage, die meisten Nachwuchsforscher schwimmen im Mainstream der anerkannten Lehrmeinung. Dabei müßte die Wissenschaft doch vom Widerspruch leben«, klagt Kiper. (DER SPIEGEL 26/1997)

Wären deren Tierfolterungen auch nur Fälschungen und nicht wahr:

"Tierquälerei dient dem Wohl der Menschen. Die daraus gewonnenen neuen Medikamente verhelfen dazu, seine Krankheiten zu heilen." So sagen die Medizinmassakrierer des Schreckens. Nur sagen sie nicht, was mit ein bißchen Verstand jedem einleuchten muß: Krankheiten, die zu 99% durch Fabrikationsnahrung, durch Alkoholtrinken, Rauchen und Medikamentengift entstehen, sind nicht durch noch mehr Medikamente zu heilen, sondern einzig und allein durch Aufgeben der Dreckskost, der Sauferei, der Qualmerei und der Hinrennerei zu den Krankhaltungsärzten.

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

# Kapitel 5. Finde den Weg zur besten Ernährung für Dich: zur UrKost

## 5.2 Die Klugheit hält Dich hoffentlich vom Essen dieses Giftstoffes ab

Was mehr als wichtig für Dich ist: Die Urzeitmenschen kannten kein Salz.

»Spricht man nicht vom Salz der Erde? Weißt Du nicht, wie alt die Lagerstätten sind? Die gab es in der Urzeit bestimmt schon! Also ist Salz mit Sicherheit ein urzeitliches Nahrungsmittel. Das kannst Du doch nicht abstreiten!«

Sicher liegt Salz schon seit Urzeiten in der Erde. Doch ich bestreite, daß es ein Nahrungsmittel ist. Glaubst Du denn, das hätten die Urzeitmenschen gegessen? Wie sollten sie auch drangekommen sein! So tief wie das unter der Erde versteckt liegt!? - Wenn Du meinst, Salz sei ein Nahrungsmittel, dann iß doch mal einen Teller voll zum Frühstück!

»Weißt Du, wie fade alles ohne Salz schmeckt! Ich hab' mal an einem Diätgericht für einen kranken Bekannten probiert - puh!«

Da Du ja nichts mehr zu Dir nimmst, was gekocht ist, verlieren die Speisen der UrzeitKost nichts von ihren vielen Mineralsalzen. Jede Wildpflanze schmeckt anders! Ich erkenne die bekanntesten alle blind an ihrem Eigengeschmack! Das solltest Du auch bald fertigbringen. Weißt Du denn nicht, wie zerstörend sich Salz auf den menschlichen Körper auswirkt?

»Aber der Mensch braucht doch Salz! Täglich mindestens fünf Gramm! Alle diesbezüglichen Veröffentlichungen...«

Ich esse seit dreißig Jahren kein Salz und erfreue mich bester Gesundheit. Und vor vierzig Jahren war ich vielleicht noch kränker als Du heute. Aber ich habe mich nicht durch Tabletten oder ärztlichen Ratschlag, sondern allein mit Hilfe der urzeitlichen Lebensweise vollkommen gesund gemacht. So gesund, wie Du es jetzt hoffentlich auch bald werden wirst. Vorausgesetzt Du verzichtet erst einmal auf dieses schlimme Gift Salz.<sup>6134, 9615</sup>

»Na, wenn Du 30 Jahre ohne Salz gelebt hast, werde ich's wohl auch überstehen.«<sup>9458</sup>

Übrigens: Wenn kein Salz mehr in Deinem Körper überflüssiges Wasser bilden kann, verlierst Du als Frau auch Deine Orangenhaut. Du hast keine? Fein! Unter der UrMedizin kriegst Du auch keine!

Wenn die Chinesen früher Selbstmord begehen wollten, tranken sie eine halbe Flasche mit in

Wasser aufgelöstem Salz. Wenn du Selbstmord in Raten begehen willst, nimmst Du täglich die ärztlicherseits empfohlenen fünf Gramm... Denk dran: immer nur das Gegenteil tun! In unserem Körper und in der Nahrung befinden sich Mineralsalze wie z.B. Natrium-, Kalium-, Kalzium- und Magnesium-Salze. Die toxische Verbindung Natriumchlorid (Natrium + Chlor), meist als Kochsalz, Speisesalz oder Salz bezeichnet, kommt in den Zellen und Körperflüssigkeiten eines Zivilisationskost essenden Menschen in 0,9%iger Lösung vor.<sup>6353, 6349, 6326</sup> In denen der sich mit UrKost Ernährenden dagegen überhaupt nicht! Weißt Du, was das bedeutet? Außerdem behaupte ich: Unser Körper kann den Mineralstoff Natrium nicht aus dem Speisesalz herauslösen. Jedenfalls war dies von der Natur Millionen Jahre lang für ihn nicht vorgesehen. Er versucht daher ständig, den für ihn fremden Stoff Salz loszuwerden. Über die Nieren gelingt ihm das nur sehr schwer. Und so lagert es sich im Gewebe und in den Körpersäften ab und fordert ständig Wasser zu seiner Verdünnung. Weil Salz hydrophil wirkt: Der Grund dafür, daß Du immer durstig bist und so gerne trinken magst. Doch wenn Du Dich tüchtig bewegst, dann schwitzt Du wenigstens über Dein größtes Organ, die Haut, das unbrauchbare Zeug zum Teil wieder heraus.<sup>9458</sup>

**Und dann sagen Dir die nur vom Mikroskop bis zum Reagenzglas denkenden Wissenschaftler, Du müßtest den »Salzverlust« durch salzige Speisen, Getränke oder (an die Sportler gerichtet) durch Salztabletten wieder ausgleichen. Siehst Du nun ein, wie Wissenschaftler mit ihrem vielen Wissen vor lauter Bäumen keinen Wald mehr erkennen können? Kaum einer kann selbst denken. Vor allem kann keiner mehr einfach denken!**<sup>9489, 6702e</sup>

Diesen Unsinn widerlegt schon die einfache Tatsache, daß Du als UrMethodiker kaum schwitzt. Selbst bei großen Anstrengungen nicht. Das ist auch ein Grund dafür, daß Du keine Durstgefühle kennst. Wie ja auch die Affenmenschen so gut wie nie trinken.

Ich brauch' Dir ja nicht noch lange zu sagen, daß in fast allen fabrizierten Zivilisationsnahrungsmitteln Salz enthalten ist. Selbst im Brot und Gebäck und Kuchen und in Bonbons...

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ☼ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/5/2.html> - **Update: 13.01.2000 15:52**

# Kapitel 5. Finde den Weg zur besten Ernährung für Dich: zur UrKost

## 5.21 Zu wenig Jod als Schilddrüsenerkrankter? Lächerlich!

»Stellen wir uns jetzt mal ganz dumm«, so wurde schon der selige Heinz Rühmann in der »Feuerzangenbowle« belehrt. Sehen wir die Wirkung von Salz in unserem Körper mal ohne das heute übliche wissenschaftliche Brimbamborium an. So kommen wir zu erstaunlichen Ergebnissen: Kochsalz wirkt als Reiz auf viele Organe, während Kalium, Kalzium und Magnesium dämpfend auf sie wirken. Stehen die Mineralien in einem Gleichgewicht, so läuft alles bestens. Erhalten sie aber gegen ihre millionenjahrelange Gewohnheit von einem Stoff etwas zuviel (etwa durch Kalktabletten), dann schleichen sich Mißtöne ins harmonische Zusammenspiel Deiner Organe ein. Kochsalz wird heutzutage als Würz- und Geschmacksmittel zusätzlich fast allen Nahrungsmitteln und auch noch den Speisen beigegeben. Somit befindet sich Dein Organismus ständig in einem unausgeglichenen, gereizten Zustand. Der aber ist - ebenfalls seit Jahrtausenden - an glückliche, friedvolle und sanfte Abläufe in seinem Inneren gewohnt. (Übrigens auch mit seinen für die Außenwelt bestimmten Organen.) Das mißfällt ihm, wie allen natürlich Empfindenden moderne Musik. So sucht er krampfhaft, die gewohnten, konzertierten Aktionen bei sich aufrecht zu erhalten und gibt sich daran, das Zuviel an Salz, welches er als Gift erkennt, mit dem Urin wieder quitt zu werden.

Das ist schwer für ihn.

Um nicht sofort der Salzvergiftung zu erliegen, rafft der Organismus also schnell seine Wasserreserven zusammen, damit das Gift »Kochsalz« so viel als möglich verdünnt wird. Weil sich das Salz mit der Zeit meist in der unteren Hälfte Deines Körpers ansammelt, sendet seine für Gifte zuständige Abteilung die Löschzüge mit ihren Wassertanks besonders nach dort. Du hast also kein Wasser in den Beinen - Du hast zuviel Salz in dieser Region. Du leidest in diesem Fall - falls Du dazu veranlagt bist - nicht an Wassersucht, sondern an Salzsucht - wenn Deine Nieren so verstopft oder so geschwächt sind, daß sie das Salz nicht mehr über den Harn auszuschcheiden vermögen.

Die armen Nieren!

**Die müssen ja nicht nur das überschüssige Salz ausscheiden. Sie müssen zusätzlich noch das Übermaß an Getränken (einschließlich der heute üblicherweise darin enthaltenen Giftstoffe) bezwingen, welche Du aufgrund des ständigen Durstgefühls, verursacht durch das künstlich zugeführte Salz, in Dich hineinkippst. Das bedeutet eine etwa dreifach höhere Belastung im Vergleich zu einer naturbelassenen UrKost.**

Kommt hinzu, daß ein im Übergewicht befindliches Mineral wie das Salz sogar die anderen Mineralien aus den Zellen verdrängen kann. Ein Natriumüberschuß bewirkt also nicht nur, daß den Körpergeweben dauernd mehr Natrium angeboten wird: Ein solcher beraubt sie sogar der bereits aufgenommenen anderen Mineralsalze und Spurenelemente. Ja, Du liest richtig: Der Natriumüberschuß »entmineralisiert« Deine Körperzellen! Selbst wenn die Nahrung an sich genügend Kalium, Kalzium, Magnesium und Eisen enthält, um den Bedarf zu decken, so leidet Dein Körper dennoch Mangel. Denn infolge des sich überall eindringenden Natriumüberschusses kann er die im Essen vorhandenen Mineralien nicht genügend aufnehmen und für sich nutzbar machen.

Nun wirkt erhöhter Salzgehalt des Körpers nicht allein wasserspeichernd und wasserverbrauchend. Das Salz reißt das Wasser als Lösungsmittel an sich. Salzhaltige Gewebe werden abnorm wasserreich, sie quellen auf. Befinden sich in ihrer Nachbarschaft Gewebe mit geringerem Salzgehalt, so wird ihnen von den ersteren das Wasser entzogen, sie schrumpfen. Ist also das Salz im Körper auch noch ungleichmäßig verteilt, so wandert das Wasser von den Teilen geringen Salzgehaltes zu den Teilen mit höherer Salzkonzentration.

Ein derartiges »Salzgefälle« findet sich bei Dir zwischen Blut und Arterienwand. Das übermäßig zugeführte Kochsalz wandert zuerst ins Blut und wird aus diesem nur allmählich wieder durch die Nieren entfernt. So ist Dein Blut bei der heute so ungesunden Kost dauernd übernormal kochsalzhaltig. Bei seinem Lauf durch die Arterien kommt es in Berührung mit der Arterieninnenwand, deren Zellen einen niedrigeren Salzgehalt aufweisen. Es kommt auf der ganzen Berührungsfläche zu einem dauernden Übertritt von Wasser aus der Arterienwand ins Blut. Dadurch unterliegen die Arterienzellen einer zwar geringen, aber dauernden Schrumpfwirkung. Im Laufe der Jahrzehnte führt diese zu einer Auflockerung der Zellverbände und damit zu einem Undichtwerden der Arterienwand. Dazu kommt die ebenfalls mit der heutigen Salzkochkost verbundene Eiweißwirkung aus Fleischverzehr, die hauptsächlich den Blutdruck steigert, somit die aufgelockerte Schlagaderwand weiter überbelastet und die Schrumpfwirkung verstärkt.

Und nun wird Dir klar, wieso Du im Alter vielleicht einmal an Arterienverkalkung leiden wirst.

In dieser unserer Welt lassen sich in letzter Zeit viele Gesundheitsminister von den Medizinern mit deren Gutachten weich bereden, das Gift Jod zusätzlich dem Gift Salz beizugeben. Damit wir keine Kröpfe kriegen sollen, weil angeblich ein Jodmangel besteht. Welch ein Wahnsinn! Denn selbst in der ganz normalen Schlechtkost befindet sich genügend Jod.

Kann ich mir was darauf einbilden, daß ich der erste bin, der das klar sieht? Weil er sich von der Schulmedizin nicht ins Bockshorn jagen läßt. Weil er sofort hellhörig wird, wenn er wahrnimmt, daß diese Schreckensmedizin etwas zum Schutz der Menschen vor Krankheit empfiehlt. Und er bis heute nur feststellte, daß dann genau das Gegenteil der Fall war: Hineintreiben in die Krankheit.

Es besteht nämlich kein Jodmangel! Es besteht ein Überschuß! Nein, nicht beim Jod, aber

beim Kochsalz!

**Und dieser Überschuß ist es, der die für uns nötigen Spurenelemente und Mineralien im Körper ausschwemmt. Und dadurch angeblich eine künstliche Jodzufuhr nötig macht.**

Was aber nützt es außerdem, das Element Jod im Übermaß dem Körper (mit den bekannten Nebenschäden) zuzuführen, wenn es durch die ständige Aufnahme von zu viel Kochsalz (wegen dessen immensen Wässerungsbedarf) sofort wieder ausgewaschen wird! Was sicherlich nicht bei jedem Menschen so sein muß.<sup>9471</sup>

Auf Fehlverhalten reagiert der menschliche Körper je nach Disposition und genetischer Ausstattung verschieden. Bei vielen macht der Körper das mit - rebelliert aber eines Tages dann doch in anderer Weise gegen Deine ständige Zumutung, ihn mit dem Gift Kochsalz zu versehen.

**Und nun weißt Du auch, warum nur die Natur und *deren Heilkraft* (und nicht die angebliche Heilkraft von Jod) Dein Schilddrüsenleiden wieder von Dir nehmen kann. Und Du mit ärztlichen Eingriffen und Schilddrüsenmittelchen nicht auf Dauer gesund wirst.**

Gleich wodurch dieses Leiden verursacht wurde: ob durch eine wegen zu viel Jod bedingte Überfunktion (Hyperthyreose, Morbus Basedow, Struma) oder durch eine zu wenig Jod bedingte Unterfunktion der Schilddrüse (Hypothyreose, Minderwuchs bei Kindern).<sup>9615, 9489</sup>

Wenn, ja wenn Du zu diesen Urkräften der Natur findest. Wenn Du sie, diese Urnatur, in Dir wirken läßt. Was nichts anderes heißt, als sie in Dich hineinzunehmen. Nicht in Form von Tröpfchen oder Pillchen oder Medikamenten, sondern in ihrem Urzustand! Denn nur so wirkt sie, nur so kann sie wirken!

Du brauchst also weder eine Schilddrüsenoperation, noch Medikamente, noch Jod: Du brauchst nichts anderes, als - das Kochsalz aus Deiner Nahrung wegzulassen. Und Dein Schilddrüsenleiden verschwindet wie von Zauberhand. Und Du erkennst erneut das wunderbare Heilprinzip der Natur: Zwei völlig entgegengesetzte Leiden sanft durch ein einziges Heilmittel - die Natur in Dir - zu beseitigen:

Das ist wahre, sanfte, klassische Naturheilung.

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × »[Der Große GESUNDHEITS-KONZ](#)« × »[Natürlich Leben](#)«  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!



# Kapitel 5. Finde den Weg zur besten Ernährung für Dich: zur UrKost

## 5.3 Was einen völlig neuen Menschen aus Dir macht

Was ich Dir leider jetzt sagen muß:

Gesundheitsgesetz

**Erdfasten ist - von einigen Ausnahmen abgesehen - Vorbedingung für das Gesundwerden nach der UrzeitTherapie.**

Ich weiß, jetzt bist Du ziemlich geschockt, wo Du doch schon zu Beginn des Buchs gejammert hast, wenn Du nur keinen Hunger ertragen müßtest. Nun, damit war nur die UrKost gemeint. Doch ich kann Dich trösten. Ich erwarte das im Verlauf der UrzeitTherapie nur ein einziges Mal von Dir. Und Du kannst es mir glauben: Fasten ist halb so schrecklich wie Du Dir das ausmalst. Denn: Schon nach drei Tagen hast Du das Schlimmste hinter Dir - und verspürst nicht mehr die geringsten Hungergefühle. Ehrlich!

**Jahrzehntelang hast Du Dich doch nicht davor gefürchtet, allen Dreck in Dich hineinzustopfen - und jetzt fürchtest Du, Deinem Körper mal ein paar Wochen Ruhe davon zu gönnen? Was meinst Du, wie gut Dir das tut!**

»Vierzehn Tage! Und keinen einzigen mehr!« **PM-Seite**

Wenn Du natürlich nach den insgesamt vierzehn Tagen noch immer zuviel Speck auf Deinen Rippen spürst, solltest Du von Dir aus noch 'ne Zeit dranhängen. Macht ja auch nichts, weil Du nicht leidest und keinen Hunger verspürst. So schlägst Du zwei Fliegen mit einer Klappe: Du schaffst den Dreck aus dem Körper und wirst rank und schlank dabei! Aber das überlaß' ich ganz allein Dir.

Grundsätzlich bleibt's bei vierzehn Tagen (bei sehr Schlanken bei sieben Tagen), von denen Du Dich auf drei schlimme einstellst - was es dann bereits wieder leichter macht. Dafür entschädigen Dich die kommenden elf Tage voll und ganz: Ein nie gekanntes Gefühl von Leichtigkeit und Sorglosigkeit umfängt Dich. Du wandelst wie über Wolken und fragst Dich oft: Warum essen die anderen eigentlich? Das Fasten macht Dir nach diesen drei Tagen auf einmal sogar richtig Spaß!

Überleg doch mal: Was sind 21 Tage Fasten gegen die kommenden 21 Jahre Leid, das von Jahr zu Jahr unerträglicher für Dich werden würde!

**Daneben schenkt Dir das Erdfasten nie gekannte Gefühle des Losgelöstseins vom Materiellen und unendlicher Freiheit, von einem Schweben über den Wolken - ja, nach drei Tagen überkommt Dich ein Glücksgefühl ungeahnten Ausmaßes: Fasten ist wie eine Droge - aber eine, die Dich gesund macht. Am zehnten Tag ist Dein Kopf klar wie ein See im Engadin, Deine Lebenslust angefeuert wie nach dem ersten Stelldichein.**

Im übrigen kommt es immer darauf an, wie man etwas ansieht, das zu überwinden ist: Der eine sieht nur darauf, wie hoch der Berg ist, den er überwinden soll. Der andere (und das bist Du!) sieht, wie herrlich dieser Berg ist, freut sich darauf, ihn zu besteigen und die Gipfelaussicht zu genießen. Auf's Fasten übertragen:

Du läßt Dir gar nicht erst in den Sinn kommen, daß Du mal für eine Weile auf Nahrung verzichtest, sondern Du denkst nur an das Wohlbefinden, den dadurch zu erzielenden Ansehensgewinn und die geistige Klarheit, die Du danach erreichen wirst. (Jesus hat nach 40 Tage Fasten angeblich seine herrliche Bergpredigt gehalten.) Nur: Dein Partner hält sich am besten in dieser Zeit etwas von Dir zurück...

»Klar, daß ich dann abends im Bett nichts mehr wert bin,« meinst Du.

Du hast Sorgen! Doch ganz im Gegenteil! Du bist liebeslustiger als vorher! Nein - tagsüber soll er Dir möglichst aus dem Wege gehen. Einmal, weil Du in dieser Zeit nicht besonders gut aus dem

Mund und auch sonst nicht so gut riechst. Und andererseits: Wer hat schon viel für einen Menschen übrig, der zeigt, daß er der stärkere Mensch ist ... Du bist zudem - trotz besten Wohlbefindens - ziemlich empfindlich. Du nimmst immer klarer Deine Umgebung wahr, findest immer stärker zu Dir selbst. Und bist vielleicht deshalb so schnell auf Hundert. Doch Du wirst sehen, Du gewinnst durch das Fasten auf breiter Ebene.

Laß Dich durch nichts vom Erdfasten abbringen. Auch nicht durch dumme Witze von Freunden und Kollegen. Du kennst sie ja in dieser Art: Mittlerweile bist Du so schmal, Du könntest in einer Straßenbahnschiene schlafen, hättest Du nicht so abstehende Ohren.

**Daß Erdfasten jede Krankheit bessert, ist der dritte Beweis dafür, daß es nicht die 40.000 von den Ärzten ermittelten Krankheiten gibt, sondern eine einzige: unnatürliche Lebensführung.**<sup>2703</sup>

Die von den Ärzten mit besonders vielen Medikamenten Vergifteten haben etwas mehr zu



leiden, weil die alten Lagerstätten aufbrechen und das Gift wieder in den Blutkreislauf gelangt. Daß Erdfasten sofort wirkt, kannst Du am Urin des nächsten Tages merken: er ist trübe und voll milchiger Schlackenabfallstoffe.

Und weil ich Dir versichern kann, daß Du Dich am Ende der Erdfastentage körperlich ganz toll in Form befinden wirst, erkennst Du auch, daß nicht die Nahrung das bewirkt, sondern Dein gereinigtes Gewebe und die entschlackten Blutgefäße.

»Trotzdem: Was hat Erdfasten mit der Urzeit zu tun?«

Ja - da sagst Du etwas, was mich nachdenklich macht. Vor Jahrmillionen mußten unsere in den Tropen beheimateten Ahnen sicherlich nie Hunger leiden. Denn zu dieser Zeit gab es noch keine Wüsten und Ödgebiete, in denen wegen ständiger Trockenheit nichts mehr wuchs. Heute gibt es sie dort, weil die Zivilisationsmenschen mit Feuer die Bäume rodeten, um Ackerbau und Viehzucht zu betreiben. Oder weil sie die Wälder zum Pyramiden- und Städtebau, zum Errichten von Schutzwällen bei Kriegen, für den Bau von Kriegs- und Handelsschiffen kahl schlugen. Oder weil sie die Bäume zu Brennholz machten, um sich auf Millionen über Millionen Feuerstellen ihre Nahrung totzukochen oder sie halb zu verbrennen.

Erkenne: Der Übergang der Menschen zur unnatürlichen, die Lebensstoffe abtötenden und die Strukturen verändernden Kochkost führte und führt nicht nur zu Krankheit, sondern auch zur Zerstörung der Erde.

Aber ich gebe Dir recht: Fasten zählt nicht unbedingt zum urzeitlichen Verhalten.<sup>8332</sup>

**Aber ersparen kann ich es Dir trotzdem leider nicht. Betrachte es von mir aus als einen leider ein wenig unnatürlichen Weg, um zu natürlichen Verhältnissen in Deinem Körper zu gelangen. Aber als einen nötigen. Denn wie anders will ich es fertigbringen, den ganzen angehäuften, krankmachenden Unrat aus Deinem Körper herauszubringen?**

**Du hast gut lachen.**

**Denn: Ist das nicht lustig, nachdem Du dieses Buch gelesen haben wirst?: Du als medizinisch unerfahrener Mensch kannst nun Deinen Doktor kurieren, statt er Dich! Auch dieses Verhältnis hat sich nun ins Gegenteil verkehrt.**

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

# Kapitel 5. Finde den Weg zur besten Ernährung für Dich: zur UrKost

## 5.31 Mal für 'ne Zeitlang nichts essen?

Warum ich es - trotz möglicher Beziehungslosigkeit zur Urzeit - für richtig halte, daß Du trotzdem fastest, das will ich Dir sagen: weil sich so viele Kranke allein damit schon gesund gemacht haben.

Und: Die Urzeitmenschen waren nicht krank! In ihren Körpern konnten sich keine Schlacken ansammeln, weil sie keine Schlechtkost gegessen haben. Sie konnten sich nur aus der Natur bedienen - in und an ihnen konnten sich auch keine Fettschlacken absetzen, und ihre Adern waren nicht verstopft. Doch bei Dir ist das heute anders. Schlacken und Dreck müssen aus dem Körper heraus, wenn du gesund werden willst. Da geht nun mal kein Weg dran vorbei.

Im Moskauer Schizophrenie-Forschungsinstitut konnten sogar schizophrene Patienten nach 20- bis 40tägigem Fasten als geheilt entlassen werden.<sup>9008, 3414</sup>

Ich weiß, Du leidest nicht unter Schizophrenie. Aber es ist möglich, daß Dein Geist den in diesem Buch zum Ausdruck gebrachten gesunden Menschenverstand nicht so recht aufnehmen kann, weil das dem Menschen von heute fremd geworden ist. Hier ist das Fasten besonders angebracht. Denn auch das Gehirn ist ein körperliches Organ. Und in jedem Organ setzen sich die Schlacken der Zivilisation ab.<sup>8323</sup> Viele Menschen berichten mir, daß sie nach dem Fasten viel klarer erkannten, was ihnen dieses Buch vermitteln wollte. Daß ihnen erst nach dem Fasten so recht das bekannte »Licht aufging«. Und so ist es auch!

**Du wirst erleben, wie klar Du plötzlich alles siehst! All Deine Probleme werden Dir jetzt deutlich bewußt. Du siehst auf einmal, was Du zu tun hast, um ihrer Herr zu werden, und welche Wege Du dafür zu gehen hast. Du selbst erlebst eine ungeheure Veränderung an Dir, in Deinem Denken, in Deinen Ansichten. Wie das Dein Selbstbewußtsein stärkt, wie das zu einer neuen Selbstachtung führt, das mußt Du erleben!**



»Ich habe meine Eßgier überwinden können - so bin ich noch zu viel mehr fähig!«, jubelt es in Dir auf. Und Du erkennst, daß Du nicht mehr weiterhin Erdulder Deiner Lebensmißlichkeiten und

Leiden sein mußt, sondern daß Du es selbst in der Hand hast, Dein Leben zu meistern. Nun fühlst Du Dich nicht mehr als Opfer der Umstände oder anderer Menschen. Du siehst plötzlich, wie dieses Leben eingerichtet und von der Natur gewollt ist: Du allein bist verantwortlich dafür! Du bist der Urheber der Lebenssituation, in welcher Du gerade steckst. Dadurch, daß Du auf das Essen verzichten kannst, wird Dir endlich klar, daß Dich nicht mehr die Umstände zwingen, sondern daß Du sie zwingen kannst. Und Du das schon als Muß empfundene, gewohnte Tun zu unterbrechen und zu ändern in der Lage bist. Und daß es gar

nicht so schwierig ist, sich an neuen, besseren Lebenszielen zu orientieren. Endlich begegnest Du Dir zum ersten Mal selbst, und das läßt Dich zu Dir und zu Deinem Ich finden.

Was doch längst nötig war, nicht wahr?

Vor allem lernst Du, daß Du Dich von Zwängen befreien kannst, die Du bisher als unvermeidbar angesehen hast. Du entsagst dem Essen ganz - jetzt wird es Dir auch gelingen, auf anderes zu verzichten, von dem Du bisher glaubtest, Du müßtest es einfach haben. Und vor allem quält Dich der Kitzel des Gaumens in der Erdfastenzeit mal für eine ganze Weile nicht mehr.

Doch zurück zu dem russischen Fastenexperiment mit den Schizophrenen:

**Wenden nun die Ärzte in den Nervenheilstätten dieser Welt das Fasten als Heilmethode an?**

**Nein! Das mußst Du Dir immer klar vor Augen führen: Erfolgreiche Heilmethoden wendet die Schulmedizin nicht an! Kann sie nicht anwenden: Glaubst Du, die mach sich selbst entbehrlich? Weil man nach Fasten und Urkost die meisten geistig Kranken aus ihrer medizinischen Betreuung entlassen müßte - weil sie gesund geworden sind!**

Seitdem man mittels der Chemie doppelt so dicke Kohlköpfe ernten und mit Chemie die Wirrköpfe der Nervenkranken zuzementieren kann, ist das Natürliche abgemeldet. Die ursprüngliche Natur und das, was sie lehrt, sind keine Studienobjekte für die Naturwissenschaft.<sup>0658</sup> Der Natur zu folgen, das verspricht keine Profite und würde nur bei der Industrie und den Ärzten zu Umsatz- und Arbeitsplatzeinbußen führen. Wer will das schon!

**Fasten treibt vor allem die vielen Blutfettschlacken aus dem Körper. Letztere tragen nicht nur die Schuld an Schwindelanfällen, Ohrengeräuschen, Vergeßlichkeit, Gleichgewichtsstörungen, kalten und kribbelnden Händen und Beinen, Wadenkrämpfen. Bei Frauen verursachen sie auch ein trockenes Scheideninneres, das ihnen das Liebesleben oft nur unter Schmerzen ermöglicht.**

Ich denke an die Kriegsjahre zurück: Wir hielten uns damals ein Schwein, das plötzlich den (meist tödlich endenden) Rotlauf - eine stark fiebrige Krankheit - bekam. Von Beginn seines Krankseins an fraß es gut zwei Wochen nichts - und war danach gesund!

Siehst Du, da gebe ich was drum: Wenn ein so gierig fressendes Säugetier wie das Schwein nichts mehr anrührt, weil es sich krank fühlt, und wenn es nach dem Fasten sogar nach einer schweren Krankheit wieder gesund wird, ohne daß ich den Tierarzt dazu holte (oder wurde es auch deshalb gesund, weil ich ihn nicht holte?), dann kann ich durchaus das Belächeltwerden von Ärzten aushalten, daß ich so etwas für die Wirksamkeit des Fastens anführe. Ich gebe nur etwas auf den Satz: Wer heilt, hat recht! Und ich gebe nichts darauf, ob die wirksame Heilmethode wissenschaftlich ist oder nicht. Womit sich letztendlich das Schwein tatsächlich mit der von ihm angewandten einfachen Methode des Fastens klüger erweist, als das ganze

Heer der Wissenschaftler und Medizinprofessoren auf dieser Erde. Die Chemie kann noch so sehr wissenschaftlich - weil von der Wissenschaft entdeckt - und mit Dutzenden von Nobelpreisen belobigt und verehrt worden sein: Für jeden, der klar und profitungeprägt denken und ein wenig voraussehen kann, ist sie der große Antichrist der Menschheit, der Zerstörer der Natur und damit des Menschen.<sup>2951</sup>

**Und genau so solltest Du es auch halten und nichts um »neueste Erkenntnisse« oder »wissenschaftlich geprüft« oder »wissenschaftlich empfohlen« geben.<sup>6236</sup> Weshalb Du die »wissenschaftlich ungeprüfte«, aber dafür auch nebenschädenfreie UrzeitTherapie mal konsequent für 15 Wochen probieren solltest. Überzeuge Dich selbst! Laß Dir auch von mir nichts sagen. Von anderen noch weniger. Prüfe alles selbst nach! So wie ich das immer gemacht habe. Das sollte auch zu Deinem Lebensprinzip werden. Dann geht Dir nichts mehr schief.**

Dicke Zuckerkrankte, die sich noch nicht zu lange vom Insulin abhängig gemacht haben, sind oft bereits nach einer einmaligen Fastenkur wieder gesund. Das verläuft so: Beim Menschen produziert die Bauchspeicheldrüse genügend Insulin für den normalen, also den schlanken Körper. Wenn sich jemand eine Wampe zulegt, dann bildet die Bauchspeicheldrüse bei vielen Menschen jetzt nicht auch eine größere Menge Insulin, sondern bleibt bei der Menge, für die sie genetisch vorprogrammiert ist.

Die UrzeitTherapie sagt: Du bist zu dick. Speck ab mit natürlichen Mitteln und bleibe schlank - dann wirst Du von selbst Deinen Diabetes los, also gesund! Denn für Deinen schlanken Körper produziert die Bauchspeicheldrüse ja genug. Die Allopathie, von den Schulmedizinern angewandt, sagt: Deine Bauchspeicheldrüse funktioniert nicht mehr - Du brauchst ab sofort mehr Insulin. Und da Deine Bauchspeicheldrüse zu wenig produziert (was nicht zutrifft), brauchst Du nun von uns Produziertes. So behalten meine Apostel (Ärzte, Industrien, Apotheken) zeitlebens eine bestens zu melkende Kuh.

Krankheiten liegen nicht im Sinn der Natur! Die Natur würde, könnte sie selbst sprechen, bei vielen Leiden heute ihren kranken Geschöpfen raten: Ich will schnellstens Gesundheit in meinem Reich. Und schnellstens gesund werdet ihr bei Krankheit nur durch Fasten. Denn dabei nehmt ihr keine Fremdhilfe in Anspruch und keine widernatürlichen Mittel. Fasten liegt ganz in meinem Sinn. Denn vielen anderen Lebewesen habe ich zeitweises Fasten in den Körper gesenkt: Beutelratten, Igel, Murmeltieren, Fledermäusen, Hamstern, Bären... Ganz so fremd ist das der Natur nicht.

So halte ich Dich also zum Erdfasten an. Und wenn Du wieder vollständig gesund bist, dann brauchst Du unter der UrzeitTherapie Dein ganzes Leben nie mehr zu fasten, das verspreche ich Dir. Es sei denn, Du willst es selbst, weil Du erfahren hast, wie wohl und froh und leicht und frei Du Dich danach fühlst.

»Halt, ehe Du dieses Kapitel abschließt: Da lese ich gerade in der Zeitung, »Gicht durch Null-Diät! Totales Fasten führt innerhalb von drei Tagen zum Ansteigen der Harnsäurekonzentration im Blut um 50%!« Und da empfiehlst Du mir zu fasten? Soll ich

krank statt gesund werden?« 8325

Sag mal, willst Du eigentlich nicht begreifen, daß Gelehrte und Politiker am besten die Wahrheit verdrehen können? Niemand ist bestechlicher als ein Professor, der ein mit zigtausend Mark von der Industrie honoriertes Gutachten erstellt. 2515/8, 2522/7, 2313, 2341ff Die machen das nur alles etwas geschickter als die kleinen Ganoven, die spätestens beim dritten krummen Ding der Polizei ins Garn gehen. Habe ich Dir nicht eben noch klar gemacht, wie dumm es ist, um das Wort »wissenschaftlich ermittelt« auch nur einen Pfennig zu geben? Deine Gesundheit interessiert die Medizinwissenschaftler doch am wenigsten, Dein Schicksal ist denen so gleichgültig wie Dir das Schicksal eines jeden anderen, der *Dir* fremd ist. (Du denkst ja auch nur daran, wie Du am besten über die Runden kommst: Meinst Du die Professoren hätten was anderes im Kopf?) Warum denkst Du denn, daß sie sich - abgesehen von ein paar Außenseitern - mit Händen und Füßen dagegen wehren anzuerkennen, daß Ernährung irgendeinen Einfluß auf das Kranksein habe.

**Würden sie auch nur einen einzigen Grundsatz der UrzeitTherapie anerkennen, müßte ihr mühsam für die Kranken aufgebautes Kartenhaus ins Nichts zusammenbrechen. Denn dann wären sie ja unnötig. Weil sich jeder Kranke dann selbst behandeln und gesundmachen könnte.**

So leicht gibt man doch sein Traumeinkommen nicht auf.<sup>2612</sup> Weil deren Profit, nicht Deine Gesundheit stimmen muß. Das kann ich ihnen auch nicht verdenken - Ärzte müssen gut verdienen und sollen das auch - so ist nun mal der Kapitalismus aufgebaut. Denn Ärzte sind Unternehmer, die wegen der übersteigerten Patientenansprüche Höchstsummen in ihre Praxis investieren und damit pleite gehen können wie jeder andere auch. Und immer mehr junge Ärzte drängen auf den Markt und machen den anderen Konkurrenz.

Die Ärzte von heute *wollen* nicht sehen, daß die natürliche Ernährung und Bewegung die Sonne ist, um die sich alles dreht - und nicht die von ihnen erdachten Lehrmeinungen und chemischen Gifte. Denn gäben sie das zu, so würde ihr Stern im gleichen Moment erlöschen.

Als der bekannte Schweizer Naturarzt Bircher-Benner (zu dem schon Rainer Maria Rilke, Hermann Hesse und Thomas Mann Vertrauen hatten) vor den Züricher Ärzten einen Vortrag über die Heilkraft roher Ernährung hielt, wurde ihm vorgeworfen, er habe damit die Grenze der Wissenschaft endgültig verlassen - und schlossen ihn aus der Ärzteschaft aus... 6108, 6408, 8309

So viele Ärzte raten auch deshalb vom Rohessen ab, weil sie angeblich gehört haben, daß die meisten Kranken es nicht vertragen... Klar, wenn ein kranker Mensch das mal kurz probiert, geht das schief. Das will mit Vernunft angegangen werden: zuerst also meist Erdfasten!  
Merke:

Saubere Kost darf nur in einen sauberen Körper gelangen! Doch was weiß die Schulmedizin schon davon! Um mal wieder wissenschaftliches Fehldenken mit dem gesunden Menschenverstand zu widerlegen und das reine Profitdenken der Medizinmafia offenzulegen,

die Dich mit allen raffinierten Mitteln davon abzuhalten suchen, daß Du selbst etwas für Dein  
Gesundsein tust:

### Gesundheitsgesetz

**Gicht bekommt man nur von der Harnsäure, die in den Körper reingekommen ist. Nicht von der, die rausgeht. Und wie schnell die durchs Fasten raus will, das beweist sich gerade daran, daß sie aus den Gelenken ins Blut schießt und dort zeitweise eine höhere Konzentration erreicht, als wenn nicht gefastet wird.**

Ich versichere Dir: Am Ende der Erdfastenzeit wird jeder Rheumatiker vor lauter erstmaligem Wohlgefühl über solcherart dummquatschende Professoren nur lachen oder blanke Wut empfinden. Klar, die Schulmedizin als das erste und betrügerischste Gewerbe der Erde<sup>9497</sup> spürt sofort, wie gefährlich ihr und ihrem Stand eine Vielzahl von Patienten würden, die fasteten, statt auf ihre Krankhaltungslehren zu hören. Die wissen ja noch aus der Zeit von 1939 bis 1948, wie kläglich die Patientenbesuche bei Ihnen zurückgegangen waren, als die Deutschen wegen der kargen Kriegs- und Nachkriegsjahre so gesund waren wie nie zuvor - eben weil sie oft zu fasten hatten...

Schließlich gibt es noch einen Grund, so eine einfache Heilweise wie die Rohkost- oder UrzeitTherapie abzulehnen: Die paßt einfach nicht in die Denkschemata kompliziert sehender Intellektueller. Mit Einfachheit läßt sich kein Monnimomni machen. Eine andere Heilmethodik darf einfach nicht besser sein, als die, welche sie selbst praktizieren. Die Taktiken, dem zu begegnen, sind immer die gleichen. Entweder man schweigt das Bessere tot, denn man weiß: Ohne Publizität kann sich heute nichts durchsetzen. Oder man verleumdet es als Scharlatanerie, weil es zu einfach ist. Oder man reißt die Theorien aus dem Zusammenhang, macht sie lächerlich, leugnet alle Tatsachen ab, brandmarkt sie als schizophran oder weist auf die angeblich immensen Gefahren hin, die mit der Abwendung von einer bisher »erfolgreichen« Praxis entstehen würden.<sup>6830</sup>

Jeder Mensch gibt nun mal ungern alte Ansichten auf. Besonders, wenn man sich mit den neuen das Leben scheinbar schwer macht, welches man sich so schön eingerichtet zu haben glaubt. Die Honorationen der Wissenschaft sehen es besonders ungern, wenn sie plötzlich dumm dastehen sollten. Und sich sagen müssen, warum sie nicht selber auf all das hier gekommen sind. Und dann: Neue Gedanken werden bei der Schulmedizin meist nicht nach deren Wert, sondern nach Rang und Verdienst dessen bewertet, der sie vorbringt. Der einfachste Trick: Wenn man die UrTherapie totschweigt und jede Verbreitung unterdrückt (§LV 9889 b) wird auch keine vergleichende Studie mit der Schulmedizin vorgenommen. Und man kann so gut sagen: Bisher liegen über deren Wirksamkeit noch keine randomisierten, placebo-kontrollierten Beweise vor.<sup>6713, 6923</sup>

Die Gedanken dieses Buches sind gänzlich neu für die Wissenschaft, die bekanntlich erzkonservativ ist. Die falsche Lehre des Claudius Ptolemäus (als größter Astronom des Altertums bekannt), daß sich das Weltall um die Erde drehe, konnte sich immerhin 1200 Jahre lang halten.



»Ja, das war vor vielen Jahrhunderten vielleicht möglich. Da war die Wissenschaft noch nicht so sehr entwickelt«, meinst Du.

Und wie erklärst Du Dir, daß religiöser Aberglaube noch länger überdauert? Sieh Dir doch mal die ganze Erde auf einer Landkarte an. Jedem fällt auf, wie der Landvorsprung Südamerikas in die große afrikanische Bucht hineinpaßt. Und doch lehnten die Geologen 40 Jahre lang den bereits 1922 entwickelten Gedanken empört ab, die Kontinente hätten in Urzeiten eine einzige Landmasse gebildet. Warum? Weil sie angeblich keine so gewaltige Kraft kannten, durch die sich Kontinente zu verschieben vermochten. Erst um 1965 freundeten sie sich langsam mit dem Gedanken einer Kontinentaldrift durch Konvektionsströme an, weil die Sedimentierung des Meeresbodens nun genügend Beweise dafür lieferte.

Und in unserer Zeit, in der seit 60 Jahren keine Bäche und Flüsse mehr zufrieren und Schnee auch in den Niederungen nicht mehr den ganzen Winter über liegen bleibt und sich auch der Einfältigste sagen muß, daß die Erde sich mehr und mehr erwärmt, meinten viele Klimaforscher bis ins Jahr 1994 noch immer, das sei nur auf gewohnte, auch früher vorgekommene Wetterschwankungen zurückzuführen. Nicht immer ist der Grund für diese offene Stupidität. Es ist vielmehr die Tatsache, daß sie sich mit den neusten Forschungen ihrer Kollegen über das deterministische Chaos nicht genügend beschäftigt haben, wonach auch scheinbar für unbedeutend gehaltene bzw. kaum meßbare, bislang unterbliebene Fremdeinwirkungen in der Natur völlig unerwartete Abweichungen vom bisher Erforschten verursachen können.

»Wenn Du Dich auf einen zur Zeit berühmten Mann wie Gallo berufen könntest, sähe das wohl ganz anders aus, oder?«

Ach was! Dafür ist sich die Klassische Naturheilkunde zu schade. Sie beruft sich auf Gott und sonst niemanden auf der Welt. (Um ein Wort von Bismark zu variieren) Die Wahrheit braucht Zeit.

»Also gut: ich stimme dem Heilfasten zu.«

Jubele mir aber keine unklaren Begriffe unter: Fasten *heilt* nicht! Du fühlst Dich danach nur deshalb besser, weil der alte Dreck aus Deinem Körper verschwunden ist und damit die belastenden Giftstoffe, so daß Dein Organismus wieder besser arbeiten kann.

Merke: Erdfasten schafft nur die Voraussetzung zum Wiedergesundwerden, weil es den Körper entgiftet. Mehr nicht.

Aber es freut mich, daß Deine Einsicht zu fasten stärker ist als Dein möglicherweise unbewußt schlummernder Wunsch, krank zu bleiben und bemuttert zu werden. Was sind schon 14 Tage! Bettwanzen können sich sechs Jahre aller Nahrung enthalten, verschiedene Käfer bis zu vier Jahren, Fische bis zu etwa drei Jahren, verschiedene Schlangen über zwei, einige Frösche ein Jahr und Schildkröten anderthalb Jahre. Ein Normalgewichtiger kann bis zu 40 Tagen

## **ERDFASTEN heißt:**

• **Vorfasten. Hierbei ißt Du zwei Tage nichts anderes, als um 7 Uhr einen gestrichenen Teelöffel voll feuchter Heilerde (Luvos-Heilerde®Rz975), dann um 8 Uhr etwas Obst mit fünf Kassia-Scheibchen (® 980(2)), um 9 Uhr wieder einen gestrichenen Teelöffel voll Erde, um 11 Uhr frische oder eingeweichte Trockenfeigen und Obst, um 12 Uhr drei Teelöffel ungeschroteten Bio-Leinsamen (gut kauen!) oder Flohsamen (® Rz 980[1]) (oder auch Breitwegerich-Samen - den Du im Aug/Sept sammeln, oder in der Apotheke kaufen kannst). Weiter geht's um 13 Uhr mit Früchten, um 14 Uhr wieder Erde, um 15 Uhr Früchte mit etwas Wildgrün oder Biosalat (ohne Soße), um 16 Uhr Lein- oder Flohsamen, um 17 Uhr Obst, um 18 Uhr Feigen.**

• **Hauptfasten (Sieben Tage bis drei Wochen), wobei Du keine Erde mehr ißt und nur mineralien-freies Naturwasser trinkst und vier Stunden leichtes Urtraining machst. Als Abschluß folgt dann drei Tage lang das**

• **Nachfasten, das fast dem Vorfasten gleicht. Am ersten Tag morgens, mittags und abends nur jeweils einen Apfel oder eine andere größere Frucht. Hier läßt Du nur diejenigen Eß-Zeiten ausfallen, an denen Lein- oder Flohsamen genommen wurde, falls Deine Verdauung wieder in Gang gekommen ist.**

Anschließend gehst Du langsam auf volle UrMedizin über und nimmst täglich einen Teelöffel französische grüne Heilerde, die völlig unbehandelt ist. (®Rz 975) **Langsam deshalb, weil sich der Körper erst wieder daran gewöhnen muß, seine Verdauungssäfte herzustellen. Damit die Lymphbahnen die aufgewühlten Gifte abtransportieren, mußst Du Dein Bewegungspensum für eine Woche bei mindestens vier Stunden täglich belassen. Das bedeutet: Faste nicht nach einer Operation oder einem Unfall, wenn Du Dich nicht mehr bewegen kannst. Aber wenn Du Dir z.B. nur den Arm oder das Bein gebrochen hast, solltest Du im Krankenhaus die Zeit zum Fasten nutzen - statt dessen Kochfraß zu essen. Mit den heilen Körperteilen bewegst Du Dich eben etwas mehr.**

**Und warum auch sonst stets Erde essen?: Weil dadurch sogar die Umweltgifte gebunden werden, die Du auch als UrMethodiker noch mitbekommst. (à Rz 975)**

**Wenn Du nach dem Fasten am ersten Stuhl noch schwer zu knacken hast, dann gib Deine beiden Hände hinter den Rücken, taste mit den Fingern den Sitz des Kotballens im Enddarm ab, schiebe ihn kräftig unter sukzessivem Zusammenziehen der Ringschließmuskel nach vorne und presse ihn dann langsam heraus. Klappt's auch damit nicht, so nimmst Du Dir ein Gummibällchen mit auslaufender Spitze (führt jedes Sanitätshaus), füllst es halb mit lauwarmen Wasser und spritzt es langsam unter ständig leichtem Druck in Deinen Enddarm. Dann weicht der jetzt zwangsläufig harte Kot etwas auf und die anschließende Verdauung fällt nicht so schwer.<sup>9857</sup> b Das wichtigste dabei:**

**Du mußt dazu ganz in die Hocke (auf dem WC-Deckel)runter gehen. Nur in dieser Ur-Position weitet sich der Anus leicht und der Muskel kann mit ganzer Kraft das Pressen bewirken.**

Beim Erdfasten nimm jeden Tag einen Kaugummi (zuckerfrei oder spucke den Zuckersaft aus) und kaue darauf heraus. So bleiben Deine Zähne fest und Mundgeruch kommt nicht auf!

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × »[Der Große GESUNDHEITS-KONZ](#)« × »[Natürlich Leben](#)«  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/5/31.html> - **Update: 13.01.2000 15:52**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a>                      × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> -                      <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# Kapitel 5. Finde den Weg zur besten Ernährung für Dich: zur UrKost

## 5.32 Beim Erdfasten mußt Du tüchtig trinken und Dich tüchtig bewegen

Und das, wann immer Du Durst hast. Nimm dazu aber weder Mineral- noch Leitungswasser. Nimm nur völlig reines Schmelzwasser von Gletschern oder Bergquellen, wie etwa das Eau de Volvic oder Vittel. Daran erkennst Du aber auch, daß Fasten nichts Natürliches oder Naturgewolltes ist: weil Du ohne zu Trinken das Fasten nie überstehen könntest. Während Du unter UrKost ganz gut auch ohne Trinken auskommen kannst.

Mineral- oder Leitungswasser<sup>9630</sup> wirst Du deshalb nicht mehr verwenden, weil es mittlerweile von den Pestiziden (besonders dem der Unkrautvernichtung dienenden, von den Bauern tonnenweise verspritzten Atrazin) so verseucht ist, daß es fast zu einer Giftbrühe wurde - wenn Du es auch nicht schmecken kannst. Im übrigen: Kohlensäure gehört nicht in den Körper, sondern aus ihm heraus.

»Warum legst Du soviel Wert auf diese besonderen Wässer?«

Denk doch mal nach! Denk an Deine verkalkten Gefäße - schon kleine Kinder haben sie heutzutage. Willst du mit kalkhaltigem Mineral- und Leitungswasser noch mehr von solchen Schlacken in Dich hineintragen? <sup>6208</sup> Wo wir doch jetzt gerade dabei sind, uns davon frei zu machen!

Von den Wasserwerken werden zur »Reinigung« des Trinkwassers eingesetzt: Kupfersulfat, Eisenchlorid, Schwefelsäure, Natriumsulfit, Flußwasserstoffsäure, Aluminiumwasser, Natriumthiosulfat, Aluminiumchlorid, Aluminiumsulfat, Brom, Chlorindioxid, Eisensulfat, Natriumbisulfat, Ammoniumsulfat und Chlorkalk. Merk Dir auch hier: Diese Zusätze nimmt das Wasserwerk nicht wegen der Menschen, sondern deshalb vor, damit die Maschinen keinen Schaden nehmen. (So sagt der Fachmann Prof. Hachenedy.)

»Was meinst Du: Könnte es bei dieser Sachlage nicht auch einen Zusammenhang der Arterienverkalkung mit dem vielen Kalk in so manchem Leitungswasser geben?« fragst Du.

Diese Frage habe ich mir auch schon gestellt. Entsprechende Nachforschungen haben mir keine eindeutigen Hinweise dazu gegeben.

»Wie, und damit gibst Du Dich zufrieden? Bisher kenne ich Dich da aber anders!«

Wenn man in irgendeiner Sache nicht weiter kommt, dann bekomme ich über Zweifel

trotzdem Klarheit. Und die kannst Du auch gewinnen, wenn Du mal nicht weißt, wie Du Dich verhalten sollst. Indem Du einfach fragst: Wie hat sich das damals bei den Urmenschen abgewickelt? Dann erhältst Du ohne Umschweife die richtige Antwort.

»Trotzdem interessiert es mich zu hören, was Du nachgeforscht hast und wie man das anstellt. Vielleicht schreib' ich auch mal so ein Buch.«

Zuerst habe ich die diesbezügliche Literatur in der Universitätsbibliothek durchgeackert, und die ergab, daß sich die dort ermittelten Ergebnisse der Forscher aus den einzelnen Ländern widersprachen. Doch die Forscher (und ich mit) gingen allesamt von den falschen Voraussetzungen aus: Sie nahmen an, daß es zwischen hartem Trinkwasser und Arterienverkalkung eine direkte Verbindung gäbe. Seltsamerweise ist das aber überhaupt nicht der Fall. In Südkarolina gibt es nur weiches, also kalkarmes Wasser. Und hier erkrankten trotzdem doppelt so viele Menschen an Schäden der Herzerterien wie in Neumexiko, wo den Menschen ein sehr hartes, kalkreiches Wasser geboten wird. In Nordostjapan dagegen, das nur sehr weiches Wasser kennt, steht der Gehirnschlag - eine Blutung der Gehirnarterien - als Todesursache an erster Stelle.

Ich habe mir daraus diesen Reim gemacht: Das harte Wasser setzt seinen Kalk zuerst einmal in den Leitungsrohren ab und bildet darin eine Art Schutzschicht, während das kalkarme Wasser sich durch Kohlensäureentwicklung zu einer milden Säure entwickelt, die genügt, Kupfer, Zink, Blei, Cadmium usw. aus den Metalleitungen zu lösen. Die Zufuhr solch winziger Metallmengen könnte erklären, daß Herzgefäßkrankheiten dort in so viel größerem Maße auftreten. Du siehst: viel Spekulation. Wie bei allen wissenschaftlichen Untersuchungen. Weshalb sie sich nach ein paar Jahrzehnten immer als falsch erweisen (®Rz.717, 718). Da halten wir beide uns doch wohl besser an die Natur. Die läßt uns immer das Wahre erkennen. Und trinken reine Naturwässer. Weshalb Du auch ohne weiteres gereinigtes Regenwasser nehmen könntest. Ist nur schwer zu bekommen.

»Dann brauch' ich Dich ja gar nicht zu fragen, ob ich in einem Kurbad die dort angebotenen Quellwässer trinken soll.« <sup>6904</sup>

**Du weißt es doch: Nur das Natürliche ist gut, ist richtig, hält und macht Dich gesund! Nicht mal baden solltest Du in diesem Wasser! Ich kann Dir nur das Baden in Naturseen und im Meer empfehlen. Aber ein »Bad« in Lehmerde nehmen, das ist zusammen mit einer Erdfastenkur das Nonplusultra einer sinnvollen Reinigungskur.** <sup>1688, 9876, 9409</sup>

Genausowenig wie es »Heilmittel« gibt, so wenig gibt es »Heilwässer« oder »Heilquellen«. Nein - wie dumm und kritiklos übernehmen die Menschen alles über Tausende von Jahren, nur weil alle daran glauben. Nur weil früher geschickte Bürgermeister oder kluge Geschäftsleute in ihr Kaff geschäftiges Leben bringen und den Rubel rollen lassen wollten - was mit höheren Steuereinnahmen und damit besser bezahlten Ratsherrenpöstchen eng verbunden war - erklärten sie selbst die wie faule Eier stinkenden oder widerlich nach Meerwasser schmeckenden Schwefel- und Natriumwässerlein, deren sich die Erde entledigte, zu »Heil«-Quellen. Und setzten vor die Namen ihrer Gemeinden die so vornehm klingende Bezeichnung

»Bad«. Wässer, welche nicht mal vor dem Verdursten stehendes Vieh säuft, Wässer, in der keine Hausfrau auch nur ein Hemd waschen würde, die gossen nun die Kranken in sich hinein. Und das, weil Professoren die wunderbarsten Gutachten dafür abgaben - nebst Analysen von all den »heilsamen« (unverwertbaren weil nicht im natürlich-pflanzlichen Verbund stehenden) Mineralien, die sich darin befinden.

Die »mild abführend« und harntreibend wirken - aber nur deshalb, weil sie Dein Körper schnellstens wieder loswerden will, was geschickterweise dann als »Heilwirkung« interpretiert wird. Und so schlucken es also die Kranken, da sie dem medizinischen Urteil aufsaßen, verunreinigtes Wasser könne im Körper reinigend, ja sogar »blutreinigend« wirken. Während weniger begüterte, kranke Menschen dem religiösen Aberglauben erlagen, das Trinken eines Wässerleins aus einer Quelle nach einer beschwerlichen Pilgerfahrt würde gleiches bewirken können, weil sich dort die Phantastereien eines kleinen Bauernmädchens als stärker erwiesen als der gesunde Menschenverstand von vielen Millionen angeblich vernunftbegabter Menschen. Wobei ich nicht abstreiten will, daß ein paar von ihnen gelegentlich vom Placebo »göttliche Erscheinung« profitierten.

**Und Du Narr schluckst das auch heute noch, weil auf die Wasserflaschen ein Papier aufgeklebt wurde, das einen Schnörkel mit dem Titel »staatlich anerkannter Chemiker« enthält.**

Und wenn Du Dich mal in einem Heilbad umsiehst, dann wirst Du feststellen, daß die bedeutendsten Gelehrten, die belesendsten Literaten, die intelligentesten Mediziner, die berühmtesten Stars dort kuren. Was zu Deiner inneren Genugtuung beweist, daß auch Intelligenz und Prominenz Deinem jetzt hoffentlich Dir aufgegangenen gesunden Menschverstand nicht mehr das (»Heil«-) Wasser reichen kann.

»Da wäre es wohl am besten, wenn ich mir ein Wasserdestilliergerät anschaffe...«

Spar Dir das Geld, auch wenn Du die UrzeitTherapie nicht aufnimmst und deshalb auf Wasser angewiesen bist. Wasser ist ein Lebenselement. Und wenn ich das künstlich verändere, wird es zur Unnatur. Destilliertes Wasser halte ich für schlecht, vor allem deshalb, weil ihm durch den technischen Destilliervorgang Sauerstoff entzogen wird.<sup>6209, 6352</sup>

Trinkst Du dieses technisch veränderte Wasser, ist es bestrebt, Sauerstoff an sich zu binden. Es zieht ihn möglicherweise aus Deinem Blut. Das kann nicht gut sein. Degegen ist die Wolkenbildung, die Verdunstung von Wasser durch die Sonne, die Kondensation in der Atmosphäre und schließlich der Regen eine natürlicher Vorgang. Und er findet in Luft und Sonne statt und nicht in einer elektrischen Apparatur. Diese Geräte sind in der Regel als geschlossenes System konstruiert, und ob die Zeit der Kühlung des Destillates ausreicht, damit es genügend Sauerstoff aus der Luft aufnehmen kann, ist fraglich. Wie sieht es mit der elektrischen Ladung aus? Wir können die Natur weder austricksen noch nachahmen!

**Quellwasser oder gesäubertes Regenwasser darfst Du beim Erdfasten so viel trinken wie Du willst - aber Kaffee, Alkohol oder Frucht- und Gemüsesäfte pur oder gar Süppchen**

**sind nicht drin, sonst bekommst Du Hungergefühle.**

Am idealsten, leider auch am teuersten, wäre es natürlich, wenn Du den unheimlichen Durst während des Erdfastens mit junger Kokosmilch löschst. Wenigstens in den ersten Tagen. Denn das bringt auch noch den letzten verbliebenen Dreck aus Deinem Darm. Und vermittelt Dir überdies noch Vitamine und Mineralien. Du öffnest die Jungkokosnuß am besten an ihrem flachen Teil mit einem Sägemesser, stößt mit einem Schraubenzieher ein Loch in den weichen Teil der Schale, dort wo der Stengel saß, der sie am Baum hielt. Und läßt die Milch in ein Schüsselchen laufen. Mit einem Hammer oder Beil zertrümmerst Du dann die harte Schale in zwei Teile und gibst das Fruchtfleisch an einen Nichtfaster weiter, die es sich dann auslöffeln können. (®Rz.980[2])

»Aber es heißt immer: »Faste nie ohne ärztliche Überwachung!« Nicht, daß ich als Arteriosklerotiker plötzlich tot umfalle! Ich hörte, für den soll Fasten etwas Gefährliches sein.«

Auch für das Erdfasten sind Ärzte entbehrlich - selbst wenn sie und die Medizinjournalisten in den Medien nicht müde werden, anderes zu predigen. Was wollen sie überhaupt dabei tun? Blutdruck messen? EKG fertigen? Alles Nonsens! Nur mal wieder eine der geschickt eingefädelt (aber verständlichen) Maschen, nichts anbrennen zu lassen, wenn's ums Geschäft geht - natürlich nur aus Sorge um das Wohl der Patienten... Jesus fastete ja auch ohne Arzt vierzig Tage in der Wüste. Wenn Du mal nur drei Tage gefastet hast, weißt Du allerdings - falls Du weiterdenken kannst - daß Du bei dieser Bibelstelle einer Wasserente aufgesessen bist: Ohne zu trinken hältst Du das Fasten nicht länger als 10 Tage aus. Aber wenn man jemanden vergöttert, so ist man meist geneigt, ihm mehr zuzutrauen als anderen, so geht's uns ja auch bei den Weißkitteln. (Und er war dort mit dem HERRN, 40 Tage und 40 Nächte; er aß weder Brot noch trank er Wasser... 2. Buch Mose 34, 28/29) Doch die meisten anderen Religionen haben das Fasten ebenfalls in ihren Katechismus aufgenommen. Aber wer hält sich da schon dran? Was Lichtenberg schon zu seinen Zeiten mit seinem besonders scharfen gesunden Menschenverstand so kommentierte: Ist es nicht sonderbar, daß die Menschen so gerne für die Religion sterben und so ungern nach ihren Vorschriften leben?

»Ich habe aber gehört, daß Fastenärzte zum Trinken von Gemüsebrühen oder Bouillon raten, damit der Körper seine dringend benötigten Vitamine, Enzyme und Spurenelemente weiter bekommt. Und das leuchtet mir auch besser ein als ein bloßes Wasser-Erdfasten«, sagst Du.

Unser Organismus benötigt diese Stoffe, um die Nahrung zu verdauen und aufzuschließen. Gibst Du ihm keine Nahrung, dann benötigt er auch nichts, um diese zu verwerten.

Aber was soll's! Um solche Kleinigkeiten werden wir beide uns doch nicht streiten. Deinem Wasser etwas ausgepressten Zitronensaft hinzufügen, das halte ich für vorteilhaft, da es ihm Geschmack gibt. Aber das tust Du jetzt nicht der Vitamine wegen. Die brauchst Du jetzt nicht, weil Du ja nichts verdaust. Dein Körper könnte ja auch zu viel davon haben!

»Laß mich noch etwas Wichtiges fragen: Darf ich mir bei schwerer Krankheit als leidender Patient eine so schwere Belastung wie das Fasten zumuten?«

**Erdfasten ist eine Entlastung - keine Belastung. Zumal Du dabei auch auf alles Laute verzichten wirst: Stadtlärm, Radio, Fernseher usw. Also genau das Gegenteil von dem, was Du Dir da einreden willst! Du machst Dich doch leichter damit! Seelisch und an Gewicht! Das Gegenteil - ein Festessen - wäre eine Last für Deine Organe und Deine Krankheit.**

Das Erdfasten will die Gifte lösen, und der Körper gibt sie so leicht nicht frei - da kannst Du Dir denken, daß es zu stürmischen Reaktionen in Deinem Körper kommen kann. Also nochmals: Raus mit toten Zähnen und soweit es geht mit dem Gift Amalgam! (Laß einen Kältetest machen, so ist am schonendsten zu merken, wenn ein Zahn seine Lebenskraft verloren hat.)

Merke Dir: Beim Erdfasten baut der Körper ab. Zuerst solche Stoffe, die er nicht gebrauchen kann. Dann geht's an die überflüssigen Kohlenhydrate. Anschließend an die Eiweißstoffe, wie etwa das Speichereiweiß in den Adern und Äderchen. Aus diesem Grund solltest Du auch als schlanker Mensch vor dem Aufnehmen der UrzeitTherapie erdfasten. Manche müssen beim Erdfasten durch das gleiche Tal der Tränen, das auch Drogensüchtige durchleiden müssen. Bei vielen ist der Stoffwechsel bereits so sehr versäuert, daß alte Krankheitswirkungen nochmals hervorbrechen, schwemmen doch dabei die meisten versteckten Giftdepots aus<sup>8321ff</sup> - etwa bei einer Neurodermitis oder Allergie. Merke Dir vor allem: **PM-Seite**

**Längeres Erdfasten stellt die beeinträchtigte oder zerstörte Darmflora wieder her, besser, bringt wieder die für die Verdauung notwendigen Myriaden von Bakterien und Bazillen in den Darm zurück: Weil die jetzt wieder ein gesundes, unverpestetes Klima vorfinden und sich wieder vermehren können. Gleichzeitig nimmt Dir das Erdfasten die giftbildenden Fäulnisbakterien weg, die sich durchs Essen tierischer Nahrung in Deinem Darmtrakt bilden mußten.**

**Verbrenne also die Gifte der Zivilisation in Deinem Körper - oder sie verbrennen Dich.**

»Etwas zur Erde möchte ich aber noch gerne wissen: Die meisten bezeichnen Erde doch als Dreck. Muß man sich nicht deshalb ekeln, wenn man sie isßt?«<sup>7022</sup>

Da muß Du bei der Erde aus der Apotheke oder dem Reformhaus wohl keine Sorge haben. Die LUVOS-Erde stammt aus tiefen Schichten der Erde und wird nach dem Mahlen in verschiedenen Stärken vor dem Verpacken mit 140 Grad Hitze völlig keimfrei gemacht.<sup>8228</sup> Aber nun gibt es auch noch eine nicht abgetötete Erde zu beziehen. Siehe dazu Rz 975.

Ich persönlich bedauere das, aber die strengen Vorschriften bei uns sehen das nun mal so vor. Wenn Du auch meiner Meinung bist, mit Bakterien sei sie besser, weil natürlicher, dann kannst Du sie Dir in einem Kiesloch auch selbst herausholen.

Dir sollten jetzt eigentlich vor lauter Staunen die Augen übergehen:



Daß nämlich durch einen einzigen natürlichen Vorgang zwei entgegengesetzte Vorgänge ausgelöst und erfolgreich beendet werden: vernichten der nicht in Dich gehörenden, erneuern der in Dich gehörenden Bakterien. Vermehrung des Guten - Verminderung des Schädlichen.

Hut ab vor der Natur! Hut ab auch vor den natürlichen Methoden des Gesundmachens. Ich beuge mich tief vor diesem göttlichen Wirken, dieser Weisheit der Natur und der Schöpfung, der wir Menschen uns als so wenig würdig erweisen.

Merke: Je gesünder Dein Körper, desto lebendiger ist er, desto mehr ist er auf der Welt.  
(Hippokrates)

**Was Du über Deine Darmflora wissen solltest: 1 Deine Flora wurde auch davon beeinflusst, was Du als Baby zu füttern bekommen hast.**

**1 Über 400 verschiedene Bakterienarten besiedeln Deinen Darm.**

**1 Herausgeschabt würde diese Darmflora mehr als 2 kg wiegen.**

**1 Sie verbraucht etwa ein Drittel der Nährstoffe, die Du Deinem Körper zuführst.**

**1 Ebenfalls ein Drittel Deiner Darmentleerung besteht aus Bakterien. Verstehst Du jetzt, warum kleine Kinder und Affen schon mal etwas von ihrer Verdauung essen? Ihnen fehlen Mikroorganismen im Darm, die sie sich so wieder einverleiben. Der Luftsauerstoff hat sie nach der Ausscheidung vielleicht sogar zur vielfältigen Vermehrung angeregt.**

**1 In Deinem Darm leben zehnmal soviele Kleinstlebewesen wie Dein Körper an Zellen besitzt - das sind zehnmal 70 Billionen. Deine Darmschleimhaut ist mit Milliarden feiner und feinsten Zotten besetzt, welche in kürzester Zeit größte Mengen von Nähr- und Lebensstoffen aufnehmen und ans Blut abgeben. Da sich die Darmoberfläche mittels der Zotten auf 150 qm vergrößert, finden die Bakterien so alle ein Plätzchen für sich.**

**1 Deine Darmflora bildet laufend Abwehrstoffe gegen Tumore. Und das um so mehr, je intakter sie gehalten wird.**

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × »[Der Große GESUNDHEITS-KONZ](#)« × »[Natürlich Leben](#)«  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

# Kapitel 5. Finde den Weg zur besten Ernährung für Dich: zur UrKost

## 5.33 Das beste Großreinemachen Deines verschlammten und verschlackten Körpers, das Dir geboten wird

Zwischen sechs bis neun Uhr geht durch den Darm eine Peitschenbewegung von rechts unten nach oben zur linken Seite. Sie wird von dem fingerdicken, auf dem Darm liegenden Muskel bewirkt. Die um den Darm liegende glatte Muskulatur zieht sich zusammen, erschlafft und strafft sich wieder - so den Nahrungsbrei mischend. Durch ständig reflektorisch gesteuerte Wellenbewegungen wird der Darminhalt dann immer weiter dem Ausgang entgegen geschoben.

Selbst die Schleimhaut des Darms, in der die Darmflora angesiedelt ist, besitzt feine und feinste Muskeln. Die wollen - wie alle anderen - stets angeregt sein, um leistungsfähig zu bleiben. Bei den äußeren Muskeln schaffst Du das durch harte körperliche UrBewegungen, bei den inneren im Darm durch die harte UrNahrung. Du kannst Dir gut denken, daß Suppen, Brötchenbrei und zermanschte Kochkost die Klein-Muskulatur dazu nicht besonders anreizen kann. Weiterhin sackt bei 80% der Zivilisationskostesser der Darm - vor allem das am Gekröse mit Muskelbändern hängende Querkolon - unter den Nabel ab.

**Es fehlen diesem nämlich die von innen stimulierenden Bewegungseinflüsse. Und auch die von außen, wenn Du Dir zu wenig Bewegung verschaffst. Erschütterungen durch Laufen und Springen z.B. würden die Muskeln und Gewebe der Darmaufhängung kräftigen.**

Auch der senkrecht stehende Dickdarm wird dann nach unten mitgezogen. (® Rz 981[3]) So weitet sich - besonders bei Vielessern - der Magen nach unten aus. Und die von ihm gebildete Salzsäure vermag nicht mehr völlig abzufließen - sie beeinträchtigt so langsam die Magenschleimhaut. Gastritis, Geschwüre, Krebs können entstehen.

Als weitere Folge dieses Absackens stellen sich Brüche der Bauchdecke und des Nabels ein. Das kannst Du im Liegen auf einer harten Unterlage an Dir selbst feststellen, wenn Du in Rückenlage leicht die Beine anhebst. Dann nämlich wölbt sich der Nabel hoch und die Bauchdecke fällt ein - was Du mit leicht eingekrümmten Fingern abtasten kannst.

Später drückt der (mit unverdauten Nahrungsresten aus dem Getreidebrei und seinem Darmpech nebst Kotsteinen zusätzlich viel zu sehr beschwerte) Darm immer mehr auf die Blase oder auf die Gebärmutter und die Eierstöcke. Was denen gar nicht behagt. Die Mediziner antworten mit Medikamenten, mit Hormonen, schließlich mit der

Steinzertrümmung und dem »Ausräumen«.

Und haben so mal wieder die falsche Ursache für innere Leiden verantwortlich gemacht. Würden sie doch mal abtasten, wie der Darm liegt! Dann könnten sie wenigstens eine Vorursache der **Blasen- bzw. Eierstockentzündung, der Empfängnischwierigkeiten oder der Gebärmuttersenkung** diagnostizieren. Statt dessen kriegt man nach der Tour »Wo hast Du was - dagegen ham wir was« Antibiotika oder andere Medikamente verpaßt.

**Nun verschwindet die Entzündung für einige Zeit tatsächlich - aber nach vier Wochen hat diese Krankheitsverlagerung statt dessen einen schrecklichen Ausfluß bewirkt. Denn die Antibiotika haben auch die zur Pilzniederhaltung notwendigen Bakterien kaputtgemacht, nebst der Flora im schützenden Scheidenschleim.**

Als erster Pilzflor erscheint Candida albicans. Nun geht's zum Frauenarzt. Und der weiß wieder nicht allzuviel über die Funktion der Därme und verschreibt ein Antipilzmittel, was natürlich auch nichts nutzt. Dafür kann es aber den Krebs bei Dir auslösen. Nun sag selbst: Wo stecken die Scharlatane im Bereich der Krankenbehandlung? (@LV2450, Huber, Ellis, »Handeln statt schlucken«, S. 60) Ein Gesundheitsbetreuer hätte Dir besser getan! Aber die werden bekanntlich von der Schulmedizin verlacht. Während Du inzwischen nach dem bisher über sie Gehörten nicht nur lachen, sondern mehr über sie weinen möchtest - oder?

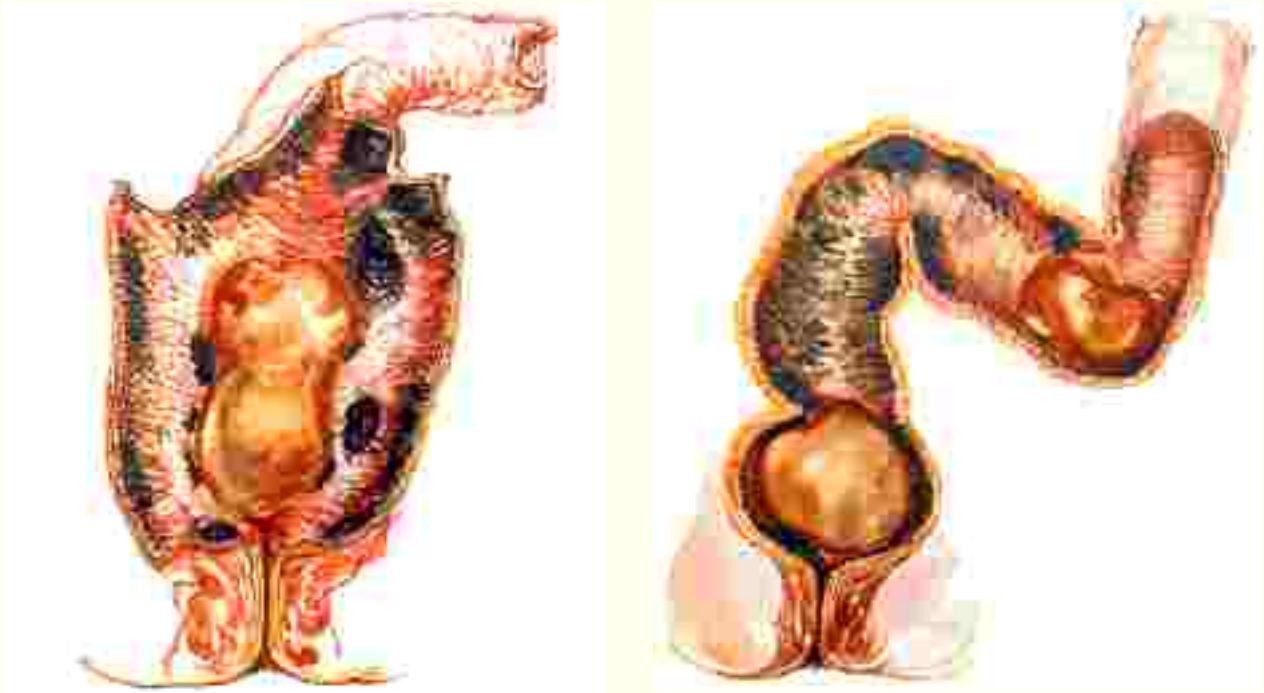
Wie können wir dem begegnen?

Auch hier nur mit einer ziemlich harten Wasserbehandlung: der Kolon-Hydrotherapie. Diese ist - darüber sind wir uns wohl klar - ebenfalls ein unnatürlicher Eingriff in das Körpergeschehen.

Andererseits, wenn Du dabei siehst, was so alles bei Dir aus den Tiefen Deiner Eingeweide herauskommt - das kann Dir ganz schön zu denken geben. Denn so wirst Du Dir erstmals voll darüber bewußt, was die »feine« Zivilisationskost wirklich für eine Dreckskost darstellt. Mit eigenen Augen wirst Du Dich nun überzeugen können, wie sie Deinen Körper verschlammt hat! Das meiste davon sitzt - die Pathologen können es bestätigen - in den Wülsten und Nischen Deines Enddarms. Sitzt dort fest wie Pech: schwarz und stinkend.

**Das ist wohl eindeutig klar: Diese Altfäkalien müssen raus! Wie sollen die guten, neuen Lebensstoffe der UrKost durch die Darmwände in Deine Gewebe, Dein Blut, Deine Lymphströme, Deine Organe eindringen können, wenn die feinen Eingangskanäle dick verstopft und zugeschmiert sind?**

**So sitzt  
der  
Dreck  
in Dir:**



## **COLORSEITE**

Im glatten Darmteil des Dünndarms selbst können sich allerdings kaum Kotsteine festsetzen, so daß ein Teil der Lebensstoffe der Schlechnahrung meist ins Blut gelangt, wenn auch längst nicht alle. (Aber durch ausgeleierte Därme entstehen Ausbuchtungen, an denen sich schleimüberzogene Abfälle einnisten können. (©Rz 967[6]) Doch ein natürlicher Ablauf der Darmtätigkeit wird durch das in Nischen sitzende Kotpech nicht ermöglicht. Vor allem aber können harte, alte Kotablagerungen Entzündungen, Geschwüre und Tumoren verursachen. Du tust also gut daran, sie zu beseitigen und zu vermeiden. Die UrTherapie hält's so:

Die Schlacken (© Rz 649) in den Organen und Geweben hinter den Därmen treiben wir durchs Erdfasten heraus. Für das Darmpech und eventuelle Kotversteinerungen brauchen wir einige zusätzliche Waschgänge. **Also: Bevor Du mit dem Fasten beginnst - bis zum zweiten, dritten und vierten Tag Deines Fastens - wirst Du Dir einige Einläufe in den Darm mit einem Irrigator oder Pumpschlauch machen.** Dazu gehst Du auf die Knie, beugst den Oberkörper nach unten (©Rz917/15e), schiebst Dir den Einlaufschlauch in den Po und drehst das Wasserhähnchen am Schlauch auf. Weniger umständlich geht es mit einem Klistierschlauch (ein Gummiball mit Ventil – aus der Apotheke) der Wasser aufsaugt, das man dann einspritzt. (Das etwa 30°C warme Wasser, in das Du zwei Teelöffel Erde gegeben hast, dringt gewöhnlich nur bis in den aufsteigenden, querliegenden Dickdarm, während der Dünndarm durch eine Muskelklappe geschützt ist.) Dann walkst Du - oder Dein Partner - Deinen Bauch mit beiden Fäusten kräftig durch. Wenn Du Dich daran gewöhnt hast, solltest Du dann auch Kaltwasser-Einläufe vornehmen. Zusammen mit den Kaltwasserreizen wirkt das wie 'ne Art von Bodybuilding für den Darm. (Je wärmer die Flüssigkeit, desto schneller wird sie von der Darmwand aufgesogen, und die Muskeln entspannen sich dadurch, was in diesem Fall kein wünschenswerter Effekt ist.) Lauwarme Flüssigkeit hält die Darmmuskulatur straff und garantiert maximale Ausscheidung. Wenn Du gegen Ende des Einlaufs das Gefühl hast, daß sich nun alle lösbaren Stücke abgelöst haben, empfiehlt es sich, einen Liter kühles Wasser nachzugeben. Das regt die Darmmuskeltätigkeit an. Aber: Oft ist das Leitungswasser gechlort! Nicht viel, aber es genügt doch, große Teile der Darmflora zu zerstören. Nimm dann also nur

destilliertes Quell- oder Regenwasser dazu. Sobald sich nach fünf oder zehn Minuten ein durchfallähnliches Druckgefühl meldet, verschwindest Du schnellstens aufs Klo. Was dort geschieht, ist nicht angenehm für Dich - aber es gibt Schlimmeres.

»Viele empfehlen als Einlauf kalten Kaffee (Gerson) oder einen Tee von Pfefferminze.«

Ich nicht. Schalte das Heilmittelchen-Denken bei Dir ab!

**Einfacher und schonender – aber sehr viel teurer! – ist der Gang zu einem Hydro-Kolon-Therapeuten (Rz 981<sub>(3)</sub>). Normal sind sechs Spülungen.<sup>8238</sup> (Aber frage zuerst nach den Kosten.) Wenn Du zwei Tage zuvor die verklebte Darmwand mit einer Leinsamen-Kassiakur aufweichst, kommst Du oft mit nur drei Spülungen aus. (Einen Tag nur Obst, Grün und mindestens 48 Stunden vor dem Einlauf viel Leinsaat plus 10 bis 15 Scheibchen Cassia (à 980 (2)) - das sind die langen runden Stangen - essen.**

Einläufe verbieten sich bei einem Blutdruck von über 220:140, bei Darmentzündung, Darmblutungen und Darmgeschwüren und bis zu sechs Wochen nach einer Darmoperation sowie bei übergroßen Hämorrhoiden und wenn Du nach dem ersten Einlauf stärkere Durchfälle bekommst.

Nach einer Darmspülung wirst Du - erheblich erleichtert - feststellen: 1 Ein erstes Wohlgefühl um die Bauchgend. Denn keine pechversteiften Därme nebst aus unverdauten Kotresten aufsteigende Gase drücken Dich mehr.

1 Die Darmperistaltik kann nun wieder tätig werden und wird Dir das Verdauen erleichtern. 1 Deine Bauchmuskulatur kannst Du jetzt leicht durch entsprechendes Training stärken und Deinem Leib Halt und den zur guten Verdauung nötigen Gegendruck bieten.

1 Blasen- und Eierstockentzündungen, Leibschmerzen, Unregelmäßigkeiten bei der Regelblutung und Zwischenblutungen verschwinden oft schon jetzt.

- Deine Nieren arbeiten wieder besser. Die schleichende, beständige Eigenvergiftung Deines Körpers hat ein Ende.

1 Die weiche Nahrung hat bei den meisten den Darm schlaff werden lassen und vielfach ums Dreifache ausgeweitet. Der durch die Hydrokolontherapie gesetzte Reiz und die Befreiung von Kotsteinen und Darmpech läßt ihn wieder auf Normalgröße schrumpfen.



Merke: Das von mir neu in die Fastentheorie eingeführte Erdfasten erhält die Darmperistaltik ohne Kalorien zuzuführen und tritt zugleich dem entlastenden Totalfasten nicht entgegen. Und vermeidet zudem, zusätzliche Hungergefühle auszulösen.

»Stimmt es eigentlich, daß destilliertes Wasser alte Kalkablagerungen aus dem Körper fegen

kann, wie das Naturärzte schreiben? <sup>8216</sup> Dann müßte ich doch gar nicht meinen Darm ausspülen lassen und vor allem nicht fasten... « sagst Du.

Wäre ja auch zu schön, wenn man mit dem Trinken von Wasser so einfach gesund werden könnte, hm? Denke selbst!

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer / Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/5/33.html> - **Update: 13.01.2000 15:52**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a>                      × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> -                      <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# Kapitel 5. Finde den Weg zur besten Ernährung für Dich: zur UrKost

## 5.34 Wann ist Erdfasten besonders erfolgreich? 8320, 0589

»Für den Kranken ist das Wenigste das Beste.« (Hippokrates)



### 1 Bei Parodontose und Kieferentzündungen

werden die Zähne fester und Eiterungen verschwinden.

### 1 Bei Magerkeit

wird durch kurze Fastenstöße der Organismus gekräftigt und der Appetit geweckt. Spätere UrKost mit hohem 60 - 70%igem Urpflanzenanteil bringt die Abgemagerten dann wieder auf ein gesundes Gewicht.

### 1 Bei Nierenentzündung

löst das Fasten vor allem die Verkrampfungen der zuführenden Arterien. Die Entzündung geht zurück. (Arbeiten die Nieren aber nicht mehr, sollte man besser nicht fasten.)

### 1 Bei Depressionen, Cholesterinüberschuß und vor Operationen

ist Fasten *der* große Helfer.

1 Bei Ohrensausen / Tinnitus / Schwerhörigkeit <sup>9927</sup> kann allein ein längeres Fasten helfen. Oft verschwinden die Beschwerden auch schon, wenn Du 14 Tage auf Kaffee oder Tee verzichtest. Allerdings: Eine Besserung ist nur möglich, wenn sich die Haarsinneszellen noch erholen können - die Schädigung also noch nicht zu lange besteht. Wer aber lieber leidet und statt des Fastens seinen Tinnitus behalten möchte, dem vermag ich wenigstens seine Ferienzeit zu erleichtern: Wenn er sie in einem kleinen, wenig belebten Badeort direkt am Meer verbringt und in der Nacht nahe an der Meeresbrandung schläft. Dann werden die hartnäckigen Ohrgeräusche von der Brandung maskiert und nicht mehr so sehr wahrgenommen.<sup>9927</sup>

Apropos Ohrverstopfung: Du kannst sie Dir auch selbst wieder freimachen: Siehe 9927b.

Ich selbst werde schon mal um solche und ähnliche Hilfeleistungen angegangen. Als ich in unserem Gesundheitshaus einer älteren Dame, die ich zufällig mit ihrer rechten Körperseite neben ein Regal mit Büchern plazierte hatte, diese Spritze ans linke Ohr ansetzte, fragte sie mich ängstlich: »Soll ich das andere Ohr jetzt fest zuhalten?«

Leider ist Schwerhörigkeit nicht gut beeinflussbar. Wichtig ist vor allem, daß sie nicht fortschreitet, und dazu mußt Du konsequent die UrMedizin nehmen, damit die feinen Organe im Ohr sich wenigstens im derzeitigen Zustand erhalten lassen.

### 1 Bei Rheuma und Arthritis und Rückenbeschwerden

ist Erdfasten unverzichtbar! Fasten stellt eine Umstimmungskur des Körpers dar. Bei schweren Fällen von Gicht kann es jedoch dabei zu Schmerzanfällen kommen. Die einen sagen, diese Anfälle seien darauf zurückzuführen, daß sich durch das Fasten die harnsauren Salze nicht lösen würden. Die andern meinen, daß sich die Urate lösen, aber dann stauen.<sup>9725</sup>

Wie dem auch sei: Die Erdfastenerfolge sind hier besonders auffällig: Weil es der letzte sein wird, falls Du danach die UrzeitTherapie aufnimmst. <sup>8324</sup>

### 1 Bei Stuhlgangsschwierigkeiten und Morbus Crohn

gibt es durch Erdfasten schnellste Hilfe, wenn danach die UrKost gegessen und UrBewegung nicht vergessen wird. Auch Afterjucken und Würmer wird man durch Fasten schnellstens los. Warum? Schon gesagt: Weil die faulen Bakterien dabei eingehen, die für die Verdauung förderlichen - weil genetisch programmiert - sich jetzt verbreiten können.

### 1 Malaria

kuriert man in kürzester Zeit mit Erdfasten aus. Was sagst Du nun?! Da staunst Du, nicht wahr...

### 1 Bei Neurodermitis, Allergien <sup>9665</sup> und anderen Hautkrankheiten

sind oft zwei Erdfastenkuren innerhalb eines Jahres erforderlich, um Erfolg zu haben. Vor allem dann, wenn danach UrKost nicht streng beibehalten wurde.

Ich will Dir dazu auch dies sagen: Ein Kind für eine kurze Zeit fasten zu lassen und anschließend auf die UrzeitKost umzustellen ist schwer, doch in drei Wochen Kampf machbar. Aber hundertmal schlimmer ist es, Dich jahrelang mit einem an Allergie oder Neurodermitis leidenden Kind abzuquälen, das sich selbst in Qualen zerfrißt, Dir Deinen Schlaf und Deine Zeit raubt, Dein Familienleben zerstört und Dir Dein Leben zur Hölle macht.



## 1 Bei Asthma

wirkt Erdfasten Wunder. Bei allergischen Asthmaanfällen muß Du etwas mehr Geduld aufbringen. Merke besonders: Asthmaanfälle sind nur noch halb so schlimm, wenn Du kein Salz mehr zu Dir nimmst. (Salz befindet sich in allem, was »herzhaft« schmeckt.<sup>2117, 9803</sup>

## 1 Bei Leber- und Bauchspeicheldrüsenleiden

stellen sich oft Übelkeit, Kopfschmerzen, Brechreiz und Schwächegefühle beim Fasten ein. Das ist ein Zeichen, daß der Körper positiv reagiert und daß sich die Erkrankungen bereits in diesem Erststadium der UrTherapie bessern.

## 1 Bei Magenleiden

führt Fasten oft zu Anfangsschmerzen, besonders bei Zwölffingerdarmgeschwüren. Denen begegnest Du am einfachsten durch Einnehmen von Erde. Bei einer einfachen Magenentzündung oder bei Sodbrennen kannst Du unbesorgt mit dem Fasten beginnen. Du solltest es aber abbrechen, wenn es zu wiederholtem Erbrechen führt.

## 1 Bei Herzleiden und Kreislaufstörungen

erreichst Du mit dem Fasten meist wohltuende Gefühle durch den dadurch entlasteten Kreislauf. Der günstige Einfluß des Fastens auf den Herzmuskel kannst Du Dir durch vergleichende EKG's nachweisen lassen.<sup>8322</sup>

## 1 Bei Nieren-, Blasen- und Gallensteinen

erleben die Fastenden oft, daß bereits nach einigen Fastentagen Griesß oder Steinchen abgehen. Keinen besseren Beweis kann es für die Wirksamkeit des Fastens geben.

## 1 Bei zu hohem Blutdruck, Arteriosklerose, Angina pectoris

wirkt das Fasten besonders günstig. Der Blutdruck senkt sich schnell und Herzranke, die sonst kaum 100 Meter gehen können, sind nach ein paar Tagen Fasten wieder zu längeren Spaziergängen ohne Beschwerden fähig.

## 1 Bei Diabetes mellitus<sup>6524</sup>

treten die Hungergefühle etwas stärker als bei anderen auf. Furunkel, Mundtrockenheit, Sehschwächen verschwinden ebenfalls oft allein durch das Fasten.

## 1 Bei Kopfschmerzen und Migräne

bleiben während des Fastens Migräneanfälle ein paar Tage aus. Danach treten sie immer

seltener und schwächer auf und bleiben später ganz weg, wenn die neue Lebensführung der UrMethodik aufgenommen wird. Die meisten sind (laut einer Studie der Fastenklinik Bad Brückenau) bereits nach drei Fastentagen migränefrei. Wenn sie nicht unter 'ner Heizdecke schlafen.<sup>9635</sup>

### 1 Bei Epilepsie und Schizophrenie

werden die Anfälle seltener und leichter - oft bleiben sie für immer weg. UrKost nach dem Fasten kann auch diese Leiden für immer zum Verschwinden bringen.

### 1 Entzündungen, besonders im Beckenraum von Frauen

gehen vielfach allein durch Erdfasten zurück. Warum Fasten z.B. bei einer Entzündung so erfolgreich ist, das will ich wissenschaftsgläubigen Lesern verraten: Nach jeder Schlechtkost-Mahlzeit sind die sogenannten Freßzellen (Makrophagen) bis zu sechs Stunden lang damit beschäftigt, alle Fett-Tröpfchen aus dem Blutplasma zu beseitigen. Damit fallen diese beim Essen von Zivilisationskost dreimal täglich für mindestens je zwei Stunden als körpereigene Abwehrkräfte gegen entzündungsverursachende Substanzen aus. Fasten bewirkt, daß sich die Makrophagen nun endlich voll dem Entgiften des Körpers widmen können.

### 1 Bei fieberhaften Krankheiten und Glaukomen

ist Erdfasten der schnellste Weg zur Gesundheit. <sup>8311ff, 8321</sup>

1 Impotenz und Frigidität lassen sich durch Erdfasten ebenfalls positiv beeinflussen. Die Potenz steht oft schon während des Erdfastens »von den Toten auf«.

1 Zellulitis, Akne und Blähsucht sind bestens mit Erdfasten anzugehen. Danach beseitigt UrKost und UrBewegung die letzten Unreinheiten Deiner Haut.

### 1 Bei Schnarchen

läßt das Rasseln nach 14 bis 21 Tagen Fasten völlig nach. Ja - das hättest Du nicht gedacht!  
Wisse: Dünne Leute schnarchen äußerst selten!

### 1 Multiple Sklerose <sup>1912, 9983</sup>

Bei den davon Betroffenen ist Erdfasten unverzichtbar. Mit einfachem Fasten sind bereits große Erfolge erzielt worden. Um wieviel schneller und besser werden sie beim Erdfasten genesen!<sup>8317, 8318</sup> Die Schulmedizin-Medikamente sind ein Verbrechen an diesen Kranken. Noch ein schlimmeres, daß kein Chemiemediziner ihnen sagt, daß sie sich durch UrTherapie wieder gesundmachen können.

»Länger als vier Tage halte ich das Fasten nicht durch! Dann krieg' ich solche Kopfschmerzen,

Schwindelanfälle, alles rumort in mir, bäumt sich auf dagegen - was Du Fegefeuer nennst, das ist für mich die reinste Hölle«, so hängen mir manche die Ohren voll.

**Ja, und dann jammerst Du Dir was vor, schonst Dich noch ein bißchen mehr, legst Dich verzweifelt hin - und: Deine Lymphe, die jetzt durchs Fasten doppelt und dreifache Mengen an Giften abtransportieren soll, dickt jetzt stark ein. Klar, daß Du immer mehr in die Bredouille gerätst. Warum? Weil Du nicht wie gefordert vier Stunden Urtraining machst! (à LV 9612/21)**

Merke: Das Erdfasten überstehst Du leichter, wenn Du vom Partner oder von Freunden moralisch unterstützt wirst! Vor allem, wenn der Partner ebenfalls fastet. Hin mit ihm zum einsamsten Ort, der sich finden läßt. Ohne Radio, ohne Kassettenrecorder, Fernseher, damit das Fasten mit einem Besinnen der Gefühle verbunden werden kann. Die Gefühle eines Freundes von mir tendierten in eine mir unbekannt Richtung. Ich konnte ihn einfach nicht dazu bewegen, seiner reichlich mollig gewordenen, aber mit dem rosig-hübschen Gesicht eines Puttenengels gesegneten Frau eine Erdfastenkur anzudienen. Ich sagte ihm noch zuletzt: »Sag mal, stört es Dich den gar nicht, daß Adeline schon wieder zugenommen hat?«

Seine Antwort: »Aber nein. Von einer so schönen Frau kann man doch nie zuviel bekommen...«

Ich werde wohl nie erfahren, wie ehrlich er es mit seiner Antwort meinte...

**Du brauchst das Erdfasten aber noch aus einem anderen Grund: Nämlich, um Deinen Geist dieser alten und für Dich so schockierend neuen Erkenntnis der Urzeit-Gesundheitstherapie überhaupt erst richtig öffnen zu können. Damit es Dir wie Schuppen von den Augen falle: Jetzt tue ich endlich das Richtige in meinem Leben!<sup>8310</sup>**

Du kannst die Absorbierungskräfte der von Dir beim Fasten zunehmender Erde sofort selbst feststellen: Wenn Du in die Urinflasche eines Kranken vorher etwas Erde einfüllst, wird der ansonsten so schreckliche Geruch wie durch ein Wunder egalisiert und verschwindet.

»Wie kommt es nur, daß Erdfasten imstande ist, einmal einen bestehenden Mangel aufzufüllen und andererseits einen schädlichen Überfluß abzubauen?«

Ja, glaubst Du denn, ich hätte alle Geheimnisse der Natur entschlüsseln können? Wer bin ich denn schon? Goethe würde Dir hier richtig antworten: Geheimnisvoll am lichten Tag, läßt sie sich ihres Schleiers nicht berauben.

Wenn die Erde bei Dir nicht wie hier beschrieben wirkt, dann könnte es höchstens daran liegen, daß Du eine aktivere Erde brauchst, weil die LUVOS-Erde ja steril gemacht wurde. In diesem Falle probiere mal eine andere Erdsorte aus. Wie Du an diese kommst, steht in Kapitel 9.72 (©Rz.975). Wenn Du mal in den Bergen bist, dann bring Dir etwas von der grünen oder weißen Erde dort mit. Am Rande der Bergwege zum Matterhorn z.B. kannst Du sie leicht glitzern sehen. (©Rz.647) Besonders voll organischen Lebens dürfte sie sein, wenn sie von

feinen Wurzeln der Bäume durchwachsen ist. Ich habe sie immer an Ort und Stelle verzehrt.

Bleibt anschließend zu sagen: Weil ich das Erdfasten neu in die Naturheilbehandlung eingeführt habe, kann ich über die vielen Bedenken mancher Ärzte zum Fasten nur lachen. Weil die zusätzlich dabei geschluckte Erde wegen ihres hohen Aufsaugvermögens viele Giftstoffe aufnimmt. Diese werden dann aufgrund des sporadisch weiterlaufenden Stuhlgangs während des Fastens ausgeschieden. (Sollte trotz des Erdessens bei Dir der Stuhlgang ausbleiben, so ist das auch nicht tragisch, weil die Erde die Gifte bindet.)

»O jeh, das hätte ich bald vergessen: Ich kann doch meinem Kind nicht zumuten zu fasten, wenn es einmal sehr krank werden würde!« rufst Du. »Nein, ich kann ihm doch unmöglich eine Zeitlang nichts zu essen geben! Ich müßte mir ewig Vorwürfe machen, daß ich mein eigenes Kind habe hungern lassen!«

Das erwarte ich aber von Dir, wenn Du echte Liebe für Dein Kind empfindest und keine Affenliebe. (Wobei ich mir bewußt bin, mit dieser Bezeichnung diese liebenswerten Tiere beleidigt zu haben). Vierzigtausend Kinder sterben in unserer Welt täglich an Hunger. Und Du willst bei Deinem durch Deine eigene Schuld vielleicht viel zu sehr verzogenen, verzärtelten und verwöhnten Liebling nicht mal vierzehn Tage lang wegen Feigheit vor dem zu erwartenden Kampf das Fasten durchsetzen können, wenn Du ihm damit das Leben retten, es vor dem Schmach ewigen Dickbleibens bewahren oder es vor schlimmer Krankheit schützen kannst? Da solltest Du lieber mitfasten. Und so Deinem Kind zeigen, daß Du es echt gern hast und dieses Opfer für es bringst.

Was heißt hier Opfer! Das tut Dir genau so gut wie dem Kind. Und denk immer daran, wie dankbar Dir später einmal das Kind sein kann (und vielleicht sein wird), wenn Du es ungeschädigt dem Leben erhalten hast. Denk daran, was die Folter-Ärzte in den Krebsstationen den armen Würmchen alles zumuten! Was sind dagegen zwei Fastenwochen! Und wie ansehnlich wird dadurch wieder Dein Kind, wenn die mit Ketchup-Hamburger-Fettklopse angefütterten Speckröllchen verschwinden. Und wieviel heimliche Tränen bleiben ihm erspart, wenn es nicht mehr von den anderen verächtlich gemacht wird!

Leidest Du oder Dein Kind unter Krebs? Dann frag Dich mal:

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

# Kapitel 5. Finde den Weg zur besten Ernährung für Dich: zur UrKost

## 5.35 »Warum lehnen die Ärzte das Fasten bei Krebs ab?« 8319

Wo es doch mittlerweile die Spatzen von den Dächern pfeifen, wie sehr das Fasten den Körper von seinen Giften befreit!8233

Glauben sie etwa, Krebskranke würden einen schlackenfreien, tadellosen Organismus ihr eigen nennen? Dann dürften sie ja eigentlich keinen Krebs bekommen haben!

Aber: Weil sich das Denken der Ärzte nur in der Einbahnstraße Richtung Krankheit bewegt, sind sie nicht fähig, es in die entgegengesetzte Richtung Gesundheit zu steuern.8319

Das rührt daher: Über Gesundheit wissen sie nichts. Ursachendenken dürfen sie nicht betreiben. Wenn sich Krebs entwickelt, meinen sie, müßten sie unbedingt etwas gegen den Tumor tun. Obschon ihr Lehrmeister Hippokrates sie eindeutig anweist, bei unheilbaren Krankheiten jedes Eingreifen zu unterlassen. So weit, so schlecht. Beim Fasten (und anschließender UrKost) vergrößern sich in der Tat manchmal die Tumore. Das macht den Medizinern dann sofort Angst. Sie stehen angesichts dieses ihnen so bedrohlich scheinenden Befundes unter der fast schon neurotischen Zwangsvorstellung, sofort etwas unternehmen zu müssen, während die echte Naturheilkunde das ganz gelassen, weil Krebs als nicht unheilbar ansieht. Würden die Ärzte nach dem Grund fragen, so müßte ihnen allein der gesunde Menschenverstand sagen:

Krebs kann nur durch das entstehen und wachsen, was in den Körper gelangt.

Und auch das nur dann, wenn es sich um Schlechtkost oder Umweltgifte handelt. Kommt keine minderwertige bzw. überhaupt keine Nahrung in den Körper - wie beim Fasten - und vergrößert sich der Tumor trotzdem, so kann das nur eins bedeuten ... na, Du weißt es, wenn Du Deinen gesunden Menschenverstand jetzt einsetzt. Du weißt es viel besser als jeder studierte Medizinprofessor! Ja, richtig:

**Es handelt sich bei einer solcherart entstehenden Tumorvergrößerung um einen beginnenden Heilprozeß! Der Organismus füllt den Tumor mit Gewebewasser, dehnt ihn ödematös auf, weitet ihn und macht ihn so weicher. Und warum? Damit körperliche Heilkräfte besser in die Lage versetzt werden, die widernatürliche Wucherung abzubauen.**

»So so«, meinst Du, »und wie kommst Du an diese völlig neue, mal wieder alles Wissen auf den Kopf stellende Erkenntnis?«

Weil ich - und Du solltest das auch immer so halten, das ist mit ein Zweck dieses Buches - anstelle von angelerntem, sich ständig überholendem, von irrenden Menschen erzeugtem Wissen den gesunden Menschenverstand benutze. Und die Krankheit nicht als Feind - wie die Mediziner - sondern als Heilvorgang des Körpers begreife und daraus entsprechende Schlüsse ziehe. Was Du ebenfalls tun solltest. Dann handelst Du im Sinne der Natur und des echten Naturheilverfahrens. Dann wird Dich die Natur unterstützen. Weil sie den Krebs ungestört heilen kann, wenn Du

Deinen Körper dabei unterstützt. Und nicht die Krankheit - und damit Deinen Körper! - mit unnatürlichen Medikamenten, Chemotherapien und atomaren Bestrahlungen bekämpfst.

Weshalb Du jetzt auch zu erkennen in der Lage bist, daß dieses oder jenes Medikament oder Wundermittel, das den Tumor plötzlich rasch zum Verschwinden (in Wirklichkeit aber nur an einen anderen Platz im Körper) bringt, nicht das geringste mit Heilung zu tun haben kann.

Das bisher von der Schulmedizin infizierte ZDF-GesundheitsMagazin Praxis zeigte sich stets bemüht, zum Aufwerten des ärztlichen Images und Verbreitens betrügerischer Hoffnungsmache zum Vertrauensgewinn bei Krebskranken auf den Röntgenschirmen solchen Hokuspokus zu zeigen. Der sich nach einem Jahr dann meist durch den Tod des dutzendfach geröntgten Krebskranken schnell selbst ad absurdum führte und sich als nichts anderes als ein großer Bluff erwies. Was den Fernsehzuschauern natürlich nicht mehr gezeigt wurde...

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Heilen kann und muß sich der Körper nur allein. Eine Hilfe von außen gibt es nicht. Wenn Du eine solche in Anspruch nimmst, kann sie Dir nur Schaden zufügen.**

Bei einem Bänderriß im Knie liegt der Fall analog: Es ist ein erheblicher Schaden eingetreten, der *nicht* auf eine langwierige Krankheitsentwicklung zurückzuführen ist: Der Körper veranlaßt deshalb hier den Gesundungsprozeß unmittelbar, ohne daß es zum geringsten Zeitverlust kommt. Das ist ihm deshalb möglich, weil er nichts Krankhaftes zu vertreiben hat! Wozu er dann eine längere Genesungsdauer einplanen müßte. Weil sich eine Krankheit, je nach ihrer Art, mehr oder weniger langsam in den Körper einschleicht.

Beim unerwartet eingetretenen Unfallschaden reagiert der Organismus dagegen sofort. Und tut was? **Er stellt das Gelenk durch Einbringen starker Schmerzempfindungen zuerst einmal ruhig.**

Und sichert dies noch einmal zusätzlich durch eine Unbeweglichmachung des Gelenks ab. Auf solche eigentlich selbstverständlichen Einsichten kommen kompliziert denkende Mediziner allerdings nie: Daß eine alles recht bedenkende Schöpfung und Natur - Du kannst als gläubiger Mensch auch Gott dazu sagen - durch nichts, aber auch gar nichts, vor allem nicht von mit leerem Wissen gefüllten Medizinerhirnen zu übertreffen oder gar zu verbessern ist! Die Unbeweglichmachung des Gelenks durch starke Schmerzempfindungen beim Bewegen wird - da diese später nachlassen können - deshalb von der programmierten Selbstheilkraft des Körpers zusätzlich abgesichert: Sie umgibt das Gelenk durch schnellstes Auffüllen von Gewebewasser mit einem es stilllegenden und gleichzeitig schützenden Wasserballon für eine gewisse Zeit - und zwar genau für die Zeit, die sie zum Heilen für nötig erachtet.

So kann keine Bewegung mehr den Körper bei seinem eigenen Bemühen stören, das Richtige und das Beste für das Wiedergesunden seines Gelenks zu leisten.

Trägt der Organismus genügend gesunde Lebensstoffe und Vitalkräfte in sich, so vermag er eine Gesundung schnell zu vollziehen. Fehlen diese, so muß er sich mehr Zeit dafür nehmen.

## Gesundheitsgesetz der Natur:

**Der von Gott geschaffene Körper weiß besser als alle Ärzte dieser Welt, was er zu seiner Gesundung zu tun und zu lassen hat. Gott selbst hat ihm diese Weisheit eingepflanzt.**

Während Ärzte nur gelernt haben, sofort zu handeln und damit *gegen* die Natur zu handeln. Und nichts Eiligeres zu tun haben, als das Gelenk zu punktieren (wie das vor kurzem noch einer von ihnen unter der üblichen Angstmache - Versteifung droht! - an meiner Frau praktizieren wollte).

Sogar noch beim Krebs wehrt sich der Körper bei der geringsten Störung durch die (dies nie begreifen wollenden) Ärzte - sei es durch Druck, Gewebeentnahme oder Ausräumung: Die Krebs Hydra verstreut ihre Wucherezellen noch schneller in den ganzen Körper... (©Rz.138)

**Merke Dir gut: Die Ärzte-Quacksalber wollen den Tumor beseitigen und verstreuen den Krebs, die UrTherapie will den Krebs beseitigen und sie beseitigt ihn! Und das ohne den geringsten Eingriff.**

Und wie klug, wie sofort die Situation erkennend, wie unendlich weise handelt Dein Körper bei einem Wespenstich: Da läßt er auch sofort die Umgebung anschwellen. Aber diesmal ist das Gewebe nicht weich, ist nicht für Heilssubstanzen durchgängig gemacht. Diesmal ist es fest, fast hart. Und warum wohl? Sag Du es mir.

»Na klar, weil da jetzt kein Knieband beschädigt ist, sondern weil da das Gift aus dem Wespenstich drin sitzt.«

Siehst Du. Und nun macht der Körper das umliegende Gewebe so hart, damit möglichst wenig von dem Gift in Deinen Blutkreis gelangt. Und es so die Immunkräfte in Dir langsam am Ort abbauen können. Suchst Du Gott in einem düsteren Kirchenschiff oder gar irgendwo im Weltall?

**Gott und göttliches Wirken sitzt in Dir! Er leitet alles zum Besten in Deinem Körper - und Du willst Dir in sein göttliches Wirken von einem kleinen, dummen Menschenarzt hineinpfuschen lassen? Wenn Du so einfach denkst, wird alles einfach für Dich. Denke so!**

Sind keine Heilssubstanzen und Heilkräfte im Körper vorhanden und werden sie ihm nicht zugeführt, so beginnt er bei einer so schweren Störung wie bei Krebs, von sich aus *nicht* mit dem Heilprozeß. Er wartet dann meist längere Zeit ab, ob der Geist des Betreffenden ihm die Chance dazu verschafft, sich selbst gesund zu machen. Genau genommen wartet er aber nicht. Er zeigt dem sich falsch verhaltenden Menschen durch weitere Krankheitssymptome, durch Appetitlosigkeit, durch Schmerzen, Müdigkeit, Unwohlsein, Depression usw. an, daß seine trotzdem weiter beibehaltene Lebensweise nicht krankheitsvermindernd ist.

So macht er den Menschen langsam bei Krebs durch Verschlimmern der Beschwerden immer

beschwörender darauf aufmerksam, daß er ihm endlich gesunde Lebensmittel zuführen soll, um sich wieder gesundmachen zu können.<sup>9500</sup>

## Der große Irrtum der Schulmedizin

**Richtig: Die Mediziner bemühen sich, nach außen schön bescheiden zu wirken und geben offen zu, daß sich ihr derzeitiges Wissen morgen schon als falsch erweisen »kann«. Ihr folgenschwerer Irrtum: Sie sehen dies lediglich als Lücke ihres Wissens an, das ansonsten als durchaus gesichert gilt. Sie erkennen nicht, daß ihr gesamtes kunstvoll aufgebautes Gebäude über die Krankheiten auf Fließsand aufgebaut ist. Heute werden ihre Behandlungsmethoden auf den Schild gehoben - morgen schon sind sie im Fluß des Vergessens untergetaucht.**

**Warum stemmen sich die hochstudierten Ärzte, die gelehrten Professoren, die intelligenten Forscher, die diplomatischen Ernährungswissenschaftler so mit aller Macht gegen die einfach zu begreifende Wahrheit der UrTherapie und Klassischen Naturheilkunde. Warum stellen sie sich blind und taub dagegen? Deshalb:**

**Die Bejahung der Erkenntnisse der UrTherapie würde sie alle überflüssig machen.**

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ☒ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/5/35.html> - **Update: 13.01.2000 15:52**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

Der Domainname ist  
eine Spende der

[Transmedia GmbH](#)

× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch  
× [Antivivisektion e.V.](#) × [Für Vegetarismus!](#)  
- [Gegen Tierversuche](#) - [Vegi-Büro Schweiz](#)  
Tierversuchsgegner Rhein Ruhr



# Kapitel 5. Finde den Weg zur besten Ernährung für Dich: zur UrKost

## 5.36 Wer sollte mit dem Erdfasten etwas vorsichtiger sein?

### Kinder

Sie können so lange an Tagen erdfasten, wie sie an Jahren alt sind. Also: Bis zu zwei Jahren zwei Tage, bis zu sechs Jahren sechs Tage, bis zu zehn Jahren zehn Tage usw. Es ist hart, aber es muß besonders dann sein, wenn sie (z.B. bei Neurodermitis mit Kortison) ärztlicherseits behandelt worden sind. Am besten fastet die ganze Familie mit. Das tut jedem gut!

### Schwer Herzranke

Das Erdfasten sollte abgebrochen werden, wenn der Puls unregelmäßig wird oder starke Atemschwierigkeiten auftreten.

### Ausgezehrte, stark Abgemagerte

(von Krebs Ausgezehrte,<sup>1621</sup> Tuberkulöse) sollten nicht länger als drei Tage fasten und danach UrKost mit viel Urpflanzenanteil nehmen. Bei Untergewichtigen regt Fasten den Stoffwechsel an, so daß sie danach besser und schneller wieder an Gewicht gewinnen.

### Unter Hormondrogen Stehende

(z.B. Kortison oder Insulin) sprechen auf Erdfasten nicht so gut an. Sie benötigen meist längere Zeit, um zu gesunden. Verbunden mit UrKost sollten die Präparate langsam abgesetzt und später mit dem Fasten begonnen werden.

### Bei Schilddrüsen-Überfunktionsgestörten

verbietet sich Erdfasten über 8 Tage. Ein Fastentag wöchentlich sollte danach so lange eingehalten werden, bis das Gewicht normal ist. Danach ist sogleich auf die Urzeiternährung überzugehen.

### Nierenleidende mit Übergewicht und Dialysepatienten

sollten beim Erdfasten darauf achten, daß sie viel trinken und ihre Urinausscheidung problemlos bleibt. In Einzelfällen kann es zu Störungen kommen. Dann ist das Fasten kurz durch UrKost zu unterbrechen. Nachdem einer meiner Leser gefastet und die erste Woche

UrKost hinter sich gebracht hatte, brauchte er nicht mehr zur Dialyse! Stell Dir das vor: Die jährlich Zigtausende kostende Behandlung war mit dem Erdfasten und UrMedizin mit einem Mal nicht mehr nötig. Wie einfach es doch wäre, die Krankheitskosten zu senken... Herr Gesundheitsminister: Übernehmen Sie!

### Multiple Sklerotiker, Nervenranke, Parkinsonpatienten oder Emphysema-Leidende

sollten das Erdfasten einstellen, wenn sie dadurch - nach der ersten Woche möglich - in eine starke nervliche Krise geraten. Sie sollten dann gleich auf UrMedizin übergehen.

### Arteriosklerotikern und Verkrebsten **COLORSEITE**

wird oft vom Erdfasten abgeraten. Die dazu vorgebrachten Befürchtungen haben sich als nicht stichhaltig erwiesen. <sup>8233</sup>

### Leber- und Bauchspeicheldrüsen-Verkrebste

sollen nur kurz fasten, und dann sofort auf UrMedizin übergehen.

### Schwangere

Nicht erdfasten solltest Du als Schwangere ab dem zweiten Monat. Du tust gut daran, Dich vor einer Empfängnis durch Erdfasten zu reinigen. In der Schwangerschaft könnte die dadurch bedingte Ausschwemmung der Giftstoffe für das Baby schädlich sein.

### Alle anderen merken sich:

Ein bißchen schwindelig oder schnell ärgerlich werden, sich flau und schwach fühlen, Mißmutigsein und vor allem in den ersten drei Tagen glauben, man könne es nicht durchhalten - das erlebt jeder beim Erdfasten. Das rührt von den dadurch aufgewühlten und nun in Deinem Kreislauf eingeschleusten Giftstoffen her. Das sind keine Gründe, aufzugeben. Da muß Du durch!

Das passiert nur wenigen, aber Du muß Dir auch keine Sorgen machen, wenn Du nach einer Woche Erdfasten plötzlich zu blühen anfängst und selbst unter den Haaren Pusteln erscheinen. Die Haut ist das größte und beste Entgiftungsorgan des Körpers, und es funktioniert bei Dir also noch: Der ganze Ernährungsdreck wird rausgetrieben. Sei froh!



Wenn Du dann nach dem Erdfasten geistig klar siehst, wirst Du Dir auch sagen: Was war ich doch dumm, mich durch den Streit mit meinem Bruder, Nachbarn, geschiedenen Partner so lange zu belasten! Jetzt schwemm ich die Gifte Stolz, Angst, Sturheit auch aus meinem Körper, fasse mir ein Herz und geh zu ihm hin, entschuldige mich.

zum Gesundwerden.

Meinen Frieden brauche ich nämlich auch

Und vergiß nicht beim Erdfasten:

Schaff dir Abwechslung! Wandere, geh' zum Tanzen, treibe Sport, beweg Deine müden Glieder - so überstehst Du's leichter!

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) (Important note!) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ☼ = externe Datei · [Disclaimer / Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/5/36.html> - Update: 13.01.2000 15:52

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

Der Domainname ist  
eine Spende der  
[Transmedia GmbH](#)

× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch  
× [Antivivisektion e.V.](#) × [Für Vegetarismus!](#)  
- [Gegen Tierversuche](#) - [Vegi-Büro Schweiz](#)  
Tierversuchsgegner Rhein Ruhr

# Kapitel 5. Finde den Weg zur besten Ernährung für Dich: zur UrKost

## 5.37 Wo und wann erdfastet es sich am besten?

Mit anderen zusammen in einer aktiven Gruppe beim Fastenwandern.<sup>8236</sup> (Vergiß dabei nicht, einen Beutel Heilerde mitzunehmen, ®Rz.982). So eine Wanderung kannst Du auch selbst organisieren. Aber laß Dich dabei nicht von Wanderführern verleiten, statt Wasser (mit höchstens etwas Zitronensaftbeigabe) Gemüsebrühe zu trinken, weil die der Meinung sind, der Mensch müsse täglich 5g Salz zu sich nehmen! So was kannst Du zu einem tollen Erlebnisurlaub gestalten. Zu Naturseen oder Warmwasserquellen, wo Du viel Schwimmen kannst - neben dem Wandern eine für Dich angenehme Bewegungsart, die auch Deine Körperhaltung verbessert. Du darfst nie vergessen, daß Du dem zwangsläufigen Geschwächtwerden Deiner Muskulatur während der Fastenzeit viel Training entgegensetzen mußt!

Möglich ist's auch im Fastensanatorium, in einem Zimmer bei einem verständnisvollen Freund, in den Ferien, wenn Du ein entsprechend ruhiges, von Verführungsstätten weit entferntes Plätzchen an der See, auf dem Land oder in den Bergen gefunden hast.

**Am einfachsten: Erdfaste, wenn Du erkältet bist. Dann schmeckt Dir ja sowieso nichts, und der Appetit ist auch verflogen.**

Und du wirst wieder mal sehen, was Erdfasten alles kann: In zwei Tagen bist Du Deine Erkältung los! **COLORSEITE**

Mit dummen wie cleveren Entschuldigungen versuchst Du Dich meist vor dem Erdfasten zu drücken. Ein großer kräftiger Mann in den besten Jahren, ein Kerl zum Bäumeausreißen, Typ Bud Spencer, sagte mir doch tatsächlich: »Für's Fasten fühle ich mich wegen meiner Krankheit einfach zu schwach.«

Hast Du allerdings so viel Gifte im Körper, die da rauswollen, so daß es Dir ganz dreckig geht, Du Dich vor lauter Qual ständig hinlegen mußt, dann hab' ich aus meinem Erfahrungsschatz noch einen Trick dazuzusetzen, falls Du Dich nicht aus lauter Wehleidigkeit schon ganz ins Bett verzogen hast:



Wechsle vom Erd-Wasser-fasten für ein paar Tage auf ein Obst- und Kräutersaftfasten über. Dazu preßt Du frische Früchte (auch Bio-Möhren oder Rote Bete) aus und gibst ein Schnapsgläschen frisch gepreßten Urpflanzensaft dazu. Das hilft dem ältesten Opa dann wieder ganz schnell auf's Fahrrad und zum besseren Überstehen der Fastentage. Tu das aber nicht von Anfang an, sondern nur als (meist nicht nötigen) Notbehelf.

**Ich sage es allen, die das Erdfasten wegen zu schwacher Willenskraft nicht schaffen: Du kannst auf die innere Reinigung nicht verzichten! Setz wenigstens das durch: Iß zwei, drei Wochen lang nichts anderes als Beeren oder Obst. Doch im Vertrauen: Das hältst Du noch weniger durch, da**

**hast Du - wie bei einer Diät - ständig Hunger im Bauch.**

Beim Essen von Erde kannst Du noch eine weitere Doppelwirkung beobachten: Sie kann einen *Mangel* von Lebensstoffen im Körper ausgleichen und ihm diese zuführen. Im Gegensatz zur Chemie weil sie reine Natur ist. Und sie vermag gleichzeitig, einen *Überschuß* an Stoffen, die dem Organismus nicht zuträglich sind, aus dem Körper entnehmen. Nenne mir auch nur ein einziges »Heilmittel« der Chemie-Schulmedizin, welches solches fertigbringt!

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)

Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** e-mail : [Report an Webmaster](#) ☼ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/5/37.html> - Update: 13.01.2000 15:52

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

Der Domainname ist  
eine Spende der

[Transmedia GmbH](#)

× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch  
× [Antivivisektion e.V.](#) × [Für Vegetarismus!](#)  
- [Gegen Tierversuche](#) - [Vegi-Büro Schweiz](#)  
Tierversuchsgegner Rhein Ruhr

# Kapitel 5. Finde den Weg zur besten Ernährung für Dich: zur UrKost

## 5.38 Was Medizinforscher so alles an Unsinn verzapfen

»Nun hast Du bisher immer Berichte gebracht, die zu Deiner Theorie paßten. Erlaube mir, einmal einige Auszüge aus einer Titelgeschichte zu bringen, die Deinen Ansichten widersprechen. Lies das doch mal, was da über die Schlacken gesagt ist, die das Erdfasten aus dem Körper bringen will:

Dutzendfach haben seriöse Stoffwechselforscher an Universitäten und Max-Planck-Instituten nach den Schlacken gefahndet - in Blut und Ausscheidungen, Muskeln und Gelenken. Gefunden haben sie nichts. Im menschlichen Körper gibt es keine Schlacken.

»Schlacken? Das ist ein fürchterlicher Quatsch«, urteilt Privatdozent Karl-Martin Pirke, Hormonforscher am Münchner Max-Planck-Institut für Psychiatrie und Leiter der »Arbeitsgruppe Eßstörungen«(...)

Vergeblich haben auch die Münchner Ärzte Werner Richter und Wolfgang Mohrle nach Schlacken Ausschau gehalten. »Hunderte von Fettleibigen sind durch unsere Hände gegangen«, erinnert sich Richter, Ernährungsforscher und Diätspezialist im Uni-Klinikum Großhadern. Ergebnis: Nirgendwo Schlacken gesichtet. Dozent Richter: »Ich weiß nicht, was im Körper entschlackt werden sollte.«

(DER SPIEGEL Nr. 11/1988)

Ich weiß ja, wie schwer es ist, sich von diesen Ausführungen nicht beeindruckt zu lassen. Hier ein Naturapostel und UrMethodiker mit nichts als seinem gesunden Menschenverstand - dort die studierten Wissenschaftler, die Analysefanatiker, die High-Tech-Päpste und Topspezialisten mit ihren großartigen Apparaturen, die noch ein millionstel Gramm einer Substanz aufspüren, aber nur bei Schlacken nicht fündig werden...

**Hier die Maxime des gesunden Menschenverstands: Wer gesundmacht, hat recht. Dort der Grundsatz: Nur wer wissenschaftlich argumentiert, liegt richtig.<sup>2901</sup>**

Aber schon *Christian Morgenstern* meinte:

»Doch die Wissenschaft, man weiß es, sie achtet nicht des Laien Fleißes.

Sie betrachtet lieber ihre - ganz vertrackten Spezialpapiere...« Oder ihre Spezialapparaturen...

Erkenne: Die Schulmedizin krümmt sich in der Schmerzhaftigkeit ihrer Widersprüche. Sie selbst ist krank. Sie wurde es, als sie jeder Krankheit eine besondere Definition gab und für jedes Spezialgebiet einen Fachmann schuf.

Blindgläubig starren so die Ernährungsforscher auf die (ihnen den Blick vor der Wirklichkeit verstellenden) Anzeigefenster ihrer Geräte, die keine Körperschlacken analysieren, sehen nicht die Eiterpickel bei ihren Söhnen, die Gicht- und Grießknoten bei ihren Vätern, die Fettschlacken auf den Hüften ihrer Kollegen. Sie sind blind geworden für Oxalat-, Urat- und Phosphatgeröll in der Galle, Salzkonglomerate in der Blase, Harnsäureniederschläge in der Niere, Kalkinfiltrationen und weiß durchscheinende Ablagerungen in den Fingerbeeren bei Knochen- oder Akrokalzinose. Sie erkennen einfach keine Fibringerinseln bei Bronchitis, den ganzen Eiweißmüll in den Geweben der Wohlstandsbürger durch die heutige Eiweißmästerei, finden nicht das aus den Fleisch-Aminosäuren stammende Amyloid, das die Gewebe verklebt, verschließen fest die Augen vor den Schlackenhalde vom Teer der Raucher in deren Lungen, den Fettdepots der Adipösen, den Lagerstätten von Cholesterin in den Adern, den verkalkten Tuberkelherden bei Tuberkulosen, die nur durch eine Selbstverdauung beim Fasten abgebaut werden können. Millionen abgestorbene Zellen werden täglich zu Schlackenstoffen und langsam ausgeschieden - aber nach wissenschaftlicher Meinung lösen die sich einfach in Luft auf... Das muß man sich vorstellen: Da finden sich jedes Jahr mehr Schwermetalle und Gifte in den Fettgeweben der Menschen, ja selbst in der Muttermilch, aber die gehören ja mittlerweile in den Körper der Menschen hinein, das wird ja zur Selbstverständlichkeit stilisiert, damit die braven Bürger nur nicht beunruhigt werden. Damit die angeblich ungefährlichen Schwellenwerte der Umweltgifte immer höher angesetzt werden können, sind auch das alles keine Schlacken<sup>9601</sup> Wie diese Mediziner- und Ernährungskoryphäen die Menschen doch für dumm verkaufen können!

**Hätten die Herren Experten sich doch mal bei ihren Kollegen, den Chirurgen umgehört, die in den Darmschnitten operierter Fettleibiger Kloaken voll jahrealter Kotreste und bei über 50jährigen oft bis zu 5 kg schwarze, verhärtete, wie Pech klebende und wie Faulschlamm stinkende meist fleischliche Verdauungsreste im Darm vorfinden.**<sup>1063</sup>



Da finden die Chirurgen bei der »akuten steinlosen Cholezystis« die Gallenblase voller Schlamm, da staunen die Obduzenten, was für Mengen an Dioxin in den Leichen gespeichert sind - aber die Ernährungswissenschaftler können selbst die gewitzten, sich bei jeder Erkältung den gelben Schleim von den schlackenausstoßenden Schleimhäuten abhustenden

**SPIEGEL-Leute für dumm verkaufen. Und ihnen und damit uns weismachen, es gäbe keine Schlacken im Körper der verkalkten, verkloakten, cadmium- und nitritbeladenen, verfetteten,**

benzol- und bleiverseuchten, medikamentenvergifteten, krankheitsstoffschlackenüberladenen Wohlstandsbürger! **COLORSEITE**

Da sitzen diese dreimalklugen Wissenschaftler also zu Dutzenden über ihren Elektronen-Mikroskopen und sehen vor lauter Bäumen den Wald nicht mehr. Wenn es sich aber um neunmalklugen ihres Fachs handelt, sage ich besser: wollen nicht sehen. Klar, daß ihnen da die unter deren Einfluß stehenden subalternen Ärzte in nichts nachstehen wollen. So wirst Du sie nie sagen hören, in Deinen Gelenken säßen noch Harnsäurekristalle von dem Fleisch, das Du da in Dich geschlaucht hast, sondern sie sagen Dir bei Rheuma: »Es handelt sich um entzündliche Prozesse in Ihrem Körper.« Oder: »Sie haben eine besonders schwere Form von progressiv-chronischer Polyarthrititis...«

Forscher sind nur auf chemisch-physikalische Vorgänge fixiert. Sie erkennen nicht, daß die Evolution ihre Geschöpfe und deren Verhaltensweisen nur auf die Lebensvorgänge, Nahrungsmittel und die mit ihnen die Erde bevölkernden großen, kleinen und kleinsten Lebewesen ausrichtete, die die Natur über viele Jahrmillionen hervorbrachte. Die von den Menschen künstlich in den letzten vier bis fünf Jahrzehnten produzierten Stoffe sind von der Schöpfung für sie selbst und den Mitgeschöpfen nicht vorgesehen. Sie bedeuten für den Organismus, der plötzlich mit diesen Fremdstoffen in Berührung kommt, etwas völlig Fremdes. Er kann deshalb darauf nur fremdartig reagieren.

Du erkennst aber auch bei so etwas Einfachem wie bei Schlacken: Medizinwissenschaftler beweisen immer das, was die Menschen gerne hören möchten, und was ihre eigene Lebensführung, nämlich die der Wissenschaftler selbst, nicht sonderlich beeinflussen muß. Ich meine das so: Wissenschaft ist und kann nie ganz wertfrei sein. Ihre Behauptungen werden stets in das derzeitige Denkgebäude und in die innere Empfindungswelt des Wissenschaftlers passen. Ich will es Dir noch klarer verdeutlichen: Der Verfechter der These von der Schlackenlosigkeit müßte sich - würde er das Gegenteil ermittelt haben - heimlich Vorwürfe machen, selbst Schlackenträger zu sein und das auf eine vielleicht unvernünftige Lebensweise zurückführen. Das will er nicht wahrhaben. Niemand gesteht sich gerne Fehler ein. So wird er durch sein Unterbewußtsein dahin geführt, den Gegenstand seiner Forschung so zu sehen, daß er ihm für sein eigenes Tun und Lassen nicht zum Vorwurf gereicht.

**Siehst Du, daß wissenschaftliche Apparaturen und wissenschaftliches Denken in die Sackgasse führen müssen, weil die meisten Menschen nun mal nur sich und ihre Vorteile im Sinn haben und aus den Tiefen ihres Unterbewußtseins oft gegen den Verstand gesteuert werden. Und deshalb mit Vorurteilen behaftet sind. Willst Du noch weiter medizinwissenschaftlichem Denken - auf dem die ganze Schulmedizin aufgebaut ist - vertrauen oder gar Deine Krankheitsbehandlung davon abhängig machen, die doch so sehr in Dein zukünftiges Leben eingreift? Merke:**

**Wer immer nur Details betrachtet, kann auch nur Details begreifen. Wer nur Details begreift, begreift überhaupt nichts.**

Nur noch sehr wenige Menschen in dieser Welt vermögen einfach und vorurteilsfrei zu



denken, somit das Richtige zu sehen und deshalb die Wahrheit zu erkennen. Und die Schlichtdenker schilt man dann Narren, weil die Masse ebenfalls an das »Kompliziert-Denken« der Wissenschaft gewöhnt und darauf »eingestellt« wurde.

Das ist auch der Grund dafür, daß Du selbst alles »wissenschaftlich bewiesen« haben willst.

Gib's doch zu: Wäre ich hier nicht in der Lage gewesen, die angeblich wissenschaftliche Medizin mit ihren eigenen Waffen zu schlagen, würde ich mir nicht diese so ins einzelne gehende Mühe gegeben und nicht bestreitbare Beweise en masse dafür versammelt haben, sondern lediglich gesagt haben: Lebe wie ein Urzeitmensch und Du wirst gesund! - nie und nimmer hättest Du mir das abgenommen! Du hättest nur mitleidig gelächelt ...

**Verankere es in Dir: Denken nach der Schulmedizin ist analytisch und deshalb irreführend.**<sup>2188</sup>

**So hieß es bei Heidegger. Erkenne demnach:**

**Denken nach der UrMethodik ist ganzheitliches, allumfassendes und globales Denken.**

Deshalb frage Dich immer: Wer profitiert davon, was da wissenschaftlich bewiesen werden soll? Und: Von welcher Wissenschaft will ich etwas bewiesen haben? Von der Wissenschaft, die vor 25 Jahren nachwies, daß Thalidomid unschädlich sei und dann zu Tausenden die Contergan-Mißgestalteten in die Welt brachte? Von der Wissenschaft, die voriges Jahr bewies, wie unschädlich all die Medikamente waren, die dieses Jahr hundertfach vom Markt genommen werden mußten? Von der Wissenschaft, die Asbest erfand und sich die Xylamon-Holzgifte als holzveredelnd und unschädlich für Mensch und Tier von den Professoren testieren ließ und damit Millionen krankmachte?

Völlig verfehlt ist es vor allem, sich auf angeblich »wissenschaftliche Erkenntnisse und Nachweise« in der medizinischen Forschung zu verlassen. Die Schulmedizin behandelt die ganz persönlichen Leiden eines Menschen, dessen Reaktion man nie voraussagen, sondern nur wünschen und erhoffen kann. Wissenschaft wird im Gegensatz zur Medizin von dem bestimmt, was tatsächlich ist, nicht von dem, was man für wünschenswert hält oder was unerwünscht eintreten kann. Wissenschaft bedeutet seit Newton nicht einmalige, sondern exakt bestimmbare Ergebnisse, die immer gleich ausfallen, sooft sie auch überprüft oder beobachtet werden.

Wenn Du also im medizinischen Bereich die beliebte Formel »wissenschaftlich geprüft« liest, so weißt Du, daß dies nur dazu dient, unberechtigtes Vertrauen in die Chiemedizin zu erzeugen.

Würdest Du die Mathematik als Wissenschaft bezeichnen, wenn bei uns  $2 \times 2 = 4$ , in England  $2 \times 2 = 3$  und in Amerika  $2 \times 2 = 5$  gerechnet würde?

»Nein, ich würde die Mathematik als ein Für-Dumm-Verkaufen ihrer Anhänger bezeichnen.«,

sagst Du.

Und als was würdest Du die ärztliche Wissenschaft bezeichnen, wenn bei unseren Medizinern der niedrige Blutdruck z.B. als Krankheit (Hypotonie) angesehen wird, gegen die jährlich 8 Millionen Rezepte verordnet werden, während er in den USA als ein besonders gutes Zeichen für robuste Gesundheit gilt?<sup>2202</sup>

Und daß bei Blutunterdruck amerikanische Versicherungen sogar deswegen ihre Prämien senken und bei den Ärzten dort eine Therapie zur Steigerung eines angeblich zu geringen Blutdrucks als Kunstfehler gilt.

In Frankreich wird die Spasmophilie seit einiger Zeit als das häufigste Leiden diagnostiziert. Bereits 14% der Franzosen leiden darunter und werden hochdosiert mit Kalziuminjektionen behandelt. Während bei uns und in England niemand darunter leidet und kein Arzt diese Krankheit überhaupt kennt... **WIRD COLORSEITE**

Auch beim Verschreiben von Medikamenten liegen die Dosierungen in den USA oft um die Hälfte niedriger, als sie bei uns für erforderlich gehalten werden. Ich frage Dich also: Hältst Du das für eine exakte Wissenschaft? Würdest Du Dein Kind einem Lehrer zu Nachhilfestunden schicken, der es nach der Methode  $2 \times 2 = 5$  unterrichten will? Nein? Aber in die Hände von Ärzten, die nur mit Giften arbeiten und einer ähnlich falschen Methode, denen vertraust Du Dein Kind an...

Die Konsequenz: Gib in Zukunft nie mehr was auf »wissenschaftlich geprüfte« Medikamente, Laborbefunde oder Behandlungsmethoden. Wisse: Der Weg der Schulmedizin ist der Weg in die Finsternis. Die Natur und die natürliche Behandlung haben keine medizinische Forschung und vor allem keine Mediziner nötig.

**Vertraust Du nun weiter auf den apparatehörigen, reagenzglasbesessenen Analytiker, der das Fasten und Entschlacken und Entgiften eines kranken Körpers für unnötig hält, weil er keine Schlacken und Gifte darin findet? Oder vertraust Du der Jahrtausende alten Empfehlung des Fastens, die bereits Buddha, Mohammed und Jesus in ihre Lehren aufnahmen?**

Sagt Dir der gesunde Menschenverstand nicht, daß Du besser daran tust, nicht allzu viel darum zu geben, sondern besser darauf zu hören, was Dir die Natur aus allen Ecken und Enden zuraunt?



Wie schnell sich »wissenschaftliche Erkenntnisse«, die Du ja als sozusagen »ewige Wahrheiten« ansiehst, ins Gegenteil verkehren, dafür ein letzter Beweis: Zwei Jahre nach der heute noch von den Ernährungsverwissenschaftlern (insbesondere von Prof. Pudel) vertretenen Nichtschlackentheorie stellten andere Wissenschaftler fest, daß der Körper beim Fasten vermehrt Schlacken und Schadstoffe absondert, und zwar als Endprodukte des Stoffwechsels, die für gewöhnlich nur langsam ausgeschieden werden. In dieser Studie wurde aber noch etwas nachgewiesen: Durch das

Fasten wird nur überaltertes und denaturiertes Eiweiß abgebaut, während die Regenerations- und Funktionstüchtigkeit der Orgazellen sich stark vermehrt.<sup>9722</sup>

Doch was befassen wir uns so viel mit anderen? Nicht die Mediziner sind mir wichtig. Du bist es, Du, kranker Mensch. Deshalb: Treibe mit tüchtiger UrBewegung während des Fastens und danach die Schlacken auch aus den Lymphbahnen und -drüsen hinaus. Und wenn das geschafft ist, dann schwörst Du Dir: Jetzt kommt mir kein Nahrungsdröck und kein Gift mehr in den Körper!

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ☼ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/5/38.html> - **Update: 13.01.2000 15:52**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

Der Domainname ist  
eine Spende der  
[Transmedia GmbH](#)

× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch  
× [Antivivisektion e.V.](#) × [Für Vegetarismus!](#)  
- [Gegen Tierversuche](#) - [Vegi-Büro Schweiz](#)  
Tierversuchsgegner Rhein Ruhr

# Kapitel 5. Finde den Weg zur besten Ernährung für Dich: zur UrKost

## 5.4 Erde essen gehört zur UrzeitTherapie

Nochmals: Du mußt das Fasten mit dem Essen von Lehmerde beginnen und mit bakterizider französischer Erde beenden! Und beim Fasten selbst nimmt man nichts Festes zu sich.

**Was heißt: Beim Hauptfasten selbst wird keine Erde gegessen! Diese Erde setzt Du zwei Tage vorher mit Wasser wie Gips an und formst sie zu einem kleinen Klumpen, den Du in Deinem Mund mit Speichel umhüllst und dann gleich schluckst. So schmeckt die Erde am besten! Auf diese Weise werden die freiwerdenden Giftstoffe in Deinem Darm zum größten Teil aufge-sogen.**<sup>8314/5</sup> (Französische Erde kannst Du bereits fertig mit Wasser angesetzt bekommen - ist aber teuer) Das bedeutet also Erdfasten im Sinne der ganzheitlichen UrzeitTherapie: zweifaches Entgiften in einem Gang.

»Wenn ich mir die gereinigte Erde kaufe, dann steht auf den deutschen Packungen stets "Heilerde". Bedeutet das in Deinen Augen nicht ein mißbräuchliches Benutzen des Wortes Heilen?«

Jein! Hier kann man es ruhig so belassen, denn dem ehesten, dem man das Wort Heilen mit Recht zusprechen könnte, das wäre die UrMedizin. Und da Erde (wenn auch nur in geringen Mengen) dazu gehört, können wir dieses Wort, weil der Wahrheit entsprechend, ruhig benutzen. Mit der Einschränkung allerdings, daß Erde allein nicht heilen kann.

»Bist Du nicht allzu kleinlich im Beobachten so feiner Unterschiede bei Deiner Wortwahl?«

Nein! Wer von Heilmitteln spricht, wenn es keine gibt, der betrügt.

**Wer Worte zu seinen Zwecken mißbraucht, der mißbraucht auch die Menschen.**

Ich meine: Lebten wir noch in der Urzeit, so würden wir bei jedem Atemzug feine Spuren von Erde einatmen, welche der warme Wind in die Luft wirbelt. Und: Wenn die Halbmenschen Gorilla<sup>4301</sup> und Orang-Utan Erde essen, wenn viele andere Säugetiere zwangsläufig beim Essen ihrer Nahrung auch die daran haftende Erde aufnehmen, dann kann dies nicht von Schaden für sie sein. Denn wildlebende Tiere sind so gut wie immer gesund. Ja, wenn sie es Millionen Jahre so gehalten haben, kann man fast sagen, daß der Organismus vieler Lebewesen Erde sogar nötig hat. Erde ist somit auch etwas Natürliches für den Menschen. (Was man vom Mineral- bzw. Leitungswasser nicht sagen kann!) Mit Erde weiß der Körper umzugehen, weiß, sich darauf einzustellen. Eben weil er daran gewöhnt ist. Nicht aber an Medikamente.

Doch da ist ein wichtiger Vorbehalt zu machen: Das trifft nur zu, falls der Körper richtig arbeitet. Und das vermag er nur, wenn er richtig, d.h. natürlich ernährt und bewegt wird.

Es ist nicht auszuschließen, daß die sich mit ungesunden, nicht natürlichen Nahrungsmitteln ernährenden Menschen nicht in der Lage sind, möglicherweise unverwertbare, bzw. nicht in lebender Verbindung stehende Übermengen von Mineralien - die ja in der Erde vorhanden sind - wieder auszuscheiden. So daß diese dann stattdessen belastend für den Körper abgelagert werden.

**Ein vollkommen urzeitlich ernährter Körper vermag es dagegen ohne weiteres, natürliche - also nicht künstlich oder chemisch hergestellte - Stoffe mittels seiner intakten Abwehrkräfte wieder auszuscheiden, sofern er sie nicht braucht.**

In uralten Forscherberichten über Indianerstämme fand ich Anmerkungen darüber, wie sich wohl die Rothäute nach dem Essen von Tonerde, den sogenannten »Letten«, fühlten. Diese Letten fanden sich meist an Flußufern. Und warum fühlten sie sich so gut danach und verbannten ihren Hunger damit? Weil die alte Urprogrammierung des »Gewöhntseins-ans-Erdeessen« wieder in Gang gesetzt wurde. Aber auch in alten Reisebeschreibungen über sogenannte andere »Wilde Völker« las ich davon. Und da ich überzeugt bin, daß die Urzeitmenschen nicht erst lange Wasser zum Säubern gesucht haben, bevor sie sich ausgerissene, eßbare Wurzeln zu Gemüte führten, darfst Du mir glauben, daß auch die ihren Teil Erde in den Leib bekamen.

Nochmals sage ich's, damit Du es nicht vergißt: Erde entgiftet, und das ist der Hauptgrund dafür, weshalb Du sie vor dem Fasten und auch sonst regelmäßig zu Dir nehmen solltest.  
6954ff, 8314/5, 9876

**Solltest Du kein UrKöstler werden oder nur ein halber, so nimm wenigstens Erde anstelle der Pillen, wenn Du Rheuma hast oder mal Magendrücken, schlechten Mundgeruch oder Sodbrennen. (Wußtest Du, daß es sich bei letzterem um einen Vorboten von Krebs handelt?) Die hilft Dir im Nu! Und Du bekommst keine Chemie in den Leib, die Dir Krebs bringt. Schon allein dieser Rat macht für Dich das ganze Buch bezahlt!**

Für Neurodermitiskranke ist Erde übrigens eine Wohltat, wenn sie den mit warmem Wasser angerührten Lehm auf die kranken Hautstellen geben und ihn dort mindestens eine Stunde wirken lassen (im Gegensatz zur Gebrauchsanleitung). Dann ist er mit kaltem Wasser abzuspülen. Du kannst die Erde auch eimerweise bestellen. (@Rz.975) 9876 Noch einfacher: Du gehst auf ein unbeackertes Feld oder an einen Baggersee, gräbst Dir ein etwa 60 cm tiefes Loch und entnimmst daraus Deinen Lehm, wenn Du viel davon benötigst.

Während der ersten zwölf Wochen der UrzeitTherapie solltest Du nachts, besonders bei Haut-, Brust-, Enddarm- und Gebärmutterkrebs und -blutungen, feuchten Lehm auf oder über die betroffenen Stellen geben. Aufgetragenen Lehm bedeckst Du mit einem feuchten Tuch und gibst zwei trockene Tücher darüber.

Nach ein paar Wochen machst Du mit den Auftragungen von Erde mindestens 14 Tage Pause und wiederholst die Packungen nur, wenn sie Dir noch weiter guttun. Das regelmäßige Essen von Erde bei schweren Leiden wirst Du jedoch beibehalten. Zwei bis drei Teelöffel sind so das übliche und wohl natürliche Maß, über den Tag verteilt.

Du solltest auch ganz gewöhnliche, mit alten Bakterien und Lebenskeimen versehene Erde nicht vergessen: Laß Deinem Kind damit »natürliche Impfungen« zukommen, indem Du in nicht vergifteter Erde gezogene Möhren mal ein bißchen Erde dran läßt. Diese soll es dann mitfuttern. Und daß Du nur an seine Schürfwunden keinen Doktor ranläßt, der diese womöglich noch desinfiziert, und damit die antikörperbildenden Mikroben abtötet! Oder der ihm gar noch eine Tetanus-Spritze setzt!

**Vergiß nicht: Lehmpackungen und -bäder sind nur ein Teil der UrzeitTherapie: Erde muß auch eingenommen - UrNahrung auch gegessen, UrBewegung ausgeführt und seelischer Kummer beseitigt werden.**

Wie bei der UrMedizin kann sich Dein Leiden während der ersten Zeit, in der Du die Heilerde nimmst, auch verschlimmern. Denn das im Körper befindliche Gift wird auch hier aus allen Ecken und Enden herausgesogen und über den eigentlichen Krankheitswirkungsherd hinaus eine kurze Zeit verbreitet. Doch Du läßt Dich davon jetzt nicht mehr beirren. Du weißt ja: Wenn Du reine Natur zu Dir nimmst, kommt alles früher oder später wieder ins Lot. Der beste Beweis für die guten Kräfte der Erde:

Wenn Du wenig von ihr nimmst, löst sie Verstopfungen, Wenn Du mehr von ihr nimmst, stopft sie Durchfälle. Aber sieh das nun nicht auch als Wunder an wie beim Fasten, wo ein Tun in zwei verschiedene Richtungen wirkt. Die Natur vollbringt keine Wunder. Sie ordnet nur alles im besten Sinne für die Kranken. Wenn diese auf sie hören und ihr folgen!

Wir werden dieser Tatsache aber im Verlaufe dieses Buches noch ein drittes Mal begegnen, daß die reine Natur in einem einzigen Akt zwei völlig entgegengesetzte Leiden zu beheben vermag.

**Erde bringt gleichzeitig auch noch ein Drittes fertig: Sie stillt Dir das Hungergefühl, wenn Du Dich von der UrKost einmal nicht ganz gesättigt fühlen solltest. Dann nimmst Du nur zwei Teelöffel weiße oder grüne Erde (@Rz.975) bei einem abends aufkommenden Hungergefühl.**

**Das war den Indianern besonders wertvoll, wenn mal bei ihnen Schmalhans Küchenmeister war. So ein »Letten« half bestens darüber hinweg. Diesem »Letten« am nächsten kommt übrigens die französische weiße Erde, die L'argile de Haute Provence... (@Rz.975) In Ghana holen sich die Menschen noch heute Erdgesteinsbrocken tief aus dem Boden, mahlen sie und essen sie mit Genuß.**

»Zu was ist Erde im Zeichen vermeidbarer Umweltverschmutzung noch weiter gut?«

Du wirst Dich wundern: Mit Erde kannst Du Dir chemiefrei den Kopf waschen! (©Rz. 975, 980[1])

Und mit etwas Honig und Olivenöl gemischt kannst Du sie als milde Seife benutzen, welche den Fetthaushalt der Haut im Gleichgewicht hält.

Schließlich findest Du als Mutter in der Erde das beste Babypuder der Welt - was durch kein künstliches weißes Talkum aufzuwiegen ist! Und: Du hältst es nicht für möglich, aber Erde fördert gute und genügend Muttermilch.

Da bewahrheitet sich mal wieder der alte Spruch vom Lehpastor Felke:

Erde wirkt dort, wo sie nötig ist.

»Du bist vielleicht gut! Was will sie denn bei schweren Leiden helfen? Was, wenn ich irgendwo in einem afrikanischen Land auf Reisen bin und mir eine so gefährliche Krankheit wie die Cholera an den Hals hole? Da wird's aber höchste Zeit, mich in ein Krankenhaus - «

Aber, aber! Ich nehme doch an, daß Du Dir das wichtigste Utensil bei der Reise mitgenommen hast: ein Päckchen gemahlene Erde! Mit der brauchst Du in kein Krankenhaus!

Sobald es in Dir zu rumoren anfängt, nimmst Du zwei Teelöffel davon ein - und schon kannst Du die Cholera, den Typhus oder auch Montezumas-Rache vergessen.

»Und wenn ich die Erde vergessen habe? Wer beschwert sich auch schon gerne auf einer Reise mit so was wie - Erde«, meinst Du.

Mir klingt das Lied in den Ohren: »Wenn der Pott aber nu en Loch hat...« Also: Leih Dir in fernen Landen einen Spaten, grab Dir weiter weg von menschlichen Siedlungen ein Loch in den Boden, bis Du an wurzelfreie Erde kommst, füll diese in ein Behältnis und dann brauchst Du nur noch einen Teelöffel, dummer Hans... **PM-Seite**

Am besten ißt Du die Erde morgens nüchtern und abends vor dem Schlafengehen. Ein bis zwei Teelöffel sind genug - es sei denn, Du hast Magen- oder Darmschmerzen, die nicht nachlassen wollen.

Kinder bekommen die Hälfte, Babys ab dem 12. Monat einen halben Teelöffel mit etwas Wasser.

Wenn Du allerdings regelmäßig nach dem Essen Magenschmerzen bekommst, was ein Anzeichen eines Magengeschwürs sein kann, ißt Du die Erde immer vor dem Essen.

Von der in Kapseln eingefüllten Erde halte ich wegen der Kapseln aus Gelantine nicht viel, da diese aus Rinderknochen (möglicherweise BSE-verseucht) gemacht sind.

Am angenehmsten schmeckt sie so: Du nimmst ein kleines Glas mit Schraubverschluß, füllst Erde für ein paar Tage vorher ein und gibst gerade so viel Wasser dazu, daß ein zäher, dicker Brei entsteht. Davon stichst Du dann jeweils einen halben Teelöffel voll ab, speichelst den kurz ein - und schon ist er geschluckt! In Wasser aufgelöst schmeckt die Luvos-Erde nicht so besonders.

Wenn Du die weiße französische Tonerde, oder die grüne aus der Schweiz (Anliker Lehm), bekommst und sie mit dem deutschen braunen Lehm (Luvos Heilerde) mischst, rutscht sie besser runter und schmeckt sogar angenehm!

**Wenn Du nicht fastest, solltest Du die Erde nur gelegentlich essen, wie es die Halbmenschen auch tun. Bei folgenden äußerlichen Leiden ist sie besonders zu empfehlen:** <sup>8224f, 8228</sup> | Brandwunden (sie regt mit ihren Silikaten das Neubilden von Gewebe an);

| Rückenschmerzen, Hexenschüsse;

| Geschwüre, Eiterungen, Pickel, Akne, Neurodermitis, chronische

Entzündungen, Fußschweiß, Fußpilz, Wunden, Dermatosen;

| Drüenschwellungen und -verhärtungen, Insektenstiche und -bisse;

| Offene Beine, Hautkrebs, Tumore, Ekzeme, Schuppenflechten;

| Trombosen, Blutergüsse, Verstauchungen, Zerrungen, Brüche;

| Rheumatische Gelenkentzündungen, Gichtanfälle, Angina, Mundfäule

| Hundebisse, Krampfadern(!) | Venenentzündungen

| Blutstillung | Nervenschmerzen | Gürtelrose, Wundrose | Verbrennungen

| Haarausfall (Kopfauflagen!) | Vergiftungen und Verätzungen | Sonnenbrand

- Feuchte Erdmaske zum Erlangen zarter, reiner Haut | Ödeme
- Würmer | offene Beinen | Hexenschuß
- | Übermäßiger Schweiß | Lungenleiden

**Innerlich nimmst Du sie bei allen Krankheiten, besonders bei:**

| Blähungen | Morbus Crohn | Mundgeruch<sup>6302</sup>



! Magenkrankheiten ! Colitis ulcerosa usw. ! Strahlencolitis

! Gürtelrose ! Fisteln ! Eisenmangel

! schmerzenden Krampfadern ! Verstopfung (wenig!) Durchfall (viel!) <sup>8225</sup>

- Vergiftungen, besonders bei Amalgamvergiftungen der Füllungen <sup>9436</sup>

Du kannst auch Biogarten- oder Walderde nehmen – was aber nicht so angenehm ist. Frische Erde magst Du auch in einer ausrangierten Badewanne sammeln und den ganzen Körper im Garten darin baden.

Noch ein Wort zu den offenen Beinen, die Dein Doktor mit Zinksalbe<sup>3674</sup> zuschmiert: Der Körper hat sich mit Mühe einen Abfluß geschaffen für die in ihn gebrachten Schmutz- und Giftstoffe - ja, wenn das Klo nicht mehr gut abläuft, gehst Du dann in den Keller und stopfst das Abflußrohr auch noch zusätzlich mit alten Lumpen zu?

Laß Dir bei Krampfadern übrigens keine Wickel oder Stützstrümpfe verpassen - dadurch werden die Venen nur noch schlaffer.<sup>9441, 9459</sup> Ein Venenleiden kannst Du auch von Stiefeln bekommen. Die geben zu viel Wärme an die Venenwände ab, die dadurch schlapp werden.<sup>9441, 9459</sup> Denk natürlich:

»Ist denn so ein Lehmbad nicht sehr gefährlich? Ganz mit Lehm eingeschmiert, kann die Haut nicht mehr atmen, und ich ersticke nach der Tötungsmethode von Goldfinger«, sagst Du.

Wirf Deinen gesunden Menschenverstand doch nicht so schnell wieder über Bord wie bei den Ärzten: Uns Säugetieren hat die Schöpfung zum Atmen vornehmlich zwei Körperöffnungen dafür mitgegeben. Wäre das anders, so könntest Du ja nicht einmal mehr schwimmen gehen! Die Hautatmung hat nur einen Anteil von 1% an der Gesamtatmung. Merke: 1 Teelöffel Erde dreimal täglich zum Essen und Deine Verdauung klappt wieder wie am Schnürchen.

»Ist Heilerde wegen des Aluminiumanteils bedenklich?«

Ich habe verschiedene Gutachten eingeholt, die zeigen, daß Heilerde keinen Schaden verursachen kann. Wiederum erweist sich: Natürliches kann nicht schlecht für Dich sein!<sup>8228, 8312-5, 8338</sup>

**Fazit: Wer noch nicht 100%ig UrzeitKost zu sich nimmt, kann auch für seine laufende Entgiftung nichts Besseres tun, als täglich drei Teelöffel französische noch voller Leben steckende, unerhitzte Argiletz-Heilerde zu essen. (®Rz975)**

»Junge, Junge, da hab' ich mich auf was eingelassen. Und was passiert denn, wenn ich nicht faste und einfach so zur UrKost übergehe?«

Das hängt davon ab, wieviel Gift in Dir steckt, was da raus will. Die meisten werden nervös, bekommen Verdauungsprobleme, Muskel- und Gelenkschmerzen, Heißhunger, Geschwüre, Ausschlag, Hautreizungen, Depressionen, Entzündungen, Schwindelanfälle, Herzbeschwerden, fühlen sich schrecklich unwohl, sind den ganzen Tag müde, und und und. Ist doch klar: Die Gifte wollen raus, Du wirbelst sie durch die Urkräfte des neuen Essens auf und nun toben sie in Dir rum. Also, ich kann Dir als krankem Menschen nur davon abraten.

Vielleicht willst Du - einmal damit angefangen - mit dem Fasten aber auch gar nicht mehr aufhören...

Einer meiner zur Ur-Lebensweise Bekehrten, einer, der voller Gelenkrheuma steckte, blühte beim Fasten richtig auf und wollte nach drei Wochen immer noch weiter fasten, weil er seine Schmerzen los war und fürchtete, die kämen beim Essen wieder auf ihn zu...

»Nicht möglich«, meinst Du, »wie lange hält man das überhaupt aus?«

**Das kommt auf Deine körperliche Verfassung an. Je dicker Du bist, je länger kannst Du fasten. Ich hab' folgende Erfahrungen: Eine halbe Woche genügt für Magersüchtige. Ein bis zwei Wochen reichen für Schlanke, zwei bis drei Wochen für Übergewichtige, drei bis vier Wochen für die ganz Dicken. Nach diesen Zeiten fängt meist das Krankhungern an.**

Ich will damit sagen, daß der Körper innerhalb dieser Fristen seine Gift- und Schlackenstoffe weggefastet hat und es danach an die Substanz seiner Organe und seines Gewebes geht. Doch bei ganz Gewichtigen kann das durchaus noch länger dauern: Aufhören sollst Du jedenfalls erst dann, wenn sich alle Fettpölsterchen in Nichts aufgelöst haben.

Auf einem Seminar konnte ich einen Zwei-Zentner-Klotz zwar zum Fasten, leider aber nicht zur anschließenden UrKost bewegen. Warum, das wurde mir klar, als er mir in einem Brief schrieb: »... habe ich inzwischen in unserem »Verein der Übergewichtigen« schon vielen Dein Heilerde-Fasten wärmstens empfohlen. Und das mit Erfolg, weil ich ihnen aus eigener Erfahrung bestätigen konnte, daß danach das Essen noch besser schmeckt als vorher...«

Allerdings: Im Alter solltest Du vermeiden, allzu lange zu fasten. Du verlierst mir dabei einfach zuviel Muskelmasse. Das holst Du dann später nur schwer auf. Auch daran erkennst Du, daß Fasten keine natürliche, sondern nur eine behelfsmäßige Maßnahme zum Entgiften darstellt und der Körper darauf nicht programmiert worden ist. Weil ihm ja in seiner erdgeschichtlichen Vergangenheit nie Gifte aus Schlechnahrung oder aus Umwelt und Medikamenten zugeführt wurden.

Du tust also gut daran, frühzeitig mit dem Erdfasten und der UrzeitTherapie zu beginnen - bevor Dir das alles später immer schwerer fällt. (Genaue Anweisungen dazu à Rz 634)

Das sollten die Psychologen mal ergründen: Warum nur läßt sich der Mensch von seinen zur gleichen Zeit mit ihm lebenden Menschen so leicht und widerspruchslos weismachen, daß ausgerechnet jetzt, und das just in den letzten Monaten und ausgerechnet in der heutigen Zeit,

die unumstößlichsten medizinischen Weisheiten ermittelt, die wirkungsvollsten Medikamente verkauft, und die Heilung aller Krankheiten in Kürze ermöglicht würden?

Wie war es nur möglich, wie vermochte es nur völlig in den Hintergrund unseres Denkens abgedrängt werden, daß es vor der heute so wirren und konfusen Zeit, in der die Menschen so gut wie alles verkehrt machen - einer Zeit, die nichts als größten Wahnsinn produziert - weitaus klügere Menschen gab als heute...?

»Ich sage Dir jedenfalls schon jetzt: Wenn ich das Fasten hinter mich gebracht habe:

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** e-mail : [Report an Webmaster](#) ☒ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/5/4.html> - **Update: 13.01.2000 15:52**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# Kapitel 5. Finde den Weg zur besten Ernährung für Dich: zur UrKost

## 5.5 »Was meinst Du, wie ich danach reinhauen werde!«

Um Himmels Willen, nein! Mach Dich nicht unglücklich!

Du wirst schön langsam und bedächtig mit dem Essen anfangen, hörst Du! Du wirst Dich schön an die Anweisungen des Nachfastens unter der Rz 634 halten. Dein Magen muß behutsam wieder ans Essen gewöhnt werden. So findest Du zugleich Gelegenheit, Dir gieriges oder zu schnelles Essen abzugewöhnen.

**Zum Glück verspürst Du in den ersten Tagen nach Ende des Fastens keinen großen Hunger. Nutze das für ein »Zusatzfasten« aus und iß**

**• so wenig wie möglich, • so langsam wie möglich und • kaue so viel wie möglich.**

Und iß möglichst viele tropische Früchte. Denn es sind die, auf welche wir genetisch programmiert sind. Damit kann sich der Körper nach dem Fastenbrechen - da ißt Du nur morgens, mittags und bis 18.00 Uhr eine mittlere Frucht (Mango, Zimtapfel, Pfirsich, zwei Hand voll Logans, Rambutan usw.) - am besten einstellen und deshalb gesundmachen. (® Rz 980 [2])

Gesundheitsgesetz

**Die Urzeit-Ernährung macht um so satter,**

**je langsamer, bedächtiger und ruhiger Du sie zu Dir nimmst, und je besser Du sie kaust!**

Und da ich Dir ja sagte, daß Dein Hungergefühl wie weggeblasen sei, wirst Du auch nicht die geringste Lust zum Reinhauen verspüren. Aber diese Lust kommt in zwei, drei Wochen wieder. Sei gewappnet! Richtiger Hunger meldet sich etwa nach einer Woche. Und dann heißt es: durchhalten mit den drei Punkten - dann merkst Du auch, wie wenig Nahrung Du unter der UrKost nötig hast!

Was schwerer fällt: Dein erster Stuhlgang. Da sitzt zuerst ein Pflock - deshalb mein Rat, mit Leinsamen und Feigen das Fasten zu brechen. Noch besser: 20 Stückchen von der Cassia (Manna) langsam essen. Danach klappt das mit der Verdauung wie am Schnürchen.

»Soll das bedeuten, daß ich künftig ohne Schwierigkeiten und regelmäßig meinen Stuhlgang

haben werde?« fragst Du.

Genau das! Zum Gesundwerden gehört doch vor allem ein gesunder Darm, nicht wahr? Es gibt keine Methode, Dir sicherer einen regelmäßigen Stuhlgang zurückzugewinnen, als das Fasten und die sich daran anschließende UrKost. Ist das nicht besser, als zum Doktor zu gehen und zu hören: »Verschreiben wir Ihnen mal ein harmloses Abführmittel!«

Warnt er Dich, daß 75% aller Frauen, die Abführmittel nehmen, später an Neurosen leiden, die dann mit Psychopharmaka angegangen werden? Und die dann wiederum zur Medikamentenabhängigkeit, zu Verwirrtheitszuständen, Migränen, Herzbeschwerden und, und, und führen..? 9022/8

»Ich freue mich vor allem auf einen leichten Stuhlgang wegen meiner Hämorrhoiden! Diesen verdanke ich dann vor allem den vielen Ballaststoffen. Mein Arzt hat mir noch letztlich gesagt, die wären sehr wichtig für mich. Ich solle mal Weizenkleie essen«, sagst Du.<sup>3017, 6034, 9855</sup>

Dein Arzt plappert mal wieder nach, was er irgendwo von einem industriebezahlten Ernährungswissenschaftler aufgeschnappt hat. Du weißt doch, daß die alle keine Ahnung von richtiger Nahrung haben, weil sie nur mit Laborwissen handeln. Weil sie an so etwas Simplex wie die Ernährung wissenschaftlich herangehen, statt mit dem gesunden Menschenverstand. Für die Ernährung wissenschaftliche Richtlinien zu geben wäre das gleiche, wie nach wissenschaftlichem Reglement zu lieben. Dann wäre Dein Partner schnell über alle Berge, oder was meinst Du? Die Schöpfung hat für die uns bestimmte Nahrung nichts Überflüssiges oder Belastendes, also Ballast vorgesehen. Und es ist daher keineswegs richtig zu schließen - wie es z.B. die Anhänger der amerikanischen Natural Hygiene halten - daß Früchte den Grünpflanzen vorzuziehen seien, weil sie so schnell aufgespalten und vom Körper verwertet werden können. Wogegen besonders die Wildpflanzen viel zu viele Ballaststoffe enthielten, welche nur den Darm belasteten.

Wisse: Wenn die Schöpfung mit der von ihr vorgegebenen Nahrung Belastung des Säugetierdarmes vorgesehen hat, dann werd' ich mich doch nicht von einem irrenden Menschen anders belehren lassen!

Laß Dir gleich mal daran beweisen, wie wichtig es ist, Gesundheit studiert zu haben, und nicht Krankheit. Vor allem aber, zu wissen, was Gesundheit ist, um nicht zu falschen Schlüssen zu gelangen. Ich zitiere: »Nichts ist falscher als die Mär vom täglich notwendigen Stuhlgang« behauptet da ein Medizinprofessor Winkler. Und weiter: »Der normale Schwankungsbereich liegt zwischen dreimal täglich und zweimal in der Woche. Ein Mensch, der erzogen wird, täglich abführen zu müssen, und das durch intensives Pressen unterstützt, wird bei entsprechender Disposition sein Hämorrhoidal-Leiden bekommen.«

Das klingt vernünftig für alle kranken Menschen und alle mit ihnen umgehenden Ärzte. Klar - sonst würde es schließlich nicht in der Ärzte Zeitung (Nr. 43, 9.3.1994/17) veröffentlicht. Und doch sollte man diesem Professor seine Habilitationsurkunde um die Ohren schlagen. Er hat Naturwissenschaft studiert, aber trotzdem von Natur keine Ahnung:

1. Als Ursache der Hämorrhoiden sieht er das zu häufige Pressen mit der Afterschließmuskulatur als verursachend an. Was unsinnig ist, denn jeder Mensch bedient sich dieser beim Stuhlgang. Sie ist schließlich zum Pressen eingerichtet.

2. Er hält eine noch zweimalige Verdauung in der Woche für normal, obschon sein geschulter Verstand zu schließen hätte, daß man als Mensch bei drei größeren Mahlzeiten auch täglich dreimal die verdaute Nahrung herauszupressen habe.

Wäre der Mann jemals einem gesunden UrMethodiker begegnet, so wüßte er darum. Dann würde er nicht von den bei allen kranken Menschen (mehr oder weniger schweren) Verdauungsschwierigkeiten auf eine ihm richtig dünkende Anzahl von WC-Besuchen schließen.

Krankhaft ist bereits, wer nur zweimal in einer Woche dazu fähig ist, auch wenn er eine Verstopfung nicht als Krankheit ansieht. Auch wenn das den heutigen Menschen schon fast selbstverständlich und normal erscheint. Richtig ist:

Es sind die Art der Nahrung und die sitzende Lebensweise, die zu Hämorrhoiden führen, welche die verdaute Schlechtkost zu harten, übergroßen Klumpen zusammenballen. Die dann nur mit Einrissen in den Schleimhäuten und unnatürlicher Weitung der Schließmuskulatur (und deren späteren Erschlaffung) unter anormalem Preßdruck herauszudrücken sind.

**Und nun stell dir vor, wie aufnahmefähig Deine Organe, Deine Zellen, Deine Gewebe nach der Fastenzeit sind! Wie sich alles in Deinem Körper danach sehnt, endlich reine Lebensstoffe zugeführt zu bekommen: frisch, vitalreich, natürlich! Und wie er die aus der UrKost in sich einsaugen und Dir neue Lebenskraft und Lebensfreude schenken wird!**

Denn die UrKost verdaut der Körper schnell und weich! Und das dreimal täglich...

»Meinst Du, ich könnte auch noch nach dem Fasten mein vermindertes Gewicht halten und für immer schlank und rank bleiben? Wenn ich bisher mal nach einer Schlankheitskur etwas dünner war, dann hatte ich nach wenigen Wochen wieder alles drauf«, klagst Du.

Aber ja, doch Du mußt eine wichtige zusätzliche UrBewegung dafür machen!

»Laufen, auf die Bäume klettern, Gewichte stemmen?«

Nein! Den Kopf heftig nach links und rechts schütteln. Und damit gleich ablehnen, wenn man Dir Zivilisationskost anbietet. Egal wann und von wem und wie lecker auch immer.

**Du kannst gewiß sein: Von der fettfreien UrzeitKost kannst Du so viel zu Dir nehmen wie Du willst - Du wirst nie mehr an Gewicht zunehmen, als Dein Normalgewicht sein soll. Selbst wenn Du bereits seit Deiner Jugend zuviele Fettzellen mit Dir herumschleppst.**

Denn das ist wieder so eine dumme, neu aufgebrachte wissenschaftliche Theorie, die nicht stimmt. Ich war selbst als Kind 'ne dicke Nudel und trage heute kaum ein Gramm Fett zuviel auf meinem Körper.

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) (Important note!) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/5/5.html> - **Update: 13.01.2000 15:53**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a>                    × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> -                    <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# Kapitel 5. Finde den Weg zur besten Ernährung für Dich: zur UrKost

## 5.6 Laß Dir dieses Fleisch gut schmecken!

Fleisch ist im Grunde genommen eine durchaus natürliche Nahrungsquelle. Alle Raubtiere essen es, ja selbst die Schimpansen zeigen sich manchmal nicht abgeneigt, wenn sie denn drankommen. Aber dann muß es schon roh mit Haut und Haar gegessen werden.

Von mir aus kannst Du ab und zu mal mit rohen, glitschigen Kaulquappen oder klebrigen Schnecken Deinen Salat garnieren - es steht Dir im Sinne der UrzeitTherapie frei. Kleingetier zu essen nebst Insekten - meinen Segen dazu hast Du jedenfalls.

»Mich schüttelt's, wenn ich nur schon dran denke, eine Maus hinunterzuschlingen, und auch Würmer oder Kakerlaken erregen in mir nicht gerade Appetit: Ich denke eher an ein saftiges Stück vom Wildschwein oder einen fein gespickten, gut abgehangenen Rehrücken«, schwärmst Du.

Du meinst, weil das Wild sei, könnte es auch als Nahrung den in der Wildnis lebenden Urzeitmenschen gedient haben. Ich muß Dich enttäuschen: Die Urzeitmenschen und deren Vorfahren - die ich zur Prägung unserer Verhaltensweisen ebenfalls hinzurechne - besaßen mindestens 30 Millionen Jahre lang keine Mittel und Möglichkeiten, größere Tiere zu erbeuten. Sie hätten mit dem Erjagen solcher Tiere in die Aufgaben der dafür geschaffenen und mit den nötigen, schnell zuschlagenden und tödlichen Eigenwaffen ausgerüsteten Raub- und Hegetiere eingegriffen. Tierarten, die es seit Jahrmillionen verstanden, genau die nötige Anzahl von Nachkommen in die Welt zu setzen, die erforderlich war, um das vorhandene Friedwild gesund und kräftig zu erhalten.

»Und da ich glitschigen Regenwürmern, kleinen Kröten, fetten Termiten und ähnlichem Getier nichts abgewinnen kann, verzichte ich lieber ganz auf's Fleisch.«

Wie gesagt, es steht Dir frei, und ich höhne auch nicht, wenn ich sage, es würde Deiner Gesundheit nicht den geringsten Abbruch tun, hin und wieder Kleingetier in rohem Zustand zu essen. Aber größere Tiere zu essen widerspricht dem Urzeitdenken, ganz davon abgesehen, was da heutzutage für Chemikalien drin stecken. So wird in den Mastbetrieben das Kalb 8 Tage nach seiner Geburt von der Mutter getrennt, prophylaktisch mit Medikamenten aller Art vollgepumpt, einer Fütterung unterworfen, die dauerhaften entsetzlichen Durst erzeugt, der aber nicht gestillt werden darf. Und damit das Fleisch schön weiß wird, werden grausame Atembeschwerden und Kreislaufstörungen in Kauf genommen.

Die älteren Schweine und Rinder sind heute alle mit Antibiotika vollgestopft, mit Hormonen zu schnellem Wachstum gezwungen, ein Dasein auf engstem Raum ohne Sonnenlicht fristend



und einem Tod am Fließband unter grauenhaftem Streß entgegensehend. Was bedeutet: sauerstoffärmstes, totes Fleisch. Dazu noch »gut abgehangen«, damit es »zart« schmeckt. In Wirklichkeit meint das aber: lange gelagert, kurz vor der Fäulnis stehend.

»Dann bist Du also gar kein Vegetarier?« meinst Du.

Ganz vegetarisch leben nicht mal die Pferde, Zebras, Rinder, Rehe: täglich an die 150g Insekten, Raupen, Käfer und Larven essen sie mit dem Gras und den Kräutern.

»Dann bist Du sicher ein Asket!« tippst Du.

Ach was. Ich bin ein Mensch dieser Zeit, der nur versucht, möglichst naturnah und natürlich zu leben. Asket-Sein, das halte ich für nichts Natürliches. Im übrigen:

Ich lasse mich nicht irgendeiner Masse zuordnen, mag sie groß oder klein sein. Und ich hoffe, Du auch nicht. Ich vertrete auch keine Massentheorien, weil sie samt und sonders falsch sind, da sie von Menschen erfunden werden. Nur Selbst-nicht-denken-Könnende spüren nach den Richtlinien einer Partei, einer Religion, eines Führers oder einer Massenansicht. Ich vertrete nur die Natur. Nur die ist frei von Fehlern. Nur sie will das Beste für den Menschen - aber auch für alle anderen Lebewesen! Nochmals: Ich sehe mich nur als Vermittler ihrer Sprache, welche die meisten von uns nicht mehr wahrnehmen können oder wollen. Doch auch ich kann mich dabei irren, wenn ich sie zu übersetzen suche. Deshalb paß auch bei mir gut auf! Und laß es mich möglichst wissen.

**Wenn ich mich irgendwo eingliedern lasse, dann zu denen, die nicht untätig zusehen wollen, wie Tiere, Menschen und Natur von nur den Mammon als einzigen Wert anerkennenden Menschen kaputtgemacht werden.**

Natürlich kann ich als Einzelner nichts gegen diesen Wahnsinn in der Welt ausrichten, natürlich ist eine Gemeinschaft nötig, die Ideale weiterträgt. Aber diese Gemeinschaft muß die Natur voll bejahen. Die Vegetarier tun das nur halbherzig. Zwar sind sie gesünder als die Fleischesser. Aber sie essen völlig normal wie jeder andere Massenmensch - nur eben kein Fleisch, weil sie aus ethischen Gründen keine »Leichenteile« zu sich nehmen möchten.<sup>6514, 6515, 6516</sup>

Das meist zur Geschmacksaufbesserung von Fleisch hinzugenommene Salz ist dagegen kein natürlicher Ernährungsstoff! Und damit schädlich. Wenn Du hin und wieder mal zu rohem Fleisch greifen möchtest, dann solltest Du es salzlos essen.

»Ein Tartarhappchen ohne Salz - das ist ja wie ein Mädchen mit Kurzhaarschnitt«, rufst Du.

Siehst Du, da merkst Du schon: Der Mensch ist, wie die Affenmenschen, gar nicht so sehr auf Fleisch programmiert. Nur die Salzzugabe macht es ihm schmackhaft und überwindet so die innere Abneigung gegen zuviel tierische Produkte. Ab und zu mal, mehr aus Neugier als aus einem Bedürfnis heraus davon probieren - das genügte ihm seit Urgedenken. Denn Fleisch

ohne Gewürze blieb was es war: ein natürlicher Ernährungs- und Lebensstoff - für Hegetiere mit Kurzdarm und Reißzähnen und Gemischtesser (wie Bären oder Vögel) bestimmt.

Und Salz, genau wie Erdöl, lag stets so tief im Schoß der Erde verborgen, daß kein urzeitliches Lebewesen je daran gelangen konnte. Daß der Mensch beides dennoch in Beschlag nahm, das wurde und wird wie alles, was er sich unberechtigt und gegen seine Naturbestimmung aneignet - zur noch immer nicht erkannten Strafe für den Frevel an unserer Mutter Erde.

Das Erdöl trieb uns in die wahnwitzige Technisierung, das Salz trieb uns dazu - weil es Gerichte so schmackhaft machte -, mehr Fleisch zu essen, als uns bestimmt war und uns guttat. Dann trieb es uns dazu, urzeitlichen Nahrungsmitteln durch Zerkochen ihren urtümlichen Geschmack zu nehmen, um diesen dann den Geschmack von verdünntem Salz zu vermitteln.

Salz ermöglichte es den Menschen auch, sich größere Fleischvorräte zuzulegen und haltbar zu machen und so wiederum mehr davon zu verbrauchen, als ihm die Natur zugestand. Es ermöglichte den Transport von Fleisch in weiter entfernte Regionen an Menschen, die es vorher als Nahrung nie gekannt hatten. Salz schuf schließlich eine so starke Nachfrage nach Fleisch, daß sich die Menschen aus Profitgründen daran machten, Nutzvieh in größeren Mengen zu züchten, als der Erde gut tat.

Es brachte weiter die kurzsichtigen Menschen dazu, die herrlichen Wälder der Erde abzuholzen, um für ein, zwei Jahre Vieh auf dieser Erde weiden zu können und das Land danach versteppen oder verwüsten zu lassen.<sup>6000, 9648</sup> Es brachte sie dazu, das urzeitliche Grün der Erde unterzupflügen, den Boden mehr und mehr der Erosion preiszugeben, ihn mit künstlichen Giften zu verseuchen - nur um riesige Flächen mit Futterpflanzen für seine Zuchttiere anbauen zu können. Obschon zehnmal so viele Menschen von den pflanzlichen Produkten dieser Anbauflächen satt würden, wenn man sie mit Getreide bebaut oder noch besser mit Obstbäumen bepflanzt hätte.

**Noch genauer: Wenn Getreide von Tieren gegessen wird und dann die Tiere von den Menschen verzehrt werden, gehen jeweils neun von zehn Kalorien und vier von fünf Gramm Proteinen dem Menschen verloren:**

**»Wo ein Jäger leben kann, leben 10 Bauern oder 100 Gärtner.« (Alexander von Humboldt)**

»Ich glaube, ich fange allmählich an zu begreifen, daß das Fleisch der Großtiere dem Menschen nicht zur Nahrung bestimmt war«, sagst Du.<sup>6107</sup>

Edle Menschen haben das schon immer und sehr früh gespürt.<sup>0570</sup> Roh sind die Molekülverbindungen des Fleisches aber noch natürlich. Gekocht oder gebraten sind sie jedoch völlig denaturiert und von so stark veränderter Art, daß unsere Organe nur schwer damit fertig werden. Und von Mikrowellenstrahlung zerstört, sind sie sogar erdenfremd vergiftet.<sup>6110, 9681/3</sup>

Vielleicht wirfst Du einen Blick auf Deine Hände, wenn Du mal ein putziges Eichhörnchen

beim Aufknabbern einer Nuß beobachtest: Seine Pfötchen sind perfekt dafür geformt, eine Nuß zu halten. Aber völlig ungeeignet, den Bauch eines Kaninchens damit aufzureißen.

Vor allem laß Dir in Zukunft das Schlachtfett der Tiere nicht mehr andrehen. In Gebäck jeder Art, ob Torten, Kuchen, Toastbrot, Plätzchen, Chips ist es reichlich vorhanden. Aus Schlachtabfällen wie Köpfen, Augen, Klauen und Ohren wird Gelatine gemacht. Du findest sie als Kapseln für Medikamente, in Torten und Patisseries, in Fertig-Birchermüsli, Früchtequarks, Buttermilch und Weichkäse.

»Gegen Eier von Freilandhühnern wirst Du wohl nichts einzuwenden haben.« <sup>6108</sup>

Weil der Gorilla sie nicht anrührt, sind sie auch für uns tabu. In der Wildnis Eier aufzustöbern, das ist gar nicht so einfach. Die Vögel bauen ihre Nester meist so, daß selbst leichtfüßige Tiere schwer drankommen. Sie roh auszutrinken, das find ich auch nicht gerade schmackhaft.

»Junge, Junge dieses Sich-mit-Affen-Vergleichen geht ganz schön zum Nachteil eines reichhaltigen Mahles aus, fürchte ich. Aber: Wenn ich kein tierisches Eiweiß mehr zu mir nehme, fehlen mir dann nicht wertvolle Aminosäuren, wie die Ärzte und Ernährungswissenschaftler immer behaupten? Aminosäuren sind auch wesentliche Aufbaustoffe für das Gehirn.«

Die Gorillas, unsere nächsten Verwandten, mit gleichen Organen, gleichen Skeletten und gleichen Blutgruppen essen keinen Happen Fleisch. Doch bis heute hat noch kein Beobachter die so liebenswerten Geschöpfe deswegen leidend, krank oder schwach und unmuskulös gesehen. Und auch deren Gehirn scheint bestens zu funktionieren: Weigern sie sich doch bis heute zu sprechen. So kann sie niemand zum Arbeiten bewegen und sie sind davor bewahrt, Blabla zu reden.

Und wenn Dir tausendmal gesagt wird, was in gewissen Lebensmitteln alles an Wertvollem drin sein soll - das mag schon stimmen, aber: • Einmal kommt es nicht drauf an, was im Essen an Nötigem oder »Gutem« drin ist, sondern was der Körper davon verwerten kann,

- zum zweiten ist es wichtig, daß die »wertvollen Inhaltsstoffe« nicht für den menschlichen Körper belastend (weil zuviel) sind und dann nicht mehr ausgeschieden, sondern im Gewebe oder in den Blutgefäßen als Schlacken abgelagert werden,

- und zum dritten handelt es sich nur um die Meinung irrender Menschen darüber, was angeblich »wertvoll« für uns Menschen sei und was sie unbedingt als lebensnötig zu sich nehmen müßten. Diese Meinungen sind aber meist nur dummes Nachgerede alter Regeln, außerdem stets profitorientiert. Nur die Natur will das Beste für ihre Geschöpfe, nur sie kann Dir richtig raten, was Du zu tun und zu lassen hast.

Nicht raten können Dir z.B. Ernährungswissenschaftler mit solchen zwar schrecklich beeindruckend und gelehrt klingenden Worten, hinter denen nichts, aber auch gar nichts außer der Wahrheitsmanipulation und die Eierindustrie steht:

Das Eiweiß ist ohnehin praktisch frei von Cholesterin. Grundsätzlich sollte immer bedacht werden, daß Hühnereier ein Nahrungsmittel mit höchstem ernährungsphysiologischen Wert seien, sagt Worms. Neben dem biologisch höchstwertigen Eiweiß enthalten Eier reichlich Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente. (Prof. Dr. Worms in BUNTE Nr. 41/1987)

**Was dieser Ernährungswissenschaftler hier verantwortungslos von sich gibt, das ist kennzeichnend für die meisten Dummhaltungstechniken und das Sich-selbst-was-Vormachen angeblich kompetenter Leute. Sie sollten der bewußten Körperschädigung von Millionen Menschen angeklagt werden.**

**Doch jetzt bemerke an Dir doch mal, wie das Wort »ernährungsphysiologisch« auf Dich wirkt. (® Rz.23) Na, wie denn?**

»Tja, es macht die Aussage des Professors sehr glaubhaft. Es bewirkt eigentlich, da es so bedeutsam und wissenschaftlich klingt, daß ich dieser Aussage gleich glauben will und gar nicht geneigt bin, der Sache auf den GUND zu gehen, wie Du es immer tust. Aber: Hat der Ernährungsprofessor denn Unrecht mit seiner Behauptung über den Vitamin-, Spurenelemente- und Mineralgehalt der Eier?« fragst Du.

Natürlich nicht! Glaubst Du, der läßt sich bei einer direkten Lüge erwischen?! Es ist ja gerade diese geschulte Gewandtheit in den Ausdrucks- und Schreibweisen der Intellektuellen, uns mit nicht angreifbaren Feststellungen für die Wahrheit blind zu machen. Frage Dich das einmal: Für wen enthält das Ei all die ernährungsphysiologisch höchstwertigen Vitamine, Mineralien, Spurenelemente? Doch wohl nur für das Küken, das sich aus dem Ei entwickeln soll. Nur dafür sind die »ernährungsphysiologisch höchsten Werte« bestimmt! Doch der Ernährungswissenschaftler fragt nicht danach. Er will einmal die Hühnerzucht fördern und nimmt dann auch noch in seiner Hybris an, daß alles, aber auch wirklich alles auf dieser Erde nur für den Menschen bestimmt sei, den wir immer noch als die Krone der Schöpfung ansehen. Daß inzwischen der Mensch zur Dornenkrone der Schöpfung wurde - auch dank dessen, was aufgrund wissenschaftlichen Tuns in die Tat umgesetzt wurde - wer will das schon sehen!<sup>6230</sup>

Das Ei ist das mit Cholesterin höchstbelastete schädliche Nahrungsmittel überhaupt.<sup>6009</sup> Und doch suggeriert uns der, so wie ich zu fühlen glaube, professorale Sympathisant der Eierindustrie, daß Eier so gut wie kein Cholesterin haben, weil das *Eiweiß* darin keines besitzt. Welche Unmengen dagegen im Eigelb stecken, nebst der Salmonellen, Hormonen und anderen Giften - das unterschlägt uns dieser sprachgewandte Professor mit den geschickten Volte eines Kartenspielers. Und von hohem »ernährungsphysiologischem« Wert (eine wissenschaftsübliche aufgeblasene Worthülse, die nichts, aber auch gar nichts bedeutet) sind - rein nach den Inhaltsstoffen bewertet - auch Sägespäne. Nur ist das kein Grund, die in sich hineinzufüttern. Du siehst, wie man Tatsachen mit Worten genau ins Gegenteil verkehren kann. Hörige Professoren der Nahrungsindustrie<sup>2359</sup> suchen uns mit Worten wie »wertvoll«, »für die menschliche Ernährung unverzichtbar«, »höchstwertig« usw. zu täuschen und vom Essen für den Menschen wirklich wertvoller, nämlich natürlicher Nahrung abzuhalten. Damit die Industrie nur immer mehr von ihrem Zeug an die Dummen unter uns Menschen verkaufen

kann.

**Siehst Du - ich erhalte von der Industrie keine Honorare für ihr gefällige Aussagen. Ich will Dich nur gesund machen und gesundhalten und nicht an Dir verdienen. Deshalb kann ich es mir erlauben, die Wahrheit zu sagen, und nichts als die reine Wahrheit. Das spürst Du ja, denn ich tue Dir oft genug weh damit, oder? Die Wahrheit zu schlucken und sich seine Illusionen nehmen zu lassen, z.B. über die Ärzte oder die eigene Lebensführung, das kann für manche noch schwerer sein als die UrMedizin zu futtern.**

**Aus diesem kühlen Grunde werden auch etwa 30% meiner Leser das Buch vor lauter Widerwillen nicht zu Ende lesen. Weil »es leider meine Erwartungen nicht erfüllt«, so schreiben sie mir. Und meinen damit die Erwartungen eines Wunders vom bequemen Gesundwerden. Zum Teufel auch: Ich schreibe dieses Buch nicht, um Erwartungen zu erfüllen, sondern um die Menschen - und auch unsere Tierbrüder - von ihren Leiden zu befreien.**

**Ob aber nun die industriell erzeugten Produkte (Eier aus den Tierquäl-Käfigen gehören dazu!) oder die aus der Natur wirklich höchstwertig für Dich sind, das erkennst Du aus meinen vergleichenden Tabellen in den Kapiteln 9.81 und 9.86. (® Rz.987) Die ich nur deshalb erarbeitet habe, weil Du anders nicht zu überzeugen bist.**

Doch das ist noch nicht alles: Die KZ-Hühnereier enthalten ziemliche Mengen von all den Antibiotika und Medikamenten, die man den armen Tieren verpassen muß, damit sie den Streß der artfremden Käfighaltung gerade noch so eben überstehen. Wie gesund die ernährungsphysiologisch höchstwertigen Eier aus der Kadaver- und Fischmehlfütterung der auf Samenpicken eingestellten Hühner sind, das verschweigt uns der Herr Professor aus sicherlich (für ihn) guten Gründen...

**Ich meine das so: Holunderbeeren sind nach den Tabellen auch hohe Vitaminträger. Aber essen solltest Du trotzdem höchstens ein paar davon - weil sie dem menschlichen Magen nicht zuträglich und allein für die Vögel bestimmt sind. Du erkennst das an deren abstoßenden Geschmack, wenn Du sie roh und ungezuckert ißt.**

**»Ernährungsphysiologisch höchstwertig« sind die sicher Spitze - nur muß Du danach kotzen! (Nur von den Blüten kannst Du täglich etwas naschen.) Eier: ebenfalls »höchstwertig.« Natürlich! Nur kriegst Du davon Arterienverkalkung. Und die schlimmsten Krankheiten. Und ich möchte jetzt auch am liebsten kotzen. Nicht wegen gegessener Eier. Aber über gewisse gewissenlose Ernährungswissenschaftler, die sie uns empfehlen.**

**»Ist das denn wenigstens richtig gedacht: Fische kann man in klaren Bächen mit der Hand fangen - also dürfen die Urzeitmenschen doch wenigstens Fisch gegessen haben.«**

Dann mach Dir doch mal den Spaß und sieh, wie lange Du dazu brauchst, einen zu erwischen. Ich meine: 'ne Handvoll Sauerklee macht Dich schneller satt! Aber wenn Du Lust darauf hast, bitte. Dann muß Du den Fisch aber auch urzeitlich essen.

Fang also eine Forelle aus einem Bach, oder laß Dir eine aus einem Restaurant-Aquarium reichen, schlag sie tot oder laß sie lebend und beiß hinein. Guten Appetit! Ich eß lieber Früchte, die über dem Bach hängen, nach denen einfacher zu greifen ist, und die mir besser schmecken. Und das werden unsere urzeitlichen Vorfahren auch so gehalten haben - bevor sich der Homo erectus zum Homo faber wandelte, der u. a. die heimtückischen Netze erfand. Und der mittlerweile zum Homo disturbo degenerierte.

»Du läßt mich von einem Wissensloch ins andere fallen. Überall wird doch von den Ernährungswissenschaftlern behauptet, Fisch sei so gesund, er sichere uns das nötige Jod, enthalte wertvollste ungesättigte Fettsäuren, die so wichtig für Herz- und Kreislaufleiden sind.«

Warum läufst Du denn rot an, wenn Du 'ne Fischgräte verschluckst? Warum passiert Dir das nicht beim Essen von Grün? Und warum verträgst Du angefaultes Obst, bekommst aber von nicht ganz frischem Fisch oder Muscheln eine lebensgefährliche Vergiftung? Wann willst Du auf diese eigentlich eindeutige Sprache der Natur hören, statt auf das, was Menschen unüberlegt dahersagen oder Dir zwecks Verkaufsförderung einreden möchten? Fleisch und Fisch in frischem Zustand vergiften Deinen Körper langsam, wenn sie älter sind aber oftmals sehr schnell.-9496

Trotzdem will ich die Fischesser nicht gerne deswegen vorzeitig die Radieschen von unten sehen lassen: Wer die Gräte nicht durch Husten aus dem Schlund herauskriegt, der esse rohes Sauerkraut oder schlucke nasse Watte. Das schlingt sich um den Fischknochen und nimmt ihn mit auf die Reise in den Magen.

**Merke: Der Körper braucht kein »wertvolles« tierisches Eiweiß - der Körper braucht reine, unverfälschte, natürliche (und für den Frucht- und Pflanzenesser Mensch und Affenmenschen bestimmte) Grün-, Frucht- und Wurzelnahrung.**

**Selbst wenn der von den Wissenschaftlern errechnete, oft wieder geänderte Eiweißbedarf stimmen sollte, dann wisse: Der mit UrKost versorgte Körper beutet das ihm zugeführte, geringer als im Fleisch vorhandene pflanzliche Eiweiß viel intensiver und vor allem nicht krankmachend aus.**

Ein Tumor, gleich ob gut- oder bösartig, enthält 15 mal soviel Eiweiß wie das übrige Gewebe. Ich weiß zwar nicht, ob dies etwas mit dem Zuviel an Eiweiß in der normalen Ernährung zu tun hat - es könnte aber ein Hinweis sein!

Bedenke auch, daß Du Dein wertvolles tierisches Eiweiß bisher stets in erhitzter Form zu Dir genommen hast. Eiweißmoleküle sehen aus wie Wollfäden, sie sind alle wohl geordnet, mit vielen freien, reaktionsfähigen Zellen. Wird es über 43° erhitzt, verfilzen die Moleküle, ähnlich wie bei einem zu heiß gewaschenen Pullover. 43° C ist nicht nur die Temperatur, bei der Eiweiß denaturiert - bei ihr



erlischt auch jedes menschliche Leben. So was hörst Du natürlich von den Wissenschaftlern nicht.

Du solltest versuchen, Dich ein bißchen in meine Denkweise einzufühlen, wenn Du aus diesem Buch viel gewinnen willst:

Halte Dir bei allen wissenschaftlichen Argumentationen stets vor Augen, daß sie in ein paar, spätestens in 200 Jahren als falsch erkannt werden.

Die augenblickliche Behauptung von ihnen, der Körper brauche täglich Eiweiß, um seine Eiweißdepots aufzufüllen, könnte sich z.B. ebenfalls bald als unrichtig erweisen. Denn mit dem gegessenen Eiweiß werden ja nicht einfach unsere Gewebezellen aufgefüllt. Unser Verdauungsapparat zerlegt alle Nahrungsstoffe vorher. Das für den Körper erforderliche Eiweiß wird aus Aminosäuren gewonnen und aufgebaut. Und Aminosäuren gibt es im Übermaß auch in Pflanzen und Früchten.

Entscheidend für die Richtigkeit einer These ist also letztlich für Dich nur die Frage: Ist mein Tun und Lassen mit dem früheren urzeitlichen Leben noch in etwa vereinbar?

Glaubst Du, daß Dein Körper aus verfilztem Eiweiß besonders gute Aminosäuren gewinnen kann?

Ich streite nicht ab, daß tierisches Eiweiß wertvoll ist - aber für wen? Hier doch auch nur für den, für den zu essen es vorgesehen ist. Also für die Raubtiere, die von der Schöpfung von ihrer Konstitution her für diese Art von Proteinen bestimmt sind. (®Rz412)

Ich sehe es so: Wir Menschen brauchen als von der Natur für Wildgrün und Früchte prädestinierte Lebewesen zwar nicht sehr viel, aber doch täglich eine Mindestmenge an Eiweiß. Denn der Körper kann es zwar in Aminosäuren aufspalten, um daraus das *für uns geeignete* Protein aufbauen zu können. Doch er kann es nicht in genügender Menge selbst herstellen! Aber:

Gesundheitsgesetz

**Des Menschen Eiweißbedarf muß und darf nicht aus »wertvollem« tierischen Eiweiß gedeckt werden, an das er so gut wie nicht gewöhnt ist. Gedeckt werden muß es aus dem ihn nicht krankmachenden Wildpflanzen- oder Blättereiweiß, auf das er genetisch eingestellt ist.**

Tiereiweiß ist Fremdeiweiß - vor allem aber minderwertig, wenn es durch Kochen in seiner Struktur verändert wird. Wir sind - mit kleineren Ausnahmen - nur an pflanzliches Eiweiß gewohnt. Fremdeiweiß strapaziert deshalb ständig über die Maßen das Immunsystem.<sup>9846</sup>

Kulturgemüse besitzt zu wenig Eiweiß und dies auch noch in einer zu schlechten Qualität.

Du als UrMethodiker bekommst all diese Aminosäuren bereits fix und fertig aufbereitet in der feinsten Form. Und zwar durch das Obst, das Du ißt. Und die werden ohne Einbußen durch die Verdauung sofort Deinem Körper zugeleitet. Deshalb wäre zuviel davon nur belastend. Du kannst also auf das Eiweiß vom Tier (mitsamt ihm vom Bauern verpaßten Medikamenten, Hormonen und Giften) gut und gerne verzichten. Auch aus diesem Grund:

Große Mengen von Eiweiß können Dich gereizt, unzufrieden und hektisch werden lassen. Hierfür soll der Botenstoff Serotonin, ein Gewebehormon, verantwortlich sein, das für unser seelisches Gleichgewicht zuständig ist.<sup>6335</sup> Kommt hinzu, daß es den so viel Tiereiweiß für die Ernährung fordernden Wissenschaftlern unbekannt geblieben zu sein scheint, was bereits in der Chemiestunde gelernt wird: daß sich Luftstickstoff im Körper mit Hilfe von Bakterien in Eiweiß umwandelt. In eventueller Not besitzt unser Körper also möglicherweise eine eigene kleine Aufbereitungsanlage, falls sich - mit der UrMedizin eingebracht - stets die richtigen Bakterien drin und die nicht für ihn geeigneten draußen befinden. Außerdem verwertet der Körper einen Teil der Abfallstoffe wieder zu Eiweiß. Doch allzuviel von diesen Vorgängen im Körper wissen die Wissenschaftler noch nicht. Das liegt alles noch ziemlich im Dunkeln. Weshalb die einzig richtige Konsequenz die ist, sich zu sagen:

Ich weiß nicht, wieviel Eiweiß ich genau brauche, auch nicht wieviel Kohlenhydrate. Ich weiß nur, daß ich genau das brauche, was die Natur für mich vorgesehen hat und nicht, was sich andere Menschen für mich ausdenken.

»Aber irren denn die Forscher alle, die da behaupten, Fleisch als Proteinträger sei für den Aufbau von Muskelmasse unbedingt nötig? Das kann doch nicht wahr sein!« sagst Du. »Und hart arbeitende Menschen brauchen doch wohl auch kräftige Nahrung!« <sup>6629</sup>

**Und wo nimmt dann z.B. so ein Kampfstier - vor muskulöser Kraft strotzend - sein hochwertiges Eiweiß her? Wird der etwa mit Würstchen oder Hamburgern gefüttert? Oder mit Schweinshaxen? Nein: Die Natur hat dessen Stoffwechsel mit der Fähigkeit ausgestattet, aus Gras und Kräutern seine Eiweiß-Muskelpakete aufzubauen. So wie die Natur den Menschen mit allen nötigen Stoffen versorgt, wenn er nichts anderes als Früchte, Wurzeln und Blätter zu sich nimmt. Genau so, wie die Natur auch dem Gorilla Muskeln, unwahrscheinliche Kraft und Gesundheit gibt - nur von seinen grünen Wildpflanzen und Früchten, die er zu sich nimmt.**

**Warum bevorzugt man aber bei uns das Fleisch von pflanzenessenden Tieren und nicht das von Fleischfressern wie Tiger, Hund, Katze, Wolf, Geier oder Eule? Das Fleisch des letztgenannten Vogels wäre doch sehr empfehlenswert für die Einfältigen, die sich Intelligenz anessen möchten. Ähnlich den leicht zu Primitivdenken neigenden Männern, die Kraft von einem ordentlichen Stück Steak erwarten. Du sagst:**

»Die Wissenschaftler empfehlen Fleisch und Innereien vor allem deshalb zu essen, weil damit der

<b>Vitamin-A-Gehalt in 100 g (Verlust durch Braten: ca 50%)</b>
---



nötige Vitamin-A-Gehalt bestens zu decken sei. Tritt damit nicht die leidige Tatsache, das Fleisch heutzutage meist mit Hormonen und Schadstoffen belastet ist, weitgehend in den Hintergrund?«

Sehen wir uns das mal näher an. Retinol ist in folgenden Mengen z.B. in der Leber enthalten:

Rohe Leber vom ®	Rind	Kalb	Schwein	Huhn
aus Metzgerei -	mg	mg	mg	mg
Düsseldorf	2,7	41,1	33,2	6,8
Frankfurt	25,8	29,7	67,3	10,0
Hamburg	56,2	43,7	48,7	24,7
München	41,7	35,7	45,0	31,1
Stuttgart	11,5	34,5	25,9	8,2

Ist dieses Vitamin A im Fleisch (für den von der Natur zum Pflanzen- und Früchteesser bestimmten Menschen) auch in der richtigen und zuträglichen Menge enthalten? So haben wir uns zu fragen, wenn wir uns nicht schon von vorneherein sagen wollen: Fleisch ist die Nahrung der Raubtiere - und deshalb ist das Vitamin A darin nicht für uns bestimmt. Mag dieses Fleisch auch noch so viel davon besitzen!

Denn: Mit dem Fleischvitamin müssen wir ebenfalls die so schädliche Harnsäure der Tiere zu uns nehmen. Und dann: Ist das Fleischvitamin A genau so wirksam und günstig für den Pflanzenesser Mensch wie das aus Beta-Karotin gewonnene Vitamin A der Pflanzen? Vielleicht werden in 50 Jahren empfindsamere Apparaturen und Nachweismethoden erweisen, daß Vitamin A nicht gleich Vitamin A ist.

Da die heutigen Ernährungswissenschaftler zu solch einfachen oder vorausschauenden Gedankengängen noch nicht fähig sind und es verlernt haben, ihren eigenen gesunden Menschenverstand zu gebrauchen, muß ich mich leider noch der kompliziert beweisenden und analysierenden - und damit Irrtümern den Weg öffnenden wissenschaftlichen Begründung bedienen. Natürliche Denkweisen hintanstellend, wird von Dir aufgrund vorstehender Aufstellung gefolgert: »Fleisch ist wegen seines außerordentlich hohen Vitamin-A-Gehaltes besonders gesund für mich.«

Während die Ernährungswissenschaftler uns mit Hilfe dieser geschickten Vitamin-A-Argumentation Fleisch so gut andienen können, haben andere Wissenschaftler jedoch festgestellt: Mehr als 3 mg (je 100 g) Vitamin A täglich können vor allem bei Kindern zu erheblichen Gesundheitsstörungen und bei Föten zu schlimmen Mißbildungen führen. Was sagst Du nun?

Nur soviel aus Beta-Karotin im Körper umgewandeltes Vitamin A in folgenden Bereichsmengen sieht die Natur für Dich vor:

Vitamin-A-Gehalt aus Beta-Karotin in 100 g Wildpflanzen			
Gras	Sauerklee	Malve	Löwenzahn

Und wenn Du Berge von  
Urpflanzen essen würdest - tätest

0,15 mg	0,9 mg	0,3 mg	0,9 mg
---------	--------	--------	--------

Du es nur! -, zuviel Vitamin A bekommst Du mit dem Essen von Wildpflanzen nie in Deinen Organismus hinein! Und in Kulturpflanzen ist noch weniger drin! (© Rz.987) So viel weniger, wie im Fleisch zu viel ist.

**Erhebe Dich also über die analysierende, nur fachspezifisch bewertende und detailversessene Betrachtungsweise der deshalb stets im Irrtum befindlichen Wissenschaft.**

**Und dann sieh Dir mal in den Tabellen unter den Kapiteln 9.81 bis 9.86 an, wie hoch die Wildpflanzen den Kulturpflanzen auch mit ihrem Eiweißgehalt überlegen sind! Schon allein deshalb mußten die Forscher zu falschen Schlüssen bezüglich des Eiweißbedarfs für uns Menschen kommen. Denn sie bezogen ihre Erkenntnisse lediglich aus Kulturpflanzen. Du erkennst:**

**Alles wird fehlerhaft, wenn man sich von der Basis der Natur abwendet.**

Deshalb sollte das Einwickelpapier für Fleisch mit dem Hinweis bedruckt sein: Mit dem Genuß dieser Speise nehmen Sie zu viele und damit ihrer Gesundheit schädigende Mengen Vitamin A ein. Und außerdem ziehen Sie sich mit der in ihm enthaltenen Harnsäure Rheuma zu. Und jede Bonbontüte und Pralinschachtel sollte den Hinweis tragen: Zahnzerstörender Inhalt! Vermindert Ihre Knochenmasse! Führt zu schlimmen Krankheiten.

Gesundheitsminister: Übernehmen Sie! Erlassen Sie entsprechende Verordnungen, wenn Sie die Krankheitskosten senken und Gesundheit für die Volksgemeinschaft wirklich wollen! Statt Kratzfüße vor der Pharmaindustrie zu machen. Und Du? Schreib ihm entsprechend, wenn Feuer in Dir brennt...

Viel Schuld daran, daß die Massen heute, ausgerechnet mit dem Namen »Wissenschaft«, so zu ver dummen sind, liegt in dieser Tatsache begründet: Die Menschen werden nicht mehr von innen her, durch ihren gesunden Menschenverstand, durch das Gewissen oder durch ihr eigenes Verantwortungsgefühl geleitet, sondern werden mit den raffinierten Methoden der heutigen Massenpsychologie von außen her manipuliert. Und zwar von den großen Organisationen, die sie vergeßlich und dumm halten wollen - damit sich die Mitglieder und Führer dieser Organisationen auf deren Kosten ein gesichertes, angenehmes und finanziell höchst einträgliches Leben machen können: Die Staaten für deren Politiker, die Verwaltung für ihre Bürokraten, die Kirchen für ihre Würdenträger, die Schulmedizin für ihre weißen Götter, die Gewerkschaften für ihre Bonzen, die Parteien für ihre Funktionäre, die Ernährungsgesellschaften für eine Höchstdotierung ihrer Professoren...

»Ich glaube kaum, daß irgendein anderes Land eine solch große Anzahl von Vegetariern innerhalb seiner Bevölkerung aufweist und sich seit Generationen schon der Fleischkost enthalten hat wie das unsere. Und dieses nicht nur deshalb, weil man Fleischkost etwa für ungeeignet für den Menschen hielt, sondern weil man sie sogar als schädlich für die geistige

Entwicklung ansah.« (Rajendra Prasad, ehemaliger indischer Staatspräsident)

Wenn Du als noch Gesunder dieses Buch liest, dann winke nicht gleich ab und sei nicht verärgert darüber, daß sich der Autor erdreistet, etwas von dem anzuzweifeln, was Deine Lebensfreude auszumachen und selbstverständlich für Dich scheint: Kräftig zu essen und zu trinken, Fleisch zu genießen und Genußmitteln zuzusprechen.

Gewisse Magazine, allen voran der »stern«, reagieren besonders sauertöpfisch, wenn alternative Gesundheitslehrer auf gesundheitsbewahrendes Essen zu sprechen kommen. Davon will man nicht gerne etwas hören, weil sich keiner etwas versagen will. Am besten wird man mit solch wenig angenehmem Gedankengut fertig, wenn man es leichtfertig abtut und lächerlich macht. Als kluger Leser würde ich da doch lieber der Sache auf den Grund gehen. Mein Jugendfreund Rudi war ein liebenswerter Kerl - aber oberflächlich blieb er zeit seines Lebens. Auch er fing schon im frühen Alter damit an, sich mit Nierenschmerzen herumzuschlagen. Nach der ersten Operation, bei der er eine Niere verlor, machte ich ihn näher mit meiner (damals noch nicht so ausgefeilten) auf die Krankheit eingestellten Lebensweise bekannt.

»Wie? Da soll ich alles rüh esse? Un ovends op mi Pännche Brootäppelche met Speck (Kölsch für: Bratkartoffel mit Speck) verzichte? Jo - beß de nit janz jescheit?« war seine Antwort.

Ein halbes Jahr ging es noch janz juut mit ihm und seinen leckeren »Brootäppelchen«. Dann kam es zur zweiten Operation. Und die überlebte er, 43jährig, nur um einige Wochen...

**Was die Gesundheit wert ist, das weiß nur der, der sie verloren hat.**

**Der Du als Gesunder mit völligem Unverständnis dem Aufgeben von Zungengenüssen gegenüberstehst, sieh auch dieses:**

**Wäre es bereits früher bekannt gewesen, daß man sich mit der UrzeitTherapie wieder völlig gesund machen kann, -- dann hätte uns Mozart, Chopin und Schumann mit viel mehr ihrer herrlichen Musik beglückt,**

**-- dann wäre van Gogh nicht depressiv geworden und hätte uns wie Picasso viele weitere seiner herrlichen Kunstwerke geschenkt,**

**-- dann würde uns Georg Büchner mehr als seinen »Woyzeck« hinterlassen haben. Und wer weiß, was Kafka noch alles geschaffen hätte...**

**-- dann wäre Beethoven nicht taub geworden, hätte uns Schubert mehr seiner unvergleichlichen Lieder, uns vielleicht sogar mit einer Oper beglückt,**

**-- dann würde uns die an Multipler Sklerose verstorbene Jaqueline Dupré noch heute mit ihrem Cellospiel das Herz höher schlagen lassen ...**

-- dann wäre der syphiliskranke Oskar Wilde nicht von den Ärzten durch Quecksilber totbehandelt worden und wir hätten mehr seiner brillanten Stücke empfangen.

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × »[Der Große GESUNDHEITS-KONZ](#)« × »[Natürlich Leben](#)«  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** e-mail : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/5/6.html> - Update: 13.01.2000 15:53

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a>                    × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> -                    <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# Kapitel 5. Finde den Weg zur besten Ernährung für Dich: zur UrKost

## 5.61 Diese Mediziner sind mehr als verachtenswert

### Ich und meine Gesundheit

**Besonders wichtig aber ist reichlich Salz im Essen. Bereits zum Frühstück sollten Kinder eine salzige Fleischbrühe trinken, raten der Mainzer Kinderarzt Professor Bodo-Knut Jüngst und der Hamburger Internist Professor Klaus Donat. Mit der Stabilisierung des Blutdrucks verschwinden dann auch die Kopfschmerzen. »Bedenken wegen einer krankhaften Blutdruckerhöhung durch das Kochsalz bestehen überhaupt nicht«, erklärt Professor Donat, »die Kinder brauchen das Salz für Herz und Kreislauf.«**

(Bunte Nr. 17/1987)

Ist es bei solch unverantwortlicher Salz-Werbung ein Wunder, daß inzwischen die Kinder fast nur noch von salzigen Pommes frites, Hamburgern und Hähnchen mit Cola großwerden?<sup>6211, 9905</sup> Und in Belgien Kinder bereits aufgrund des unheimlichen Frittenverbrauchs mit gespreizten Lippen zur Welt kommen? Und in den USA die Kinder schon mit starren, viereckigen Augen herumlaufen? Was uns hier bald auch noch blüht...

Darf man bei uns straflos solche Sätze mit derart verhängnisvollem Inhalt von sich geben?  
Darf man widerspruchslos auf diese Art und Weise bei uns Kranke züchten?

Ist es da ein Wunder, wenn die späteren Erwachsenen auch nach biologisch völlig entwerteter und versalzener Junk-food verlangen und nicht mehr zur gesunden Kost hinzufügen sind?<sup>6316, 9905</sup> Dafür aber zu den besten Abnehmern der von der Pharmaindustrie bereitgestellten Medikamentengifte. <sup>2504</sup> Wundert es Dich da, wenn Kinder schon im frühen Alter verkrebsen oder unter Rheuma leiden?

Bedenke: Es geht hier um die Gesundheit von Millionen, welche die Ärzte-Professoren mit solchen Äußerungen untergraben. Habe ich zuviel verlangt, als ich Berufsverbot für sie forderte? Wird Dir allmählich klar, warum ich Dich so sehr beschwöre, einen größtmöglichen Bogen um sie zu machen?

Stetig tropfen derartige Propagandasprüche der Schulmedizin auf die Menschheit, damit nur ja kein Kind seinem Schicksal entgeht, früher oder später krank und siech - und so ein ständiger Patient der Ärzte zu werden. Was ja auch so einleuchtend klingt bei dieser Überschrift:

**Nicht einseitig ernähren!**

**Der Verzicht auf Zucker kann bei Kindern zu nicht wiedergutzumachenden Gesundheitsschäden und Wachstumsstörungen führen. Dessen Ersatz durch Süßstoffe erzeugt überdies ständige Hungergefühle, so warnt Prof. Dr. Dr. Lese vom Institut für Ernährungsforschung in Bern.<sup>6331</sup>**

(Goldene Gesundheit v. 3.6.1996)

Und das ist der zu Siechtum und Krankheit führende Rat - bei älteren Menschen:

**Ärzte raten Senioren zu mehr Eiweiß**

**Bad Soden. Vor etwa 80 Medizinern aus dem In- und Ausland gaben medizinische Forscher der älteren Generation den Rat, möglichst viel Fleisch und Milchprodukte auf ihrem täglichen Speisezettel zu berücksichtigen. (Kölner Stadtanzeiger v. 9./10. Mai 1997)**

Das Raffinierte daran:

Solche Sprüche setzen sie nicht in ihre Medizinerzeitschriften! Das würde ihnen von ihren Kollegen wohl auch übel vermerkt werden. Nein, man sorgt dafür, daß so ein Gift in den Tageszeitungen, Gesundheitsblättchen und in der Boulevardpresse veröffentlicht wird, bei wenig kritischen Lesern - bei der Masse also, die krank zu halten sich am meisten lohnt.

Wähle statt eines Mediziners einen Arzt!

»Jetzt solltest Du aber mit Deiner Schelte gegen die Mediziner aufhören. Ich kam mir manchmal vor, als hätte ich einer Strafpredigt des Abraham a Santa Clara beigewohnt.«

Das ist dann nicht mehr nötig, wenn einmal endlich das Kartell der Krankmacher auf dieser Erde zerschlagen, die Ärzteschaft entmachtet und an deren Stelle Gesundheitslehrer gesetzt worden sind. Da gibt es Milliarden Krebsleidende nur deshalb, weil sie Fleisch essen, Milliarden Rheumakranke, weil sich dessen Harnsäure in Knorpeln und Gelenken absetzt, Milliarden Arterienverkalkte auf der Erde, weil das in den Adern abgelagerte Cholesterin der Tierprodukte das Blut am Fließen hindert. Und dann raten die Krankheitsspezialisten der zu 90% kranken Menschheit zu noch mehr tierischem Eiweiß.<sup>6327ff</sup> Herzlos, gnadenlos, nur auf

sich selbst und auf ihre Vorteile bedacht, schaffen sie sich auf diese Weise ständig eine leidende Dauerkundschaft.

Den ältesten Nachweis dieser uralten Medizinermasche fand ich in einem überlieferten Ausspruch Buddhas (um 500 v. Chr.):

»Fast 50 Jahre ist es her, daß mir von einem Ärztekollegium versichert wurde, ich würde an Aushungerung sterben, falls ich kein Fleisch äße. Die wirkliche Strafe für fleischlose Lebensart besteht dagegen in einer Ansammlung von Energie.«

Nicht-Fleischesser sind öfter mal dem Spott ihrer Mitmenschen ausgesetzt. Kinder wissen sich da oft besser zu helfen als wir Erwachsenen: Mit den Worten »Hier, die ist im Naturdarm, die kannst du essen« wurde meinem Sohn Oliver von seinen Schulkameraden ein Brötchen mit einem Stück Wurst angeboten, nur um ihn zu testen, ob er bei seinen Möhren blieb. Als Antwort darauf gab er zurück: »Freßt euren Dreck alleine. Ich esse doch nichts, wo Schweine durchgefurzt haben.«

»Ich hab das mal meinem Arzt erzählt, daß Du Salz für so ungesund, ja sogar für eine Droge hältst.<sup>9619, 6702e</sup> Weißt Du, was der mir geantwortet hat: Wer längere Zeit völlig salzlos lebt, kann einen gefährlichen Natriummangel erleben: Schmerzhaftes Krämpfen in Armen und Beinen können die Folge sein. 5 g täglich braucht der Körper lebensnotwendig!<sup>6228</sup> Das Natrium, das im Kochsalz enthalten ist, benötigt er für den Stoffwechsel und hier vor allem zum Abbau der säuernden Eiweißstoffe. Als Gegenspieler des Kaliums reguliert Natrium die Funktion von Nerven und Muskeln. Erhält der Körper zu wenig davon, nimmt die Leistung der Nieren ab - es stellen sich Schwäche, Erschlaffung und Muskelkrämpfe ein, wie zum Beispiel während des Urlaubs in Gegenden mit hohen Temperaturen oder bei sehr anstrengender Tätigkeit. Das sei alles wissenschaftlich erwiesen. Was sagst Du dazu?«<sup>6604, 6616, 6626, 6627</sup>

Wenn Du der Wissenschaft auch jetzt noch immer vertrauen willst, dann solltest Du jetzt schnellstens das Buch beiseite legen und die Werbesendungen Deines Fernsehers einschalten. Da wirst Du von Gutachtern bestens wissenschaftlich bedient. Bei mir mußt Du hier im Buchteil noch mit dem gesunden Menschenverstand vorlieb nehmen. Ich frage mich bei solch sterilen Laborweisheiten nur, wieso alle salzlos lebenden Säugetiere dieser Erde, meine nächsten Verwandten - die Affenmenschen - und ich selbst das Leben ohne Krämpfe in Armen und Beinen und ohne erschlaffte Muskeln oder kranke Nieren überdauern...

»Du verdammst das Salz. Ich habe darüber starke Zweifel. Weil die Wildtiere, auf deren Verhalten Du so schwörst, es doch auch aufnehmen. Eigentlich müßtest Du es deshalb für etwas Natürliches halten. Es heißt doch, daß wildlebende, freie Nashörner, Buschböcke, Elefanten und Kaffernbüffel Salz an natürlichen Salzstellen vom Boden lecken - als Zusatz zu ihrer natürlichen Rohkost. Und warum bekommen Zootiere Salzklumpen zum Lecken aufgehängt? Und wie willst Du belegen, daß Salz eine Droge ist?«

Ganz einfach damit, daß Du immer wieder nach salzhaltigen Nahrungsmitteln gierst, wenn Du sie Dir eine Zeitlang versagst.

Säugetiere besitzen etwa die gleichen körperlichen Anlagen wie wir und sind deshalb genauso verführbar wie wir Menschen. Pferde nehmen uns gerne ein Stück Zucker aus der Hand, obwohl - gäbe es einen Instinkt - sie dieses für sie sehr gefährliche Naschwerk eigentlich ablehnen müßten. Salz reizt die Geschmacksnerven stark, und vielleicht kosten selbst einige Wildtierarten deshalb davon. Nur bedenke: Wie viele Salzleckstellen gibt es wohl auf der Welt? Wenn's hochkommt vielleicht zwanzig.

Und die entstanden auch nur deshalb, weil wegen der Waldzerstörung Sümpfe austrocknen konnten und so das Salz bloßlegten. Bleiben überdies die Fragen: Handelt es sich überhaupt um salzhaltige Erde, wenn die Tiere irgendwo den Boden belecken? Haben die Forscher da mal selbst an der Erde geleckert? Oder an den Felsen, wo Bergziegen lecken? Ich hab's getan: kein bißchen von Salz zu schmecken! Vielleicht tut das der Zunge wohl, wenn es da rauh ist, vielleicht geht es den Tieren auch nur um die darauf wachsenden Flechten. Noch nie ist darüber berichtet worden, daß Säugetiere zu den Meeren wanderten, um dort Salzwasser zu trinken. Und das ist auch deswegen verständlich, weil die Wildtiere keinerlei zusätzlichen Mineralienbedarf haben - in den Wildpflanzen sind sie ja in doppelter und dreifacher Menge vorhanden. Im Gegensatz zu den ausgelaugten Salatköpfen, die den Zootieren vorgeworfen werden. Man schätzt die Zahl der Tierarten in der Welt auf (noch) an die 1,5 Millionen. Wenn keine davon Salz zum Leben nötig hat, - glaubst Du, daß Du unbedingt 5g täglich davon brauchst? Warum meinst Du denn, daß die Natur es tief in der Erde versteckt hält?

**Und nun streue Dir einen Löffel Salz auf einen Teller, lecke es mit der Zunge auf und dann weißt Du ganz genau, ob Salz für Dich ein natürliches Nahrungsmittel ist...**

Überleg Dir's, Hausfrau oder Hausmann, wenn Du demnächst eine Büchse junger Erbsen aufmachst, überleg's Dir gut! Tiefgekühlte Erbsen enthalten den 100-fachen, Büchsenersbensen den 250-fachen Kochsalzgehalt von frischen Erbsen. Zuviel Natrium und nicht zu wenig, wie es Dir Dein Arzt so wissenschaftlich verkompliziert eben erzählt hat, macht Dir die Nieren kaputt!

Du findest das angeblich regulierende Natrium als Natriumalginat im Speiseeis, in Saucen, Puddings oder Suppen, als Natriumcitrat in Kondensmilch, Käse und Sahne. Und als Natriumphosphat in Colagetränken, Schmelzkäse, Puddings und Wurst. Natrium setzt sich in den Zellen fest und verursacht, daß Kalium abwandert. Damit wird die Zelle geschwächt und nicht mehr regulierbar: Die Verkrebung kann beginnen.

»In einem Fernsehfilm wurde aber doch gezeigt, wie die Wildtiere an die Salzseen wandern, um darin ihre Verletzungen zu heilen«, wirfst Du ein.

Sapere aude. Daß Tiere ins Wasser gehen, ist was ganz Gewöhnliches. Sag' ich aber, die heilen dort ihre Wunden, dann ist das für den Filmer ein Gag. Und da Fernsehen nicht kritisch macht, sondern einlullt wegen der schnellen Abläufe, wird's geglaubt - wie Du es jetzt an Dir beobachten magst. Noch vor 300 Jahren wurden Seeleute bei Verfehlungen ausgepeitscht und die Wunden »gepökelt«. Also mit Salz bestreut, damit es mehr schmerzte und lange nicht



heilte. Tiere sind nicht dümmer als Menschen!

Die Sucht nach Salz und Zucker bedient sich bei geistigen Höhenfliegern auch gerne verstandesmäßiger Argumente. Schreibt mir ein Schwerkranker: »...habe ich festgestellt, daß es unbedingt nötig ist, offene Chakren zu haben, wenn man die Gesundheit wiederherstellen will. Jeder Zwang, egal in welcher Form, verschließt diese und führt zu einem energetischen Stau, der sich in körperlichen Leiden äußert. Würde ich also die UrzeitTherapie durchführen, stellte ich mich damit unter einen untragbaren Druck, der mich noch kränker machen würde...«

Erstaunlich, wie der verschrobene Verstand des Intellektuellen es mit solch geistigen salto mortali fertigbringt, dieses Gesundheitsbuch in ein Krankmachungsbuch zu verdrehen. Ja, ja, es ist schon toll, was Menschen sich so an Gründen zurechtdrehen, um dem aus dem Wege zu gehen, was ein bißchen schwer fällt...



× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ☒ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/5/61.html> - Update: 13.01.2000 15:53

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# Kapitel 5. Finde den Weg zur besten Ernährung für Dich: zur UrKost

## 5.62 Die geschickten Tricks, Vitaminpillen an den Mann zu bringen

»Sag mal, betrachtest Du eigentlich Vitamin B12 als wichtig für die menschliche Ernährung?«, fragst Du.

Ja, alle B12-Formen braucht er: das Cyano-, das Hydroxo- und das Methylcobalamin sind lebensnotwendig für ihn und alle anderen Säugetiere.

»Nun, dann will ich Dir sagen, was die Wissenschaftler festgestellt haben: Daß es nämlich im Pflanzenreich kein Vitamin B12 gibt. Nur im Fleisch, in der Milch und in den Eiern findet es sich! Insbesondere deshalb fordern namhafte Professoren, daß man auf fleischliches Eiweiß nicht verzichten darf. Diese Berichte bringst Du nämlich nicht, wonach die Ärzte ein acht Monate fleischlos ernährtes Kind einer Vegetarierin nur unter großen Schwierigkeiten im Krankenhaus wieder auf Normalgewicht bringen konnten, das mit 4,8 kg deutlich unterernährt und im Wachstum zurückgeblieben war.«

Wenn Du so was mit dem gesunden Menschenverstand betrachtest und an die Weisheit der Natur glaubst, dann wirst Du Dir sagen:

**In mein Bewußtsein ist es tief eingedrungen: Ungezählte Völker in Indonesien, Asien und Ozeanien lebten seit Jahrmillionen ohne Fleisch und Milch. Sie zeugten trotzdem viele Kinder und zogen sie groß. Da die Fruchtbarkeit des Samens ebenfalls von Vitamin B12 abhängt, müssen diese Völker dieses Vitamin wohl irgendwoher anders bekommen haben. Und Du wirst weiter schließen: Ich weiß auch, daß die meisten Säugetiere reine Pflanzenesser sind und daß deren Babys trotz vegetarischer Kost weder an Unterernährung noch an Wachstumsstörungen leiden.**

Also glaube ich an die Wirklichkeit und an die alles richtigmachende Natur und nicht an derzeitige, sich jeweils 200 Jahre später als falsch erweisenden Forschungsergebnisse der Wissenschaftler. Auch wurde noch nie etwas darüber bekannt, daß die fleischfrei lebenden Affenmenschen nervenkrank, an funikulärer Myelose oder gar an Depressivität oder neurasthenischen Zuständen litten. Alles Leiden, die auf einen Vitamin-B12-Mangel zurückzuführen sind. Im übrigen: Die (wie wir alle nicht von Vorurteilen freien) Ärzte sind immer froh darüber, wenn sich mal Vegetarier in ihre Praxis begeben. Dann vermögen sie nämlich, deren Leiden auf ihre vegetarische Lebensweise zu schieben...

»Schön und gut - aber damit ist die dringende Empfehlung der Ärzte, Babys mit Fleisch zu

füttern, noch nicht widerlegt«, wendest Du ein. »Im Fernsehen sagte noch kürzlich ein bekannter Professor der Ernährungswissenschaft, man solle seinem Kind jeden Tag ein Ei geben!«

Du erwartest, daß ich die Forschungsergebnisse ebenso wissenschaftlich widerlege, wie sie ermittelt worden sind, nicht wahr? Wenn ich solches aber jetzt nicht könnte? Oder wenn die Ärzte Dir wieder andere, angeblich unwiderlegbare Forschungsergebnisse auftischen - was dann?

Jeder erzählt Dir nur, was ihm und seiner Clique - nicht Dir! - von Vorteil ist!

Frag Dich doch nur, wie das Vitamin B12 in das Steak, in das Glas Milch oder in das Ei vom Huhn hineinkommt! Wo kriegen denn die nur Gras und Kräuter essenden Stiere und Pferde oder die nur Körner, Samen und Steinchen pickenden jungen Hühner ihr Vitamin B12 her?

**Ich will Dir sagen, woher Kühe und Hühner und Pferde und Affen und Vegetarier ihr lebenswichtiges B12 herbekommen: Der Körper bildet es! Richtiger, seine Bakterien im Darm tun es!** 9460, 9605, 7017

Wer die sich allerdings durch Antibiotika kaputt macht, oder wer sich nicht gegen ärztliche Spritzen und Medikamente wehrt, oder wer so wider die Natur lebt, daß sich in seinem Darm keine Bakterien bilden können - der muß schon mit Mangelzuständen und natürlich auch zu wenig Vitamin B<sub>12</sub> rechnen.

»Und wie erklärst Du, daß dieses rein vegetarisch ernährte Baby nicht genügend wuchs?« fragst Du.

Du weißt, daß ich meine eigene Meinung über eine vegetarische Ernährung besitze. Sie ist eine Schlechternahrung, zwar nicht gar so schlimm wie die der Fleischesser, aber immerhin! Es ist schon viel wert, auf Fleisch und Fleischprodukte zu verzichten, aber damit ist es noch längst nicht getan - besonders dann, wenn Du ein schlechtes Erbgut hast oder leichter erkrankst als andere.

Das unterentwickelte Baby vermochte vielleicht bereits von der Mutter her (weil sie Antibiotika schluckte und deren bakterientötende Penicillin in den Kreislauf des Kindes eindrang) im Darm wegen der abgestorbenen Bakterien kein Vitamin B<sub>12</sub> zu bilden.

Der Vegetarier Bund Deutschlands e.V. ist der Sache nachgegangen und ermittelte,<sup>1686</sup> daß dieses nur drei Wochen von der Mutter gestillte Baby (sechs Monate sind mindestens nötig), nur viermal täglich mit 70 g Saft aus gekochten Früchten, Schleim aus Auszugsmehl und Honig gefüttert wurde.

Eine solche Nahrung ist nicht nur zu wenig für einen acht Monate alten Säugling, sondern auch völlig minderwertig. Hieraus können Bakterien - selbst wenn sie vorher nicht durch

Medikamente zerstört worden sind - kein Vitamin B<sub>12</sub> aufbauen! Wie es der Zufall will, höre ich just vor Abschluß dieses Buches, daß die Behauptung nicht stimmt, nur im Fleisch befände sich Vitamin B<sub>12</sub>. Jetzt wurde es auch in Pflanzen entdeckt. Besonders viel fand sich z. B. in Beinwell, Pfirsichen, Peterli und Zitronenmelisse. Wenn die Kinder Naturkost essender Mütter Nahrung verweigern oder abmagern aufgrund von B<sub>12</sub> Mangel, so kann dies auf einen noch nicht ganz intakten Darm zurückzuführen sein, der die Speicher nicht aufzufüllen vermochte. Manche Entgiftung zieht sich oft sogar Jahre hin. Besonders dann, wenn zuvor viel Medikamentendreck geschluckt wurde. Da kann sich selbst bei UrKost noch der Bauch aufblähen. (Am längsten vergiftend wirkt sich Kortison aus.) Denkbar ist auch, daß im Mund belassenes Amalgamgift das Bilden und Aufnehmen von Vitamin B<sub>12</sub> hindert ...

Denke selbst: Millionen Vegetarierkinder auf der Welt werden groß und kräftig. Sie sind allesamt gesünder als ihre nicht vegetarischen Mitmenschen, wie Studien nachweisen.<sup>6121, 6516</sup> Nur deswegen, weil mal ein Kind zurückbleibt, dies auf die Art der Ernährung zurückzuführen und sie deshalb zu verdammen - da hörst Du doch gleich ein Dutzend Nachtigallen trapsen. Was die Ärzte mit diesem in alle Medien verbrachten Fall bezwecken: Sich selbst als die großen Retter aufzuspielen («...mußten wir die kleine Patientin mühsam wieder aufpäppeln.») und das Essen von Fleisch noch populärer und die Menschen dadurch noch kränker zu machen. Und wenn Du Deine Kinder mit viel überflüssigem B<sub>12</sub> aus Fleisch und Fleischprodukten vollstopfst und sie bald herzkrank, arteriosklerotisch, fettleibig, faul, müde, voller Gallensteine, Gangrän, Aneurysmen, Cholesterin<sup>6411</sup> usw. sehen willst, dann mußt Du nur den absatzfördernden Empfehlungen der Professoren der Ernährungswissenschaft folgen... (Cholesterintabelle der einzelnen Nahrungsmittel<sup>6009</sup>).

Nun denk Du wenigstens ein bißchen weiter und überlege mal, was für Folgen eine solche Empfehlung an das fernsehselige Volk hat: Alle fühlen sich im Fleischessen bestätigt. Statt dessen müßten sie wissen:

**Alles, was vom Tier kommt, führt zu Krebs oder anderen schweren Krankheiten. Und frühzeitig werden dadurch die Kinder krank und schmerzgeplagt. Da sich niemand darüber klar ist oder klar sein will, weshalb so ein junger Mensch leidet, setzt man Chemie dagegen ein; was dann zu noch schlimmeren Leiden führt. Und schließlich die Eltern: Jung verheiratet, vom Leben Liebe und Zufriedenheit erwartend, bekommen plötzlich einen Mühlstein von Sorgen mit ihrem ständig kranken Kind an den Hals gehängt.**

Das Schreien des Kindes, die Gänge zu den Ärzten, Fachärzten, Röntgenologen, schließlich zu den Homöopathen, die Fahrten ins Krankenhaus, die Nächte ohne Schlaf, die Tage angefüllt mit kummervollen Gedanken - das alles nur, damit sich das gewinnbringende Karussell der Allgemeinärzte, Fachärzte, Röntgenologen, Chirurgen, Krankenhäuser, Apotheker, Apparatebauer und Chemiewerke weiter und immer schneller drehen kann.

---

# Kapitel 5. Finde den Weg zur besten Ernährung für Dich: zur UrKost

## 5.7 Warum bei Süß kein Kompromiß drin ist

»Sie wollen also bei uns einen Vortrag halten, wie wir uns gesundmachen können? Hat die UrzeitTherapie was mit der Ernährung zu tun?« so fragte mich die selbst an Morbus Crohn leidende Dame einer Kölner Selbsthilfegruppe, die mir aus einer Fernseh-Krankensendung als recht geschickt aufgefallen war. Ich antwortete: »Unter anderem auch.«

»Dann können wir die Angelegenheit schon vergessen«, war die Antwort, »unsere Ärzte wünschen das nicht, weil derartige Vorträge völlig unwissenschaftlich sind.«

Ich sagte: »Ich wollte Ihnen gerade vorschlagen, wie Sie ohne Ärzte auskommen und sich selbst helfen. Ist das nicht Sinn ihrer Gruppe, für die sie verantwortlich sind?«

Sie antwortete: »Wir halten engen Kontakt mit unseren Ärzten, weil wir froh sind, daß wir bei unseren unerträglichen Schmerzen oder Durchfällen jemanden haben, der uns helfen kann.<sup>1618</sup> Und bislang hat noch niemand den eindeutigen Beweis erbracht, daß Morbus Crohn etwas mit dem Essen zu tun haben könnte.«

»Dann erbringen *Sie* ihn doch Ihren Ärzten! Nur 12 Wochen brauchen Sie und Ihre Selbsthilfegruppe dazu, das eindeutig festzustellen«, erwiderte ich, aber meine (ihre Tafel Schokolade<sup>6331</sup> wohl mehr als ihr Leben schätzende) Gesprächspartnerin hatte schon eingehängt. Dummheit und Voreingenommenheit gebildeter und intelligenter Menschen übersteigt oft meine Vorstellungskraft. Würden diese Bedauernswerten doch nur einmal den Blick abwenden von dem, der ein Interesse an ihren Chipkarten hat, und in eine medizinische Fachzeitschrift schauen. Sie würden dann wissen, was ihnen bald blüht:

In einer anderen Gruppe diskutierte ich mit dem anwesenden Arzt über den Einfluß der Nahrung auf Magen- und Darmerkrankungen. Unter der begeisterten Zustimmung der Teilnehmer antwortete mir der Arzt: »Bis die Speise da hinten ankommt, ist sowieso alles verdaut und hat keinen Einfluß mehr auf die Enddarmkrankheit!«<sup>6712ff, 1014,1618a/b, 3757, 5312, 5323, 6331, 6607, 6712, 8228, 9944</sup>

**Mir blieb der Mund offen vor so viel wissenschaftlich fundiertem Denken. Du aber erkenne: Diese Ärzte vergiften Dich nicht nur mit ihren Medikamenten, sondern auch mit ihren Worten. Weil sie Deine Schwäche genau kennen: Nämlich lieber den bequemen Weg zu gehen, statt den richtigen. Halte Dich von ihrem Wirkungskreis so fern Du kannst, falls Du nicht deren Opferlamm sein willst. Bleibe nicht länger der Treugläubige, der einem Tartuffe bereitwillig sein Haus öffnet.**

Du als Patient weißt durch dieses Buch alles über gesunde Ernährung - der Arzt weiß überhaupt nichts darüber - also frag ihn erst gar nicht danach, um ihn nicht in Verlegenheit zu bringen.

»Nun, ich selbst wehre mich ja auch noch oft dagegen, Deinen Gedanken ohne jede Gegenwehr zu folgen... Außerdem hab' ich da noch etwas, was mich drückt: Ich esse nicht nur gerne Fleisch, ich bin obendrein auch noch so für Süß, wie die Morbus-Crohn-Leutchen. Weißt Du, so ein knuspriges Brötchen mit Butter und Aprikosenmarmelade - und zum Nachmittags-Kaffee ein, zwei Stück Erdbeertorte mit Sahne ... Ich weiß ja, ich brauche Dich nicht erst zu fragen, aber vielleicht kannst Du wenigstens ab und zu mal 'ne kleine Ausnahme machen ...

Ich glaube, Du weißt, warum die Überschrift dieses Kapitels gerade so und nicht anders lautete: Du mußt restlos vom Geschmack des Industriezuckers weg, sonst schaffst Du es nie, die UrzeitKost durchzuhalten. Und wisse: Honig zerstört die Zähne genau so wie Zucker! Wie die Milch für das Kalb, so ist der Honig nur für die Bienen bestimmt.<sup>2600, 6919</sup>

»Aber der enthält doch so viele äußerst wertvolle Mineralien und Vitamine...«

Ganz bestimmt. Und ernährungsphysiologisch so höchstwertige! Die besitzt die für uns bestimmte UrzeitKost aber ebenfalls. Doch im Honig von heute befinden sich auch Reste von Chlordimeform, einem Sprühgift. Das die Imker gegen die Milben spritzen müssen, gegen die sich die Bienen aus eigener Kraft nicht mehr wehren können. Weil sie mit Zucker gefüttert werden, der ihnen ihre Abwehrkräfte kaputt macht. Den für das Überstehen des Winters für die Bienen bestimmten Honig nimmt ihnen der Mensch ja weg. Honig besitzt überdies sechs verschiedene Säurearten, wovon wir drei nicht zu verstoffwechseln vermögen. Was bedeutet, daß sie dem Organismus nur schaden und daß der Fruchtzucker das Knochengerüst entkalkt und die Zähne zerstört. Auf Babys Schnuller und in seinem Fläschchen hat Honig ebenfalls nichts zu suchen. Das süße Naturprodukt kann nämlich gefährliche Clostridien enthalten, die bei den Kleinen den Säuglingsbotulismus auslösen. (Medical Tribune Nr. 44, 30.10.1998, S. 8) Also: Was nutzen wertvolle Inhaltsstoffe, wenn Dir das übrige den Körper ruiniert? Einfacher kannst Du Dir die Frage, ob Honig eine für die Urzeitmenschen (und damit auch für uns) bestimmte Nahrung war und ist, wie folgt beantworten: War es den Urmenschen 30 Millionen Jahre lang möglich, die Bienen zu bestehlen? Ohne Schutzhandschuhe und Schutzkleidung? Bist Du schon mal einem wilden Bienen- oder Wespennest näher als einen Meter gekommen? Und Feuer zum Ausräuchern der Nester gab's auch noch nicht.

»Ach ja, warum habe ich nur immer so große Lust auf Süßes?«

Alles künstlich Süße reizt die Geschmacksnerven mehr als z.B. Möhren oder Salat. Der Körper sehnt sich danach, weil er süchtig gemacht wurde. Entwöhne Dich: Iß 20 Tage konsequent nichts Süßes, dann haben sich Deine Geschmacksnerven erholt.

---

# Kapitel 5. Finde den Weg zur besten Ernährung für Dich: zur UrKost

## 5.8 Diese wunderbaren Topinambur!

Um 1612 wurde bei einer Hungersnot im damaligen Nouvelle France (heute Kanada) die Sonnenblumenart Topinambur von Indianern übernommen. Sie gelangte durch Seefahrer dann nach Frankreich, wo sie am französischen Hof den Namen brasilianischer Indianer vom Stamm der »Tupi« erhielt.

**Wenn Du die einmal roh gegessen hast, dann wirst Du weniger Deinen Steaks nachtrauern, glaub mir. Sie schmecken wie ein Mittelding zwischen Birne und Kartoffel - aber richtig angenehm. Du mußt sie unbedingt kennenlernen. Wo Du auch nur ein Eckchen Land zu Verfügung hast - rein in die Erde damit. Sie machen keine Arbeit, brauchen keine Pflege, benötigen keinen Dünger, werden von keinen Schädlingen befallen, sind frosthart - kurzum: ein ganz ideales Urzeitgewächs.**

In den Wintermonaten von Dezember bis April füttere ich jedenfalls viel von den im Feld steckengelassenen und gut gegen die Kälte abgedeckten Roten Bete und den nicht abgedeckten Erdbirnen. Da habe ich also den ganzen Winter über ständig frische Wurzeln zur Verfügung. (Für die Zeit starken Frostes nehme ich eine kleine Menge mit der daran haftenden Erde und gebe sie in eine große Kiste mit zusätzlich feuchter Erde in den Keller oder in ein Erdloch draußen, abgedeckt mit Zweigen oder Laub - so bleiben sie den Frostmonat Januar über saftig.) Sie schmecken frisch stets fruchtig und knackig. Die Erdbirne vermag es, Dir das Einsteigen in die UrzeitKost zur Winterzeit einfacher zu machen.

Sie bergen in ihren weißen Wurzelkörpern Werte, die mit Geld nicht aufgewogen werden können. Sind sie doch Garanten und Mitträger für Dein Wohlbefinden und Deine Gesundheit, in der Zeit, die dem Körper seine natürlichen Lebensfaktoren, Licht und Wärme, vorenthält.

In dieser züchterisch wenig manipulierten Urpflanze sind während ihrer langen Wachstumsperiode vom zeitigen März bis zu den Herbsttagen des Novembers Heil-, Wirk- und Aufbaustoffe der Sonne (nach der sie tagsüber ihre Blüte dreht) aufgespeichert, die unseren neuen Hochzucht-Gartengewächsen längst verloren gegangen sind.

Wertvollster Inhaltsstoff der Topinamburpflanze ist das Inulin, ein leicht süßlich schmeckender Naturzucker, der vom menschlichen Körper nicht verwertet wird. Das bedeutet: Inulin sättigt, ohne dick zu machen und ohne Dir Kilokalorien auf die Rippen zu bringen. Außerdem erhöht Inulin den Blutzuckerspiegel nicht.

»Ich kann mir nicht vorstellen, daß eine Kartoffel roh gut schmeckt, die dazu noch süßlich ist.«

Du wirst Dich wundern. Die kannst Du nicht mit unseren kunstdünger-geschwängerten Erdäpfeln vergleichen. Die Erdbirne wächst in ungedüngtem Naturboden als kleinere Sonnenblume hoch und bildet unten einen großen Wurzelstock aus, den man in Wühlmausgebieten allerdings durch unterlegte Drahtgeflechte schützen muß. Daß sie jedem so wunderbar knackig und köstlich mundet, der sie einmal gegessen hat, ist nicht alles. Dieses angenehme Gefühl, daß Dich nach einer Topinamburmahlzeit von innen heraus durchströmt, ist unbeschreibbar und sonst bei keiner Pflanze wahrnehmbar, wenn Du sie gegessen hast. Wie Du nach diesem Essen unbeschwert aufstehst, voller Tatkraft und Unternehmungsgeist, klar im Kopf und leicht im Bauch - also, es ist nicht zu glauben. Als wenn in Dir ein Edelstein funkeln würde. Du mußt es selbst erlebt haben.<sup>9002</sup>

Es strahlt wirklich aus Dir richtig von innen heraus nach außen! Und weißt Du, daß Du diese Art Strahlung bereits einmal erlebt hast?



»Nee - wüßte ich nicht zu sagen«, antwortest Du.

Beim Essen von Erde hast Du es erlebt! Erinnerere Dich zurück! Es hat Dir zwar nicht sonderlich zugesagt - aber danach: welch ein Wohlgefühl!

Die Erde wirkte wie eine Topinambur in Dir: Sie strahlte genau so. Erde strahlt ein ganz feines, zartes Wohlgefühl aus dem Körperinneren ab. Obschon die Heilerde - ich habe das nachprüfen lassen - keine bioenergetische Strahlung abgibt...

Wirklich nicht? Vielleicht sind die dazu benutzten Apparaturen nicht empfindlich genug. Was ich eher annehme: Durch deren Erhitzung wurden alle lebenden Keime darin abgetötet. Vielleicht spüren wir bei der Erde auch nur die Urverbindung unseres Körpers mit der Erde wieder: Von Erde bist Du, zur Erde kehrst Du zurück...

Wir Alternativen, zum Glück noch mit gesundem Menschenverstand Ausgestatteten werden uns hüten, den Wissenschaftlern von heute so alles abzunehmen, auch wenn sie noch so selbstsicher und selbstherrlich tun, als wüßten sie bereits alles, als wären sie völlig sicher über alles Geschehen in Deinem Körper und in der Natur.

Die Abstrahlung der Topinambur aus Deinem Körperinneren fällt im Gegensatz zur Strahlung der Erde wesentlich kräftiger aus.

»Wenn Du recht hast, wie willst Du mir erklären, daß alle anderen Wildpflanzen von innen in meinem Körper keinerlei Strahlung nach außen abgeben, obschon das doch ebenfalls so sein müßte...?«

Vielleicht sind wir für die Wildpflanzenabstrahlung in unserem Körper nicht mehr feinfühlig genug, vielleicht ist die Strahlung der Erdbirne besonders stark, weil sie ja eine Sonnenblume ist, die ihre Blüte stets so dreht, daß diese den ganzen Tag über die Sonne anlacht. So kann sie eine unglaublich große Menge von Sonnenenergie umwandeln und in ihre Wurzeln leiten, die sich dann in Dir so sehr bemerkbar macht, als spürtest Du den Atem des Universums in jeder



Zelle Deines Körpers. Wie dem auch sei:

Hier jedenfalls wirst Du den Zusammenhang der Nahrung mit dem körperlich-seelischen Wohlbefinden erstmals richtig am eigenen Leib erleben. Besonders die Älteren fühlen sich dabei wie neugeboren. Für Zuckerkrankte sind sie ein unbedingtes Muß. Sie bewirken wahre Wunder bei ihnen.

Die Erdbirne pflanzt Du am besten selbst in Deinen Garten oder bei einem Bekannten, der einen Garten besitzt. Am besten im Februar und März, sobald es der Boden zuläßt. Topinambur blüht und gedeiht, mit keinem anderen Bedürfnis von der Mutter Natur ausgestattet, als daß man sie in Ruhe läßt. Wenn sie einmal stehen, läßt Du stets ein kleines Knöllchen beim Ernten im Boden. So gibt's später nicht noch mal Arbeit mit dem Pflanzen. Am besten setzt man sie in eine Gartenecke, an einen Zaun oder eine Mauer, da sie bis zwei Meter hoch werden und leicht umkippen. Ich spanne dann eine Schnur in 1,50 m Höhe den Zaun entlang, damit sie Halt finden. Im Dezember schneide ich das Laub ab und lasse nur noch den Stiel in 30 cm Höhe stehen. Dann weiß ich, wo ich im Winter meinen wertvollen Schatz auszubuddeln habe. Wie wär's denn, wenn Du Dir einen Schrebergarten zulegst?

»Und wenn dort was wächst, kann ich nicht mal Gemüse vom Unkraut unterscheiden!« sagst Du.

Ist doch einfach: Du mußt dann nur alles rausreißen. Und was dann noch wächst, ist Unkraut ...

Du kannst die Topis auch in mit Erde gefüllten Eimern (unten Löcher zum Wasserabfluß stanzen) ziehen und auf den Balkon stellen. Oder frage Deinen Hausbesitzer, ob Du irgendwo auf seinem Grund in einer Ecke ein paar Sonnenblumen hinsetzen dürftest, vielleicht vor einer häßlichen Mauer oder neben eine Garage. Oder Du pflanzt sie auf einem verlassenen Grundstück, an einem Bahndamm oder an einem Waldrand ein. Da die Pflanze so gut wie unbekannt ist, wird sie Dir keiner wegnehmen.

Erdbirnen wachsen wie Unkräuter. Wobei ich mir mal wieder bewußt bin, mit diesem Ausdruck das Wertvollste, daß es für den Menschen auf dieser Erde gibt - die edlen Urzeitpflanzen - mit dem Wort »Unkräuter« beleidigt zu haben. Und die brauchen für ihr Wachsen den Menschen und dessen Hilfe nicht. Gerade deshalb sind sie so urgesund und kräftig und tragen ihre Kraft in Dich hinein. Sie besitzen übrigens keine Haut - Du brauchst sie nur gründlich abzuwaschen.

»Und wie komm' ich an sie ran, um sie das erste Mal zu pflanzen? Wenn ich dann jeweils ein Knöllchen im Boden lasse, wie Du sagtest, dann brauche ich sie ja nur einmal anzuschaffen!«

Genau! Am schmackhaftesten sind die Sorten gelb und weiß, die Du bei einem Saatzuchtbetrieb<sup>9882</sup> bestellen kannst. Du kannst sie auch von November an frisch in den Naturläden erhalten, wenn Du Dir selbst keine ziehen willst. Versendet werden die Saatkollen von Mitte Februar bis Mitte April. Ist wohl klar: Die Topinamburknollen werden nicht gekocht oder gebraten! Sie schmecken roh am allerbesten.

Aus meinem Leserkreis werden mir oft überraschende Zuwendungen zuteil. Eine Bauernfrau schrieb mir, wie sie sich mit der UrKost von ihrem Rheuma befreit hatte, und schickte mir zum Dank ein Paket mit eben diesen Topinamburknollen. Im beigegefügt Brieflein stand am Schluß:

»... und hatte ich neben dem Hof schon immer diese Erdbirnen stehen. So als Zierrat, wegen der schönen Sonnenblumen. Bei uns frißt die kein Schwein, doch Ihnen, lieber Herr Konz, kann ich sicher eine Freude damit machen.«

Überdies kannst Du im Winter auch Biogemüse in Deinen Blumenkästen anpflanzen und schnell großziehen. In 14 Tagen hast Du schon für ein paar Pfennige die Gartenkresse hochgezogen. Danach kommt die Kapuzinerkresse für den Sommer rein, Topinambur hast Du im Winter und so bist Du fast kostenlos mit einem Teil UrNahrung versorgt. Da Du kein Fleisch, kein Brot, keine Butter, keine Getränke usw. mehr kaufen muß, sparst Du bei der UrKost ganz erheblich! Ich schätze so um die 400 DM im Monat lebst Du billiger, die Du dann für Reisen, Kegeln, Sportclubs usw. ausgeben kannst.

Dem Diabetiker kommt entgegen, daß die Knollen nicht im geringsten seinen Insulinspiegel beeinflussen, da sie neutral verstoffwechselt werden. Das ist dem in der Topinambur enthaltenen Inulin (nicht zu verwechseln mit Insulin) zu verdanken. Die Topinambur enthält nur wenig verwertbaren Fruchtzucker, der zudem sehr langsam und insulinunabhängig abgebaut wird. Doch nicht allein bei Diabetes mellitus zeigt Dir die Topinamburknolle ihre Vorzüge. Einmal sind reichlich Mineralsalze, z.B. Calcium, Silicium, Eisen und Natrium darin vorhanden, auch der Vitamingehalt kann sich sehen lassen (unter anderem die Vitamine A, B<sub>1</sub>, B<sub>6</sub>, C, D, PP=Niacin). Zum anderen sind darin bestimmte Fruchtzuckerverbindungen enthalten, welche die Darmflora günstig beeinflussen, sich somit zur Beseitigung von Darmträgheit und Verstopfung eignen. (Insbesondere das darin enthaltene Polyfruktosan *Inulin* ist ein ausgesprochener Leckerbissen für die nützliche Darmflora, z.B. für Lactobazillen und bringt damit indirekt das darmassoziierte Immunsystem auf Vordermann.

Ähnlich wirken andere Korbblütler wie Löwenzahn, Chicoree, Schwarzwurzel, die ebenfalls Inulin enthalten.) Auch besitzt die Topinambur appetithemmende Eigenschaften. Als Sattmacher (Inulin dämpft stark die Eßlust) in der kritischen Freßsuchtzeit von sechs bis zehn Uhr wirst Du sie sehr schätzen lernen. Die Knolle ist frosthart, kann also in dem für sie besten Aufbewahrungsort - der Erde - bleiben. Im Winter durch Laub und Stroh frostfrei gehalten, hast Du jederzeit Zugang dazu. Die Lagerfähigkeit (vor allem im Frühjahr und bei Wärme-Einwirkung) ist begrenzt. (® 795ff) Bringe sie in Erdführung oder schlage sie in feuchten Torf ein. Oder lege sie in eine Plastiktüte ins Gemüsefach Deines Kühlschranks.

Topinamburknollen schmecken nicht nur Dir, sondern auch den Wühlmäusen. Wenn die in Deiner Gegend heimisch sind, dann hast Du zwei Möglichkeiten: Ein dauerhaftes Beet aus alten Dachziegeln anzulegen, oder, was weniger Mühe macht, Torf- oder andere große und starke Kunststoffsäcke aufzuschneiden, diese mit kleinen Löchern zu versehen, damit das Wasser ablaufen kann, und dann 30cm an Erde einzufüllen. Merke: Wühlmäuse fressen nie von oben die Knollen an! Und im unteren Bild erkennst Du, wie es aussieht, wenn die Topinambur im Oktober groß geworden sind:



Obschon ich natürlich dafür bin, ohne langes Federlesen die Topinambur oder Möhre gleich so in den Mund zu stecken und zuzubeißen, wird der Verlust an Lebensstoff durch die vermehrte

Sauerstoffzufuhr wohl auch nicht die Welt bedeuten, wenn Du Dir ab und zu mal ein paar Topinamburknollen raspelst, sie mit gehackten Zwiebeln und geriebener Löwenzahnwurzel untermischst - was einen ganz aparten Geschmack ergibt. Statt denen kannst Du Dir auch mal Topinambur mit grob geraspelten Äpfeln zubereiten und darüber Kokosflocken oder Mohnsaat streuen. Merke: Die Knolle hat eine sehr dünne Schale und gibt rasch Feuchtigkeit an die Luft ab, fängt an zu welken. Angewelkte Knollen werden wieder frisch, wenn Du sie einige Zeit in kaltes Wasser legst. (© Rz 795)

### Gesundheitsgesetz der Natur

**Nimm möglichst nichts zu Dir, das durch irgendeinen menschlichen Fabrikationsprozeß gegangen ist und so geschädigt, entwertet oder künstlich haltbar gemacht wurde.**

»Was soll ich denn als urzeitlichen Brotaufstrich nehmen?« fragst Du.

Nichts wirst Du dafür nehmen. Ist Dir denn noch nicht klar geworden, daß Du in Zukunft kein Brot mehr essen wirst? In der Urzeit gab's keine Backöfen, wo man den Samen von Gräsern durch Hitze hätte zerstören können. Also wirst Du ebenfalls nichts essen, was nicht seine volle

Lebenskraft besitzt, wenn Du gesund werden und bleiben willst.

»Wie kann ich gesund bleiben, wenn ich morgens ohne Frühstück aus dem Haus gehen muß?«

Wer sagt das denn? Morgens gibt's in Zukunft was Leichtes, Erfrischendes! Beeren, Obst oder ein paar Blätter von Wildpflanzen. Die kannst Du auf der Fahrt ins Büro oder zur Arbeitsstelle oder auch dort einfach essen. Und so brauchst Du auch keinen Kaffee.

Im übrigen sollte Dir Dein gesunder Menschenverstand jetzt allmählich sagen, daß ein Lebensmittel nur noch eine totes Mittel ist, wenn es ein paar hundert Grad Hitze ausgesetzt war.

»Schon am frühen Morgen Früchte essen! Du hast gut reden, ich vertrage Obst nicht!«

Sagen wir richtiger: Du hast bisher Obst schlecht vertragen. Weil nämlich Dein Darm mit allem möglichen Dreck verstopft war. Oder weil Du das Obst zusammen mit nicht zu ihm passenden Nahrungstoffen gegessen hast oder kurz vor oder nach einem schweren Essen. Da treffen die schnellen Verdauungsvorgänge beim Obst mit den langsamen anderer Nahrungstoffe zusammen und stören sich gegenseitig. Überhaupt entwickeln viele Menschen grundlos eine regelrechte Antipathie gegen Obst. Sie haben meist noch nie eine bloße Obstmahlzeit gegessen. Wenn du aber nur UrKost zu Dir nimmst, so wirst Du nach einer gewissen Anpassungszeit feststellen, daß Du Früchte sehr gut vertragen kannst!

Und vergiß nicht: Dein Körper leidet am Anfang stets unter Entzugserscheinungen. Ja! Unter dem Entzug der weißen Drogen Salz und Zucker. Er revoltiert, bockt, macht Probleme. Natürlich nicht so schlimm wie einer, der unter harten Drogen stand, aber immerhin:

Gesundheitsgesetz

**Geschenkt kriegst Du die Gesundheit nicht!**

**Wer mit der UrzeitTherapie in den Himmel der Gesundheit will, der muß durch das Fegefeuer anfänglichen Unbehagens schreiten.**

Im Lateinischen wird letzteres treffend als Purgatorium bezeichnet, was »reinigen« heißt.

Du muß Dich freimachen von dem, was Ärzte und Wissenschaftler – allein profitbezogen empfehlen: die »ausgewogene Ernährung.« 6708ff



Also eine abwechslungsreiche Kost aus Fleisch, Eiern, Käse, Obst, Salat, Vollkornbrot. Das Gegenteil ist richtig! **Je weniger vielgestaltig, desto besser ist die Kost für Dich.** Falls der

Doktor Einwände hat, solltest Du überhaupt noch wagen, zu ihm zu pilgern, antwortest Du: »Ja, was denken Sie sich denn Herr Doktor! Glauben sie wirklich, daß mir eine gesunde Ernährung schaden kann?!« Der wird Dir sagen: »Aber die ist äußerst einseitig! Der Körper braucht schließlich...!« Und Du konterst so: »Und mein Kopf braucht Ruhe vor dummen Reden, sonst fordere ich von Ihnen noch einen wissenschaftlichen Beweis darüber, daß reine, frische Naturnahrung Ihrer ausgewogenen Totkost unterlegen ist!«

Doch die Worte »ausgewogene, nicht einseitige Kost« klingen einfach zu gut, zu einleuchtend, zu logisch, zu selbstverständlich und zu überzeugend, daß ich ihnen noch ein eigenes Kapitel widmen muß. Du merkst es an Dir: Meine Gegenargumente genügen Dir noch nicht.

*»Schließlich ist ja der Umstand, daß die Welt mitsamt den meisten Intellektuellen verrückt geworden ist, noch kein Grund, nun das Denken auch von uns aus aufzugeben.« (Max Horkheimer)*

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/5/8.html> - **Update: 13.01.2000 15:53**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a>	× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr
--	---

# Kapitel 5. Finde den Weg zur besten Ernährung für Dich: zur UrKost

## 5.81 Der größte Gauner- und Verdummungstrick: Ärzte empfehlen eine ausgewogene, nicht einseitige Ernährung

Dieses ausgefuchste, gemeingefährliche Schlagwort der heutigen Ernährungswissenschaftler der Deutschen Gesellschaft für (krankmachende) Ernährung und Professoren in den Illustriertenspalten von der »ausgewogenen Ernährung«! Die Du bevorzugen solltest und die angeblich alles enthalte, was der Körper brauche! Und um gesund zu bleiben dürftest Du Dich vor allem »nicht einseitig« ernähren. Wie raffiniert dieses Wort »ausgewogen« von diesem, die tote Fabrikkost und McDonald Hamburger Fastfood propagierenden Fabrikanten-Verein immer wieder der Presse und damit den Menschen eingepflegt wurde – unglaublich! Eine größere und erfolgreichere Verdummungsaktion in Sachen gesunder Ernährung gab es bisher noch nie! Auf einfachsten Nenner gebracht heißt das: Iß nicht nur von einer schlechten, krankmachenden Speise, sondern von vielen, vielen schlechten krankmachenden Nahrungsmitteln - dann tust Du das Beste für Deine Gesunderhaltung.<sup>6200ff, 6628ff, 6635ff</sup>

»Vielleicht glauben die Ernährungswissenschaftler selbst daran!«

**Kann sein - aber die Wissenschaftler sollen prüfen, nicht glauben. Meinst Du denn, die würden nicht genau so gerne essen wie Du? Um sich vor dem Essen gesunder Kost zu drücken, finden viele Kranke stets genügend Gründe. Angefangen vom »So was kann ich meiner Familie nicht zumuten« bis zum »An irgendetwas muß man ja sterben!«**

Weitere Ausreden nicht gesund leben zu wollen, welche die Zunge dem Verstand diktiert, sind: »Ich muß auf meinen Ruf achten - als Außenseiter oder Kaninchenesser lasse ich mich nicht gerne abschätzend einordnen. « Da probiert einer von mir das mit Avokado, feinen Zwiebelstückchen sowie Kümmel und Koriander angemachte Wildgemüse - und was sagt der Schwerkranke? : »Schmeckt nicht schlecht - aber von sowas krieg' ich Blähungen... «

Na, und wenn schon! Wenn er davon gesund werden kann! Mir wär's furzegal, selbst wenn sich die Leute auf der Straße die Nase zuhalten würden - Hauptsache ich wäre wieder gesund! Ich weiß aber auch eins: Bei solchen Menschen ist der Leidensdruck durch die Krankheit noch nicht hoch genug...

Der Intellektuelle findet noch viel mehr Gründe, der ist ja noch fixer im Kopf. Der sagt z.B. »Ich lasse mir das Essen doch nicht auf bloße Ernährung reduzieren« Oder: »Mit den äußerst primitiven Gründen des Schreibers, uns wieder auf die Bäume zu jagen, werde ich mich nicht identifizieren.« Aber all das dient nur dazu, daß man weiter seinen Genüssen ohne die hier

aufgebrachten Gewissensbisse nachgehen kann.<sup>9965, 9966</sup> Dabei wäre die UrTherapie für sie ein Gewinn: Denn gerade sie vermöchte Ihren Hirnen eine ungeahnte Steigerung in der Brillanz des Denkens zu erbringen ...

»Halt! Würge hier meine Meinung mal nicht so schnell ab. Ich bin ebenfalls der Meinung, daß feines Essen schon eine besondere kulturelle Errungenschaft bedeutet, die man nicht so einfach durch primitive Kost beiseiteschieben sollte«, sagst Du.

Du mußt in größeren Zeiträumen denken lernen. Was nützt unseren Kindern und Kindeskindern ein solches »Kulturgut«, wenn sie damit ihrer Zukunft (auch an Kultur!) verlustig gehen. Jeder gekochte Bissen, den Du jetzt in den Mund steckst, hat eine Vorgeschichte. Er schwächt nicht nur das genetische Erbmateriale, das wir weitergeben. Er trägt zur weiteren Zerstörung der Erde bei, wie ich Dir später noch aufweisen werde. Wenn Dir das einmal richtig bewußt wird, dann verliert so ein »Kulturgut« schnell seinen Glanz. Wenn Dich das feine Essen täglich mehr und mehr auf einen von Krankheiten zerfressenen Körper reduziert, werden Dir abwertende Sprüche über die Dir von Gott zugedachte rein natürliche Nahrung nicht mehr so leicht über die Lippen gehen.

»Also ich diskutiere lieber über ein anderes Thema mit Dir: Soll ich nicht auch deshalb möglichst abwechslungsreich und vielfältig essen, weil ich sonst von all den wichtigen Wirkstoffen, Mineralien, Aminosäuren, Fetten usw. zu wenig mitbekomme?«

Nun, die Mode schwemmt mal diese und mal jene Idee hoch. Nicht umsonst habe ich Dir so ausführlich die Geschichte der Medizin geschildert: Wie immer wieder etwas Neues, Nutzloses und heutzutage immer mehr Gefährliches entdeckt wurde, die Menschen zu beeindrucken, um an deren Geld zu kommen. Um das zu schaffen, benutzt man in unserer Zeit höchsten Raffinements gewisse Suggestivworte wie: »ausgewogen«, »abwechslungsreich«, »seelisch guttuende« oder »harmonisch zusammengestellte Ernährung«. Das sind positiv besetzte Worte. Aber es sind nur Worte von Menschen. Und die dürfen Dich niemals beeindrucken! Die Gelada-Paviane leben nur von Gras und deren knolligen Wurzeln und einigen spärlichen Blümchen. Mantelaffen nur von Blättern und Blüten einer bestimmten Baumart - also alles andere als abwechslungsreich.<sup>4306ff</sup> Coalabären füttern nur von einer einzigen, für uns angeblich giftigen Eukalyptus-Blattart. Mit flotten Fingern pflücken die Geladas Grashalme, bündeln sie zu kleinen Sträußchen und stecken sie sich in ihren Mund. Von diesen noch urzeitlich und damit gott- und schöpfungsgewollt und primatenartgerecht lebenden Verwandten lerne - nicht von schrullen Ideen unserer Eierköpfe in Schlips und Kragen.

Die Gelada-Pavianweibchen leben gewissermaßen in einem Harem mit jeweils einem männlichen Oberhaupt zusammen. Der aber muß sich der Nachwuchskonkurrenz erwehren. Hat ein Männchen, das bislang solo war, schließlich Erfolg und seinen Rivalen entthront, erleidet jedes schwangere Weibchen im Harem, das der Vorgänger noch trüchtig gemacht hat, eine Fehlgeburt. Vermutlich durch plötzliche Hormonstöße. Jetzt geht's nicht mehr um die Erhaltung der Art, sondern nur noch um die Weitergabe der Gene des neuen, stärkeren Haremchefs.<sup>4002/8</sup>

Wie klug die Natur alles eingerichtet hat, zum Wohle aller. (Sollten wir Menschen nicht vielleicht auch darauf verzichten, selbst die winzigsten unserer Frühgeburten mit allen erdenklichen künstlichen Methoden durchzubringen zu versuchen? Und so diesen ewig krankbleibenden, schlimmstens seelisch und körperlich geschädigten Sorgenkindern ein unerfülltes, nur leidvolles Leben ersparen?)

Ich weiß, Du bist nicht sonderlich darüber erbaut, wenn ich wieder mal auf die Affen und deren Tun zurückkommend hinweise. Wenn Du hier Deinen Stolz auf's Menschsein nicht herunterschrauben kannst, dann sieh es nüchtern: Da existieren zwei Arten von Lebewesen mit fast gleichem Organismus und gleichem Verdauungssystem und von gleicher Abstammung wie wir Menschen und beweisen allen Professoren, daß keine abwechslungsreiche Nahrung, sondern nur Gras, einfaches Gras genügt, um gesund, leistungsfähig und krankheitsfrei zu leben.

Zwar klingen die Worte »ausgewogen« und »abwechslungsreich« genau so einleuchtend richtig wie »leicht« oder »gut verdaulich«. Kein anderes Lebewesen auf der Erde aber ißt »abwechslungsreich« oder im Hinblick auf gute Verdaulichkeit.

Jede Lebewesenart ißt, was ihr zu essen bestimmt ist. Und nichts anderes. Jede Art ißt artgerecht.

**Das allein ist schon Grund genug, die liebend gern als Schlagwort gebrauchte These der Ernährungswissenschaftler und Ärzte als völlig abwegig und falsch - weil unnatürlich und deshalb Dich schädigend - zu entlarven. Wer weiß schon, was »leicht« vom Körper verdaut wird. Die Ernährungswissenschaftler nehmen das von einem Kalbsfrikassee oder einem Milchsüppchen an. Und wissen nicht einmal, ob das stimmt. Nachgeprüft wurde es jedenfalls nie.**

Warum Du *nicht* abwechslungsreich, sondern im Gegenteil mehr einseitig und damit artgerecht essen sollst, das will ich Dir sagen:

**Damit Dein Verdauungssystem nur einprogrammiert auf einfache Nahrung - wie urzeitlich gewohnt - und die dafür erforderlichen Enzyme und Säfte in richtiger Menge dem Speisebrei zufließen lassen kann. Wie soll der Körper das alles richtig verarbeiten, was ihm von einer nicht einseitigen Ernährung, also einem grandiosen Mischmasch zugemutet wird - denk mal nur an ein normales Mittagessen mit Vorspeisen, Hauptgängen, Nachtisch - mein Gott - was da alles in ihn reingekippt wird...**

Dein Körper kann nur das richtig aufnehmen, was ihm in der Form dargeboten wird, die er von der Urzeit her gewohnt ist. Weil seine Organe und seine Gewebe nur auf die urzeitliche Kost eingestellt sind. Er vermag es um so weniger, notwendige Lebensstoffe artgerecht und damit körpersprechend zu verdauen, wenn er verschlackt, verstopft und verfettet ist!

»Müßten sich die Ernährungswissenschaftler das nicht auch sagen?«, meinst Du.



Deren Interesse ist, den Status quo zu bewahren, damit die Ernährungs- und Medizinindustrie weiter fette Gewinne macht und sie ihren Teil davon abkriegen. Da ist das Teufelswort »ausgewogen« bestens zu geeignet. Denn es könnte ja noch Leute geben, die nur von Brot und Käse leben. Die könnten ja noch immer an Krankheitsstoffen zu wenig mitbekommen. Die sollen doch »ausgewogen« essen. Was für Chemie- und Schlechtstoffe in Brot und Käse fehlen, das kriegen dann doch wenigstens mit, wenn sie Wurst und Fleisch dazu nehmen. Noch »abwechslungsreicher« werden die Mahlzeiten, wenn dazu Bier oder Limo getrunken und später Kuchen und Schokolade verputzt wird... Naturkost ist auch ausgewogen. Allerdings nur an guten Lebensstoffen. Was in den Früchten davon fehlt, das findet sich im Grün. Heute bestimmen dumme Schlagworte das Denken des Menschen. Und wenn man die nachplappert, ist man sich allgemeiner Zustimmung sicher. Zu schnell bist Du begeistert von Worten, nur weil damit ein geschickter Hirnakrobat ausdrucksvoll zu jonglieren weiß. Deshalb fallen die Menschen auch immer wieder auf die Werbung herein und kaufen sich Krankheit in Raten.

So sagt eine geschickte Propagandistin des Fruchte Kornbreis nicht einfach: »Mußt Du essen, ist gut für Dich«, sondern auf die Getreidekörner bezogen: »Alles, was in den Boden gesteckt, neues Leben erwachen läßt, schenkt auch uns neues Leben!« Und da Dich das wie der Blitzstrahl der richtigen Erkenntnis trifft, können solch wohlformulierte Worte Dich sogleich begeistern und für lange Zeit an die Körnerkost (oder an die »ausgewogene Schlechtkost«) binden, bis aufsteigende Krankheiten Dir zeigen, daß diese Ernährungsform mal wieder nicht der wahre Jakob bedeutete.

Noch ein eingängiger Satz eines den Menschen nach dem Mund Sprechenden will ich anführen: »Wir müssen so essen, daß wir stets ein schönes, rundes Bauchklima haben!« Na, daß Dir das die UrKost in den ersten Wochen nicht zu vermitteln vermag ist so klar, wie es töricht wäre, sie deshalb aufzugeben. Nur - woher weiß dieser Schwätzer, was wir für ein Gefühl im Bauch nötig haben? Läge es nicht vielmehr im Sinn der Mutter Natur, uns immer ein wenig hungrig zu halten, damit wir tagsüber öfter essen? Und wir nicht die satt und müde machenden Hauptmahlzeiten aufnehmen? Damit wir aktiv und lebendig sein können?

**Was Dich aber ganz hilflos bei Vorträgen und Büchern inkonsequenter alternativer Halbwisser zurückläßt, das ist der Satz: »Jeder muß für sich selbst herausfinden, was er am besten ißt und was ihm am besten bekommt.« Ich frage mich: Was sind das für Gesundheitslehrer, die nicht selbst wissen, was das Beste für ihre Anhänger ist! Du solltest sie gleich vergessen.**

Und wenn so ein Professor oder Ernährungswissenschaftler wirklich den Dingen auf den Grund ginge und eigenständig denken würde, müßte er um seine gutbezahlte Stelle fürchten, ja, um das ganze Deutsche Ernährungsinstitut mit seinen Pharmazie- und Fastfooddreck-Empfehlungen, das von der Nahrungsmittelindustrie bezahlt wird. Denn wenn UrKost alle Probleme löst, gibt es ja nichts mehr zu tun und zu forschen! Die sind in der gleichen Zwangslage wie die Ärzte. (©Rz 630)

**Die Industrie will verkaufen und verdienen. Der Staat will Steuern von den Verkäufen. Bei nichts kostenden Wildpflanzen bleiben bei beiden die Einnahmen aus...**

**Würde er die *nicht* ausgewogene Nahrung empfehlen, also z.B. Fleisch für nicht nötig erklären, dann bekäme er die Metzger auf den Hals. Würde er die Milch als das bezeichnen, was sie ist, nämlich schleichendes Gift für Erwachsene, würde ihm die Milchindustrie die Hölle heiß machen. Würde er Getreide richtigerweise verteufeln, bekäme er es mit den Landwirten und den starken Bäckerinnungen (und außerdem auch noch mit dem Dr. Bruker) zu tun. Deshalb gibt das raffinierte Bürschlein dies an die Presse:**

Als »unverantwortlichen Unsinn« hat Professor Volker Pudell, Präsident der deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) neue Meldungen über eine schädliche Wirkung von Milch bezeichnet.

Milch und Milchprodukte sollten in jedem Fall fester Bestandteil einer ausgewogenen Ernährung sein. Individuelle Unverträglichkeiten sind kein Grund, die Milch aus dem Speiseplan von allen zu verbannen, betont die DGE.<sup>2533, 6608</sup>

Vegetarische Ernährung - ja oder nein? Das ist für Dr. Helmut Oberritter, wissenschaftlicher Leiter der Deutschen Gesellschaft für Ernährung, Frankfurt, keine Frage: »Eine rein pflanzliche Ernährung ist für Kinder auf Dauer überhaupt nicht, für Erwachsene nur sehr eingeschränkt geeignet. Der Mensch ist auf tierische Lebensmittel angewiesen, und sei es auch nur in Form von Milchprodukten und Eiern. Die wichtigsten Kontra-Argumente des Ernährungswissenschaftlers: Pflanzliche Proteine sind im allgemeinen nicht so hochwertig wie Eiweiße tierischer Herkunft. Meistens fehlen ihnen essentielle Aminosäuren, die für den Zellaufbau wichtig sind. Auch kommt es zu einer Unterversorgung mit Calcium, Vitamin B12 und D. Das führt auf die Dauer zu Blutarmut, Knochenschwund und krankhaften Ansammlungen von Gewebeflüssigkeit. Schwangere, Stillende und Kinder sollten wegen ihres erhöhten Nährstoffbedarfs auf vegetarische Ernährung verzichten. »Für sie ist eine Vollwert-Mischkost zu empfehlen, da sie dem Körper alle lebenswichtigen Nährstoffe - auch die Aminosäuren - in ausreichender Menge zuführt«, so Oberritter. (Frau im Spiegel Nr. 7; 11.2.'93)

Im Kapitel Medizingeschichte habe ich Dir schon zeigen können, wie schnell die Menschen vergessen, wie sehr sie zuvor drangekriegt worden sind. Und wie sie immer wieder als richtig annehmen und zu glauben geneigt sind, was rednerisch und rhetorisch begabte Salbader gerade jetzt, gerade heute von sich geben. Darüber gerät dann völlig in Vergessenheit, was uns die alten Weisen übermittelten, die einfach denken konnten und nur von der Wahrheitsvermittlung beseelt waren.

»Und wenn ich damit anfangen - sozusagen als Vorstufe zur Urzeitkost -, die moderne Vollwertkost zu essen? Die enthält doch alle Vitamine, Mineralstoffe und wird zudem noch voll biologisch hergestellt«, meinst Du.

**Der volle Wert der Pflanze mag zwar im Ausgangsprodukt noch vorhanden sein - im Endprodukt ist er aber schon wieder zerstört! Sobald das Brot gebacken, sobald der**

**grüne Reis mit dem Silberhäutchen gekocht, sobald das biologisch gezogene Gemüse im Auflauf auf 200 Grad erhitzt wurde, ist der Vollwert nur noch ein Minderwert. Sobald Salz drangegeben wird, ist es halb vergiftet. Und das Rohmüsli wird mit der hinzuzufügenden Milch wieder zu einem Mischmasch aus Proteinen, Kohlehydraten und Fetten, die das Verdauungssystem nicht bestens verdauen und aufspalten kann, weil zuviel Unnatur drin ist.**

Du erkennst: **Das Thema Gesundheit ist viel zu einfach, um es Spezialisten zu überlassen!**

Dein Pfeifen auf alles, was von Seiten der von Menschen gemachten Wissenschaft kommt, kann für Dich der Beginn einer überfälligen Umorientierung sein. Ein »Ja« zu Nur-Natur, ein »Nein« zu allem, wo Profitinteressen im Hintergrund stehen.

Wohin sind die Journalisten gekommen, daß sie ihren gesunden Menschenverstand vor offensichtlichem Nonsense und angenehm klingenden Gefasel einbüßen und diesen offensichtlich baren Unsinn drucken? Vielleicht weil sie glauben, einem Mc Donalds-Fast-food empfehlenden Professor (der Psychologie!) und ehemaligem Präsidenten der Deutschen Gesellschaft für Ernährung könne man unbesehen alles abnehmen, was er von sich gibt?<sup>6028, 6615, 6637</sup>

Du weißt inzwischen, was wirklich mit solch lieblichen Schalmeitönen - Psychologie kann auch durchaus zu etwas ungesund sein - bezweckt wird. Nämlich das:

**Wenn kein Mensch mehr über ungesunde Nahrung nachdenkt, wenn ungesunde Nahrung als Krankheitsverursacher Nr.1 unwichtig wird, dann fällt es der davon profitierenden Industrie leicht, uns radioaktiv bestrahlte, mit Chemikalien gezüchtete, mit Pestiziden vergiftete und genetisch manipulierte Lebensmittel, aus Foltertierhaltungen gewonnene, mit Salmonellen vollgepumpte Eier, mit Hormonen vollgespritztes Fleisch und was immer sonst anzudienen.**

Auf diese Weise ist es dann nur noch ein Schritt, uns Mahner und Fürsprecher für gesunde Lebensweisen und alle die sich um das Gesundsein der Menschen mühen, als Irre oder Sektierer abzustempeln. Denn:

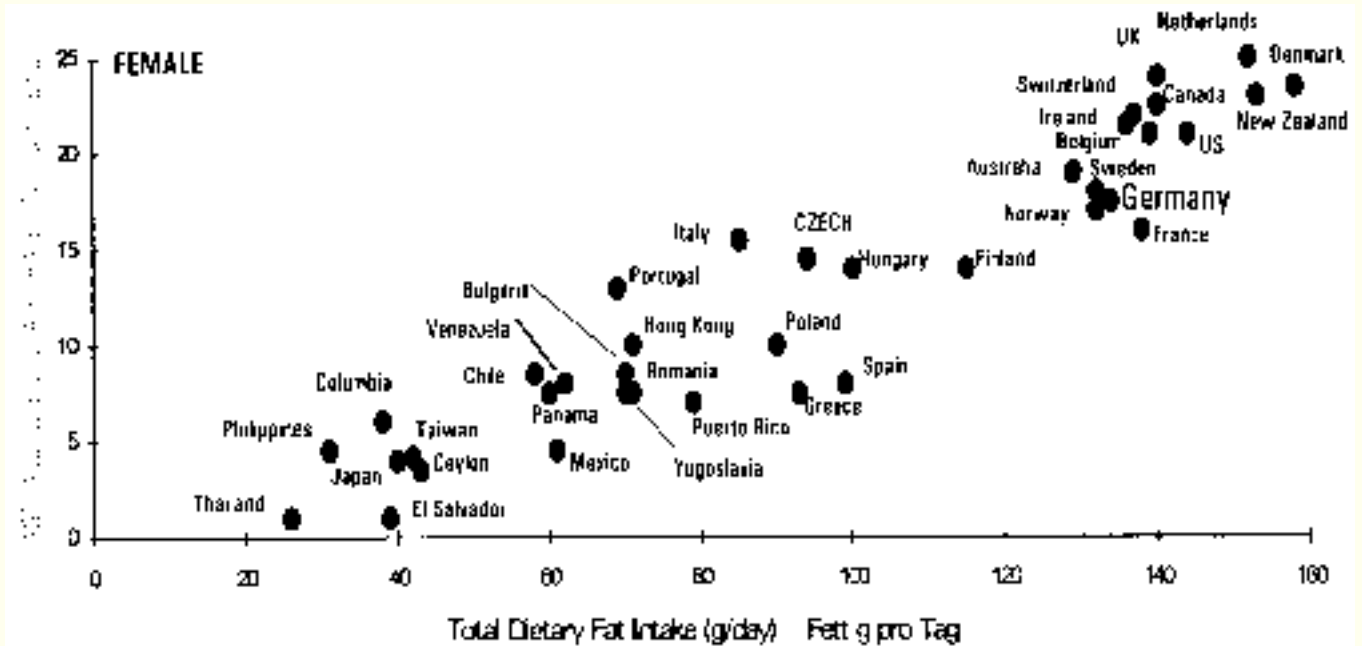
### Gesundheitsgesetz

**Je klingender die Titel, je höher die Position, desto größer ist die Gläubigkeit des Massenmenschen am Geschwafel, das der Genußsucht und heutigen Anspruchshaltung entgegenkommt. Das ist in der Politik nicht anders als in der Medizin. Willst Du gesund werden und bleiben, dann muß Du hinterfragen und Dich endlich strikt weigern, Sinnloses länger nachzubeten, wenn es Prominente behaupten. Auch wenn es noch so geschickt formuliert ist. Das Dich – und die Erde wie weiland, der Rattenfänger zu Hameln - ins Verderben führt.**

Es existieren also nach der professoralen Lehrmeinung keine ungesunden, uns Leiden

bringenden Lebensmittel, sondern nur solche, die man lediglich richtig aufzuteilen hat - gleich um welchen Dreck und um welches Gift es sich handelt.

Man muß schließlich nur fein »ausgewogen« essen. Ein bißchen von dem einen krankmachenden Lebensmittel, ein bißchen von dem anderen vergiftetem Zeug, und schon ist alles in bester Ordnung. Jedenfalls für alle, welche die Interessen der Nahrungsindustrie hofieren und welche die Worte »gesund« und »ungesund« als nicht mehr beachtungs- und achtungswürdig uns einzureden trachten.



Wenn Du nicht selbst denkst und Pseudo-Wissenschaftlern die geschickt formulierte Pseudo-Logik abnimmst, daß zu wenig Fett dick mache, dann solltest Du Dich wenigstens dafür interessieren, was das Fett der Nahrungsindustrie wirklich macht.<sup>2359</sup> Nämlich das:  
**BRUSTKREBS**

Breast cancer mortality (age adjusted) vs per capita consumption of dietary fat, courtesy Kenneth K. Carroll, »Experimental Evidence of Dietary Factors and Hormone-dependent Cancers«, Cancer Research, Vol.35, p.3379.

»Beim Fett blicke ich ziemlich klar, doch noch nicht an dem, wo es meist dranhängt, am Tierfleisch. Nun ja, ich sehe ja schon ein, daß wir Menschen nicht gerade als Fleischesser geboren sind. Aber ab und zu mal, das kann ja wohl nicht so schlimm sein. Die Schimpansen erlauben es sich doch auch hin und wieder.«

Bevor wir Deine Überlegung nach den Grundsätzen des gesunden Menschenverstandes - also vor allem ohne Vorurteile untersuchen, sollte ich vielleicht zuerst mal die Bibel sprechen lassen:

*Wahrlich, ich sage euch, tötet weder Mensch noch Tier noch die Nahrung, die durch euren Mund geht. Denn wenn ihr lebendige Nahrung eßt, wird sie euch beleben, aber wenn ihr eure Nahrung tötet, wird die tote Nahrung auch euch töten. Denn Leben kommt nur vom Leben, und Tod kommt immer vom Tod. Alles, was eure Nahrung tötet, das tötet auch euren Leib. Und*

*alles, was euren Leib tötet, das tötet auch eure Seele. Euer Leib wird, was eure Nahrung ist, wie auch euer Geist das wird, was eure Gedanken sind.*

*(Aus der Urbibel der Essener, dem Stamme Jesus)*

Das wisse:

**Urgesund kannst Du nur durch lebendige, ungesunde Kost werden: durch die voller Leben steckende UrKost!**

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) (Important note!) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ☒ = externe Datei · [Disclaimer / Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/5/81.html> - Update: 13.01.2000 15:53

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# Kapitel 5. Finde den Weg zur besten Ernährung für Dich: zur UrKost

## 5.82 Vollwertkost ist Nullwertkost, ist vollwertige Falschkost! 6223

»Aber selbstgebackenes Vollwertbrot aus verschiedenen Kornarten mit einer Tasse Tee - was Gesünderes kann ich mir eigentlich nicht vorstellen.«

Da schmierst Du doch wieder Butter oder Margarine drauf oder legst Käse drüber. Auch selbstgebacken erzeugst Du beim Backen im Inneren des Brotes eine Hitze von 95 Grad. Nur ein paar dickere Körner mehr drin, und schon heißt der Schund Vollwertbrot. Und die Margarine ist nun einmal ein künstliches Produkt, das unser Verdauungstrakt 30 Millionen Jahre nicht kennenlernte. Und selbst die Tasse Tee, die anstelle des schädlichen Kaffees getrunken wird, verdünnt die Verdauungssäfte so sehr, daß der Magen nur mit halber Kraft zu arbeiten vermag.

»Mir hat jetzt ein Arzt sogar zur Bio-Vollwertkost geraten!« sagst Du. »Die sind also nicht alle so rückständig wie Du sie hier darstellst.«

Weil's augenblicklich modern wird und sogar das Fernsehen schon Rezepte der Vollwertküche bringt. Da dürfen die Ärzte natürlich nicht rückständig erscheinen. Du hast doch genau gesehen, daß sie wie die Fraktionsangehörigen einer Partei stets ihr Mäntelchen in den Wind der gängigen Meinung hängen. Und die Spitzenfunktionäre der Ärztegilde wissen längst, daß ihnen von der Vollwertkost keine Gefahr für Ihr Einkommen droht. Dadurch werden nämlich die Menschen auch nicht *weniger* krank. Denn gekochte oder gebackene Vollwertkost verliert ihre Vitamine, wandelt die im lebenden Verbund stehenden Mineral- und Lebensstoffe in kaum verwertbare tote um und wirkt stark säurebildend. Für die meisten Menschen ein zusätzlicher Nachteil, weil sie bereits übersäuert sind. Getreide verstopft zudem und begünstigt Krankheiten! Es ist selbst bei biologischer Anbauweise den Abgasen der Traktoren ausgesetzt, die bei der laufenden Bearbeitung des Getreidefeldes in den Boden und die Pflanzen geraten. Die kulturell gezüchteten Getreide sind außerdem mit wenig Lebenskraft ausgestattet: Auf unbearbeitetem, unverseuchtem Boden werden sie sogleich von Urpflanzen überwuchert und erstickt. 6210, 6354, 6405 Bedenke auch:

Getreide enthält das Klebereiweiß Gliadin - auch Gluten genannt<sup>6131</sup> - und schädigt, wenn es gebacken wurde, die Dünndarmschleimhaut. Erhitzter Weizen, Roggen, Hafer, Dinkel, Grünkern und erhitzte Gerste führen für manche zur chronischen Verdauungsschwäche.<sup>9860</sup> (Bei Mais, Reis, Buchweizen und Hirse ist Glutenunverträglichkeit nicht zu befürchten.) Einige alternative Gesundheitsforscher sehen es weiter als erwiesen an, daß der durch erhitztes Getreide gebildete Schleim die Scheidewände der Darmzotten verstopft. Und daß - da es kaum Kalzium besitzt - der in ihm enthaltene Phosphor noch zusätzlich das Kalzium aus Knochen und Zähnen raubt. Die gezüchtete Auslese der Grassamen hat die natürlichen DNS (das sind Lebensbausteine) in mutierte DNS verwandelt. Und an diese neuen Proteine sind unsere Gene nicht angepaßt, d.h., Getreide kann nicht bestens verstoffwechselt werden. Und wenn Du mal ganz einfach mit dem gesunden Menschenverstand überlegst, kommst Du ebenfalls darauf, daß Getreide schädlich sein muß: Das Klebereiweiß »Gluten« darin vertragen viele nicht. Kinder bekommen davon Zöliakie, Erwachsene Sprue, weil es bei diesen die Dünndarmzotten schädigt. Führt diese Tatsache nicht zu dem ganz einfachen Schluß bei Dir: Wenn das Gluten *einige* Menschen schädigt, dann kann es auch für alle anderen nicht gut sein, auch wenn sich deren Darmzotten als robuster erweisen sollten.

Merke: UrKost ist stets für *sämtliche* Organe gut! Welch ein Wahnsinn der Vollwertköstler und Vegetarier stolz zu

sagen: »In mein Brot kommt mir keine Chemie, das backe ich selbst! Sie sind wie der Teufel hinter Bio-Ware her, treiben im Garten streng dynamisch-biologischen Anbau – um dann die wertvolle Nahrung durch Kochen, Backen und Dämpfen wieder wertlos zu machen.

»Und wie sieht es mit der makrobiotischen Kost aus? Da schwören heute so viele drauf!« sagst Du. »Dir ist doch sicher auch bekannt, daß viele Mineralien im Getreide stecken!«

Hab' ich zuerst auch gedacht. Doch dann habe ich mir mal die Quellen etwas genauer angesehen, auf welche sich solche Behauptungen gründen. Siehe da: Die Mineralienanalysen wurden vor langen Jahren gefertigt. Da waren die Böden von der ständigen Überdüngung und Vergiftung längst nicht so ausgelaugt. Selen ist in Kulturböden überhaupt nicht mehr zu finden. Und damit steht fest: Wenn die kultiviert bewirtschafteten Böden so gut wie keine Mineralien enthalten, dann können sie auch nicht in dem darauf gezogenen Getreide stecken. Von Vollwertkost also keine Spur. Getreide ist damit richtig als unterwertig zu bezeichnen. Das ist der Grund, weshalb Vollwertköstler fast so viele Krankheiten kennen wie alle anderen. Die Urzeitmenschen kannten kein Getreide! Die aßen zwischendurch höchstens mal etwas frischen Grassamen, wie das aus den Eßgewohnheiten freilebender Gorillas zu schließen ist. Nur *diese* Körner sind - trotz ihrer Kargheit - als vollwertig zu klassifizieren. Weil sie nur frisch eßbar und voller UrKräfte sind.

Die Menschen in einigen der früh kultivierten Gegenden der Erde - wie Ägypten und China - begannen erst vor etwa 10.000 Jahren damit, Getreide anzubauen.

**Wir wollen aber möglichst so essen, wie die noch nicht von Kultur und Zivilisation beleckten Urzeitmenschen. Der Mensch hat jahrmillionenlang nur Frisches gegessen. Das ist einer der Hauptgründe, weshalb wir Getreide nur als große Ausnahme essen sollten. Denn es ist so gut wie immer abgelagert.**

»Trotz allem was Du da sagst: Ich halte Getreide nicht für so ganz schädlich. Es ist der UrKost als pflanzliche Nahrung doch ziemlich verwandt. Natürlich muß es roh gegessen werden und biologisch-dynamisch angebaut worden sein«, erhebst Du Einspruch.

Die Nahrungsart der Menschen ist in seinen Genen für immer festgelegt. Und worauf? Einzig und allein auf völlig frische, natürliche Nahrung wurde sie programmiert! Ich hätte nicht so viel gegen Getreide vorzubringen, wenn Du die frischen Samen, z.B. Weizenkörner, sofort vom Halm essen würdest. Und wenn sie auf Naturböden wachsen würden. Aber selbst die Bio-Bauern kommen um eine Düngung nicht herum. Wisse:

Getrocknetes Getreide enthält Enzymhemmer (Inhibine), die verhindern, daß es aufkeimt, bis günstige Bedingungen dafür geschaffen sind (entsprechende Jahreszeit, Bodenfeuchtigkeit usw.). Diese Antienzyme in den getrockneten Samenkörnern hindern nun auch unsere Verdauungsenzyme an einer wirksamen Verstoffwechslung der Samen. Ablagerte Samenfrüchte im Körper müssen sich daher zwangsläufig auf Dauer schädlich auswirken - was schließlich auch durch die verhärteten Getreideklumpenrückstände in den Nischen des Dickdarms bei Autopsien von Vegetariern und Makrobioten bewiesen wird. Und das geschieht auch dort, wo durch vorheriges Aufweichen des Mehls und des Backens zu Brot die Inhibide verdrängt, aber dadurch auch die zugehörigen Verdauungsenzyme beeinträchtigt werden.

»Aber den Vögeln bekommen die Samenkörner ausgezeichnet«, wirfst Du ein.

Das sind auch keine Säugetiere wie wir. Sie sind nicht vergleichbar mit uns. Die von der Schöpfung als Samenesser vorgesehenen Vögel speichern den Samen in ihren Kröpfen 4 bis 17 Stunden lang. Um ihn dort verdauungsfähig zu machen und ihn erst später, wenn er genügend aufgeweicht ist, in den Magen zu überführen. Und was geschieht in den Kröpfen der Tiere? In der feuchten Wärme wird die Zellulosehaut der Stärke aufgebrochen, das die Mineralstoffaufnahme erschwerende Phytin wird so abgebaut und die Enzyminhibitoren werden langsam aufgelöst.

»Wenn die Tiere aber zu großen Hunger haben und die Nahrung sofort schlucken müssen, wie das z.B. bei eben geschlüpften Jungvögeln der Fall ist?«<sup>9730</sup>

**Siehst Du - das fällt nicht mal den Biologen und Naturforschern ein, solche Gedankenverbindungen zu knüpfen: Dann nämlich stopfen die klugen Elternvögel ihren Kindern keine Samen, sondern Raupen, Würmchen oder Insekten in die Schnäbel - also Nahrung, die sofort verdaut werden kann und die keine Antienzyme besitzt.**

»Aber wie sollen denn harte Chitinpanzer der Insekten bei den Jungen verdaut werden?« läßt Du nicht locker.

Dafür besitzen die Vögel zwei Mägen. Der Drüsenmagen arbeitet ähnlich dem unseren. Der Muskelmagen ersetzt dem Vogel die sonst die Nahrung zerbeißen Zähne. Er zerkleinert die Nahrung mechanisch, indem die Magenwände als Reibplatten arbeiten. Kleine Steinchen unterstützen diese Arbeit. Nur Wasservögel wie Gans, Schwan und Ente haben keinen Kropf... Die essen aber auch keine Samen, sondern Gras, Würmer, Krebse, Fische, Sumpfgewächse usw.<sup>9606</sup>

Wenn Du es keimen läßt (und so die Antienzyme sich auflösen läßt), kannst Du jedoch hin und wieder auch mal ein wenig rohes Getreide zur UrKost hinzunehmen, so stur sehe ich das nicht, wenn Du das Grundsätzliche beachtest...

Es scheint mir zudem fraglich, ob der Mensch so viel Stärke, wie sich im Getreide befindet, überhaupt richtig verdauen kann. Denn das mußte er in seiner langen Vergangenheit nie. Du weißt, der Ackerbau ist erst 10.000 Jahre bekannt - und vorher gab es nur die kargen Grassamen, bevor die großen Getreidesorten gezüchtet wurden. Und der wurde (mangels Lagermöglichkeiten) auch nur frisch von den Urmenschen gegessen. Einige alternative Forscher wollen sogar mit Jodversuchen bewiesen haben, daß Stärke überhaupt nicht verdaut wird. Viele machen auch die Übersäuerung durch das Getreide für die Leiden verantwortlich. Übersäuerung entsteht nur durch das Essen von nicht basisch wirkenden Nahrungsmitteln. Basisch reagieren: Früchte, Gemüse, Wildpflanzen, wenn sie ungekocht sind. Dagegen fordert Obst eine Säureverdauung im Magen heraus, wenn es gekocht oder mit anderer Nahrung zusammengegessen wird, die unbasisch verdaut wird. Mit rohem Grün dagegen kannst Du Früchte stets zusammen essen. Doch gekochtes Grün ist wiederum säurebildend! Genau so wie Getreide - gleich ob Du es vollwertig oder ausgemahlen zu Dir nimmst. Wir kommen später nochmal darauf zu sprechen. (® Rz.763)



Auf jeden Fall ist Getreide ein Nahrungsmittel zweiter Klasse. Es ist nicht wertvoll genug für Kranke, die gesund werden wollen! Es wächst nicht aus unbehandeltem, also ungeschädigtem, in voller Urkraft befindlichem Boden empor, dessen Bakterien- und Kleinlebewesenflora intakt und ungestört - weil ungepflügt - belassen wurde.

Daß so viele Menschen frisches Brot nicht vertragen und es ihnen oft wie Blei im Magen liegt, das weist zudem darauf hin, daß Getreide im Magen Klumpen bildet und deshalb nicht von den Magensekreten und -säften genügend aufgeschlossen und richtig verdaut werden kann.

Sei froh, daß Du davon loskommst. Im Brot gibt es die meiste Chemie. Unter anderem: Quellstärke, Emulgatoren, Schimmelverhütungsmittel, Phosphate, Ascorbinsäure, Guakamehle, Enzyme, Lecithin, Methylalkohol, Stabilisatoren, Kalziumkarbonat, Alpha-Amylase, Farbstoffe usw.: über 250 Fremdmittel sind erlaubt!

Selbst der Getreidevollwertkostbegründer Bruker<sup>9721</sup> (dessen Verdienst es ist, daß sich die Menschen wieder mehr mit gesünderer Nahrung beschäftigen) muß zugeben:

»Zur Heilung von Krankheiten, vor allem wenn sie schon länger bestehen und weit fortgeschritten sind, sind spezifischere und strengere Kostformen notwendig. Zum Beispiel reine Frischkost.«

**Aber dann verläßt ihn seine Logik und er meint:**

**»Leider wird von sehr vielen Menschen nicht unterschieden zwischen der Ernährung von Gesunden über Jahrzehnte und von Kostformen für Kranke über kurze Zeit.**

**Es liegt keinerlei Grund vor, Eier zu verbieten. Dasselbe gilt auch für andere tierische Eiweiße , z.B. Milch, Quark, Käse.**

**Es gibt natürlich eine Reihe von ernährungsbedingten Zivilisationskrankheiten, z.B. Hautausschläge, rheumatische Erkrankungen, bei denen ein Verzicht auf tierisches Eiweiß, also Milch, Käse, Quark, Eier, Wurst, Fisch und Fleisch notwendig ist.**

**Es liegt aber keinerlei Grund vor, bei Menschen, bei denen diese Erkrankungen nicht vorhanden sind, tierisches Eiweiß zu meiden.«<sup>9020</sup>**

**Ist das »ganzheitliche Sicht«? Bruker, der Vollwertpapst, scheut sich zu sagen, welchen Ursprung die Krankheiten haben. Wenn Eier für einen Kranken schlecht sind, wie können sie dann für einen Gesunden oder einen anderen Kranken gesund sein! Die dem einen nicht gestatteten tierischen Eiweiße führen bei dem anderen dann doch zumindest zu einer Schwächung der Abwehrkräfte gegen sein Leiden und später zu den gleichen tierischeiweißbedingten Krankheiten, die nach einer gewissen Kumulation der Gifte aufbrechen.**

»Wenn Du wüßtest, wie sehr ich manchmal nach einem Stückchen Brot, einem knackigen Brötchen, einem zarten Blatz schmachte... «, seufzt Du.

Dir müßte eigentlich jeder Geschmack daran vergehen, wenn Du weißt, daß Du vom Bäcker noch schlimmer betrogen wirst als vom Arzt. Der einzige Unterschied: Die einen verrühren den Inhalt aus den Beuteln der Chemieindustrie als deren Handlanger mit Wasser und verkaufen es nach dem Backen als Brot. Die anderen verkaufen Dir die Chemie-Gifte aus den Laborküchen der Pharmaindustrie als Heilmittel. Mit Amylase-Präparaten wird vom Bäcker das Volumen des Brotes künstlich aufgeblasen und das Chemieerzeugnis vor dem Verschimmeln bewahrt. (Mit beruhigenden Sprüchen wird das Gift in den Spritzen und Medikamenten verharmlost und vor dem Boykott zu Recht argwöhnischer Menschen bewahrt.) Maschinenfreundlich wird dann der Teig mit Diacetylweinsäureester gehalten, mittels Kalziumkarbonat verklumpt er nicht, Monoglyceride halten ihn frisch, durch Natriumpyrophosphat quellt das bißchen Getreide in der Chemiemasse dann besser auf. Mittels Cystein wird es dann noch weicher und mundfreundlicher gesalbt. Weitere künstliche Backhilfen und Kunstbackmittel blähen es beim Backen dann auf, während der Stoff »Brotbraun«, je nach Menge, die der Chemiebäcker zugibt, Brotgeschmack vermittelt und aus einem bleichsüchtigen Laib ein dunkles Vollkornbrot zaubert.

Übrigens, weißt Du, wie Cystein hergestellt wird?

**»Aus Rußland, Lettland und dem asiatischen Raum importiert eine Firma in Süddeutschland gleich säckeweise echte Menschenhaare. Ein Teil wird an die chemische Industrie verkauft und dort weiterverarbeitet. In einem komplizierten Verfahren werden die Haare in einem Säurebad aufgelöst und zu Cystein verarbeitet.« (BamS, 30.7.1994)**

Verschiedene Gesundheitsautoren berufen sich ständig auf die Namen von Ärzten und Professoren. Um so ihre Argumente - weil so von anderen Autoritäten abgesegnet - glaubhafter zu machen und ihnen damit mehr Beweiskraft zu verleihen. Ich mache das nicht mit. Wenn mal zufällig ein bekannter Professor das gleiche wie ich geäußert hat, dann bin ich eher entsetzt und prüfe es gleich doppelt und dreifach nach. So was ist für mich ein gewichtiger Grund, dem Gesagten zu mißtrauen: Vor allem, weil es von einem Menschen stammt. Die Worte der meisten Kapazitäten der Ernährungsforschung kannst Du sowieso wegen der Verlautbarung gutklingenden, »ausgewogenen« und »höchstwertigen« Unsinn vergessen.

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

# Kapitel 5. Finde den Weg zur besten Ernährung für Dich: zur UrKost

## 5.83 Und was gibt's Schönes zu trinken?

»Ich glaub', ich brauch' da nicht erst zu fragen: Was anderes als einen Hagebuttentee läßt Du wahrscheinlich doch nicht zu«, meinst Du.



Nicht mal Hagebuttentee! Allenfalls ein paarmal im Jahr ein Schluck klaren Quell- oder Gebirgswassers.<sup>6915</sup>

Selbst Mineralwasser<sup>6816</sup> solltest Du meiden. Auch wenn auf der Flasche dutzendweise »wertvolle« Mineralstoffe aufgeführt sind. Der Mensch braucht keine Getränke<sup>9900</sup> - außer er fastet -, wenn er natürlich lebt und insbesondere auf Salz und Zucker verzichtet. Auf anorganisch zugeführte Mineralien ist die

Verstoffwechslung unseres organischen Systems nicht eingestellt. Neben zu viel Fett kann auch das zur Arteriosklerose beitragen. 30 Millionen Jahre haben die Primaten der Erde niemals anorganische Mineralien, also Eisen, Magnesium oder Kalzium pur in ihren Körper bekommen, immer nur eingebunden in wildem Grün oder Früchten. Denk auch mal darüber nach, wenn Du Mineralwasser trinkst, wieviel die Erde verpestende Schadstoffe Du dadurch freisetzt, weil tausende von Lastern täglich zu allen Getränkemärkten und Supermärkten unterwegs sind, um das in Deine Nähe zu bringen... Und: Fruchtsäfte ohne Frucht kennt die Natur ebenfalls nicht. **Wenn überhaupt, dann tranken die Urzeitmenschen schon mal Regen-, Quell-, Tümpel- oder Bachwasser. Da aber die salzlose UrzeitKost zu 80 bis 90 Prozent aus Wasser besteht, stellt sich dem UrMethodiker die Frage des Trinkens überhaupt nicht.**

»Sag mal, das meinst Du doch nicht im Ernst. Ich muß in Zukunft nie mehr trinken?«<sup>9900</sup>



Es wird Dich in Erstaunen versetzen, aber warum willst Du trinken, wenn Du zukünftig so gut wie keinen Durst mehr kennst? Ahnst Du jetzt, warum UrMedizin auch für Alkoholiker das einzige und sicherste Mittel darstellt, sie vom Trinken abzubringen?

»Und Du trinkst nicht wenigstens mal ab und zu ein Gläschen Wein?«

Nein: Ich hab lieber ein Kätzchen im Bett, als einen Kater im Kopf.

»Aber frisch ausgepreßter Obstsaft!« – Nein! Da sind eben nicht mehr alle Vitamine drin

enthalten! Die werden im Mixer an die Glaswand geschleudert und sie sollen doch sofort an die zarten Schleimhäute in Deinem Mund und im Verdauungstrakt gelangen und von denen aufgenommen werden. Ohne zuvor mit dem Luftsauerstoff in eine zerstörerische Verbindung geraten zu sein.

Was ich aber schon mal trinke, das ist der Saft der Kokosnuß. Für mich stellt sie das lieblichste Getränk von allen dar! Stell Dir nur vor, welche Kraft in ihr liegen muß, wenn sie es fertigbringt, einen so großen Baum aus der Erde zu stoßen. Die meiste Milch findest Du in ganz jungen Kokosnüssen, die noch ein weiches, lieblich schmeckendes Fruchtfleisch besitzen. Die bekommst Du bei speziellen Tropen-Versandfirmen. (© Rz.980 [2]) (Übrigens ist diese Kokosmilch bestens als Ersatz für Blutplasma zu verwenden - aber welcher Arzt weiß schon so was.)

Und: Aus Flaschen stammende Obstsaft sind einfach deshalb keine natürliche Nahrung, weil sie keine lebensfrische Nahrung sind. Und das Fruchtgewebe fehlt, das der Körper mit dem Saft der Frucht stets zusammen gewohnt ist zu erhalten und zu verdauen. Er bekommt also nur etwas Halbes und das oft genug auch noch synthetisch verpfuscht.<sup>6036</sup> (©Unbedingt im Literaturverzeichnis unter 3780c nachlesen!)

Du solltest überhaupt davon absehen, zum Essen etwas zu trinken: Ist doch klar, daß dann die Verdauungssäfte nicht so sehr gefordert sind und dann nur ungenügend dem Speisebrei zufließen. Du kannst es Dir nicht erlauben, Deine Verdauung ständig zu schwächen.

Im Freundeskreis oder auf Seminaren kommen immer wieder die Leute zu mir, um mich auf ihre Krankheiten anzusprechen, damit ich ihnen spezielle Ratschläge gebe. Zuletzt zeigte mir einer meiner Freunde seinen »wehen« Finger und fragte: »Wat is dat denn eigentlich?« Ich sehe mir den weißgelb verfärbten weichen Nagel an und sage: »Is doch ganz klar: Dat kommt vom Pilz!« Seine vernichtende Antwort kam sofort: »Wat? Und Du willst wat von Medizin verstehen? Ich trink' doch überhaupt kein Pils - ich trink immer nur rein obergärig' Kölsch-Bier!«

»Ein Glück, daß ich mit diesem Buch erkenne, daß Du ganz ordentliche Medizinkenntnisse besitzt. Nur: Viele andere Säugetiere trinken doch auch immer wieder Wasser!«

Dann muß Du auch mal genau hinsehen, wie feinstens das die Natur für ihre Geschöpfe eingerichtet hat. Nehmen wir mal die öfter Wasser trinkenden Zebras und die weniger Flüssigkeit aufnehmenden Gnus. Die Zebras essen meist die oberen trockenen Hälften des Savannengrases, während danach die Gnus die unteren, mehr saftigeren Reststiele füttern. Die Affenmenschen sind aber nur dort beheimatet, wo es frisches Grün, sowie Beeren und Früchte gibt. Weshalb sie kein Wasser nötig haben.

»Du kannst mir noch so oft eintrichtern, daß es nur auf das Natürliche ankäme: Was das Trinken eines harmlosen Orangen- oder Grapefruchtsaftes betrifft, da streike ich! Mag ja sein, daß unsere Urahnen ihn nicht getrunken haben - aber so ein Saft scheint mir der Inbegriff von Gesundheit zu sein.«

Nichts, nichts, nichts, was nicht völlig natürlich ist, solltest Du zu Dir nehmen! Nicht nur, weil darin oft auch die begiftete Schale mit ausgepreßt wurde, sondern weil - wenn Du es von mir noch gerne wissenschaftlich hören willst - der schnell in das Blut übergehende Fruchtzucker viel zu rasch den Zuckerspiegel erhöht. Worauf die Bauchspeicheldrüse dann überstürzt Insulin produzieren muß. Doch weil unsere Organe auf Fruchtsäfte nie programmiert wurden, stellt sie davon zu viel her und baut so den Blutzuckerspiegel zu schnell wieder ab. Zum anderen fehlt Dir dann beim Essen wiederum Insulin, weil die Drüse immer eine längere Zeit für Nachschub braucht. (Das gilt natürlich nur dann, wenn Fruchtsaft- und Limotrinken zur Gewohnheit wird.) ® LV 6854

Bei genügend Wildgrün im Körper kannst Du Dir dagegen auch schon dreimal im Jahr einen frisch gepreßten Fruchtsaft zu trinken erlauben: Die basische Kraft der Urpflanze neutralisiert in diesem Fall sofort die vermehrte Fruchtsäure. Sonst aber bedenke: Trinken hält Dich vom Durststillen durch Obst ab!

Und bei allem, was von den Menschen hergestellt wird, auch bei »gesunden« Säften, lasse ich mich nicht für dumm verkaufen! Ich habe meine kleinen Günter Wallrafs in den Betrieben versteckt, die mir die Wahrheit berichten. Oder wußtest Du, daß neuerdings die für die Saftgewinnung bestimmten Orangen aus Arbeitersparnis nicht mehr geschält, sondern chemisch-enzymatisch abgeätzt werden? Trink im Restaurant also lieber einen naturtrüben Apfelsaft, wenn sie Dir keine frischen Orangen auspressen können. Falls Du nicht lieber dafür einfaches Quellwasser (Vitell usw.) nehmen willst. Doch selbst wenn Du ab und zu mal Leitungswasser<sup>6903</sup> trinkst, macht Dir das nichts aus - so eng wollen wir das alles nicht sehen. Der Organismus vermag schon einiges auszubügeln, wenn er grundsätzlich gesundgehalten wird.

»50 Seiten vorher hast Du mir noch zur Frage des Wassertrinkens den Rat gegeben, mich zu fragen, wie das denn die Urmenschen gehalten haben könnten, um die richtige Antwort zu erhalten. Und da kam durch mein Nachdenken als die simpelste Lösung heraus: Die kamen nicht an Leitungswasser. Also sollte ich auch keines trinken!«<sup>9407</sup>

Na siehst Du, wie einfach doch alles sein kann! Ich hatte aus meinem Kopf zwar eine andere Antwort erhalten, aber sie führte genau zum gleichen Ergebnis: Affenmenschen trinken äußerst selten Wasser - also haben das die Urzeitmenschen auch nicht getan! Und deshalb laß ich selbst auch die Finger von allem Trinkbaren und esse sofort Obst, sollte ich mal Durst bekommen. Um Dich aber auch in dieser Sache nachdenklich zu machen:

Wenn Affen schon mal Wasser trinken, dann nie aus Behältnissen, die von Luft und Licht abgeschlossen sind, wie aus Brunnen. Geraten da oder in Tanks oder Wasserleitungen Fäkalien herein (die nur in unmittelbarem Kontakt mit der Erde und Luft naturgemäß abgebaut werden), so sind die Bakterien ohne UV-Licht nicht in der Lage, sie abzubauen - weshalb dieses Wasser den Menschen in einem solchen Falle auch schaden kann.

Denk mal in diesem Zusammenhang an die Cholera, oder auch nur an Montezumas Rache.

Affen trinken mal aus Blättern oder aus Baumstümpfen, aber auch nur mehr aus Spaß, nicht weil sie durstig sind. Was sich bei mir als Nichtsalzesser bestätigt.

»Dagegen ist das Trinken von Heilwässern in den Kurbäder-Orten bzw. das von Mineralwässern außerordentlich gut für die Gesundheit«, sagst Du.

Du kannst kaum erwarten, daß ich Dir rate, die Dummheit zu begehen, mehr oder weniger salziges Wasser schluckweise zu Dir zu nehmen, zumal es nicht mehr wie im Mittelalter üblich, aus einer ausrangierten Kirchenglocke getrunken werden muß, über der sieben heilige Messen gelesen worden sind, damit der Heilerfolg - kirchlich abgeseget - auch eintreten konnte...

»Aber da sind noch so viele andere Mineralien in den Kur- und Mineralwässern drin, die es sonst in der Nahrung nicht gibt. Vielleicht festigen gerade die meine schwachen Knochen!« sagst Du.

Die Überbelastung der Getränke und der Nahrung mit Schwermetallen, Mineralien und Salzen verstopft mit der Zeit die feinen Nierenkanälchen - die Ausscheidungskapazität des Organs sinkt und der Organismus wird übermineralisiert. Die Folge der Übermineralisierung: gefährliche Gefäßerkrankungen (Arteriosklerose mit Verkalkung) und auch Krebs.

Eine Überladung des Organismus mit anorganischen Mineralsalzen könnte möglicherweise sogar einen der Hauptfaktoren für den Alterungsprozeß beim Mann darstellen. Nach ärztlicher Ansicht kann den eine junge Frau aufhalten. Was ich ausnahmsweise mal bestens zu bestätigen vermag.<sup>9887</sup>

Ablagerungen an anorganischen Mineralien werden auch für die Altersflecken<sup>2783</sup> verantwortlich gemacht. Pferde und Elefanten erhalten ihre starken Knochen auch nur über grüne Wildpflanzen und nicht von Kalziumtabletten oder Mineralwässerlein.<sup>6104</sup> Was die klugen Profitmacher nicht davon abhält, hin und wieder Mineralien, Vitamine, Hormone und was auch immer hochzuspielen.

Vor kurzem war das Magnesium in aller Munde, weil es die verheerenden Schäden nach einem Schlaganfall lindern, die Widerstandskraft stärken und Nervenschäden, Krämpfe, Schreckhaftigkeit, Magen-Darm-Störungen und, wie man annimmt, auch Alzheimer- und Parkinson-Krankheit verhüten könnte. Und zwar dadurch, weil es die Aminosäure Glutamat in Schranken halten soll. Und so findet die Pharmamafia immer wieder was Neues, die Dummen dranzukriegen. <sup>2475, 2476, 9410, 9694, 9747, 9875</sup>

Doch ich will mich hier gar nicht soviel über dieses Thema verbreiten, zumal es die nie etwas trinkenden Urmethodiker ja gar nicht betrifft. Das führt nur zu analytischem Denken, von dem wir uns den gesunden Menschenverstand nicht trüben lassen sollten. Über dieses Thema kann man sich stundenlang die Köpfe heißreden und es führt doch zu nichts.

»Da taucht in diesem Zusammenhang aber doch noch eine wichtige Frage bei mir auf... « sagst Du.

Nur zu, bei mir darf nicht das geringste offenbleiben. Du brauchst 100%ige Gewißheit, daß die gesamte Lehre der UrMedizin eine unangreifbare, logische Einheit darstellt.

»Es scheint mir, Du tendierst hier mehr dazu, Mineralien den Vorzug zu geben, die im direkten Lebenszusammenhang mit Pflanzen stehen.«

Das ist doch klar. Ich will Dich doch lieber Pflanzen als trockenes, gepulvertes Gesteinsmehl in Tablettenform essen sehen.

»Nun - Solche Gestein- und Sandpartikel gibt's auch in der Erde, die Du mir empfiehlst. Doch bei der handelt es sich ja auch nicht gerade um etwas Pflanzliches«, sagst Du.

Sicher. Aber mir genügt, um Dir das zu beantworten, was Du da andeuten willst, nur dieses: Erde wird von den Affenmenschen gegessen.<sup>4301</sup> Sie kann deshalb nicht schädlich sein. Erde stellt zudem kein aus dem natürlichen Zusammenhang gerissenes Etwas dar, sondern eine Ganzheit. Und ganz wichtig: Seit Hippokrates haben kranke Menschen nur beste Erfahrungen mit ihr gemacht. Leider wurde das bald nach seinem Tod vergessen.

»Bist Du Dir aber auch sicher, daß nicht zu viel feinere Bestandteile der Erde an Mineralien die Darmschranke passieren und sich im Körper ablagern?«

Nein, bin ich nicht. Wahrscheinlich passiert es, wie das bei allen feinen Nahrungsteilchen der Fall ist, etwa bei noch feinerem Mehlstaub.

»Dann esse ich wohl besser die nicht ultrafein gemahlene Erde.«

Auch die gröbere enthält diese feinsten Körnchen, nur nicht in dieser Menge. Aber der gesunde Körper besitzt Mechanismen im Blut und Gewebe, um alles wieder auszuscheiden was er nicht zu seinem Aufbau benötigt. Sofern er darauf eingestellt ist. Bei natürlichen Stoffen fällt ihm das leicht. Bei Stoffen, mit denen er nie in Berührung gekommen ist, wie bei künstlichen oder chemischen Stoffen, bemüht er sich ebenfalls - kann aber viel schlechter damit fertig werden. Ist doch auch klar: Kommt Erde in den Organismus, dann weiß er sogleich - nach 30 Millionen Jahren Erfahrung mit ihr - , was er richtig damit anzufangen hat. Kommt Chemie in ihn rein, dann stottert er und spuckt, wie ein Auto, in das Du mit Wasser verdünntes Benzin geschüttet hast.

Ich persönlich halte zur Entgiftung die fein gemahlene Erde für besser geeignet, da sie die höchste Absorptionskraft besitzt. Durch das Ausmahlen werden ihre inneren Kristallstrukturen freigelegt und deren Bindungsgitter aufgebrochen, während zum Sättigen die weiße, und zum Auffrischen der Darmflora die grüne Erde (Argile) am besten geeignet erscheint. Und solltest Du Dich mal nach dem Essen von Erde mit der Verdauung etwas schwer tun, so ist das mit einigen Löffelchen ungemahlener aber gut gekauten Leinsamens schnell wieder ins Lot

gebracht.

Übrigens: Ein Forschungsprogramm über das Essen von Erde an der dafür aufgeschlossenen Universität Gießen besagt: Heilerde bindet das schädliche Cholesterin im Essen besser als jeder andere Lipidsenker. Jedes Körnchen Erde zeigt sich in der Lage, 20% seines Eigengewichts an Cholesterin aufzunehmen. Das bedeutet für einen Eieresser, daß er sich zehn Eier in die Pfanne hauen kann und mit einem Teelöffel Heilerde das gesamte Cholesterin der Eier binden und aus dem Darm herauszubringen vermag.

Was Dich natürlich trotzdem nicht mehr dazu verleiten kann, nun wieder mit dem Eieressen anzufangen. Weißt Du doch, daß viel mehr schadende Stoffe in den Eierchen sind, als das Cholesterin...

**Nun, wer getreulich seine Wildpflanzen und Blätter ißt, dessen Körper ist mit Magnesium und auch Selen bestens versorgt. Selbst bei erbbedingten Körperschäden darfst Du hoffen, daß diese sich unter der UrMedizin bessern. 3880**

»Da gibt es aber auch Mineralientabletten aus natürlichem Seetang, die enthalten - «

**Um Himmelswillen: nein! Die Menschen haben das Meer zur Müllkippe gemacht. Da stecken zwar viele Mineralien, aber noch mehr Gifte drin. Zwar habe ich Tang als unter den eßbaren Wildpflanzen aufgeführt, aber ich kann wohl voraussetzen, daß Du es nur von Stränden mit sauberem Meerwasser aufnimmst.**

**Nochmal, damit es Dir für immer eingeht: In den Wildkräutern sind noch alle nötigen Mineralien genügend vorhanden. Du mußt Dir - sind sie in Deinem Essen enthalten - über nichts mehr Sorgen machen. Aber: Jedesmal, wenn die Profitdenker mit ihren immer besser werdenden Apparaturen etwas Neues aus der Natur entdecken, wollen sie damit berühmt werden und es vermarkten. Finden sie bei ihren Forschungen Vitamine, so betonen sie deren Wichtigkeit für die menschliche Ernährung. Und die Leute rennen hin und holen sich den künstlichen Chemieersatz dafür. Finden sie in ihren Analysen Mineralien, dann wollen sie die an den Mann bringen.**

**Bedenke auch, daß Wissenschaftler meist nur die Kulturpflanzenanalysen interessieren. Daß die auf urwüchsigen Boden lebenden Wildpflanzen weitaus mehr und bessere Lebensstoffe in sich tragen, bleibt so unerwähnt und den Menschen unbekannt.**

### Gesundheitsgesetz

**Die Wissenschaft bietet nur halbe, die Natur aber die volle Wahrheit. Willst Du Dich mit Halbheiten zufriedengeben, wenn Du das Ganze haben kannst?**

Du brauchst Lebendiges - nichts Totes aus den Retorten der Chemie. Laß Dir noch genauer erklären: Regen, Feuchtigkeit und Sonne lösen Schichten aus Mineralien und Humus allmählich auf, die dann von den Pflanzen- und Baumwurzeln begierig zusammen mit



Nährstoffen aufgesaugt werden. Die Pflanze leitet sie nun über den Stengel (oder den Baumstamm) zu den Zweigen bis hin zu den grünen Blättern, die sie sodann der Sonne darbieten. Worauf die herrliche Natur das Unglaubliche vollbringt:

Die Sonnenstrahlen wandeln Nährstoffe und das feine Gestein in lebende Blätter, Blüten und Früchte um. Du hast das blasse Wort für dieses Wunder der Natur - die Photosynthese - vielleicht noch aus der Schule in Erinnerung. Die so entstandenen Elektrolyte (auch Ionen benannt) sind elektrisch geladen und können nun die lebenswichtigen Transport- und Steuerungsfunktionen in der Zelle und an der Zellmembran gemeinsam mit den Enzymen des Körpers bei Dir wahrnehmen, wenn du sie frisch und unzerstört durch Hitze zu Dir nimmst.

Es ist einleuchtend, daß Du diese im lebenden Verbund stehenden Mineralstoffe nur in bester Qualität, höchstmöglicher Quantität und Vielfalt aus sonnengereiften Früchten und Nahrung beziehen kannst, die auf urwüchsigem, noch nicht von Menschen verseuchtem Boden gewachsen sind.

(Die Mineralien in absterbenden Pflanzen verlieren später mehr und mehr die organische Bindung und werden wieder anorganisch.)

Für die Ärzte sind Mineralien alle gleich, weil sie tote Materie, aber nicht lebendige Natur studiert haben. Weil sie nicht wissen, daß außerhalb dieses Lebensverbunds stehende, in Tabletten gepreßte Mineralsalze für unseren Organismus nur schlecht verwertbar sind. Sie sind oft sogar eine Belastung. Sie lagern sich z.B. an Cholesterinkristalle an und bilden dann in den Gefäßen Verhärtungen und Engstellen - auch arteriosklerotische Plaques genannt, die im Laufe der Zeit die Funktion der Nieren beeinträchtigen. Es sind nur solche Mineralien gut verwertbar, die an organische Stoffe, wie zum Beispiel an Aminosäuren, gebunden sind. Die pharmazeutische Industrie hat das auch erkannt und bindet seit einiger Zeit die Mineralien an organische Stoffe wie Citrat, Gluconat oder Zitronensäure. Aber es sind und bleiben für den Menschen ungewohnte, fremde Stoffe, welche die im Lebensverbund stehenden Mineralien nicht ersetzen können.

Allerdings wird auch mittels der Gabe anorganischer Mineralien (z.B. Kalzium oder Magnesium) und künstlicher Vitamine eine Wirkung erzielt. Sie werden im Körper aufgenommen und vielfach auch verwertet und können auch zur zeitweiligen Besserung bei Dir führen.

Aber: Das ist nicht natürlich! Die Organe sind nur gewohnt, die Inhaltsstoffe über die Nahrung zu empfangen und sie daraus zu entnehmen. Werden sie diesen ständig als Einzelpräparate oder in künstlicher Form zugeführt, dann streßt sie das und schädigt sie auf Dauer. Eine ärztliche Behandlungsrichtung verschrieb sogar Überdosen von Mineralstoffen<sup>3552, 3779</sup> und glaubte, damit Heilerfolge zu erzielen. Nachuntersuchungen allerdings erwiesen deren Erfolglosigkeit. Und: Jedes Zuviel ist belastend und eher schädlich!

Der stark angestiegene Verbrauch an nitritbelastetem Leitungswasser (das auch zum Herstellen von Bier, Cola, Limonaden, Kaffee, Tee usw. genutzt wird), und der noch stärker gewachsene

Konsum der mit Schadstoffen und anorganischen Salzen beladenen Mineralwässer entspricht der Zunahme an Gefäßverschußleiden, Infarkten und Durchblutungsstörungen, behaupten einige Forscher. Einem UrMethodiker kann es gleich sein - er muß nicht trinken.

Was die Kräutertees betrifft, so haben Nachforscher festgestellt, daß diese sogar krebserregend sein können. Sehr viele Gesundheitstees enthalten Tannin. Und Tannin besitzt die Eigenschaft, Proteine dauerhaft zu verändern, weshalb es die Lederhersteller auch für das Färben der Viehhäute verwenden. So soll dieser Stoff (einer 20jährigen Studie bei Gesundheitstees zufolge) zu Krebs in Magen und Speiseröhre führen. Doch wieder zurück zur Ernährung. Wo liegt Dein Hauptproblem?

»Ich kann so schlecht mit dem Essen aufhören«, sagst Du.

Warum willst Du denn mit dem Essen aufhören, solange Du Dich noch nicht satt fühlst? Das wäre doch vollkommen unnatürlich.

»Aber bei den meisten Menschen schlägt gerade das so stark an, weil sie im Essen kein Maß kennen. Den Dicken schmeckt's zu gut, das weiß man doch.«

Es gibt Tiere, die essen den ganzen Tag und werden nicht dick! Von der UrKost dürfen auch die Übergewichtigen so viel essen, wie sie wollen. Solange sie Appetit haben. Sie werden nie mehr dick - solange sie dabeibleiben.

**Die UrMedizin besitzt solch eine starke, ordnende Kraft auf alle Fehlverhaltensweisen, daß Du erneut mit Erstauen die Janusköpfigkeit der UrMedizin gewahr wirst. Es scheint fast unmöglich - aber sie ist in der Lage, Dicke dünn und Dünne dick zu machen. Das bringt außer ihr keine Therapie fertig: zwei verschiedene Ziele durch eine einzige Medizin mit gleichbleibenden Ingredienzien zu erreichen. Wobei zu sagen bleibt, daß der Dünngewordene nicht zu dünn und der Dickgewordene unter der UrMedizin nicht zu dick, sondern beide im Endergebnis körperbezogen normalgewichtig werden.**

»Und wie erklärst Du das mir?«

Überhaupt nicht! Da mußst Du schon die Natur - geheimnisvoll am lichten Tag - fragen, aber bilde Dir nur ja nicht ein, daß sie sich ausgerechnet von Dir ihres Schleiers berauben lassen würde...

»Warum soll ich eigentlich auf soviel verzichten, was mir die Zivilisationskost bietet, solange es mir noch einigermaßen gut dabei geht? Auf Deine UrKost übergehen kann ich immer noch, wenn ich mal ernstlich krank werde.«

Das hört sich einleuchtend an. Deine Worte bedeuten aber nichts anderes, als der heute üblichen, leichtsinnigen Vorstellung nachzugeben, alles so weiterlaufen zu lassen wie bisher, um erst dann ernstlich zu überlegen, wenn es zu spät ist, wenn bereits zu viel zerstört ist. Denk an die Ozonlöcher, die Regenwaldvernichtung, die Bevölkerungsexplosion...

Die UrzeitTherapie kann Dir nicht mehr helfen, wenn sich bereits ein Gehirntumor bei Dir festgesetzt hat oder Dein Raucher-Lungenkrebs im Endstadium steht. Oder Dir ein Herzinfarkt kurz bevorsteht. Oder Dich die Ärzte im Krankenhaus fest in Händen haben und Dir Organe wegschneiden, bestrahlen oder Dich mit Chemie vollpumpen.

Aber daran willst Du ja nicht denken, nicht wahr? Wie war das noch? Dir passiert das ja nie! Im übrigen kannst Du auch gar nicht daran denken, die Ereignisse überrollen Dich dann nämlich einfach. Denn nicht nur Dein Körper wird durch eine schwere Krankheit geschlaucht. Dein Verstand liegt genauso schwach danieder, fühlt sich hilflos, kann sich zu einer so anstrengenden Aufgabe wie der UrzeitTherapie nicht mehr aufraffen, geschweige denn sich gegen die Macht der Krankenhausärzte aufbäumen. Ich hatte Dir bereits klargemacht, daß der Mensch genetisch nicht für Krankheitsschmerzen geprägt ist. Spürt er diese, so vermag er nicht mehr seine Eigeninteressen zu wahren. Ich erweitere diese Tatsache nun noch einmal:

Da die Menschen Millionen Jahre lang dank ihrer natürlichen Lebensweise keine Krankheiten kannten, konnten in ihnen auch keine Ängste vor Krankheiten einprogrammiert werden. Daß es uns selbst einmal schlimm treffen könnte, das können wir uns in der Tat gar nicht vorstellen.

Wir würden es nie wagen, in Afrika auf einen Leoparden oder Löwen zuzugehen, um ihn zu streicheln: Aus der Urzeit eingegebene Angstempfindungen vor Raubtieren sind bis heute noch in uns wach. Aber wir alle wagen es, ohne jede Furcht all das Ungesunde zu essen, was uns Köche und Fabrikanten anbieten: Weil Befürchtungen vor der Nahrung genmäßig nicht in uns verankert sind. Sie fehlen einfach in unserem genetischen Erbmateriale. Wir konnten stets alles in den Mund stecken, was sich irgendwie kauen ließ. Es war ja immer reine Natur. Und die war immer gesund!

Das ist auch der Grund, weshalb Du von diesem Abschnitt des Buches vielleicht nicht allzuviel hältst und Dir das Gesagte von einem Ohr ins andere geht...

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × »[Der Große GESUNDHEITS-KONZ](#)« × »[Natürlich Leben](#)«  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service** : [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen** :

**Kontakt** : [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ☼ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL** : <http://www.bfgev.de/dggk/5/83.html> - Update: 13.01.2000 15:54

# Kapitel 5. Finde den Weg zur besten Ernährung für Dich: zur UrKost

## 5.9 UrKost ist keine Rohkost, keine Sonnenkost, keine Instinctokost!

Überlege: Wenn ein deutscher Krebsarzt, den die mißgünstigen Schulmediziner seinerzeit stark anfeindeten, sein Sanatorium schlossen und ihn ins Gefängnis werfen ließen, längst aufgegebenen, kurz vor dem Tod stehenden Krebskranken mit einfacher Rohkost<sup>1069, 2007, 6416</sup> das Leben verlängern half - um wieviel besser stehen dann die Chancen für den, der sich der UrKost mit der auf die Gesamtheit des Körpers und der Seele einwirkenden UrMethode bedient?

»Wieso? Ist Rohkost oder Sonnenkost nicht das gleiche wie UrKost?« fragst Du. <sup>8339</sup>

Wo denkst Du hin! Denn erstere kennt nur minderwertige Kulturpflanzen als Bestandteile ihrer Mahlzeiten. Die Rohkosttherapie sieht nur auf den Verzehr roher Nahrung ab - das ist alles. Und Rohkost ist fast immer abgealtert - sie gelangt selbst von Biohöfen erst nach vielen Stunden zu Dir. Wenn Du Wildpflanzen pflückst, sind sie lebend frisch!

Die Rohkost verschmäht auch nicht eingelegtes Sauerkraut, Yoghurt, Öle, Quark und Reformmargarine, schreckt auch nicht vor Salz zurück. Zudem toleriert sie den künstlichen braunen Zucker, der nicht im geringsten weniger schädlich ist als der weiße. Statt sechzehnmal chemisch fabrikationsmäßig bearbeitet, ist es die Melasse nur vierzehnmal. Einen ganz bedeutenden Unterschied gibt's zwischen Rohköstlern und UrzeitEssern: Der erstere mixt, hackt, schabt, raffelt, preßt und zerschneidet seine Nahrung, macht »Müsli« und schafft dadurch viel zu viele und lang dauernde Angriffsflächen für vorzeitige Oxidationsvorgänge in seiner Kost.

Die meisten der Rohköstler <sup>8339</sup> essen nicht immer roh, sondern gönnen sich Beilagen wie Bratlinge aus Getreide, Kochreis, Sojafleisch, Gemüsepasteten, Pellkartoffel usw. Die deutschen Sonnenköstler essen oft zuviel Obst mit einem kleinen Anteil von lebensschwachem (® Rz.769, 822, 942) Kulturgemüse, haben deshalb schon mal mit Abmagerung, Blähungen, Kältegefühlen, Schlaflosigkeit usw. zu tun.

Die Instinkto-Rohköstler befürworten daneben den Verzehr von rohem Großtierfleisch. (®Rz.965) Die Sonnenkosttherapie der Natural-Hygiene aus den USA hält nichts von Grünpflanzen wegen der »erdigen Stoffe« (siehe Literatur Shelton/Tilden ®Rz.967) darin. Aber genau die sind es, die gesundmachend wirken! Welch ein verhängnisvoller Trugschluß des sonst so klar denkenden Autors der Sonnenkostlehre, Dr. Shelton. Nur von Früchten leben und so gut wie ganz auf Grünpflanzen zu verzichten - das ist falsch und meines Erachtens auch

der Grund dafür, daß er 17 Jahre lang bis zu seinem Tod bettlägerig war. Doch wir müssen all diesen Pionieren dankbar sein für ihre Aktivitäten, die Menschen zum Essen roher Nahrung anzuhalten. Das müssen wir einsehen lernen:

**Wir können die Prägung für gesunde, nur natürliche Nahrung durch die Evolution nicht nach unserem Gutdünken abändern.**

Wisse:

**Gezüchtete, kunstgedüngte Pflanzen besitzen nicht die regulierende Kraft der UrNahrung und die urwüchsigen Bestandteile der wildwachsenden Pflanzen.**

Kulturpflanzen werden, selbst wenn die Erde, in der sie wachsen, nicht mit Pestiziden verseucht ist, auch beim Bio-Bauern mit scharfem Dung in einen schnellen Geilwuchs getrieben und vermögen es nicht einmal, sich selbst zu erhalten und zu vermehren. Wogegen die Wildpflanzen nur den Boden wählen, aus dem sie volle Kraft schöpfen und sich weiter fortpflanzen können. Deshalb besitzen sie die wertvollen Mineralien und Vitamine in einem so reichen Maße.

»Wie ist das eigentlich möglich, daß die übliche naturwidrige Ernährung von verhältnismäßig vielen Menschen so einigermaßen vertragen wird? Und ausgerechnet ich krank davon werde?«

Da staune ich ebenfalls. Ja - wieso kommen so viele oft bis in die Fünfziger hinein ohne Krankheiten? Als Grund dafür denke ich mir: Wenn das Baby die erste Kuhmilch oder Getreidenahrung erhält, kriegt es zuerst mal Durchfall oder kötzelt alles aus. Wenn das nachläßt, glauben die Mütter, es habe sich an diese (naturwidrige) Nahrung gewöhnt. Tatsächlich hat es der Körper aber nur aufgegeben, sich gegen das fremde Protein zu wehren, um sich nicht weiter zu schwächen. Jetzt kann das Fremdeiweiß ungehindert eindringen und wird vom Organismus vorerst akzeptiert. Bei dem einen schneller, beim anderen langsamer begehrt der Körper dann irgendwann einmal gegen die nicht für ihn bestimmte Nahrung auf.

Ja, es ist schon erstaunlich, was manche Menschen so alles in sich reinschlauchen können, ohne gleich tot davon umzufallen. Du und ich als krankheitsanfällige Menschen, wir beide gehören aber nun mal nicht dazu! Zum Glück: Denn unser Denken bleibt dafür klar!

Hin und wieder schießt es mir auch schon mal aufmuckend durch den Kopf, daß sich andere leisten können, alles zu essen was sie wollen, während ich mir so viele Einschränkungen auferlege. Aber das geht schnell vorbei, wenn ich beim nächsten Klassentreffen die maladen, zerfallenen Schulkameraden von früher sehe. Und höre, wen im vergangenen Jahr der Tod holte.

**Die Folgen einer widernatürlichen, ungesunden Lebensweise kommen so sicher wie das Amen in der Kirche: chronische Leiden, vorzeitiges Altern, vorzeitiger Tod.**

Nach dieser Frage »Warum trifft's gerade mich?« folgt bei vielen meist ein Vorwurf an Gott

oder das Schicksal. So in dem Sinn: Ich hab' doch nie etwas Böses getan - wie kann Gott soviel Kranksein bei mir zulassen? Womit habe ich das verdient? Überhaupt, warum tut ein allmächtiger Gott nichts dagegen, daß überall Menschen so leiden müssen? (®Rz. 175 auch Rz. 723 über Kap. 5.9)

Falls Dir auch solche oder ähnliche Gefühle durch den Sinn gehen: Du solltest diese Frage nicht an jemanden richten, den Du nie gesehen und von dem Du nie etwas gehört hast. Und von dem Du von vornherein weißt, daß er Dir nie Antwort geben wird. Du drückst mit diesen Fragen auch aus, Gott oder das Schicksal ganz nahe bei Dir zu spüren - sonst würdest Du ja nicht fragen. Wenn Gott also überall ist, dann ist er auch in Dir. Also muß Du die Frage an Dich selbst stellen. Dann gibt Gott Dir durch Deine Gedanken meist die Antwort mit einer Gegenfrage. Krame die jetzt mal aus Deinem Inneren hervor, oder dann, wenn Du Dich unglücklich fühlst. Nun?

»Irgendetwas spricht in mir: Du machst etwas verkehrt in Deinem Leben...«, kommt es Dir über die Lippen.

Na siehst Du. Da hast Du es schon: Deine Krankheit, Dein Leid, Dein Unglücklichsein schickt Dir Gott oder die Natur deshalb, um Dich unüberhörbar und hart darauf aufmerksam zu machen, daß Du tatsächlich Dein Leben falsch führst. Was nie etwas anderes heißen kann, als falsch im Sinn der allmächtigen Gesetze, die er (oder die Natur) für ein harmonisches Miteinander der Geschöpfe aufgestellt hat. Also ist Dein Leid nichts als der drängende Hinweis an Dich, Dein Leben zu ändern, es wieder seinen Urgesetzen entsprechen zu lassen.

Denk nach, sagt es in Dir, gib die bisherige alte Lebensweise auf, lebe nicht länger nach Deinen Gelüsten, sondern nach meiner göttlichen Harmonie.

Du erkennst: Hinter all dem Unglück und Leid der Menschen steht ein Sinn, der Dich und die Welt wieder auf den richtigen Weg bringen will: Auf daß es Dir wohlgerhe und Du lange lebest auf Erden.

Was gehen uns aber überhaupt andere an! Um Dich geht es hier! Du fühlst Dich doch nicht gut, vielleicht sogar völlig elend - also pack Dich an die eigene Nase! Als ich mit 39 Jahren Krebs bekam, habe ich zwar genau so wie Du mit aller Welt gehadert, aber dann habe ich nicht mehr neidvoll auf die anderen geschaut, die da mit Genuß und ohne Schmerzen ihr »Pännche Brootäppelche« verputzen konnten. (®724) Ich habe nur gesagt: Das kann doch nicht der wahre Jakob sein, daß Dir die Ärzte 3/4 Deines Magens wegschneiden wollen! Und dann habe ich bei denen nachgefragt, die sie auf diese Weise verstümmelt hatten. Und danach wußte ich, was ich von der Schulmedizin zu erwarten hatte. Siehst Du, so solltest Du das auch halten. (Zu Deinem Glück wird heute diese Billroth II-Magenoperation kaum noch ausgeführt, sondern mit gefährlichen Säureblockern das Magengeschwür zum künstlichen Verschwinden gebracht.)<sup>3526</sup>

Gesundheitsgesetz

**Du kannst als Kranker, der Du nun mal bist, nicht essen und trinken, was Du möchtest! Du mußt Dich auf Deine Krankheit einstellen! Dein Körper zeigt Dir schon früh, daß er die Zivilisationskost nicht verträgt. Er zeigt es Dir durch Kranksein. Sei froh, frühzeitig eine solche Warnung zu empfangen! Andere fallen mit 40 tot um oder bekommen mit 45 einen Gehirntumor und sind nicht mehr zu retten. Oder der Krebs setzt sich in ihnen fest und frißt sie von innen her auf. Und sie sind so dem frühen Tod bestimmt, weil sie dieses Buch nicht besitzen.**

Der alte Opa, der trotz Schnaps und Tabakgenuß steinalt wurde und dem alles gut geschmeckt hat, was ihm die Oma kochte, kann nicht nachahmenswert für Dein Tun und Lassen von heute sein. Aber: Damals gab's allerdings höchstens einmal in der Woche Fleisch und nur Sonntags eine Tasse Kaffee. Denn 98% der heutigen Menschen sind krank und elend. Und Du gehörst eines Tages auch dazu und kaum zu den 2%, die da Steine verputzen können und scheinbar gesund bleiben. Weil ihnen noch ein unglaublich kräftiges Gen- und Jugendkapital nebst robustester Konstitution und besserem Stoffwechsel in die Wiege gelegt wurde. Sei also froh, daß Du als Krankheitsanfälliger mit der UrMethode noch steinalt und dabei gesund und froh werden kannst - trotz Deiner schwachen Erbmasse, oder trotz Deiner Dir eigenen Körperreaktion, welche die Giftstoffe aus Deiner Schlechkost oder Deinem Medikamentenkonsum nicht vorerst an unverfänglichen Plätzen speichert, sondern an lebenswichtige Organe ablegt. Die sich dann mittels Krankheit sofort dagegen zu wehren beginnen.<sup>9624</sup>

Verfestige in Dir: Es gibt nun mal keinen Vorteil ohne irgendeinen Nachteil.

Er klingt ein bißchen einfältig, dieser Reim, aber es liegt ihm eine tiefe Wahrheit zugrunde: Was wirklich zählt auf dieser Welt - Du bekommst es nicht für Geld! Sein Verfasser mag an Liebe, Sympathie, Treue oder ein Kinderlachen gedacht haben - Du als Kranker aber solltest dies auf Deine Gesundheit beziehen, dann bist Du gut beraten, mein Freund.

Und verzichte nicht auf Wildpflanzen, solange sie wachsen, auch wenn sie mal etwas hart, bitter oder fad schmecken sollten!

»Kannst Du mir auch einen sachlichen Grund anführen, weshalb ich bitteres Unkraut essen soll? Essen soll mir doch gut schmecken, wenn es mir bekommen soll«, meinst Du.

**Da bist Du aber schief gewickelt! Was da so als besonders gutschmeckend Deine Geschmacksnerven reizt, das ist gerade das, was Dich am meisten krank macht! Die Nahrung - das ist ein Natur- und damit Gottesgesetz - soll so genommen werden, wie die Natur sie uns gibt.**

Und die gibt es nun mal im Kräuterbereich meist so, ohne daß sie uns gut schmeckt. Wenigstens nach unserem heutigen Geschmacksempfinden, das ja nur durch die Gewohnheit gebildet worden ist. Jedenfalls ist die Absicht, daß dem Menschen ein Teil seiner Nahrung besonders schmackhaft sein soll, nicht im Plan der Schöpfung enthalten.

Weil eine starke Gefühlsempfindung sich für immer bei Dir einprägt, so geschieht das auch mit dem Geschmack. Dein Geschmack-Gedächtnis vergißt Dein ganzes Leben nicht mehr diese Eindrücke. (Das ist auch der Grund, weshalb man immer wieder zum deftigen, altbekannten Essen tendiert.) Aber damit müssen wir Kranken leben. Und da wir es nun wissen, können wir das auch.

**Wenn Du gesund und glücklich werden willst, dann hör auf zu jammern und fang an zu handeln. Das einzige, was Dein Leben hin zum Besseren ändern kann, ist Dein Aktivwerden - in geistiger und körperlicher Hinsicht. Und Du bist der einzige, der das kann!**

Hör also auf mit den quälenden Fragen »Warum trifft es gerade mich?«. Frage Dich nur: »Was habe ich jetzt zu tun?«

Meine Antwort: Fang an und zieh die Konsequenzen! Und gräme Dich nicht zu sehr. Die Köstlichkeit der Früchte entschädigt Dich bestens für die gelegentliche Bitterkeit der Urpflanzen.

Übrigens: Du bist selbst auch deshalb ein Beweis für die absolute Wirksamkeit der UrzeitTherapie: Weil Du Dir Deine spezielle Krankheit - nachdem Dich die UrMedizin gesund gemacht hat - in kurzer Zeit zurückholen kannst, wenn Du Deine alte Lebensweise wieder aufnimmst... Merke: Essen wurde erst durch den Zivilisationsmenschen zu einem von der Natur nicht gewollten Genuß gemacht.

Ich weiß das alles, was Du jetzt sagen willst: Ein gutes Essen lenkt ab und hilft Dir, Deine unangenehmen Erlebnisse schneller zu vergessen. Essen kann Deine Frustration lindern, Dich für Erfolge und überstandene Schwierigkeiten belohnen: Wenn Du z.B. Deinen Kühlschrank des Nachts leer isst - als Mittel gegen Deine Schlaflosigkeit oder Einsamkeit. Wenn Du Kuchen nach einer Operation oder nach einem Zahnarztbesuch schleckst oder Dich bei Liebeskummer mit Schokolade vollstopfst oder den Nikotinentzug damit besänftigst. Und welche Lust, mit Deinem Partner in einem Gourmet-Tempel oder auch nur in einem schönen Restaurant zu speisen! Essen kann also von echten Gefühlen ablenken, sie besänftigen oder so steigern, daß die Wirklichkeit nicht mehr in ihrer vollen Klarheit gesehen wird.

Nun, mit dem Erzeugen unechter Gefühle kann Dir die UrzeitKost nicht dienen. Sie stellt Dich stets auf den Boden der Wirklichkeit. Sie läßt kein Abdriften in genießerische Träume zu. Mit anderen Worten: Du läßt nicht Deine Probleme weiterschweben, weil Du Dich darüber mit Pralinen tröstest, sondern faßt sie aktiv an und bringst hinter Dich, was getan werden muß.

Du magst Dich an Theodor Fontane halten: Alle Genüsse sind nur Einbildung.

Ich als Verfasser weiß aber auch aus meiner Erfahrung mit den Kranken von Cato, der uns wissen ließ: Es ist schwer, zum Bauch zu reden, der keine Ohren hat...

---



# Kapitel 5. Finde den Weg zur besten Ernährung für Dich: zur UrKost

## 5.91 Wie kommst Du an echte biologische Nahrung und UrKost?

Wisse: Alle normalen Handelsobstsorten werden heute über die Zeit des Wachstums, der Reife, der Ernte und des Versands auf dem Wege bis zum Verbraucher mit den schwersten, auf das gesamte Zellsystem toxisch einwirkenden Giften (DDT-Abarten in Form von Insektiziden, Pestiziden und Konservierungsmitteln) behandelt und sind daher schon für den Gesunden schädlich, für einen chronisch Kranken aber kaum zu verkraften.

Deshalb darfst Du nur vollreif geerntete Früchte nehmen. Unreife Früchte enthalten ungebundene Säuren, die vom Organismus schwer neutralisierbar sind und ihn zellulär schädigen.

Und wenn Du nicht biologisch angepflanztes Gemüse oder Blumen kaufst, leistest Du Vorschub zur Vergiftung unserer Erde. Allein in die Erde, in der Blumen wachsen, werden monatlich pro Hektar 300 Liter Chemikalien gepumpt. Im Frühjahr werden bis zu 300 kg Insektizide pro Hektar (Parathion, Endosulfan, Dichlorpropan), außerdem Fungizide und Nematizide gegen Pilze und Würmer gesprüht, dringt auch in die Pflanzen ein. Willst Du Dich von Blumen in Deiner Wohnung vergiften lassen?

»Weiß Du, was mir Sorgen macht? Wenn ich wegen der begifteten Kulturpflanzen mehr und mehr zu Wildpflanzen greifen soll, so erscheint mir das schrecklich kompliziert. Ich kenne doch überhaupt keine.«

Keine Bange! Das ist einfacher, als Du denkst. Fürs erste genügt es zu wissen, daß Du Dich im Frühjahr in der Hauptsache an das Scharbockskraut hältst, das Du ab Ende Februar in großen Flächen ausgebreitet an Feldrainen, in Waldlichtungen und an Wiesengräben findest. In sumpfigen Böden und an Wasserstellen wächst den Winter über bis Mitte Juni Milzkraut, das wunderbar saftig schmeckt und von denen ich nicht genug essen kann.

Im Sommer gibt es ja keine Probleme. Da findest Du schon von März an den Giersch, auch Geißfuß genannt, an allen Zäunen und unter Hecken. Die Leute aßen ihn früher als Spinat. Auch Löwenzahn und Sauerampfer sind dann überall stark verbreitet, und nun kannst Du auch die in der Pflanzenübersicht angegebenen Urpflanzen entdecken. (© Rz.755 u. Kap.9.97) Im Sommer und Herbst bieten sich neben den bereits genannten vor allem Beinwell, Labkraut und die vielen Weidenröschenarten an. Und an den Rändern der Feldwege findest Du immer den Wegerich. Mitte August stehen seine Samenstengel steil aufgerichtet da - die abgestreiften grünen Samenfrüchtchen schmecken ganz vorzüglich. Im Winter wird's schwerer. Aber Farn,

Milzkraut, Waldsauerklee, Taubnessel, Miere, Gundermann, auch Gundelrebe genannt, sowie Disteln, Brunnenkresse, Walderdbeer- und Brombeerblätter (deren dornigen Mittenblattstiel wir entfernen) und Spitzwegerich sind an geschützten Plätzchen immer noch zu erblicken. An Beeren bleiben Sanddorn, Hagebutten und Wacholder hängen. Und da ist zu allerletzt auch noch das Moos, das Du fein geschnitten in Avocado- oder Bananencreme geben magst. Die schönen Hibiskusblüten will ich gar nicht anführen, daß sie gut schmecken - sonst gibt's bald Krach mit allen Hausbesitzern, deren Eibisch langsam verkostet wird... Dann bleiben Dir als Ausgleich vollbiologisch gezogene Erdbirnen (Topinambur), Möhren, Rote Bete oder Queckenwurzeln, eine besonders knackige Grasart.

»Und was mach' ich, wenn ich in einer Gegend bin, wo es keine eßbaren grünen Pflanzen gibt, wie etwa an einer Meeresküste?« fragst Du.

Es läßt sich überall eßbares Wildgrün finden - außer mitten in der Stadt oder über 2.500 m hoch in den Bergen. Ich miete mir Mitte August am Mittelmeer, nahe Cap d'Agde, immer ein kleines Häuschen. Am Nachbarhaus rankt sich ein großer Knöterichstrauch entlang. Dessen grüne Blätter sind zwar ein bißchen hart, aber leicht zerzupft schmecken sie in Avocadocreme sehr gut und fein säuerlich.

Als mein französischer Nachbar voriges Jahr Anfang September ebenfalls eintraf, kam er gleich aufgeregt zu mir: »Est-ce que vous auriez pensé que les chevaux de Camargue s'approcheraient si près de la plage? Regardez à quel point ils ont dépouillé mes arbustes polygonum.« (»Hätten Sie gedacht, daß die Wildpferde der Camargue bis hier an den Strand vordringen? Sehen Sie doch nur, wie die meinen Knöterichstrauch kahl gefressen haben!«)

Ein Glück, daß er nicht ahnt, daß Madame et Monsieur Konz die Gewohnheit besitzen, zum Teil wie Pferde zu essen... Ein Glück aber auch, daß der Knöterich unter der Sonne Südfrankreichs schnell wieder nachwächst!

Nachdem ich aber herausgefunden habe, daß auch wilder Wein gut eßbar ist, gehe ich zu den Weinstöcken der nächsten Nachbarhäuser und nehme überall jeweils nur ein paar Blätter mit. Aber wenn Du genau auf die scheinbar vertrockneten Ödplätze schaust, erkennst Du den leckeren, saftigen Portulak, Hedderich, Melde - vor allem aber die Wegmalve. Letztere ist allerdings schrecklich verstaubt wegen des oft so starken Seewinds. Die sprühe ich dann doch mal leicht mit Wasser ab - damit mir nicht zu viele meiner draufsitzenen kleinen Freunde verlorengehen....

Mauer-Doppelsame, ein Verwandter unseres Ackersenfs findest Du viel am Mittelmeer – damit bringst Du feine Würze in Deine UrKostgerichte. Einfach `ne Handvoll untermischen. Zarter im Geschmack ist Rosmarin, der in großen Büschen dort heimisch ist. Klemm Dir den Mittelmeer-Pflanzenführer unter den Arm und bestimme mal beim Spaziergehen, was Du so siehst.

Übrigens, wenn Du ein bißchen mehr in die Natur rauszwitscherst, kannst Du eher als sonst mal Stacheln, Dornen oder Splitter in die Finger oder Füße bekommen. Stecken sie tiefer drin,

dann ist das Herauspuhlen oft schmerzhaft und wegen des austretenden Blutes schlecht zu bewerkstelligen. Wobei dann meist der Splitter auch noch tiefer ins Fleisch eingedrückt wird. Läßt Du Dir aber von einem Helfer die Stelle seitlich fest zusammenkneifen, so wird sie blutleer und schmerzlos, und der Splitter läßt sich leicht entfernen. Bei tiefsitzenden Splintern brauchst Du 'ne besondere Technik.<sup>9865</sup>

»Kann ich nicht wenigstens anstelle des Unkrautes das besser schmeckende Gemüse essen? Wenn ich es im eigenen Garten biologisch ziehe?«

**Auch dann kannst Du auf Urpflanzen nicht verzichten, besonders nicht als Kranker. Aber Deine Tomaten, Möhren und Kohlrabi, Deinen Rettich und Krauskohl im Winter kannst Du Dir deshalb unbesorgt munden lassen. Aber stets solltest Du Dir möglichst Urpflanzen untermischen. Allein wegen des Chlorophylls brauchst Du das dunkle Grün!**

Und da Du eine Urzeitpflanze überall und zu jeder Zeit findest, bist Du stets dazu in der Lage, den Kultursalaten wenigstens einen Teil von diesen Wildgewächsen zuzugeben. Durch diese Mischung fällt Dir auch das Essen einer Wildpflanze leichter, die besonders hart und spröde ist. Ahnst Du, was für eine Wildpflanze ich im Auge habe? Nein? Ich sag's Dir: Es ist das Gras.<sup>7009</sup>

»Gras? Gras?« fragst Du. »Das ist aber wirklich nur was für die Rindviecher auf der Weide, die einen Zweitmagen für dessen Verdauung ihr eigen nennen!«

Vorurteile, lauter Vorurteile. Mir bekommt's ausgezeichnet. Und eine Bekannte aus der Stadt, die im Winter mit der UrMedizin anfang und keine Unkräuter mehr fand, ist danach richtig aufgelebt. Sie pflückte es am Rande der zu Schrebergärten führenden Wege, wo nicht so viel Autoverkehr herrschte.

Ich weiß nicht, was hinter Deiner Stirn vorgeht, und wie oft Du schon »der spinnt« gedacht hast. Bevor Du mir später heimlich Abbitte leisten mußt, rate ich Dir: Probier es doch erst einmal aus, ehe Du vorschnell urteilst.

»Wie bist Du nur auf diese verrückte Idee gekommen, Gras als eßbar für uns Menschen anzusehen?« fragst Du, völlig perplex.

Ich sah in einem Film über ein Hungergebiet in Äthiopien, wie Mütter ihren bis auf die Knochen abgemagerten Kindern Zeitungspapier kleinschnitten und als Suppe auf dem offenen Feuer im Kochtopf zubereiteten, während ein paar Schritte weiter von ihnen viel Gras wuchs... Da zündete es in mir!

Wenn Gras eßbar wäre,<sup>9956/9</sup> müßten die Menschen in der dritten Welt nicht mehr Hungers sterben, dachte ich. Ich griff also zu. Und tatsächlich: Gras war zu essen und zu schlucken! Es dauerte nur etwas länger, bis es im Mund saftig wurde. Mein Gott, sagte ich mir, es ist doch nicht möglich, daß Du der erste Zivilisierte auf der Welt bist, der auf die Idee kommt, das überall in Hülle und Fülle wachsende Gras zur menschlichen Ernährung vorzuschlagen! Auf,

also mal wieder in die Universitätsbücherei und nachgeforscht. Es dauerte lange, aber ich wurde fündig. Eine Studie der englischen Universität Oxford berichtete über Forschungen im ersten Weltkrieg, das Eiweiß von Gras als Nahrungersatz zu verwenden. Alles wurde damals damit versucht: Gras wurde getrocknet, mit allen möglichen Verfahren behandelt - aber es blieb vergeblich. Nur auf eine Idee kamen die Forscher nicht, auf die einfachste: es mal in ihren Mund zu stecken. Und dann den hungernden Soldaten in den Schützengräben zu empfehlen: Eßt ruhig Gras, wenn die Gulaschkanone ausbleibt, dann habt ihr Vitamine und Eiweiß - und werdet satt! Dann ließ ich das Gras von einem Universitätslabor analysieren, weil auch darüber nichts in der Literatur zu finden war. Wenn Du die Tabellen unter Kapitel 9.81 und 9.84 vergleichst, dann erkennst Du, daß dessen Vitamine und Mineralien sogar vielfach über denen der Gemüse liegen.

Was gut und erforderlich ist für Deine Gesundheit ist es auch für die Erde.

»Aber Gras! Wenn ich einem Menschen erzählte, daß ich Gras esse - also, die halten mich dann wirklich für völlig übergeschnappt! Dann ißt Du ja tatsächlich wie die Hasen! «<sup>9956/9</sup>

Richtig: Und genau so gesund bin ich auch. Und für was Dich andere halten, das ist doch wurscht. Klar: Niemand beißt gerne ins Gras, aber wenn es Dir Deine Leiden nimmt, und das tut es, führst Du diesen Spruch ganz schnell ad absurdum. Da lachst Du Dir heimlich ins Fäustchen, wenn die Dich für übergeschnappt gehalten Habenden sich längst das Gras von unten ansehen müssen - während Du es Dir winters über immer noch von oben pflücken kannst. Wie ich im letzten Januar: Draußen liegt Schnee. Meine Frau ist gerade dabei, über den Obstsalat Gras und Gänseblümchenrosetten von unserer Wiese zu schneiden, als plötzlich ihre Tante Adele in der Tür steht. Mit erstaunten Augen betrachtet sie das Tun meiner Frau, sich dann selbst die Erklärung gebend: »Oh - ich wußte ja noch gar nicht, daß Du Dir auch ein Schwein hältst, für das Du Futter zu machen hast! Zeigst Du es mir mal?« Die Augen von Tante Adele hättest Du sehen müssen, als meine Frau auf mich wies: »Da steht das Schwein, für das ich das Futter mache!«

Ich kann verstehen, wenn Du vom Gras nicht viel hältst. Doch denke mal an den mächtigen Büffel und die Muskelspiele des Pferdes, wo sich Kraft mit Schönheit paaren - und das alles nur durch Gras. Warum bleiben wohl da die Vorschläge der Ernährungswissenschaftler aus, für das Säugetier Pferd eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung zu fordern?

Im Winter ißt Du vom Gras mehr von den unteren, weichen Stielen, oder Du schneidest Dir das obere Grün ganz klein. Ab Februar findest Du bereits ganz junges, weiches Gras, das sich gut kauen läßt. Sobald Du ein kleines Büschel zuerst nur ganz leicht zubeißend angekaut hast und es sich zu einem kleinen Klumpen im Mund zusammenballt, kaust Du kräftiger zu, bis es richtig saftig geworden ist. Dann kannst Du es problemlos und angenehm schlucken, weil es dann sogar ganz köstlich schmeckt. Die alte Urprogrammierung auf Wildgrün steigt nämlich langsam wieder in Dir hoch... Übrigens: Im späten Winter knospen oft schon manche Bäume, wie z.B. Ulme, Buche, Birke und Linde. Auch diese Knospen schmecken süß und angenehm.

»Ich hörte, daß es auch giftige Gräser gibt. Selbst die Kühe essen längst nicht alles auf einer

Weide!«

Unsinn - es gibt keine giftigen Gräser, vielleicht halbgiftige Kräuter, die Dich aber durch ihren abstoßenden, gallig-bitteren Geschmack oder ihr Brennen vom Essen abhalten, wie ich schon andeutete. Ich will Dir gar nicht zumuten, eine Mahlzeit nur mit Gras zu bestreiten. Der Trick beim Genuß ist, es fein zu zerhacken, dann bemerkst Du es im Endivien-, Pflück-, Feld-, oder Portulaksalat, besser noch im Obstsalat nicht einmal. Ißt Du als Wohlstandsbürger Gras, dann zeigst Du den hungernden Völkern überdies, das es für sie einen Ausweg gibt. Du siehst, was Du mit der UrMethodik Gutes zu tun vermagst.<sup>9807</sup> Gras zu essen wenn es sonst nichts gibt, das ist für Menschen gar nicht so abwegig, wenn sie in Not sind. Im jugoslawischen Bürgerkrieg griffen hungernde Bosnier auch dazu - soweit sie mit ihren Händen hinter die Absperrzäune ihres Gefangenenlagers greifen konnten...

Natürlich ist es - denk an die Affenmenschen! - viele verschiedenartige Kräuter zu essen.

»Wenn Du sonst so auf die Natur achtest, dann meine ich eher, weil im Winter bei uns kein Grün mehr wächst, hat der Körper auch keines nötig«, meinst Du.

Du hast vergessen, daß wir Menschen aus den Tropen kommen und erst verhältnismäßig kurze Zeit die kalten Zonen bevölkern. Und daß wir unberechtigt und gegen den Willen der Natur in Erdzonen eingedrungen sind, die nicht das ganze Jahr über Nahrung aus der Natur für uns bereitstellen. Wir können uns nur deshalb dort halten, weil wir uns Vorräte anlegen, uns bekleiden und unsere Häuser beheizen. Was - weil gegen den Willen der Natur - die Erdvernichtung beschleunigt. Unsere Herkunft aber liegt tief im Süden. Und da benötigt man keine Kleidung und keine Heizstoffe. Und Grün wächst da in Hülle und Fülle - solange der Mensch die Wälder dort nicht vernichtet, weil er Kriegsschiffe oder Pyramiden für Götter baut, oder um damit seine Nahrung durch Kochen und Braten kaputtzumachen.

»Und wenn ich so geschlaucht bin, daß ich nach der Arbeit wirklich nicht mehr Piep sagen und mir weit draußen Wildgrün suchen kann?«, meinst Du.

Larifari! Man entspannt sich nirgendwo besser als im Grünen. Dann fährst Du eben nach Büroschluß ein paar Stationen weiter mit dem Bus oder der Straßenbahn zum nächsten Park, in den Englischen Garten oder in einen anderen Stadtgarten. Oder in einen Zoo. Dort findest Du viele Plätze mit Wildpflanzen. Genau so, wie an den inneren Mauern von Botanischen Gärten. Oder in einen der Grüngürtel, nimmst Deine mitgenommenen Avocados oder Bananen heraus und ißt sie gemeinsam mit den dort gesammelten frischen Blättern. Scheue Dich auch nicht, auf Friedhöfen nach Wildpflänzlein und Grün an ungepflegten Stellen zu suchen - was soll's!

»In Parks ist alles so steril und totgespritzt - von Wildkräutern nicht die Spur!« widersprichst Du.

Gespritzt wird meist nur unter Büschen, damit dort keine Wildkräuter aufkommen und alles »schön ordentlich« aussieht. Die Wiesen aber werden nur gemäht. Und so kannst Du Dir dort immer die Rosetten der Gänseblümchen ausstechen. Klar, das fällt nicht so einfach, wie in der

nächsten Apotheke Giftmedikamente zu kaufen. Aber *Du* willst ja auch gesund werden, nicht wahr? Und nicht kränker, wie es mit der Chemie garantiert auf Dich zukommen wird. Ich habe auch von Blättern gesprochen. Und die findest Du an Bäumen und Sträuchern. Die sind sogar als UrKost erster Klasse anzusehen. Und vergiß nicht: Gras findest Du ja wohl immer! Wenn Du die Halme mit einem Messer in ein kleines Schüsselchen kleinschneidest, kannst Du Deine Banane darin wie ein Würstchen in Senf einstippen...

Achte bei Salaten und Gemüse darauf, daß alles aus dem biologisch-dynamischen Landbau stammt. Der biologische Landbau düngt die Pflanzen mit natürlichem Dünger (was aber kaum kontrollierbar ist), der biologisch-dynamische Landbau aktiviert die Erde mehr, handelt somit urzeitnäher. Ungesund im nicht biologischen Kulturgemüse (besonders stark in Rote Bete, Sellerie und Salaten) wirkt sich vor allem der hohe Phosphorgehalt aus. Wissen: Die Blätter von Blumenkohl, Rote Bete Kohlrabi und Möhre enthalten mehr Lebensstoffe und Vitamine als die Knollen.

Der Begriff »biologisch« ist leider noch nicht geschützt. Hier tummeln sich also auch Bauernfänger! In Supermärkten dürftest Du kaum unschädliche Produkte finden. Die besten Chancen, an unschädliche, natürliche Nahrung zu kommen, hast Du im Naturladen und beim Naturwarenversandhandel. (®Rz.980/2+3) Da bekommst Du Tamarinden, Durian (stinkt höllisch, schmeckt himmlisch, macht sinnlich!), Jackfruit, Rambutan, Mangos, Papayas, Leechies, Mangustans, Guaven und viele andere herrliche exotische Früchte.

Doch auch hier sind Weintrauben mit dem ebenfalls als ungefährlich eingestuften Kupfersulfat haltbar gemacht. Eine Behandlung dieser Art ist manchmal noch an den blauen Farbrückständen auf den Beeren erkennbar. Um der Mittelmeerfruchtfliege den Garaus zu machen, werden Weintrauben zum Teil auch mit Methylbromid begast, das alles andere als harmlos ist. Verantwortungsbewußte Versender führen sie deshalb erst gar nicht im Programm.

Nicht ganz so Schädliches erhältst Du auch bei einem Bio-Bauern (Adressen ® Rz.980), von dem Du weißt, daß er ohne Chemie arbeitet. Schau aber vorsichtshalber mal in dessen Ställe, ob nicht dort Kunstdünger, Giftspritzzeug und große Büchsen mit Schädlingsbekämpfungsmitteln herumlagern. Sieh Dir auch die Felder an, ob zwischen dem Mais und anderen Pflanzen noch etwas Unkraut wächst, oder ob er alles kaputtgespritzt hat. Und geh ruhig mal außerhalb der Verkaufszeiten dahin, ob da Leute das Unkraut von Hand jäten oder es mit Gift totspritzen.

Auch auf dem Markt findest Du manchmal noch Obstbauern, die kleines, verschrumpeltes Obst anbieten anstelle der gelackten Giftfrüchte. Da greif zu! Dort schmecken die Cox-Orange noch knackig-fruchtig!

Dann ist es Dir möglich, in den Feinkostgeschäften oder großen Kaufhäusern Südfrüchte und frische (gekühlte) Datteln zu erhalten, die meist nicht gespritzt sind. Vergiß nicht die kleinen asiatischen Läden in den Großstädten, die noch viele unbehandelte tropische Früchte anbieten.

Wer einen eigenen Garten besitzt ist natürlich besser dran:

Benutze darin nur natürliche Mittel zur Schneckenbekämpfung: Um die Beete streue (auf die Wegplatten) eine Lage Sand, in einer Breite von ca. 40 cm. Das hält sie Dir von den jungen Kohlrabi- und Salatpflänzchen am naturschonendsten fern. Wenn Du Holz verbrennst, verwahre die Asche, mische sie mit Kalk und streue sie zwischen die Pflanzenreihen.



Für den Winter kannst Du Dir auch Winterportulak von einem Samenhändler besorgen lassen. Den kannst Du noch im November/Dezember aussäen und empfängst dann acht Wochen später das erste Grün. Viermal wächst es noch nach! Als Städter magst Du es auch in einer stillen Ecke des Friedhofs oder eines Parks anpflanzen - keiner wird es Dir wegnehmen! Ich sammele immer zur Reifezeit den Löwenzahn-Samen und säe ihn an stille Plätze und Wegränder aus, an denen ich vorbeilaufe - so finde ich stets genug frischen im nächsten Jahr. Doch

emporwachsen tut er nur dort, wo die Natur ihm die rechten Bedingungen dafür gibt.

Hilf stets mit, der von den Menschen so geschändeten Erde mehr Natur zurückzugeben. Begrüne Gartenlaube und Haus, gib der Erde Abfälle, Rasenschnitt (zum Mulchen) und Laub zurück.

Wer nun mitten im Kern einer Großstadt wohnt und wirklich keine Pflänzlein Unkraut auftreiben kann - ganz nehme ich das keinem ab! -, der mag sich auf dem Balkon oder Fensterbrett wenigstens giftfreies Grün selbst ziehen. Kresse keimt schon nach 14 Tagen aus, wenn Du den Samen (vorher drei Stunden einweichen!) nicht zu tief in naturbelassene, gute und lockere Muttererde pflanzt. Sorge für eine Temperatur, die nicht unter und nicht über 25° liegt und daß die Pflanzen in nicht zu feuchter und nicht zu trockener Erde wachsen. Im Winter kannst Du fehlende Sonne durch eine Infrarotlampe ersetzen. Du kannst auch Wildpflanzensamen kaufen! Beim Sauerampfer muß Du aber, sobald er durchbricht, den Blütenstengel abzwicken, sonst wachsen zu wenig Blätter nach. Wenn dir das zuviel Arbeit macht:

Vielen Stadtbewohnern ist es auch möglich (auf Hinterhöfen oder Flachdächern), Beete in Kübeln, Blumenkästen oder Kisten anzulegen, um dort urzeitnahe Garten- oder Kapuzinerkresse anzupflanzen, von denen man im Sommer die Samen sammeln kann. Denk daran:

**Sonnenbestrahltes, chlorophyllhaltiges Grün muß täglich in Deinen Körper hinein! Wir Menschen kommen aus dem Baum. Und da Blätter und Früchte in ganz frühen Tagen des Menschwerdens die Hauptnahrungsquelle der Vormenschen darstellten, darum sind Blätter aus den Bäumen möglicherweise noch wertvoller, noch stärker gesundmachend und -erhaltend für Dich!**

"Ich will ehrlich sein", sagt mir die Seminarteilnehmerin Anke, "ich bereite hin und wieder ein UrKostgericht zu. Das garantiert mir stets ein höchst genußvolles, feudales Essen!"

»So feudal ist UrKost aber eigentlich nicht«, antworte ich.

"O doch!" sagt sie", wenn ich die dann meinem Mann vorsetze, sagt der immer: "Was? UrKost? Komm wir gehen ins 5-Sterne-Restaurant."

Mit dem Verzehr von Bananen solltest Du Dich, wenn biologisch angebaute Früchte nicht zu bekommen sind, etwas zurückhalten. In den Bananenplantagen wird sogar vom Flugzeug aus gespritzt und stark chemisch gedüngt. Die grün geernteten Früchte werden an den Schnittstellen mit Thiabendazol, die Kisten mit Fungiziden besprüht und bei uns mit Ethylen begast. (Natürlich gereifte Bananen erkennst Du an den schwarzen Samen in der Frucht.)

Naturläden und Asien-Shops führen aber viele biologisch angebaute Bananensorten. Je mehr wir sie kaufen, desto mehr unterstützen wir den biologischen Anbau und desto preiswerter sind sie später einmal zu haben. Wenn Du's Dir erlauben kannst, sieh hier nicht auf eine Mark.

Trotzdem wirst Du nicht so verrückt sein und die Bananen mit der Schale essen, wie es ein 120%iger Anhänger von mir macht! Ganz einfach deshalb nicht, weil selbst die Affen sie schälen!

Um die vorbeugende Behandlung von Zitrusfrüchten gegen Blau- und Grünschimmel mit Diphenyl, Orthophenylphenol und Thiabendazol weißt Du. Diese auf der Schale der Frucht aufgetragenen Konservierungsmittel gehen nachweislich auch ins Innere der Frucht über. Zum Import genügt es, so behandelte Früchte mit der entsprechenden E-Nummer zu kennzeichnen. Der früher übliche Zusatz »Schale nicht zum Verzehr geeignet« ist nicht mehr erforderlich. Wisse: Der Vermerk »unbehandelt« bezieht sich lediglich auf den Zeitraum nach der Ernte. Nur Früchte aus kontrolliert-biologischem Anbau garantieren Dir, daß auch während der Reifezeit am Baum keine Chemikalien verwendet wurden.

Bei Zitrusfrüchten wird, wie bei Bananen, zur Nachreifung der grün gepflückten Früchte eine Begasung mit Ethylen vorgenommen. Ethylen gilt bislang als ein unschädliches Gas. Solange bis ein noch nicht bestochener Professor nach Jahren erkennt, wie schädlich sich für Dich und Deine Kinder dieses Gas erwies. Deshalb: greife nur zu naturgereiftem Obst à 980/(2).

Die Rückstände im Boden aus früheren Düngungen und die Belastungen mit Fremdstoffen aus der Luft muß Du auch bei biologisch arbeitenden Landwirten in Kauf nehmen. So ist beispielsweise der Leinsamen cadmiumverseucht, das Getreide mit Nitrat und die Weizenkleie arg mit Blei belastet.<sup>6113</sup> Auch die Nahrungsmittel aus der dritten Welt enthalten viele Pestizide, die bei uns längst verboten sind. So gelangt das Gift doch wieder an die zurück, die es nach dort verkauft haben. Und wie hat man die armen Bauern in Afrika dazu gebracht, statt wie bisher mit Kompost nun mit Chemie zu düngen und den Verbrechergiftwerken die Pestizide, Herbizide, Fungizide, Vermizide und das schreckliche Lindan abzukaufen? Gerissener geht's nicht mehr: Man macht große Werbung mit »Dawa ya mboga«. Und diese Worte heißen: »Medizin für Gemüse.« Zu ihrem gerechten Pech und als Vergeltung für die Vergiftung des Bodens schädigen sich die Landwirte selbst am stärksten mit den Giften, die sie



auf ihre Felder spritzen, denn sie atmen davon ja eine Menge ein. Und die Gifte bringen ihnen Krankheit und frühen Tod. Daß Du pestizidfreie und kontrollierte Bio-Nahrung erhältst, dafür können nur die folgenden landwirtschaftlichen Verbände garantieren, deren Produkte Du am besten aus dem Naturladen (nicht Reformhaus) holst!

Deutschland: ANOG, Bioland, Biokreis Oberbayern, Demeter, Naturland

Frankreich: N & P (Nature et Progres)

Spanien: VIDASANA

Italien: SUOLO ESALUTE

England: ORGANIC FARMERS & GROWERS

Holland: EKO, CBB

USA: MDI, FVO (Farm Verifired Organic), IFOAM

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ☒ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/5/91.html> - **Update: 13.01.2000 15:54**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a>                      × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> -                      <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# Kapitel 5. Finde den Weg zur besten Ernährung für Dich: zur UrKost

## 5.92 Der einfachste und schnellste Weg, sich Rauchen und Süffeln abzugewöhnen

Über den illegalen, harten Drogenmißbrauch wird völlig verkannt, daß die legalen Drogen ein viel größeres Problem darstellen: Es gibt allein bei uns

1 2 Millionen Chemiedreck-Süchtige <sup>5000ff</sup>

1 3 Millionen Gluck-Gluck-aus-Flaschen-Süchtige

1 25 Millionen Weiße-Sargnägel-Süchtige <sup>5330</sup>

Aber gerade das wird heruntergespielt, obschon sich dahinter viel mehr und schlimmeres Leid verbirgt.

»Nun ja, das Rauchen muß ich wohl aufgeben. Inzwischen weiß ja jeder, was das für einen Selbstmord auf Raten bedeutet.«<sup>5300, 9902</sup>

Da bin ich froh, daß Du von Dir aus so vernünftig bist. Besonders für Dich als Frau ist Rauchen das Schlimmste, was Du Dir antun kannst. Und als Mann darfst Du allein schon deshalb nicht mehr rauchen, weil Du dadurch ein doppelt hohes Risiko eingehst, Prostatakrebs zu bekommen. Da 60% aller Männer über 50 darunter leiden, mußst Du als Raucher ziemlich sicher damit rechnen! Und da das Nikotin auch Deine Bandscheiben kaputt macht, solltest Du schnellstens damit Schluß machen, wenn Du bereits jetzt schon unter Rückenschmerzen leidest.

Doch Dir muß jetzt nicht das Herz in die Hose fallen, weil Du Dich so manch vergeblicher Versuche erinnerst, das Rauchen aufzugeben. Mark Twain soll einmal gesagt haben, mit dem Rauchen aufzuhören sei überhaupt kein Problem und überhaupt keine Kunst. Er hätte es bereits zwanzigmal gemacht.

Unter Einnahme der UrMedizin ist das Aufgeben aller Süchte jedenfalls nur noch ein Klacks - Du wirst sehen! Also nur frischen Mut. Das ist unterstützend zu tun:

*Den Rauchern empfehle ich: Schließt Euch einer Nichtrauchergruppe an.*

*Den Alkoholikern: Geht regelmäßig zu den Veranstaltungen der Anonymen Alkoholiker. Und für beide: Schließt hohe Wetten darauf ab mit Freunden, Bekannten, Kegel- und*

*Gesangsbrüdern, daß dies die letzte Zigarette bzw. das letzte alkoholische Getränk war, das angefaßt wurde.*

*Und so schaffst Du es bestimmt:*

***Nimm Urlaub und steige in einer einsamen Pension oder an einem einsamen Platz weitab von Geschäften oder Restaurants ab. Oder schlage dort ein Zelt auf. Gib nur Naturlebensmittel ins Gepäck. (Früchte, Wurzeln in Erde, Mandeln, Nüsse, Feigen und Datteln. Grün pflückst Du Dir ja stets frisch!) Beschäftige Dich den ganzen Tag mit Schwimmen oder anderem Sport oder wandere in Naturschutzgebiete oder abgelegene Gegenden. Dabei faste möglichst mindestens 14 Tage.***

Wisse als Noch-nicht-Raucher: **Abhängigkeit beginnt oft schon nach den ersten vier Zigaretten.** (Beim Alkohol nach 2 Jahren.) Ob »Aktive« oder »Kastrierte«, ob Krümelknaster oder Feinschnitt, ob Supermilde oder Leichte mit Klimazone, die glühende Zigarette ist ein kleines Chemiewerk, in dem bis zu 6.000 hochgiftige Stoffe vielfach wirksame und schädlichste Verbindungen eingehen. Karzinogene, Nitrosamine, DDT, Arsen, Cadmium, Benzpyren, Kohlenmonoxid, Formaldehyd, Blausäure und so fort. Allein bei uns sterben jährlich etwa 140.000 Menschen vorzeitig, weil sie Raucher waren oder den Rauch unfreiwillig mitrauchten. 25.000 sterben an Lungenkrebs weil sie rauchten, 40.000 an Herz- und Kreislaufleiden, 20.000 Menschen wird jährlich ein Bein abgesägt, weil sie rauchen.

Halte Dich anschließend konsequent stets von Trinkern und Rauchern fern. Denn die »lieben Freunde« wollen Dich auch deshalb wieder zum Rauchen verführen, weil sie sich damit besser von ihren inneren Schuldgefühlen befreien können. Was willst Du noch mit Menschen zu schaffen haben, die sich und anderen (oft genug den eigenen Kindern, ja selbst ihren angeblich so geliebten Hunden!) gegenüber so verantwortungslos handeln.

Nach dem Verzicht auf die Zigarette dringt auf Dich ein unstillbarer Hunger nach Süßigkeiten ein. Auch für diese süße Sucht gilt: Sie ist nicht nur eine orale Ersatzbefriedigung, sie hat auch eine körperliche Ursache. Nikotin senkt den Insulinspiegel im Blut. Wird diese künstliche Absenkung aufgehoben, kann nichts mehr süß genug sein. Befriedige diese Sucht aber nur mit natürlicher Süße: Mit Feigen, Datteln oder Rosinen!

Nicht zu glauben, aber am Sich-selbst-was-Vormachen und an eleganten Ausreden für ihren Wahnsinn halten selbst Raucher fest, die genau wissen, was sie damit sich selbst und ihrer Familie antun:

Da beteiligt sich auf einem Wildpflanzen-Seminar mit mir auch ein sich alle paar Minuten räuspernder und hustender Mitfünfziger an der Diskussion. Da mich das allmählich zu nerven beginnt, vergesse ich alle Höflichkeit: »Ihr Husten klingt mir aber ganz verdächtig. Rauchen Sie etwa?« will ich wissen. Die Antwort kommt wie aus der Pistole: »Ja - aber nur rein pflanzlich...«

Du mußt nicht fürchten zuzunehmen, nachdem Du mit dem Rauchen Schluß gemacht hast,

wenn Du danach täglich läufst, UrTraining vollziehst und UrKost ißt.

»Menschenskind, wenn Du wüßtest, wie oft ich's schon versucht habe, davon loszukommen!«

Glaub mir, ich weiß, wie schwer Du es hast, ich hab' früher auch wie ein Schlot gequalmt. Versuch's ruhig noch einmal. Ich habe es damals mit dem Aufhören nicht so leicht gehabt wie Du heute. **COLORSEITE**

Ich wußte nichts von der tödlichen Gefahr der genußvollen Züge, und daß man die Zigaretten kaum noch vermißt, wenn man die ersten drei Tage des Erdfastens hinter sich hat. Und wenn Du anschließend keine warme Suchtkost mehr zu Dir nimmst, ist der Glimmstengel danach auch nicht mehr so genußreich. Am besten schmeckt sie doch immer nach einem schönen Essen. Mit 'ner Tasse Kaffee dabei, nicht wahr...?

Wisse als Alkoholiker: Die einzige Voraussetzung dafür, daß man Dich bei den Anonymen Alkoholikern (AA) aufnimmt, ist Dein Wunsch, mit dem Trinken aufzuhören und zuzugeben, daß Du Alkoholiker bist. Die Anonymen Alkoholiker erheben keine Beiträge, beschäftigen keine Ärzte und Therapeuten, aber sie sind stets füreinander da. Die anderen dort kennen Deine Not. Du wirst angenommen und erlebst nicht, daß man Dich erniedrigt, wie etwa in der Familie oder am Arbeitsplatz. Und Du kannst Dich auch mal fallenlassen, ohne daß Du dafür Strafe fürchten mußt. Zudem erfährst Du, daß man auch anders und ohne Alkohol leben kann.

Übrigens, wenn Du noch als Raucher<sup>5324f</sup> zu den Arztläufern zählst, verschaff Dir die nötige Motivation zum Aufgeben Deines täglichen, langsamen Selbstmordes dadurch, daß Du den Medizinmann einmal bittest, durch sein Stethoskop Dein eigenes und dann das Atmen eines Nichtraucher abhören zu dürfen. Ein guter Arzt fertigt sich überdies - besonders wenn es sich um einen Sauberkeitsfanatiker handelt, durch Zusammenschließen zweier Stethoskope, die in einem gemeinsamen Schallkopf münden, ein Doppel-Stethoskop an, um seine Patienten ihre eigenen bronchitischen, asthmoiden Atemgeräusche mithören zu lassen. Das führt meist zu einem heilsamen Schock. Für Kinder ist es direkt faszinierend, sich selbst abhören zu können, sie halten still und schreien nicht bei einer Behandlung. Denke daran, falls Du doch noch mal mit ihnen zum Doktor gehst.

Mit der nachfolgenden Darstellung bekomme ich vielleicht mit dem einen oder anderen zartbesaiteten Leser so meine Schwierigkeiten.



Wenn Du also zu denen gehörst, die sich ihre Illusion mit dem blauen Dunst erhalten wollen, so überschlage einfach unbesehen die nächste Seite. Vielleicht besitzt Du aber auch als Raucher eine gute Portion schwarzen Humors und sagst Dir dazu: »Es gibt nichts Schlechtes, das nicht auch sein Gutes hat: Wenn's bei mir mal soweit ist, kann ich in diesem Bein schon mal keine Krampfadern

mehr kriegen.«

### COLORSEITE abgesägtes Bein, rauchende Carmen



Jede **Sekunde** verhungert ein Mensch.

Jede **Minute** zerstören wir 30 Hektar Regenwald.

Jede **Stunde** stirbt eine Tierart aus.

Jeden **Tag** sterben 100 Pflanzenarten aus.

Jede **Woche** blasen wir mehr als eine halbe Milliarde Tonnen Treibhausgase in die Luft.

Jeden **Monat** vergrößern wir die Wüsten um eine halbe Million Hektar.

Jedes **Jahr** wird die Ozonschicht um 2% dünner.

Aus dem Erfahrungsschatz

des Verfassers:

**Alkoholiker und kranke Menschen haben eins gemeinsam:**

**Sie sind meist erst dann zu einer Änderung ihrer**

**schlimmen oder ungesunden Lebensweisen**

**bereit, wenn sie immer tiefer und**



**immer tiefer**

**absinken**

**und schließlich ganz tief unten**

**gelandet sind.**



Aber dann ist es für viele leider zu spät. <sup>1722</sup>

Fotos: der Verfasser

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × »[Der Große GESUNDHEITS-KONZ](#)« × »[Natürlich Leben](#)«  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/5/92.html> - **Update: 13.01.2000 15:54**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

Der Domainname ist  
eine Spende der  
[Transmedia GmbH](#)

× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch  
× [Antivivisektion e.V.](#) × [Für Vegetarismus!](#)  
- [Gegen Tierversuche](#) - [Vegi-Büro Schweiz](#)  
Tierversuchsgegner Rhein Ruhr

# Kapitel 5. Finde den Weg zur besten Ernährung für Dich: zur UrKost

## 5.93 Das wisse, wenn Du süchtig bist

Es dauert sehr lange, bis Du die Sucht in den Griff bekommst - aber:

Weil die UrTherapie den Körper entgiftet, hilft sie Dir gerade dann, wenn Du Alkoholiker, Drogensüchtiger oder Medikamentenabhängiger bist!<sup>9830</sup> Unter der Voraussetzung: Du mußt im Kopf ernstlich wollen, Dich von Deiner Sucht freizumachen. Und Du mußt Deine Sucht vor Dir und vor anderen stets eingestehen sowie die Selbstbehandlung konsequent bis ins kleinste durchsetzen. Warum ist die UrTherapie dann so erfolgreich?

! Die UrzeitTherapie stellt keine Dich schindende Entziehungskur, sondern einen Übergang zu einem neuen, befreiten und schöneren Leben für Dich dar.

! Bei der Therapie bleiben die Entzugsqualen auf ein Mindestmaß beschränkt. Warum?

**! Durch den ersten Teil der Selbstbehandlung - das Fasten - wird das in Deinem Körper befindliche Gift größtenteils abgebaut und ausgeschieden. Dadurch wird ein Wiederaufkommen der Sucht stark eingedämmt.**

! Durch die sofort aufgenommene UrBewegung werden die in Blut und Gewebe befindlichen Fremdstoffe schnell und wirksam ausgeschwemmt, wird Dein Lebens- und Leistungswille gesteigert.

! Die Sucht nach Süß ist leicht zu befriedigen mit natürlich-süßen Nahrungsmitteln: Weinbeeren, Rosinen, Feigen, Datteln. Die Sucht nach Salz ist zu brechen durch Essen von Wurzeln (Möhren, Sellerie, Topinambur, Tomaten).

! Durch das fünfmalige Einnehmen der UrMedizin am Tag werden alle Organe abwehrstark, weniger aufnahmebereit für Giftstoffe und so gesund, daß ein Rückfall nicht mehr beglückend empfunden und das Begehren nach »dem Stoff« mehr und mehr ausgelöscht wird. Da die UrMedizin kein Salz zuführt oder duldet, wird aus rein körperlichen Gründen Dein Verlangen nach Getränken und Drogen weniger stark und übermächtig in Dir aufsteigen. Dein Körper ist nicht mehr so *suchtwillig* wie vorher. Wenn Du zusätzlich fünfmal täglich einen Teelöffel Erde zu Dir nimmst, entgiftest Du Dich noch stärker.

**! Vor allem als Biertrinker wirst Du überrascht sein: Du hast keinen Bock mehr darauf! Warum? Bier schmeckt nur, wenn Du Durst hast. Durst haben heißt: Salz im Körper haben. Hast Du aber unter Urkost nicht. Folge: Auf Dein »gut gewässertes Innenleben« noch Bier darauf zu kippen - nee, das schmeckt Dir nicht... (siehe als Nachweis dazu**



I Dehne Deinen täglichen Naturlauf auf mindestens eine Stunde aus und schließe Dich zusätzlich einem Sportklub an und der Selbsthilfegruppe 'Narcotics Anonymous Service Komitee', Postfach 1272, 6073 Egelsbach. Dadurch stärkst Du Dein Selbstwertgefühl außerordentlich und drängst die Wünsche nach Drogen zurück. Nimm eventuell zusätzlich lindernde Akupunktur wegen des Entzugsschmerzes zu Hilfe. <sup>9811</sup>

I Durch Dein Hinwenden zur Natur und das Öffnen des Körpers und des Gemüts für alles Natürliche wird Dein Leben wieder sinnvoll und lebenswert. Alkohol und Drogen verlieren mehr und mehr die Macht über Dich!

Wie die Süchte entstehen, wo der Sitz des steten Verlangens ist, das ist noch völlig unerforscht und unklar. Ich könnte mir vorstellen: <sup>3413</sup>

Nach der Natur ist die Nahrung des Säuglings die Muttermilch. Nach der Natur sind Früchte und Grün die weitere Nahrung. Statt dessen kriegt der Säugling erhitzten Milch-Zucker-Grießbrei. Das bedeutet: vierfach falsche, abgetötete Ernährung. Der Säugling, seiner Natur folgend, spuckt das erst einmal aus. Sein Körper, sein Gehirn sind auf solche Nahrung nicht vorbereitet. Mit Gewalt wird es ihm mit dem Löffel immer wieder auf's Neue in den Mund geschoben. Die Süße des Zuckers aber verlockt ihn schließlich zum Runterschlucken. Was geschieht? Der Körper paßt sich bei vielen an. Er wird fürs erste fähig, solche Speisen zu verarbeiten. Wo nicht, erkrankt der Körper.

Er entwickelt vielleicht sogar dafür veränderte oder neue, die fremde Nahrung zeitweise tolerierende Körperzellen. Oder im Gehirn bilden sich anders beeinflusste Botenstoffe, die das Verlangen nach der verfremdeten Nahrung aufrecht erhalten. Und nun verlangen diese weiter nach den verfremdeten Geschmackserlebnissen Brei, Zucker und abgetöteter Nahrung, später dann auch nach tierischem Eiweiß. Noch später nach Alkohol und Nikotin, die beim ersten »Genuß« ja noch Abwehr in Dir auslösen, bis sich der Körper an diese Gifte gewöhnt. Das geschieht **erstaunlicherweise sehr rasch. Schon nach drei Tagen wird das künstliche Neue als angenehm empfunden. Ist der Körper einmal überlistet, dann schreien die dieser Stoffe bedürftigen Zellen und Empfindungen nach mehr: Der Mensch wird süchtig nach nicht Natürlichem.**

**Abhängige sind oft erst unter größtem, durch äußere Umstände erzeugten Druck (z.B. Arbeitsplatzverlust, Schulabgang, finanzielle Notlage, Trennung von der Familie usw.) fähig, diese Hindernisse zu überwinden und ihre Situation einzugestehen. Erst wenn sie unter den Folgen ihrer Abhängigkeit mehr leiden als sie ihnen Lust oder Trost verschafft, finden sie den Willen zur Veränderung.**

Gesundheitsgesetz der Natur: **COLORSEITE**

**Süchtig werden kannst Du nur nach naturfremden Stoffen. Nach rein natürlichen und natürlich verbliebenen Lebensstoffen entsteht niemals eine Sucht in Dir.**

»Und stammen Opium oder Marihuana nicht auch aus der Natur?« gibst Du zu bedenken.



Sicher, aber sie befinden sich nicht mehr in einem natürlichen Zustand: Du kannst noch soviel Mohnkapseln essen oder Hanf in Dich hineinstopfen, ohne in Träumereien oder Wohlgefühle zu fallen.

»Aber Fliegenpilze versetzen in einen Rauschzustand, wenn ich sie roh, also ganz naturbelassen esse...«

Weißt Du, wie selten die im Herbst nach Regen zu finden sind! Das reicht jedenfalls nicht aus, um

Dich süchtig danach zu machen. Und wenn, dann mußt Du immer ein Jahr darauf warten. Die Zeit reicht, Dich von jeder Sucht zu befreien!

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/5/93.html> - **Update: 13.01.2000 15:54**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

# Kapitel 5. Finde den Weg zur besten Ernährung für Dich: zur UrKost

## 5.94 So wirst Du aller Süchte schnellstens Herr

Daß Dir nach einer gutbürgerlichen Mahlzeit die Zigarette am besten schmeckt, das soll die Folge Deines hohen Fremdcholesteringehaltes im Blut sein.<sup>6308, 9733</sup> (Sieh Dir ruhig mal unter ®Rz.749 an, was die Zivilisationskost an Cholesterin enthält.) Dann nämlich fordert der durch Zivilisationskost aufgepeitschte Körper am stärksten nach Befriedigung seiner Süchte.<sup>6207</sup>

Cholesterin, Benzidinpyrensäure und der ebenfalls ansteigende Ammoniakspiegel im Blut reizen das zentrale Nervensystem so stark, daß der Drang zu dessen Beruhigung für den Süchtigen übermächtig wird.

Der wirklich günstigste, ja beste Zeitpunkt, Dich von Deinen Süchten zu befreien, beginnt daher ab dem Tag des Erdfastens mit der anschließenden völlig reizlosen UrKost. Warum? Weil ein warmes Essen aus allen Teilen des Körpers - auch aus dem Gehirn! - vermehrt Blut entziehen muß. Die so entstandene Müdigkeit lähmt die Willenskraft, und das ausgerechnet zu dem Zeitpunkt, da sie dringend zum Widerstand gegen die Sucht benötigt wird.

Nach einer Fleischmahlzeit wirst Du besonders schlapp. Das im Fleisch enthaltene Eiweiß braucht nämlich zur Verdauung sehr viel sauerstoffreiches Blut. Die Folge: Das Gehirn erhält nicht genügend davon, es kommt zu Müdigkeit und Konzentrationsstörungen. Viele Tiere werden nach einer Fleischmahlzeit so müde, daß sie sich wochenlang zum Schlafen zurückziehen, wie z. B. die Schlangen. Wenn auch nicht so lange Zeit, so brauchen auch Hunde, Katzen und Löwen viel Schlaf nach dem Essen. Doch die können unbesorgt ruhen, weil sie von niemandem etwas zu befürchten haben, während die Affen tagsüber hellwach bleiben müssen, da sie mehr gefährdet sind als Hegetiere.

**Du siehst, wie die Schöpfung das alles feinstens einrichtet. Und Du als UrMethodiker tagsüber nicht müde, weil nicht widernatürlich ständig fleisshessender Mensch, kannst Deine Zeit auf Erden mehr genießen und bewußter und wacher, aufgeschlossener und mit vollen Sinnen leben und erleben.**

Rauchen steht in engem Zusammenhang mit Alkohol und Koffein. Auch die beiden letzten Gifte »fordern« direkt das Nikotin. Deshalb: <sup>6321, 6307ff</sup>

Stell am besten auch das Kaffeetrinken ein! Nach dem Fasten ist das ebenfalls am leichtesten. Da im Tee fast genau so viel Suchtstoff steckt wie im Kaffee, solltest Du auch darauf verzichten. Trotz der beim Absetzen entstehenden Entzugserscheinungen rate ich nicht zur

Qualverlängerung des allmählichen Aufhörens. Kurz und schmerzhaft ist meine Devise. Die UrzeitTherapie ist nichts für Wehleidige. Tust Du es nicht, belasten Dich die Entzugserscheinungen dreimal mehr. Weil es das Koffein ist, welche letztere hauptsächlich mitverursacht. Klar: Bis Du die Sucht überwunden hast, solltest Du Dich von Bars, Wirtschaften, Geselligkeiten und Parties fernhalten.

Ich hör' Dich schon protestieren:

»Was hab' ich denn noch vom Leben, wenn ich nicht mal mehr ein Täßchen Kaffee trinken darf?«, so sagst Du als Frau in den besten Jahren.

Tut mir leid. Es hat sich herausgestellt, daß Kaffee oder Tee auch zu Geschwulsten in der weiblichen Brust, zu Myomen und Gewächsen führt.<sup>6308/9, 6320/1, 6235</sup>

Und als Mann denke weiter: Wenn Du auch keine weiblichen Brüste hast, aber weißt, daß Kaffee einen böartigen Einfluß auf Drüsen besitzt, dann wirkt er sich eben bei Männern an anderen Stellen des Körpers schädlich aus, möglicherweise in Deiner Prostata. Wink nicht ab, nur weil das bisher noch nicht untersucht worden ist. Was man heute in der Medizin nicht weiß, ist so viel wie das, was man über die Sternenwelt nicht weiß, die mit unseren Fernrohren unerreichbar bleibt.<sup>9714</sup>

Was Du davon hast, wenn Du als letztes auch noch auf die schwarze Brühe verzichtest? Deine absolute Freiheit! Wie herrlich, von nichts mehr abhängig zu sein! Und bedeutet es für Dich als Frau nicht auch eine große Erleichterung, in Zukunft nicht mehr ständig einen Redeschwall über andere ergießen zu müssen, so wie das früher nach dem Täßchen Kaffee immer war? Jetzt kannst Du Dich dafür ohne innere Aufgeregtheit mit einem guten Buch zurückziehen und in Ruhe lesen. So gewinnst Du doch hundertmal mehr für Dich. Du siehst: Meine Ratschläge nehmen Dir nur scheinbar was! Im Licht der Erkenntnis gesehen wirken sie sich alle zu Deinem Vorteil aus...

**Merke: In Wirklichkeit bedeutet UrTherapie kein Verzicht, sondern hohen Gewinn für Dich!**

»Aber nach einer Tasse Kaffee kann ich viel besser arbeiten!«

Pure Einbildung! Das nimmst Du nur wegen der zuerst dabei aufkommenden euphorischen Gefühle an. Doch das ist ja gerade das Kennzeichen der Drogen!. Nach kurzer Zeit setzt aber die Gegenwirkung ein und Du schlaffst doppelt so schnell wieder ab.<sup>6308ff</sup>

Hilfreich ist auch, Dich ständig an Deinen Vorsatz zu erinnern, Rauchen, Trinken und Kaffeesüffeln Valet zu sagen. Anstelle der Zigarettenspackungen gibst Du deshalb Kärtchen in Deine Taschen, auf die Du geschrieben hast: »Ich habe das Rauchen (das Trinken, das Fleischessen, die Einnahme von Medikamenten) für immer eingestellt - gleich, was kommt!« Mit diesen Worten beginnst Du auch den Tag und schläfst damit ein und wiederholst den gleichen Satz, sobald die Sucht in Dir hochsteigt oder sich Deine Fantasie mit Zigarettens,

Drogen oder Zivilisationskost zu beschäftigen beginnt. Und dazu kommt es - wie beim Fasten - in den ersten drei Tagen nach deren Aufgabe besonders stark. Am heftigsten überfällt es Dich am späten Nachmittag.

Sofortiges Laufen, Spaziergänge, Sport oder Bewegen hilft da am besten. Von mir aus steck Dir einen zuckerfreien Kaugummi in den Mund. Oder iß eine Frucht, ein paar Rosinen oder Datteln - das lenkt Dich ab. Oder geh ins Kino - nur nicht in eine Wirtschaft!

Such Deinen Mitstreiter auf oder geh mit ihm in die Natur. Sage Dir: Es ist nun mal hart, sehr hart, eine Sucht zu überwinden. Aber ich will mir jetzt endlich zeigen, wer Herr in meinem Leben ist - die Droge oder ich. Deshalb gebe ich auch nichts um die entziehungsbedingten Kreislaufbeschwerden, Kopfschmerzen, Schwindelanfälle, Herz- und Gliederschmerzen und die Schlaflosigkeit, die sich in den ersten Tagen zusätzlich einstellen werden.

**Und ich höre endgültig damit auf, mir vorzumachen, daß mich Süchte glücklich und zufrieden machen. Oder daß ich ohne sie nichts mehr vom Leben habe.**

Denn ich bin mir klar, daß alle Süchte, einschließlich Salz- und Zuckersucht, nur Krankheit und frühen Tod bedeuten. Ich werde nicht mehr länger vor Schwierigkeiten den Kopf in die Sucht stecken, sondern sie bewußt angehen. Ich will, und deshalb kann ich es auch! Du weißt auch: Trotz Deines äußerlichen Verklärtseins beim Befriedigen Deiner Süchte - auch Fettsucht ist eine Sucht - fühlst Du anders. Fühlst Du süße Traurigkeit, Verzweiflung und Einsamkeit in Dir, weil Du Dich als Sklave von einer dummen Angewohnheit unterjocht siehst. Vielleicht will Dich ein guter Partner allein deshalb nicht, weil Du so ein abhängiger, willenloser Mensch bist. Denk an die vorgeschädigten Kinder, die Du zeugst, denk an den Krebs, der Dich eines Tages zerfressen kann.

Was ebenfalls einen starken Einfluß auf Deine Kraft besitzt, gegen die aufkommenden Entziehungserscheinungen anzugehen, ist das Vorhandensein von genügend Vitamin B1 in Deinem Körper. So sagen es jedenfalls die Forscher der Mayo-Klinik. Die haben mal eine Versuchsgruppe auf B1-arme Kost gesetzt, wobei sich ergab, daß fast alle neurotische Symptome bekamen. Sie wurden immer reizbarer, angriffslustiger und klagten über ein Gefühl, als würden Ameisen unter ihrer Haut laufen. Leistungsfähigkeit und Konzentration fielen radikal ab. Vor allem wurden sie hochgradig nervös, was so gut wie unfähig macht, gegen die Sucht anzugehen. Das Fehlen von Vitamin B1 ist auch der Grund dafür, daß es viele aufgegeben haben, gegen ihre Süchte anzugehen.

Nun mach nicht den Fehler und kauf Dir Vitamin-B-Tabletten: Wenn Du die eingenommen hast, reißt Dir die Haut ein und Du kriegst alle möglichen Beschwerden. Ja, Ja die guten Vitamine... Das ist künstlich hergestelltes Gift, merk Dir das. Alles, was aus der Pharmazie-Chemie kommt. Dir bleibt nichts anderes übrig, als Deinen Körper durch gesunde UrKost in die Lage zu bringen, selbst **das Vitamin B12 in der für Dich richtigen Menge zu bilden.**

**COLORSEITE**

**Da jedoch in der UrNahrung schon allein der Vitamin-B1-Vernichter Zucker fehlt und sich in**

keiner anderen Kost (auch nicht in der Sonnen-, Vital- oder Instinktokost) soviel Vitamin B1 findet wie in der UrKost, wirst Du damit auch nach dem Fasten bestmöglichst beim Durchhalten unterstützt. Keine Suchtentzugsklinik kann Dir das bieten. Daher auch deren Mißerfolgsquoten mit mehr als 90% Rückfälligen.

Für viele Menschen bedeutet die Droge (das kann auch das Beim-Doktor-Sitzen, die Religion oder das Fernsehen sein) Ersatz für ein natürliches Leben. Abhängig werden meist diejenigen, welche glauben, im Leben bisher zu kurz gekommen zu sein. Es sind meist Lebensschwierigkeiten, welche bei ansonsten nicht haltlosen Menschen einer Sucht den Weg ebnen. Man kann auch sagen: Der Mensch hat keine Sucht - er hat Lebensprobleme.

**Die UrzeitTherapie bedeutet somit auch eine Schulung zur Meisterung des Lebens und zum Erkennen des Sinnvollen darin. Deshalb vermag sie es, nicht nur den Kranken, sondern auch den Süchtigen so gut zu helfen. Weil sie den Willen stärkt. Weil sie sich nicht im Transzendentalen abspielt. Weil sie zur Erde, zur wunderbaren Natur zurückholt, die alles gutmacht.**<sup>3533</sup>

Keiner verfällt einer Droge, den es nicht dazu hinzieht: Weil die meisten Süchtigen ihre Sucht wollen und auch weiterhin wollen - entgegen allen anderslautenden Beteuerungen. Ich halte die Bezeichnung »Krankheit« für völlig abwegig. Es führt dazu, daß sich die Süchtigen auch noch bedauern - um dann noch Zuwendung und Mitleiden von ihren Angehörigen zu fordern. Während es doch allein die letzteren sind, die man zu bedauern hat...

»Wenn man einmal einer Sucht verfallen war, kann man nie mehr davon loskommen«, sagst Du, »man bleibt ewig ein Süchtiger, so heißt es doch!«

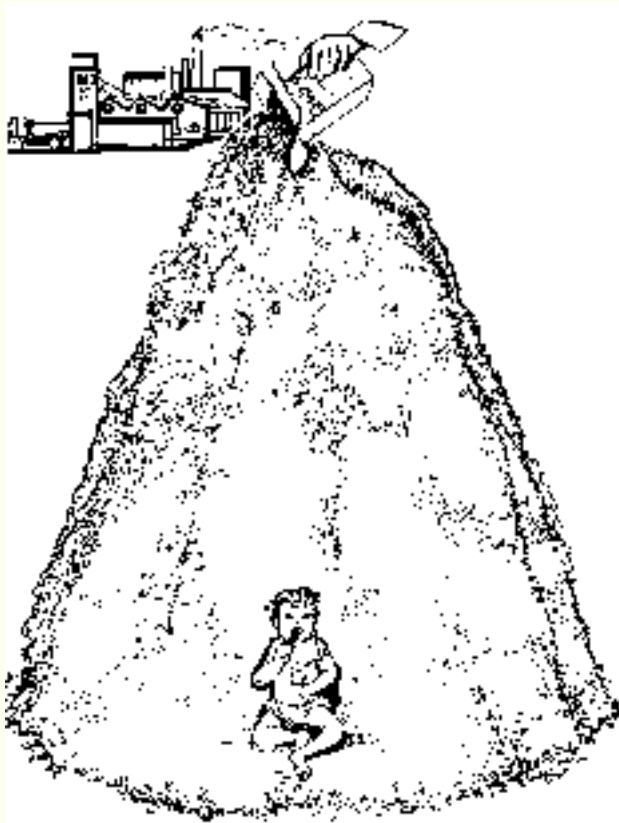
Das ist wahr. Weshalb man niemals mehr eine Zigarette oder ein Glas Alkoholhaltiges anfassen darf. Und wer klug ist, der hält das genauso mit der Zivilisationskost. Dann hat er für immer seine Ruhe. Man muß seine Grenzen akzeptieren und sich nicht von Medizineren verrückt machen lassen, die da so Sprüche unter die Leute bringen wie: »Jeder hat das Recht auf seinen Rausch«.

Ich hab' da einen besseren Satz für Dich. Ein altes Kinderlied: »...und weiche keinen Fingerbreit - von Gottes (der Natur) Wegen ab.«

»Warum sind eigentlich so viele Ärzte dafür, den Süchtigen Heroin frei zur Verfügung zu stellen, oder - wie es bereits teilweise gehandhabt wird - ihnen Ersatzdrogen wie Methadon zukommen zu lassen? Und damit immer mehr Süchtige zu schaffen?«

Menschenskind, das ist doch *das* Geschäft für den Drogendealer in Weiß: Da kann er doch sehr gut dran verdienen! Ob die Menschen darüber eingehen, das kümmert die nicht: Jede Spritze bringt Money-Money!

**Soviel Zucker vertilgst Du im Lauf Deines Lebens - und da sollst Du nicht süchtig von werden?:**



Wenn der kleine Lollipop-Schlecker 70 Jahre alt werden sollte, wird er mehr als 3 Tonnen(3200 kg) des weißen Giftes seinem Körper zugemutet und dazu 50 Schweine und 20 Rinder verschlungen haben - und mit Alzheimer Demenz, Jakob-Creutzfeld-Syndrom, Diabetes, Fettsucht, Rheuma, Krebs, oder irgendeiner anderen schweren Krankheit sich selbst und anderen zur Qual werden...

Bedarf es eines eindeutigeren Beweises der in diesen vorgetragenen Thesen über die UrKost, als das Geschehen um den Rinderwahnsinn? (©LV 9970 b)

Derzeit leben rund 800.000 Demente in Deutschland und wenn die Zahl der Greise weiter so drastisch steigt, werden es in 10, höchstens 15 Jahren schon doppelt so viele sein. Doch noch

immer ist Alzheimer, die häufigste Form der Demenz, nicht heilbar. Niemand weiß, warum das Hirn zu einer nutzlosen Masse schrumpft, die keine Informationen mehr speichern und verknüpfen kann. (DER SPIEGEL, 13/1996, 203)

Du als Leser dieses Buches weißt es: Die gequälte, nicht artgerecht gehaltene und gefütterte Kreatur, die mißachteten Naturgesetze schlagen erstmals deutlich zurück. Und dagegen kann auch keine UrTherapie mehr helfen. Nun müssen die Fleischesser das sich zugefressene Leid ertragen und mit vollgeschissenen Hosen, verglasten Augen, sabbernd und in geistiger Verwirrung dahinvegetieren. Und dazu den sie Pflegenden auch noch unerträgliche Lebensqual mit täglichem Ekel aufbürden.



**Du willst als junges Mädchen in fünf Jahren gleich um 30 Jahre älter werden und wie die letzte Pennerin ausschauen?**

Okay, nur zu, laß Dich zu Drogen verführen. Das zweite Mal, und Du bist für immer verloren, wie diese an zig Krankheiten (angeblich AIDS) leidende, ständig kotzende und aus

allen Öffnungen ihres Körpers stinkende Petra B. - die wie Du nur ein Leben hatte. Du Mutter, Du Vater hast es in der Hand, das zu verhüten: Wenn Du Dein Kind im Sinne dieses Buches

natürlich aufziehst und ihm dafür Vorbild bist.

Dein Sohn (oder Deine Tochter) kommt auch mit tödlicher Sicherheit im doppelten Wortsinn zu den weißen Sargnägeln, wenn Du Dich abends zum »Streßabbauen« mit 'ner Flasche Bier und einer Packung Zigaretten vor dem Fernseher in den Sessel fallen läßt. Er kommt nicht dazu, wenn Du Deinen Streß abbaust, indem Du mit ihm auf einen Sportplatz gehst und ihn dort zu ein paar Wettkämpfen herausforderst. Oder mit ihm zu einem Urzeitlauf aufbrichst.

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ☒ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/5/94.html> - **Update: 13.01.2000 15:54**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---



# Kapitel 5. Finde den Weg zur besten Ernährung für Dich: zur UrKost

## 5.95 So erkennst Du, ob Dein Kind süchtig ist 9121

! Seine Leistungen in der Schule sinken rapide, neue Freunde tauchen auf, die bisherigen Hobbys sind plötzlich uninteressant.

! Dein Kind wirkt teilnahmslos, zieht sich von Dir zurück.

! Es verkauft sein Radio, seine Uhr, sein Fahrrad, größere Beträge aus Deiner Geldbörse verschwinden. Höchste Gefahr: Dein Kind gibt das Geld wahrscheinlich für Drogen aus!

! Du hörst ganz neue Ausdrücke von Deinem Kind: feeling (Gefühl unter Drogen); stoned (voll mit Drogen) sein; shit (Haschisch); »äitsch« (Heroin).

! Dein Kind hat plötzlich keinen Appetit, dafür stark riechenden Nachtschweiß, Gewichtsverlust, Magenkrämpfe, Gänsehaut, Gelbsucht, Blutspuren im Bett, Einstichstellen an den Unterarmen.

! Seine Pupillen sind vergrößert, scheinen riesengroß: Es nimmt Aufputzmittel. Augen gerötet: Haschisch!

! Bei winzigen Pupillen, verschleiertem Blick und einer auffällig breitgezogenen Iris: Heroin! Dein Kind ist in größter Gefahr.<sup>9717</sup>

Was hast Du zu tun in diesen Fällen? <sup>9717</sup>

⊕ Das Kind sofort von der Schule nehmen.

- Sofort mit ihm in den tiefsten bayrischen Wald in ein einsames Haus in Urlaub fahren.

Ž Sich ihm dort mit viel Liebe zuwenden und mit ihm von den Suchtzentralen angefordertes Bildmaterial über sein kommendes Schicksal durcharbeiten.

- Mit strengster Konsequenz gemeinsam fasten und anschließend auf die UrTherapie übergehen.



- Danach: Deinem Kind ein glückliches Familienleben bieten.

Frage Dich:

Darf Dein Kind alles? Läßt Du ihm alles durchgehen?

Rechtfertigst Du sogar vor ihm oder im stillen sein Aufbegehren gegen eine vernünftige Erziehung?

Was sind das für Eltern, die einen Lehrer wegen Freiheitsberaubung vor Gericht bringen, weil der seine Schüler nach einer Tonklumpenschlacht eine Viertelstunde in der Klasse einschloß, um den von ihnen gemachten Saustall wieder in Ordnung bringen zu lassen?!

Wirst Du ständig schwach, wenn es angefangenes positives Tun (etwa Musikunterricht oder Sport) wieder aufgibt, weil es lieber trödelt oder vor dem Fernseher liegen will? Merke: 1 Haschisch - das sind braune, rötliche, schwarze Brocken,

1 Marihuana sieht wie Tabak aus.

1 LSD wird als Kapseln oder Tabletten verkauft. Es wird auf Löschpapier oder kleine Comic-Bildchen getropft oder auf Zucker. Bunte Kapseln, kleine Briefchen aus Papier oder Alufolie mit synthetischen Drogen (»Designer-Drogen«) sind z.B. Amphetamine. Weißliche Klumpen »Crack«.

1 Modedroge Ecstasy wird in verschieden bunten auch weißen Tablettenformen in Discos und bei Techno-Partys an den Mann gebracht.

Ein Kind, das die Suchtstoffe Salz, Zucker und Fleisch nicht kennt, gerät nie in Gefahr, härtere Drogen zu nehmen. Was denken sich Mütter, die ihre Kinder - und Omas, die ihre Enkel - mit Süßigkeiten füttern, wenn das im Zoo bei den Tieren strikt verboten ist?

Dein Kind wird nicht süchtig, weil Drogen existieren! Dein Kind entwickelt nur deshalb ein Suchtverhalten, wenn es Dich selbst süchtig sieht. Und so sein Suchtverhalten vor sich rechtfertigen kann. (»Der/die Alte will mir was sagen und hängt selbst am Sargnagel, an der Flasche!«) Oder weil Dein Kind von Dir (oder Deinem Partner) gelernt hat, jede kleine Unpäßlichkeit mit aus weißem Giftpulver gepreßten Tabletten zu vertreiben. Weil es von Dir im Innersten bereit gemacht wurde, Langeweile und Frust mit irgendeinem »Stoff« wegzuspülen. Oder weil Du sogar Deinem Kind bei jedem Wehwehchen vom Doktor »was« verschreiben läßt.

Wenn Du keine Verantwortung gegenüber Dir selbst besitzt - wie soll sie da Dein Kind erlangen! Es geht ihm wie einem Kind aus geschiedener Ehe, das später ebenfalls kaum Bedenken hat, sich scheiden zu lassen. Es ist einfach zu selbstverständlich. Genauso wie ein Kind, das von seinen Eltern geschlagen wurde, später ebenfalls auf seine Kinder eindrischt.

**Alkoholiker, merke Dir:** 5400ff, 6911ff

**Du mußt es zuerst aufgeben, anderen an Deinem Versagen Schuld zu geben: Dem Partner, den Eltern, dem Streß oder dem Beruf. Den ersten Schritt kannst Du nur gehen, wenn Du akzeptierst, daß nicht die anderen, sondern Du selbst Schuld an Deiner Sucht hast. Du mußt die Angst vor einem alkoholfreien Leben verlieren, mußt Dir bewußt machen, daß ein Leben ohne Alkohol Dich stärker und nicht schwächer macht, daß Du Dich besser und nicht schlechter fühlen wirst. Deshalb mach Dich auf zur Gruppe der Anonymen Alkoholiker - überall, in jeder Stadt findest Du sie.**

Gesundheitsgesetz der Natur

**Das Vergnügen an Gütern vergeht – das Vergnügen am eigenen gesunden Menschenverstand gepaart mit einer frohen Seele bleibt Dir für immer.**

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/5/95.html> - **Update: 13.01.2000 15:54**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a>                      × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> -                      <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# Kapitel 5. Finde den Weg zur besten Ernährung für Dich: zur UrKost

## 5.96 Wie gehst Du mit einem süchtigen Angehörigen am besten um?

Wenn Dir sehr viel an ihm liegt und wenn du den Kampf um ihn aufnehmen willst?

Du weißt ja bereits: Ein Abhängiger verdeckt seinen Zustand vor sich und anderen. Zum einen aus Angst vor dem Entzug, zum anderen, um seine Gefühle zu verdrängen, um seine Probleme wenigstens für eine Zeit zu vergessen und sich einen Rest an (Selbst-) Achtung zu erhalten. Jeden Versuch, ihn zur Einsicht zu bringen, oder ihm seine Abhängigkeit zu beweisen (z.B. indem Du ihm die Menge der eingenommenen Medikamente oder Suchtmittel vorhältst) erlebt er als Angriff gegen seine Person, gegen den er sich mit aller Kraft wehren muß. Laß dieses unsinnige Unterfangen, Du kannst nur dabei verlieren. Alkohol<sup>6911f</sup> ist z. B. die einzige Substanz, die glatt durch die Wände des Magens geht und direkt vom Blut aufgenommen wird und so direkt in die Gehirnregion gelangt. Du kannst also bei einem Trinker nie erwarten, daß er klar im Kopf ist. Wenn Du Dir diese Zusammenhänge vor Augen führst, kannst Du Dich dem Abhängigen gegenüber gefaßter verhalten. Kränkungen und Enttäuschungen erschüttern Dich weniger. Du kannst dann eher akzeptieren, daß Du im Kampf um das Suchtmittel immer wieder unterliegen muß.<sup>9899</sup>

**Sieh Deinen Angehörigen als eigenständige Person an. Übernimm nur die Verantwortung für Dein eigenes Leben und gib Deinem Partner oder Angehörigen die Verantwortung für sein Leben zurück. Sehe ihn nicht länger als Teil von Dir, für dessen Handlungen Du wie für eigene verantwortlich bist. Die Folge: Du läßt Deinen Angehörigen nun los, anstatt ihn wie bisher festzuhalten.**

Höre konsequent damit auf, ihm zu helfen. Nimm ihm nicht länger Dinge ab, die er eigentlich selbst erledigen könnte. Und versuche nicht länger, seine Krankheit zu verdecken.<sup>2306</sup> Vergegenwärtigst Du Dir, wie oft Du schon entgegen Deinen Vorsätzen in Dein gewohntes Verhalten zurückgefallen bist, so wird Dir deutlich, wie schwer es ist, einem anderen und dazu noch einem Süchtigen zu helfen. Und wie sinnlos. Sinnloses wirst Du aber in Zukunft nicht mehr tun. Bleibe also konsequent.

Was Du einmal angekündigt hast, das führst Du auch durch. Dinge, die Du nicht durchführen kannst oder willst, drohst Du auch nicht mehr an. So merkt Dein Angehöriger, daß das, was Du sagst, ernst zu nehmen ist.

Dein Aussteigen aus Deiner bisherigen Rolle wird Deinen Angehörigen oder Partner verunsichern. Er wird versuchen, Dich in Dein bisheriges Verhalten zurückzudrängen, indem

er besondere Schwierigkeiten macht, Dich ängstigt, indem er mit Selbstmord oder Trennung droht. Möglich auch, daß er versucht, Dich mit Versprechungen umzustimmen.

Mit einem nun aufkommenden Kampf mußt du rechnen. Dieser ist nicht nur nutzlos, er würde Dir und dem Menschen, dem Du helfen möchtest, nur schaden. Er würde die Vertrauensbasis der Beziehung weiter unterminieren, was den Abhängigen, der mit seinen Schuld- und Schamgefühlen insgeheim mit dem Rücken zur Wand steht, dazu treiben würde, Rechtfertigungen für sein Verhalten in den Fehlern der anderen zu suchen nach dem Motto: Angriff ist die beste Verteidigung. Und: Deine Angriffe liefern ihm einen weiteren Grund, erneut beim Suchtmittel Trost zu suchen.

**Solange der Abhängige mit seiner Verteidigung beschäftigt ist, wirst Du Dich mit Vorwürfen zur Zielscheibe seiner Aggressionen machen. Auf diese Weise braucht er nicht über sich selbst nachzudenken. Da Deine Gedanken ständig um das Verhalten Deines Angehörigen kreisen, bestimmen seine Höhen und Tiefen auch Dein Befinden. Sie schränken Dein eigenes Leben dadurch immer mehr ein. So wirst Du ebenfalls abhängig. Abhängig von der Sucht Deines Angehörigen oder Partners.**

Du krankst nämlich bald ebenfalls an einer Sucht, nämlich an der Sucht des Unbedingt-helfen-Wollens. Und genau das ist es, was dann die Sucht des Erst-Süchtigen verlängert! Bei einem Erwachsenen ist da nach einem einzigen nicht eingehaltenen Versprechen eine sofortige Trennung das einzig richtige Tun. Wegen eines haltlosen Menschen solltest Du Dein Leben nicht wegwerfen.

Wahrhaftig: Ich möchte nicht mit Dir tauschen, wenn Du Dich nicht sofort trennst. Denn Deine Last wird aller Wahrscheinlichkeit Jahr für Jahr schwerer. Deine Chancen stehen 2 gegen 98, daß Du es mal schaffst. **PM-Seite**

**Merke: Drogensüchtige sind Menschen ohne Verantwortungsgefühl sich und anderen gegenüber - die nichts anderes in ihrem Kopf haben als: »Hauptsache, ich fühl' mich gut.« 5011**

»Machen Weckmittel oder Muntermacher auch süchtig?«

Ja, auch sie machen süchtig.

Weckmittel, Amphetamine oder Aufputzmittel, auch viele Schlankheitsmittel, enthalten Stoffe, die auf das Gehirn wirken und einen überdrehten Wachzustand erzeugen. Du glaubst, Bäume ausreißen zu können. Aber der Eindruck täuscht. Läßt die Wirkung nach, so fühlst Du Dich um so matter und energieloser. Greifst Du dann erneut zu dem Medikament, muß Du die Dosis erhöhen, da sich der Körper sehr schnell an das Mittel gewöhnt. Du brauchst immer mehr Tabletten, um fit zu sein. Holst Du aus dem Körper ständig das Letzte heraus, wird er schließlich negativ reagieren, weil das Gehirn durch diese Aufputzmittel nur künstlich angetrieben wird. Und weil lebensnotwendige Erholungsphasen verhindert werden, erschöpft es sich und arbeitet immer fehlerhafter. Aufputzmittel erzeugen deshalb nach längerer

Einnahme genau diejenigen schwermütigen Stimmungen und Gefühle der Abgespanntheit oder Erschöpfung, gegen die sie ursprünglich eingenommen wurden.

»Hast Du eigentlich keine Erfahrung damit, wie ich meinen qualmenden Bruder am besten vom Rauchen loseisen kann? Raucherpflaster, Kaugummi, Akupunktur?«

Gib schon zu, daß Du hier den Bruder nur vorschiebst. Du bist doch der Schwächling, oder? Wie wär's denn, wenn Du es mal mit etwas Willenskraft versuchen würdest? Möglicherweise kann aber Akupunktur mithelfen. Vom Kaugummi rate ich ab. Das macht einmal zu viel Appetit, zum anderen kommen zusätzlich noch tote Fremdstoffe in den Körper - selbst wenn Du zuckerfreien nimmst. Greif lieber jedesmal zu einem Apfel, wenn Du Lust auf 'ne Zigarette verspürst.

»Du gibst mir vielleicht verrückte Ratschläge! Wie soll ich täglich 40 Äpfel verputzen?!«

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/5/96.html> - **Update: 13.01.2000 15:54**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a>                    × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> -                    <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# Kapitel 5. Finde den Weg zur besten Ernährung für Dich: zur UrKost

## 5.97 Wer behandelt Dich besser: der Mediziner oder Gott? (Lies das zweimal!)

»Ich möchte ja gerne, aber allzu viel Mühe darf ich mir deswegen nicht machen müssen. Ich habe schließlich noch was anderes zu tun«, so höre ich es ständig. Das laß Dir sagen: Für den, der unter einer schweren chronischen Krankheit leidet, sollte Tag und Nacht das Wiedergesundwerden die Gedanken beherrschen. Verpflanze den Gedanken so fest in Dein Herz, daß von dort die Erinnerung immer wieder aufsteigt: Meine Gesundheit ist wiederherstellbar, wenn ich das Richtige tue!

In den Tausenden von Briefen, die ich von kranken Menschen bisher erhielt, geht es zu 80% immer wieder um eins: Die Schreiber reklamieren ihr noch ermangelndes Gesundsein: *Trotzdem* sie sich doch so bemühen, »den Ernährungsrichtlinien der UrMedizin im wesentlichen nachzukommen, soweit es in unseren Kräften steht, und es unsere Zeit zuläßt«. Oder der Tenor lautet »...Nun esse ich schon weitgehendst Rohkost und dennoch leide ich weiter an kalten Füßen, an Untergewicht, an Akne, an...«. Da frage ich mich: Wie weit geht denn dieses »weitgehendst«? Bis zur nächsten Imbißbude? Oder doch meilenweit bis zum nächsten Zigarettenautomat? Und was heißt »soweit es unsere Zeit zuläßt...?« Warum läßt es die Zeit denn nicht zu? Bleibt man vielleicht nicht doch zu lange in einer Kneipe, einem Restaurant, bei guten Freunden? Ich meine:

Wer will, der schafft sich Zeit für das wichtigste in seinem Leben: das Gesundbleiben. Wer das nicht ernsthaft und ausdauernd will, der tut so, als sei anderer Zeitvertreib wichtiger für ihn.

Und warum nie ein Wort über die Bewegung? Wenn schon für das Essen von Bio-Obst und ein paar Blättchen Wildgrün keine Zeit da ist, wie soll es noch genug Zeit für ein mindestens zweistündiges Bewegen der Glieder geben? Und gerade das ist ja fast noch wichtiger als gesundes Essen. »Sich bemühen«, das ist wie gute Vorsätze zu Silvester fassen - es wird nichts draus, wenn nicht sogleich gehandelt und ohne Umschweife das richtig Erkannte in die Tat umgesetzt wird:

**Es sind die Halbheiten und Kompromisse, die uns wieder zurückwerfen in die große Masse der Leidenden und Unglücklichen.**

**Und: Weil die Schreiber sich nun persönlich an mich wenden, so erwarten sie von mir im stillen, ich hielte *eigens für sie* einen besonderen Trick oder ein spezielles Heilmittelchen bereit, was ihnen ersparen würde, den Anweisungen zur UrTherapie in meinem Buch nachzukommen. Vergessend, daß man vielleicht schon mal einen Partner, einen Kunden,**

**die Steuer und vor allem Patienten austricksen kann - niemals aber die Natur im Menschen selbst.**

**Sie übersehen, daß die Klassische Naturheilkunde nicht von fehlerhaften Menschen gemacht, sondern vom Schöpfer selbst in die Welt gesetzt wurde. Und daß sein Werk von ehernen Gesetzen beherrscht wird. Von unumstößlichen, kompromißlosen Gesetzen.**

**Ich habe nur den Versuch unternommen, die Sprache der Schöpfung verstehen zu lernen. Und soweit mir dies gelungen ist, denen mitzuteilen, die aufgeschlossen dafür sind, sie zu hören und dazu willens, sie anzuhören. Die Schreiber vergessen, daß die gegennaturgesetzliche und nicht artgerechte Lebensweise sich bei dem einen früher, beim anderen später auszuwirken beginnt.**

**Die wahre Klassische Naturheilkunde ist eine Lehre aus einem Guß: Sie gibt weder ihre Gesundheitsgesetze zugunsten leichter Krankheiten auf, noch gibt sie zusätzliche Anweisungen zum Bekämpfen schwerer Leiden. Bei ihr gibt es keine Zugeständnisse! Und keine Halbheiten.**

**Denn es ist ja durchaus möglich, daß sich hinter einem leichten, bereits ein schwerwiegendes Leiden versteckt hält oder ankündigt. Sie handelt nicht kurzsichtig wie die schulmedizinische Heilkunde mit reiner Symptomunterdrückung, sondern weitsichtig und nur bezogen auf das immerwährende Wohlbefinden des sie Nutzenden. Sie hält für die auf sie Bauenden keine 120.000 verschiedenen Chemie- oder 60.000 verschiedenen homöopathischen Mittelchen parat. Sie besitzt nicht mal ein einziges »Heilmittel« in petto! Für's Asthma kein Kortisonspraydöschen, für Herzleiden kein Nitrit, für Depressionen kein Johanniskrautöl, für die Ängste keine Psychopharmaka.**

**Doch den Unentschlossenen gibt sie aufmunternde Tritte in den Allerwertesten, Mutigen schnelle Heilerfolge, Armen kostenlose Heilung, Reichen und Königen die Erkenntnis, daß all ihr Geld und ihre Macht nebst den berühmtesten Professoren ihnen nicht helfen kann, unter schulmedizinischer Chemiebehandlung gesund zu werden.**

**Den Schwachen, den Willenlosen, den Zögerlichen und den Schlaumeiern, die da glauben, mit Kompromissen und Raffinesse sich so halbwegs an den Naturgesetzen vorbeidrücken zu können und meinen, die Natur brate eigens für sie Extrawürste - denen bringt sie, was sie verdienen: immer mehr Schmerzen, immer mehr geistiges Beschränktsein, mehr und mehr Krankheitsleid und frühes Ab-in-die-Holz-kiste. Das als Preis für ihr Medizinern-in-den-Hintern-Kriechen, ihren dicken Bierbauch, ihrer Tonne Speck auf den Hüften und ihr träges Dasitzen vor dem stets den gleichen Mist ausspuckenden Fernseher.**

**Auf welchem Altar willst Du nun Dein Opfer darbringen? Auf dem der Heilmittelchen, Tröpfchen, Pillen, Diäten, Medikamenten, Kuren, Hochpotenzwässerlein, Ruten u.a. Mätzchen? Oder auf dem schweren, aber wahrhaft göttlichen Altar der Klassischen Naturheilkunde? Vor welcher Instanz willst Du Dein Knie beugen? Vor der von**



**Menschen gemachten Schulmedizin und ihren Betrügern im weißen Kittel? Oder vor der für Dich zu Deinem Wohl eingesetzten, ewig gültigen Instanz der göttlichen Schöpfung? Entscheide Dich! Entscheide Dich für die einzige Methodik, in der Dir eine nirgendwo sonst gebotene Ganzheitstherapie von Körper, Geist und Seele zuteil wird:**

**Unter der wahren Klassischen Naturheilkunde behandelt Dich Gott höchstselbst! Wer sonst könnte Dich weiser und besser behandeln?**

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ☒ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/5/97.html> - **Update: 13.01.2000 15:54**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# Kapitel 5. Finde den Weg zur besten Ernährung für Dich: zur UrKost

## 5.98 Es gibt zum Glück auch noch aufrichtige, aufgeschlossene und mit weitem Horizont versehene Ärzte:

**Dr.med. Frank Müller / Arzt für Kinder- und Jugendpsychiatrie**

**und –physiotherapie / Hohenstauenring 4 (Barbarossaplatz) / 50674 Köln**

Lieber Franz Konz,

als ich Anfang des Jahres von einer Indienreise zurückkam, hatte ich mir eine schwere akute Sarkoidose eingefangen, so daß mir hochdosiert CORTISON verordnet wurde, was meine Darmflora völlig ruinierte und mich an den Rand der Verzweiflung brachte. Ich weiß noch genau wie ich dann mit schmerzendem Bauch zufällig die Talkshow gesehen habe, in der Du Deine Erkenntnisse vorgestellt hast. Obwohl es mir am Anfang recht "spanisch" vorkam, so ergriff ich doch diesen "Strohalm", las Dein Buch in drei Tagen, begann mit dem Heilfasten, setzte das CORTISON ab und sammelte eifrig Scharbockskraut und Löwenzahn. Innerhalb eines Monats waren alle Veränderungen im Röntgenbild verschwunden und meine Internistin zweifelte an ihren Lehrbüchern.

Heute wende ich Deine Methoden bei Störungen im Kindesalter mit großem Erfolg an, was meine ärztlichen Kollegen leider mit großem Argwohn betrachten. Ich halte die Ohren steif bei Dir habe ich da keinen Zweifel.

Mit Dankbarkeit

**Obermedizinalrätin Dr.med. Gudrun Spitzner**

**Fachärztin für Neurologie und Psychiatrie**

**Egon-Erwin-Kisch-Weg 10**

**04299 Leipzig**

**Telefon: 0341-8782607**

Lieber Franz,

nachdem ich nun endlich auch Dein Buch "So heilst Du Dich..."

gelesen habe, versuche ich, meinen Patienten Appetit zu machen.

Ich möchte also - anstelle eines Rezeptes - Dein Buch einigen meiner Patienten in die Hand drücken. Interesse wird schon bekundet.

Jedoch habe ich bisher die Erfahrung gemacht, daß viele lieber

Bestrahlung und Chemotherapie usw. über sich ergehen lassen,

als ihre Ernährungs- und Lebensweise zu ändern.

Übrigens - ich habe mich zu Deinem Seminar im Haus Sanitas angemeldet

und freue mich darauf.

Eine Erfolgsmeldung kann ich aber machen: Meine Mutter, im Dezember 94 nach Ernährungsfehler an Ikterus mit hochpathologischen Leberwerten erkrankt, ist nach rigoroser Ernährungsumstellung nun nicht mehr gelb. Auch die Laborwerte haben sich nahezu normalisiert.

Das war aber ein enormer Kraftakt. Ich wurde von allen Seiten wegen der schlechten Behandlung attackiert.

Für mich selbst bedaure ich, Dein Buch nicht einige Jahre früher gelesen zu haben. Ich hätte mich sicher nicht in das Abenteuer Niederlassung gestürzt.

Nun stecke ich tief in den Zwängen der Marktwirtschaft.

*Handwritten signature*

Gemeinschaftspraxis  
**Dr. med. Friedrich Schüster**  
Allgemeinarzt - Homöopathie  
**Dr. med. Silke Hlotkamp**  
Allgemeinarztin - Naturtherapeutin  
Bachthofstr. 5a Tel: 0 93 91 7 66 61  
97828 Marktheidenfeld

*Handwritten signature*

*Handwritten signature*

Dr.med.Horst Krüger

Naturarzt -  
alle Kassen

Sprechstunden nach  
vorheriger Anmeldung

Rp.

1x täglich  
Urbewegung

6x täglich  
Urmedizin

ganztäglich  
positiv  
den Kom!

Dr. med. Horst Krüger  
Buchholz, 1998

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × »Der Große GESUNDHEITS-KONZ« × »Natürlich Leben«  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) (Important note!) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ☒ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/5/98.html> - Update: 13.01.2000 15:54

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

Der Domainname ist  
eine Spende der  
[Transmedia GmbH](#)

× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch  
× [Antivivisektion e.V.](#) × [Für Vegetarismus!](#)  
- [Gegen Tierversuche](#) - [Vegi-Büro Schweiz](#)  
Tierversuchsgegner Rhein Ruhr

# 6. Kapitel. Einfach essen: wie in der Urzeit

## 6.1 Weißt Du eigentlich, was Du da alles ißt? 6900

*»Nach jeder Krankheit ändere Deine Ernährung!« (Hippokrates)*

Treten wir doch einmal an den gedeckten Frühstückstisch einer Normalfamilie und sehen uns an, was da noch Urzeitliches auf dem Tisch steht.

Da sind erstens: Brot und Brötchen: nichts als lang gelagerter, längst entwerteter, ausgelaugter Getreidestaub von kunstgedüngten Böden, auch Mehl genannt, der mit Wasser zusammengepappt, mit Salz vermischt und mit chemischen Plusterstoffen hochgeputscht, in einer derartigen Hitze gebacken wird, daß auch das letzte bißchen Natur darin in die Binsen geht.

Und wenn der Bäcker dann ein paar Körner dazwischen streut oder der Fabrikant die Nudeln mittels altem, chemisch haltbar gemachtem Flüssigei etwas dunkler aussehen läßt, dann nennt das eine neue Ernährungsrichtung Vollwertkost. Und die, die es essen, sind stolz auf sich, weil sie glauben, jetzt gesünder zu leben. Ein neues Schlagwort - und schon nehmen es die Menschen auf. Nach dem uns bereits bekannten Motto: Wer glaubt, muß nicht selbst denken.

Da sind zweitens: Marmeladen und Gelees aus gefärbten Erdbeeren von Kunstdüngerkulturen, die mit zu 70% des gefährlichsten und schädlichsten Kunstproduktes der heutigen Zeit vermischt sind: dem Zucker! Ein Zivilisationserzeugnis, das man den Menschen noch immer unter der Bezeichnung Lebensmittel verkaufen darf. Das selbst die geringsten Spuren von Leben in Beeren oder Früchten so nachhaltig zu zerstören vermag, daß diese nicht einmal mehr verwesen können.

Da sind schließlich Butter und Margarine: von Menschen hergestellte Konzentrate, die zusammen mit dem weichen Mischmasch aus Brot und Zuckerpampe die Darmwände zukleistern.

### Gesundheitsgesetz

**Du folgst bei der UrMethodik den Gesetzen der Natur. Deshalb weißt Du, daß Du das Richtige tust. Vertraue auf sie - selbst wenn Dich all die lieben, es mit Dir ja ach so gutmeinenden Freunde wieder in ihre Niederungen zurückholen wollen.**

Bezüglich der Ernährung sagt der eine dies, der andere jenes. Und Du fragst ganz richtig:

»Wem soll ich glauben?«

Keinem! Keinem Menschen. Hast Du's wieder vergessen? Du brauchst nur der Natur zu glauben. Sie allein sagt Dir die vollkommene Wahrheit, zeigt Dir das richtige Verhalten.

Ich sag's Dir so lange, bis es fest in Dir verankert ist:

**Die UrTherapie erkennt keine menschlichen Autoritäten an und nichts, was Menschen sich zur Heilung von Krankheiten erdacht haben. Sie akzeptiert nicht das Geringste, was von Menschen stammt - gleich, auf welche Podeste diese Menschen stehen oder gestellt wurden.**

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** e-mail : [Report an Webmaster](#) ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/6/1.html> - Update: 13.01.2000 15:57

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# 6. Kapitel. Einfach essen: wie in der Urzeit

## 6.11 Die Lebenskräfte der Wildpflanzen sind denen der Kulturpflanzen haushoch überlegen!

Allen Zweiflern, die nur glauben, wenn etwas wissenschaftlich - was ja heißt: auf alten Irrtümern aufbauend, zu neuen Irrtümern führend - als erwiesen erklärt wurde, sei gesagt: Ausgegangen sind die Forscher für das Gebiet der Ernährung stets nur von Kulturpflanzen. So mußten sie zu falschen Schlüssen gelangen.

Der Chemiker Gustav Liebig, der Tabellen über die angeblich notwendigen Mengen von Eiweiß aufnahm, kam deshalb nicht zu richtigen Schlußfolgerungen, weil er nicht Menschen gesundlebender Völker untersuchte, sondern die verfetteten Saufkumpane seiner Korpsbruderschaft...

**Wenn wir gegen Ende des Buches (®Kap.9.81) den Eisengehalt und Eiweißgehalt der Wildpflanzen untersuchen, dann wird Dir auch klar, daß die Urzeitfrauen keine Sorge um gesundes Blut haben mußten und die Männer keine Gefahr liefen, an Eiweißmangel zu leiden. Die Wildpflanzen besitzen meist ein Vielfaches mehr an Lebensstoffen als die kulturell angebauten Nutzpflanzen. Hier verdeutlicht sich die große Überlegenheit der Wildpflanzen über die Kulturpflanzen.**

(Und wo sie einmal weniger Lebensstoffe besitzen, darfst Du davon ausgehen, daß sich - durch schädliche Überdüngung - ein Mehr in den Kulturpflanzen nachteilig für Dich auswirkt.)

Sollte es Dir nicht zu denken geben, daß sich - abgesehen von den Raubtieren (die an ihr pflanzliches Eiweiß aber ebenfalls kommen, weil sie den Darminhalt der von ihnen geschlagenen Tiere mitverschlingen) und einigen Fisch- und Vogelarten und Insekten - an die 1,4 Millionen Lebewesenarten nur von wildem Grün ernähren?

Selbst Deine Katze - sie legt ihn Dir zwar stolz vor die Tür - ißt den von ihr getöteten Maulwurf nicht. Und warum? Weil der ein Fleischfresser ist und von Engerlingen und Würmern lebt. Und hast Du Dir schon einmal Gedanken darüber gemacht, wieso keine Löwen nach den Geiern schnappen, die da frech an deren Beute teilhaben?

»Tötet die Katze somit aus niederen Instinkten?.«

Nein! Sie ist von der Schöpfung dazu bestimmt und folglich genetisch darauf programmiert,

alles zu erjagen, was sich in einer bestimmten Größe auf der Erde bewegt. Damit diese Beutetiere stets beweglich und alert bleiben und nicht überhand nehmen. Und der Maulwurf seine ihm von der Natur zugewiesenen Aufgabe erfüllt und immer schön unter der Erde bleibt. Weshalb ihn Gott auch mit Blindheit geschlagen hat.

Erkenne so an einfachen Beispielen das grandios zweckhafte Wirken der Natur, das nur die Tierart Mensch nicht akzeptieren will: Wir sind als Pflanzenesser geschaffen worden!

Die grünen Pflanzen sind es auch, die uns darüber hinaus den Sauerstoff verschaffen, ohne den kein Leben möglich wäre und die laufend die Kohlensäure, die am Grunde unseres Luftmeeres immer allzu reichlich vorhanden ist, binden und in H<sub>2</sub>O umwandeln.

Wir würden ersticken, wenn die Pflanzen dieses Kohlendioxid nicht laufend zum Aufbau der Kohlenwasserstoffe (Kohlenhydrate), von denen wir bevorzugt leben, benötigen würden.

**In unserem Körper herrschen ähnliche Verhältnisse. Je geringer die Aufnahme grüner Substanz als Nahrung, desto geringer fällt auch die optimale enzymatische Bindung des Sauerstoffs aus. Erst eine Ernährung mit reichlich grünen Substanzen sichert uns die optimale Sauerstoffbindung. Mißachtung des wilden Grüns ist hauptverantwortlich für unsere Leiden.**

»Wieso bist Du der erste, der uns das offenbart? Die Forscher hätten dem Menschen doch längst klarmachen müssen, wie überlegen die Natur allem von Menschenhand Erzeugten ist«, sagst Du.

Hätten sie das mal nur getan! Dann stünde die Welt heute nicht am Abgrund. Aber warum sollen sich Wissenschaftler und Forscher damit befassen, die Gesundheit des Essens von Wildpflanzen zu untersuchen und zu dokumentieren? Sie erhalten schließlich keine müde Mark an Zuschüssen und Forschungsmitteln dafür. Das waren und sind keine glühenden Idealisten wie wir Alternativen. Die liebten nicht die Herrlichkeit der Natur, sondern den Chemiegestank ihres Labors. Zudem: Die Industrie zahlt nur Honorare für Gutachten über Produkte, die verkäuflich sind! Wer würde denn schon Unkraut kaufen!

Bis jetzt habe ich Dich mit langweiligen Aufstellungen im Buch verschont, aber nun mach bei folgenden Übersichten mal gut die Augen auf:

### **Lebenskräfte der Nahrungsmittel:**

**Ein französischer Forscher<sup>9779</sup> untersuchte die Lebenskräfte der Nahrungsmittel aufgrund der von**

**ihnen ausgestrahlten elektromagnetischen Wellen. Danach besitzen die stärkste Strahlung z.B.**



Bananen:	8 Tage nach ihrer Ankunft bei uns, 7 Tage lang, solange sie gelb sind;
Pflaumen:	5 Tage nach dem Pflücken, für 8 Tage;
Aprikosen:	7 Tage nach dem Pflücken, für 6 Tage;
Pfirsiche:	3 Tage nach dem Pflücken, für 7 Tage;
Birnen (weiche):	2 Tage nach dem Pflücken, für 5 Tage;
Birnen (feste):	19 Tage nach dem Pflücken, für 6 Tage;
Äpfel:	5 Tage nach Abfallen/Abnehmen, für 10 Tage;
Nach 15 weiteren Tagen ist beim Obst keine Strahlung mehr festzustellen.	
Trockenfrüchte:	behalten für 9 Monate eine gleichbleibende, aber um die Hälfte geringere Abstrahlung als im frischen Zustand;
Tomaten:	30 Tage nach dem Pflücken, für 15 Tage;
Erbsen/Bohnen:	1 Tag nach dem Pflücken, für 1 Tag;
Wurst:	0 Tage (sie besitzt also nicht die geringsten Lebenskräfte);
Fleisch:	1 Tag nach dem Schlachten.

Da Fleisch »zart« und »mürbe« von der Hausfrau gewünscht wird, sind seine Lebensstoffe schon halb erloschen, bevor es gegessen wird.<sup>6121</sup> Zusätzlich machen sich Myriaden von Zersetzungs- und Abbaubakterien darüber her, die nach dem Tod des Schlachtviehs beginnende Fäulnis weiterzutreiben. Die ihrerseits wieder Myriaden ihrer Exkremente darin hinterlassen.<sup>6102</sup>

**Du solltest Dich glücklich schätzen, daß es so viele bornierte Kranke gibt, die es unter ihrer Würde finden, »Unkräuter« zu essen. So profitierst Du als einsichtiger Mensch davon und findest heute noch genug Wildpflanzen.**

**Wenn sich die UrMethodik zu einer größeren Bewegung ausbreiten sollte - dank Deiner Mithilfe - dann werden von deren Anhängern die brachliegenden Wiesen und Felder der Bauern gepachtet und urzeitlich grünen und blühen gelassen, damit sie gesund leben können!**

**Bedenke auch: Fleisch und Fisch brätst oder kochst Du in der Regel. Was bleibt da noch übrig vom Vitamin B12, welches Du zur Speicherung von Eisen benötigst? Auch die vorhandenen organischen Eisensalze, im pflanzlichen Rohzustand gut verwertbar, verlieren sich dann. Das Eisen kehrt damit ins Reich der anorganischen Mineralien zurück.**

Die Menschen sehen seit etwa 8000 Jahren nur noch Kulturpflanzen grün als essbar an. Und auch der Samen der Pflanzen als Nahrung wird nur aus Kultursaat akzeptiert - Weizen, Mais, Hafer usw.. Vergessen sind die Samen der Gräser, des Wegerichs, die Käsepappel-Samen der Malven, der köstliche, frische Samen des Vogel-Knöterichs und anderer Wildkräuter. In meiner Jugend schon wurde höchstensmal gelegentlich am Samen des Hirtentäschel geknabbert.

### Gesundheitsgesetz

**Sogenannte »Unkräuter« - gleich Wildpflanzen - gilt es im Wachstum zu fördern, nicht zu unterdrücken und zu vernichten. Sie sind es, die uns zur vollen Gesundheit führen, weil sie mit Göttlichem, Du kannst auch sagen mit den Urkräften der Natur versehen sind.**

Und warum sind sie mit der natürlichen Urkraft versehen? Weil sie nur an den Plätzen wachsen, die ihren Bedürfnissen entsprechen. Daher also die Höchstgehalte an Lebensstoffen. Dann gibt es noch einen wesentlichen Unterschied zwischen Wildpflanzen und Kulturpflanzen: Die ersten besitzen 10 - 22 % an Ballaststoffen, die letzteren nur 8 - 16 %.

**Das laß Dir sagen: Es gibt keine Unkräuter - aber es gibt viele Unmenschen.**

»Mein Gott, wo führst Du mich hin? Viel bleibt mir ja nun wirklich nicht mehr zum Leben. Das Rauchen hab' ich bereits aufgegeben. Das Trinken von Alkohol und Süßgetränken versage ich mir schon lange. Die Milch hast Du mir auch vermiest. Von Fleisch und Kuchen nehme ich keinen Bissen mehr zu mir! Worauf soll ich noch alles verzichten?«

Vor allem auf das Schwindeln! Ich weiß es doch von Hunderten von Schriftwechsellern mit meinen Lesern: auf alles so schnell zu verzichten - das schafft man nicht von heute auf morgen!

Klar - das rutscht Dir alles nicht so gut und glatt über die Zunge wie bisher. Doch besser, Du hast allerbeste Gesundheit in Deinem Körper als guten Geschmack in Deinem arg verwöhnten Gaumen.

**Aber: Der Genuß beim Essen von Wildpflanzen liegt weniger im Geschmack, sondern im Gefühl zu wissen: Ich handele richtig und zum Wohl für mich und meine Familie und die Erde. Diese Genugtuung und innere Befriedigung schenkt Dir keine andere Kostform!**

»Ich möchte nochmal auf das Essen als Akt der Kultur zurückkommen!«

**Diesmal weigere ich mich zu antworten. Soll es für mich einer mit höchsten Kulturansprüchen tun: »...aber die deutsche Küche - was hat sie nicht alles auf dem Gewissen! ... Die ausgekochten Fleische, die fett und mehlig gemachten Gemüse, die Entartung der Mehlspeise zum Briefbeschwerer! Rechnet man gar noch die geradezu**

**viehischen Nachguß-Bedürfnisse der alten, durchaus nicht bloß alten Deutschen dazu, so versteht man auch die Herkunft des deutschen Geistes - aus betäubten Eingeweiden...« (F.Nietzsche).**

Selbst ein Vollwertköstler muß sich stets vor Augen halten, daß durch vermehrtes Körneressen immer mehr Naturböden und Regenwälder vernichtet werden, die dadurch dem Getreideanbau dienen müssen. Alles, was wir unmittelbar aus der Mutter Natur pflücken, bedeutet, das Essen und damit den Anbau der Kulturpflanzen mit deren Chemieeinsatz zu senken, naturbelastende Transporte und energieverbrauchende Verpackung zu mindern.

Die folgende Tabelle solltest Du Dir besonders gut ansehen - sie wird Dir die Augen öffnen für den diesem Buch zugrunde liegenden Gedanken, daß Dir Wildpflanzen den Anstoß zum Gesundwerden geben: Weil sie noch große Mengen von Ur-Lebensstoffen und die Ur-Natur in sich tragen.

Wisse: Die UrNahrung der Menschen war voll auf alle Bedürfnisse an Lebensstoffen der Lebewesen abgestimmt. Die einzelnen Mengen in den Früchten und Pflanzen harmonisierten miteinander und ergänzten sich gegenseitig in einmaliger Weise.

An Lebensstoffen sind hier die 14 bedeutendsten aufgeführt. Sie sind nötig, um die Funktionen des Körpers zu erhalten. Fehlen einige, oder sind die Mengen zu niedrig, dann wird unser Körper nicht so vollkommen, wie durch die Schöpfung vorgesehen, versorgt werden und wird früher oder später Schaden erleiden.

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = [externe Datei](#) · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/6/11.html> - **Update: 13.01.2000 15:57**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a>                      × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> -                      <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# 6. Kapitel. Einfach essen: wie in der Urzeit

## 6.12 Vergleich der Lebensstoffe von Kultur- und Wildpflanzen 9613

<u>Kulturpflanzen</u>										<u>Urzeitpflanzen</u>			
a) Kopfsalat ( alle Angaben in Milligramm pro 100g Pflanze)										a) Wegmalve			
b) Kohlrabi										b) Franzosenkraut			
Lebens- stoffe	Frischwerte, wenn biologisch gezogen	Nach Wertverlust bei Kunstdünger- einsatz (50%) auf ausgelaut. Kulturäckern	Nach 25 - 40% Lager- und Transportverlust in zwei Tagen	Nach ca 20% Verlust durch Zerkleinern, Waschen oder Tiefkühlung	Nach 30-50% Verlust durch Kochen (25% bei Dämpfen)	<u>Vergleichswerte</u> Kulturpflanzen		<u>Vergleichswerte</u> Wildpflanzen					
	Kopfsalat	Kohlrabi	Kopfsalat	Kohlrabi	Kopfsalat	Kohlrabi	Kopfsalat	Kohlrabi	Kopfsalat	Kohlrabi	Wegmalve	Franzkraut	
Vitamin A	0,13	0,20	0,06	0,10	0,05	0,10	0,04	0,10	0,03	0,05	0,9	0,6	
Vitamin B1	0,62	0,48	0,30	0,30	0,30	0,30	0,30	0,30	0,10	0,10	0,9	1,0	
Vitamin B2	0,78	0,46	0,40	0,20	0,40	0,20	0,40	0,20	0,20	0,10	0,8	0,9	
Vitamin C	13	66	7	33	5	29	4	26	2	13	178	125	
Kalium	224	372	112	186	112	186	112	186	92	160	450	390	
Phosphor	33	51	17	25	12	20	10	18	5	9	95	56	
Magnesium	11	18	6	9	5	9	5	8	2	4	71	56	
Calcium	37	41	19	20	19	20	19	20	14	20	200	410	
Eisen	1,1	0,5	0,6	0,3	0,6	0,3	0,6	0,3	0,4	0,1	5,1	14	

Eiweiß	600	2000	300	1000	300	1000	300	1000	200	500	7200	2100
Kohlenhydr.	2000	5600	1000	3000	500	200	400	200	200	100	1800	1300
Fett	200	1600	100	300	100	800	100	600	0	600	100	0
Bislang nicht entdeckte Lebensstoffe Sättigungsstoffe	++	++	++	++	+	+	+	+	+	+	++++++	++++++
											+++	+++
											++	+++
Starke Belastung mit:	<p>Giftstoffen aus Schädlingsbekämpfungs- und » Pflanzenschutzmitteln« sowie Blei und Abgasen der die Felder bearbeitenden Traktoren.</p> <p>Nitrat in Blattspinat bis 3 g/kg</p> <p>Nitrat in Wildpflanzen 0,001 g/kg <sup>9972</sup></p>										<p>Gering belastet mit den Luftschadstoffen. Lediglich Pilze sind stärker belastet mit radioaktiven Schadstoffen.</p>	
Merke zu +:	<p>Lagern, Zerkleinern und Zerkochen vernichtet erheblich die Anteile der hier nicht aufgeführten Spurenelemente und Sonnenenergiestoffe, die bislang noch nicht meßbar oder entdeckt sind. (Vitamine wurden erst 1911, neue werden laufend weiter entdeckt.)</p>											

**Beispiel für die Bedeutung z.B. des Magnesiums:**

**Durchblutungsstörungen, Blutgerinnsel, Muskelkrämpfe, krampfartige Herzschmerzen, Herzrhythmusstörungen, Bluthochdruck. Aber auch gegen Streß, Nervosität, psychische Störungen, Allergien, Störungen der Menstruation, Verstopfung, brüchige Fingernägel, gespaltene Haare und und und. Auch die Zahl der Frühgeburten kann durch Magnesium während der Schwangerschaft deutlich gesenkt werden. Erkrankungen von Mutter und Kind und Untergewicht des Babys sind auffallend seltener.**

\* Die alten, 1960 aufgestellten Kulturpflanzen-Tabellen berücksichtigen hier nicht den durch Überdüngung und Pestizideinsatz bis heute eingetretenen Lebensstoffverlust, der nach dem Institut für Klinische Chemie der Justus-Liebig Universität Gießen bei den Gemüsen bei Vitamine C 35%, bei Magnesium 20%, bei Kalzium durchschnittlich 15% beträgt.

## Die Übersichten über die Lebensstoffe der anderen Pflanzen findest Du in den Kapiteln 9.81 bis 9.86

»Und wie wirkt sich der tatsächlich erhebliche Unterschied zwischen den Bestandteilen an Lebens- und Nährstoffen praktisch aus?« fragst Du.

Das soll Dir eine meiner Seminarteilnehmerinnen selbst sagen:

*Lieber Franz Konz, Angela Hoffmann, Isarstr. 40, 64546 Mörf.-Walldorf*

*wegen meiner schweren Polyarthritis habe ich ein halbes Jahr lang Sonnenkost gegessen.*

*Aber ich habe auch ein halbes Jahr lang ständig Hungergefühle gehabt.*

*Es war wie ein großes Wunder für mich, daß ich seit dem ersten Tag, an dem Du uns das Essen der Wildkräuter und Blätter von Birken, Linden und Vogelbeeren beibrachtest, mich wunderbar satt und wohl um den Magen fühlte. Liebe Grüße Angela Hoffmann*

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#) × [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ☒ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dgk/6/12.html> - **Update:** 13.01.2000 15:57

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

Der Domainname ist  
eine Spende der

[Transmedia GmbH](#)

× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch  
× [Antivivisektion e.V.](#) × [Für Vegetarismus!](#)  
- [Gegen Tierversuche](#) - [Vegi-Büro Schweiz](#)  
Tierversuchsgegner Rhein Ruhr

# 6. Kapitel. Einfach essen: wie in der Urzeit

## 6.13 Kleiner Vergleich der Vitamin- und Mineralstoffgehalte der Urpflanzen mit den Kulturpflanzen

Ermitteln wir doch mal einige Mittelwerte für meine Behauptung:

Mineralstoffgehalt (in Milligramm pro 100g Pflanze)						
Kulturpflanze	Magnesium	Eisen		Wildpflanze	Magnesium	Eisen
Kopfsalat	11	1,1		Vogelmiere	39	8,4
Chicoree	13	0,7		Franzosenkraut	56	14,0
Weißkohl	23	0,5		Huflattich	58	3,8
Rotkohl	18	0,5		Schlangenknoeterich	69	3,9
Blumenkohl	17	0,6		Wilde Malve	58	5,1
<i>Mittelwerte</i>	<i>16,4</i>	<i>0,68</i>		<i>Mittelwerte</i>	<i>56</i>	<i>7,04</i>

(Quelle: FRANKE, W., Institut für Landwirtschaftliche Botanik der Universität Bonn, Ern. Umschau 6/28/1981)

Erkenne: Überlegenheit der Wildpflanzen bei Magnesium: **3-fach**, bei Eisen: **10-fach!**

Vitamin C (in Milligramm pro 100g Pflanze)				Provitamin A (Carotingehalt in Mikrogramm pro 100g Pflanze)			
Kulturpflanze		Wildpflanze		Kulturpflanze		Wildpflanze	
Endiviensalat	10	Bärenklau	291	Rotkohl	2,5	Giersch, Geißfuß	114
Chicoree	10	Gr. Brennessel	333	Blumenkohl	1,73	Wiesenkerbel	119

Kopfsalat	13	Schmalbl. Weidenröschen	351	Wirsing	6,5	Brennessel	123
Bohnen, grün	20	Gr. Wiesenknopf	360	Weißkohl	7,0	Gr. Wiesenknopf	151
Spargel	21	Gänsefingerkraut	402	Chinakohl	7,83	Wilde Malwe	101
<i>Mittelwerte</i>	<i>14,8</i>		<i>347,4</i>		<i>25,56</i>		<i>608</i>

(Quelle: FRANKE, W., Institut für Landwirtschaftliche Botanik der Universität Bonn, Ern. Umschau 6/28/1981)

Erkenne: Überlegenheit der Wildpflanzen bei Vitamin C: **23-fach**, bei Provitamin A: **89-fach!**

**Ich frage: Willst Du weiter den minderwertigen Schund der Gift-Landwirte essen?**

**Wolltest Du Deine nötige Tagesportion an Vitamin C von 75 mg über den Kopfsalat zu Dir nehmen, dann müßtest Du eine Menge von 600 g, ist er einen Tag alt, bereits 1000 g verzehren; während Dir bereits 20 g der Teufelskralle oder 40 g der Knoblauchrauke genügen.**



**Weitere Vergleichsmöglichkeiten findest Du unter den Kapiteln 9.81 bis 9.86. Über die Schäden bei Überdosierung und Mangel an Vitaminen siehe im Literaturverzeichnis <sup>3552</sup>. Du hast Frostbeulen? Nee! Du hast Vitaminmangel! Nach acht Wochen UrKost sind die verschwunden. Und:**

**Bleibe mir am Kauen! Deine Gehirnleistung steigt dadurch beträchtlich an. Menschenaffen kauen die meiste Zeit auf was rum. (Test TU München DIE ZEIT 25.3.1999/47) Warum meinst Du wohl, daß ich Dir sechs- bis siebenmal täglich zu essen empfehle! Jetzt also keine weitere Widerrede mehr gegen die harte Wildkräuterkost.**

**Du willst ohne Konservenlast die Wildnis erkunden, leicht und luftig wandern oder als Bruchpilot im Urwald bestens überleben? Werde UrzeitKöstler, da kann Dir nichts mehr passieren. Selbst `ne Schlafdecke für kühle Nächte brauchst Du nicht: Mach Dir in einer kleinen Mulde (mit Strauchwerk an den Seiten) ein Schlafplätzchen (ca. 1m mal 2,5m) zurecht und füll es mit viel Gras aus. Das wärmt Dich herrlich! Ich hab's ausprobiert! Früher hat man in einer Heukiste das Essen nachgekocht.**

**"Und wenn ich kein Wasser finde?" fragst Du.**

Schon wieder vergessen? Unter Wildkost kriegst Du keinen Durst. Sonst rupf Dir Pflanzen oder Blätter ab, tu sie in einen Plastikbeutel, blase ihn auf und leg ihn in die Sonne: Das untere Ende füllt sich sodann mit kostbarstem Naß.



# 6. Kapitel. Einfach essen: wie in der Urzeit

## 6.2 Iß, um zu leben - aber lebe nicht, um zu essen



### Die UrKost in Gruppen

Deine rohe UrNahrung besteht also in Zukunft für Dich - wenn Du völlig gesund werden und bleiben willst - möglichst nur noch aus:

**1. Grüne Wildpflanzennahrung (Klasse 1)** - verdaut in ca. 2 Stunden. (Eiweiß-Kohlehydrat-Fettanteile geringfügig.) Als Wildpflanzen sind hier nur die am weitest verbreiteten, häufig vorkommenden Arten aufgeführt. (© LV 7026)

### Stark chlorophyllhaltiges Grün:

Bärenklostengel, Bärlauch (obwohl er so gut schmeckt: nur wenig davon essen! Der wildwachsende Bärlauch ist mit Knoblauch nahe verwandt. Im Zoo verweigern die Menschenaffen den Salat, wenn er mit Knoblauchwasser besprengt war - wie ich durch Versuche feststellen ließ), Bachbunze, Beinwell (wild als Comfrey), Borretsch (ist oft verwildert anzutreffen und paßt gut als Gewürz zum Löwenzahnsalat), Brennesselspitzen, Disteln (besitzen den höchsten Gehalt an Eiweiß, mehr als Soja! Pflanze sie im Garten an und gib Deinem Wildsalat täglich davon einige Blätter zu!), Farne, besonders der überall wachsende Adlerfarn (geschnittene Arten sind Strauß- und Königsfarn, sowie Hirschzunge), Franzosenkraut, Forsythienblüten, Gänseblümchen und -blätter (im Winter), Engelwurz<sup>7002, 7009</sup>, Farnwurzeln (im Winter), Federgras, Giersch<sup>7010</sup>, Große Fetthenne (besonders gut schmeckend), Grassamen, frisch vom Wiesenlieschgras ab Anfang Juni schmeckt er am besten; an der Spitze festhalten, Samen mit Daumen und Zeigefinger nach unten abstreifen! Die Quecke bringt Ende Juli winzige Früchte, die einzeln gut eßbar sind. Gras im Winter (Wurzelstöcke der gemeinen Quecke sind süß)! Grassamen nach der Blüte im Juni, Huflattich, Kleeblüten, Krokus, Löwenzahn, Milzkraut (an Bächen), Melde (auch frischer Meldesamen neben Blättchen), Malve (Blätter und frischer Malvensamen), Moos, Pfennigkraut, Portulak (viel am Meer), roher Wildreis (wilder, unbehandelter; kriegst Du nicht im Laden - der ist stets geröstet), Rhabarber, Salat-Fetthenne, Rauchgras, Sauerampfer, Scharbockskraut, Schlüsselblume, große Springkrautblüten und -samen (frisch), kleines Springkraut (auch Blätter), Taubnesselblätter und -blüten, Veilchen (schmecken äußerst lieblich, aber laß sie lieber stehen, auch wenn sie nicht unter Naturschutz stehen, sie sind zu selten), Teufelskralle (sehr zart!), Vogelknöterichsamen und -blätter (frisch, ab Anfang September), Vogelmiere, wilde Herbstasterblüten, Acker- und Zaunwinde, Waldsauerklee, Waldmeister,

Weideröschenblätter, Wegerichsamen (ab Mitte August frisch - die noch grünen Stengel halb abschneiden und die Samen entgegen der Wuchsrichtung zwischen den Zähnen abziehen), Wiesenknopf und andere Wildpflanzen, auch Baumblätter wie Ahorn (erst säuerlich, dann süß schmeckend), Apfelbaum (bitter), Birke, Buche, Linde (schmeckt zart, süß und lieblich), junge Fichten- und Lärchentreibe, Himbeerstrauch, Kirschbaum, Pappel, Ulme (stillt Hunger am besten), Weide, Weißdorn, wilde Möhre (wenn sie blüht, ist sie daran erkennbar, daß ein dunkles Perlchen mitten drin sitzt: der Mohr, von dem die Möhre ihren Namen hat.) Blätter von Sträuchern wie dem Knöterich (sauer) oder Wein. Im Winter: Brombeerblätter (Stacheln der Innenrippen abschaben, und dann stückchenweise abbeißen). Im Frühjahr: Kartoffelrosenblätter und junge Farnsprosse, keine Holunderblätter; Wacholderbeeren (frisch vom Strauch zu Salaten).

Wenn kein Wildgrün zu bekommen ist, greife zu Breitlauch (auch die oberen dunkelgrünen Blätter), dem Möhren- und Selleriegrün und vielen Wurzeln und Knollen. Wildbeeren, Moosbeeren, Wald- oder Heidelbeeren, Walderdbeeren, Waldhimbeeren, Vogelbeeren, Brombeeren, Beeren vom Faulbaum und der Felsenbirne, Berberitzen. Das alles nimmst Du nur, wenn es mindestens 500 m von Straßen und 1000 m von einer Autobahn entfernt wächst.

Die intensive Flächenbewirtschaftung der modernen Landwirtschaft hat bewirkt, daß die Böden an lebenswichtigen Mineralien verarmen. Daher ist es so wichtig, von Wildpflanzen mindestens einen Teil der Nahrung zuzugeben. Was nicht für einen Salat von (in den Alpen) oft massenweise erblühenden kleinen Stiefmütterchen gilt. Ein Salat nur davon ist ein Gericht für Feinschmecker. Und Anfang Mai in den Bergen glaubst Du bei einem Salat aus Krokusblüten, Engelszünglein zu verspeisen. Und vergiß nicht die Blüten vom Weißklee (weiße Köpfchen)!

**2. Grüne Bionahrung (Klasse 2) - verdaut in ca. 2 ½ Stunden (bei Magengeschwächten dauert es länger). Wenn Unkräuter, Blätter oder wildes Grün und Gras nicht zu erhalten sind: nimm als Ersatz, falls biologisch angebaut:**

**Urzeitnah gezogene Avocados, Bambussprossen. Urzeitnah gezogenen Blumenkohl mit Strunk und Blättern. Boretsch. Urzeitnah gezogene Brokkoli. Urzeitnah angebauter Chinakohl. Urzeitnah angebauter Endivien- und Feldsalat. Urzeitnah angebaute Erbsen (sofort vom Strauch sättigen gut - getrocknete Erbsen und Linsen bewirken einen Säureüberschuß im Körper, frische dagegen nicht!). Urzeitnah angebauter Feldsalat. Urzeitnah angebaute Gurken. Urzeitnah angebaute Garten- und Brunnenkresse (keine auf Watte gezüchtete). Urzeitnah angebaute Kohlrabi. Kopfsalat (biologisch gezogen, nie aus dem Treibhaus). Urzeitnah angebauter Lattich, Okra. Urzeitnah angebaute Pflücksalat, Petersilie (am besten aus dem eigenen Garten), Radieschen (Bio, sonnengereifte). Rhabar-ber.<sup>6407</sup> Urzeitnah angebauter Rosenkohl. Urzeitnah angebaute Sellerie. Urzeitnah angebaute Sojasprossen (in Erde gezogen). Urzeitnah angebaute Trauben (Wein) und Weinblätter von wilden Arten. Urzeitnah angebauter Wirsing. Urzeitnah angebauter Weißkohl. Urzeitnah angebaute Zucchini und grüner Spargel (ist roh gut zu essen!). Von einem in Naturboden stehenden Weinstock die Blätter, vor allem die ersten jungen Reben.**

### 3. Frische Früchtenahrung - verdaut in ca. 1 bis 2 ½ Stunden

Ananas, aber nur ausgereifte nehmen. (Zerteile frische Ananas nicht mit demselben Messer, mit dem sie geschält wurde. Die Schale enthält eine Säure, die Entzündungen an Mund und Lippen verursachen kann.) Äpfel (urzeitnah angebaute), Apfelsinen, Aprikosen (urzeitnah angebaute). Bananen (kleine, biologisch angebaute aus dem Naturladen), Baumtomaten, Birnen (urzeitnah angebaute, süße, sonnengereifte), Brombeeren (reif: Mitte August bis Ende September), Cassia (das frühere Manna hilft Dir bei Stuhlverstopfung sofort - ein paar der kleinen Scheibchen genügen!), Corossol, Carambole, Cherimoya, (Tropenfrüchte versetzen Dich in den Garten Eden!), Datteln (frische und ungesüßte in Feinkostgeschäften oder Kaufhäusern - werden im Dezember bis Januar eingeflogen), Dattelpflaumen, Durian (in Asien-Shops erhältlich), Erdbeeren (urzeitnah angebaute), Faulfrüchte, frische Feigen, Granatäpfel, Grapefruits (Bioware ist schwer erhältlich, deshalb darauf verzichten), Grenadillos, Guaven, Heidel-beeren<sup>7030</sup>, Himbeeren, Jackfrüchte, Johannisbeeren, Johannisbrot, Kaktusfeigen, Karanji, Kastanien (gerade weil sie so bitter sind!) Kartoffelrosenfrüchte, Kakis, Kirschen, Kiwis, Kumquats, Limonen, Litschis, Mandarinen, Mangos, Mangustan, Maronen, Melonen (biologisch angebaute aller Arten!), Mirabellen, Moosbeeren<sup>7030</sup>, Papayas, Passionsfrüchte, Pfirsiche (schon 300 Jahre v. Chr. von den Chinesen kultiviert), Pflaumen, Preisselbeeren, Rambutan, Reineclauden, Stachelbeeren, Salak (Schlangenhautfrüchte), Sapotillen, Tamarinden (als Naschwerk), Tomaten<sup>6408</sup> (Bio), Vogelbeeren, Vogelkirschen, Weintrauben (eigengezogene im Garten und die ersten Triebe der jungen Blätter. Es gibt eine dunkle amerikanische Art, die bei uns gut reift), Weißdornbeeren, Zwetschgen.

»Ich würde Kakteenfrüchte ja gerne essen - fürchte aber diese schrecklichen kleinen Stacheln, die mir trotz aller Vorsicht so oft in den Fingern stecken bleiben und die so mühsam herauszupulen sind wie die Stacheln von Kakteen.«

Dann erwärme einfach etwas Wachs, streiche es flüssig 3 mm dick auf. Wenn das Wachs hart ist, ziehst Du problemlos und schmerzfrei alle aus Deiner Haut.

### 4. Wurzelnahrung - verdaut in ca. 3 Stunden

Fenchel (urzeitnah), Ginsengwurzel, Kürbis, urzeitnah gezogene Karotten und Rote Bete (nur Biowurzeln schmecken süß), urzeitnah gezogene Kartoffeln, Yam, Maniok, urzeitnah gezogene rohe Möhren (ich sag's nochmal, das wird immer vergessen: auch das Möhrenkraut bei Wildpflanzenmangel essen!), urzeitnah gezogene Rote Bete, Schwarzwurzeln, Topinambur. (Die kannst Du sogar im Gefrierfach unbeschadet aufbewahren, weil sie winterhart sind. Mit Grün läßt sich das nicht machen - das zerfällt sofort nach dem Auftauen. Hier werden, da von der Natur nicht für Frost eingerichtet, sofort die Gewebestrukturen zerstört.) Erdnüsse (da biologisch noch nicht angebaut - darauf verzichten), Maronen, Bio-Süßmais (frisch), stengelfrische, biologisch angebaute Maiskolben. (Letztere sowie Rote Bete und Möhren sind zwar keine Urpflanzen - ich sehe sie aber wie veredeltes Obst an, das es in der Urzeit auch noch nicht gab.) Yambean, eine saftige, köstliche asiatische Wurzel. Spargel ist nicht eßbar, so stark ist er mit Stickstoff gedüngt und mit Unkrautvernichtungsmitteln behandelt! Versuche Rote Bete draußen im Garten (gut mit Laub abgedeckt) in der Erde zu

lassen, die ertragen Kälte ganz gut.

## **5. Fette Nahrung - verdaut in ca. 3 ½ Stunden**

**Wilde Avocados (vom Tropenversand @Rz.982/2)** und Bio-Avocados. (Reife Avocados besitzen vorverdautes Fett, das heißt, ihre Enzyme haben es zu Glycerin abgebaut. Ferner ist ihr Eiweiß bereits auf Aminosäuren reduziert), Brennesselsamen, frische Bucheckern, frische Eicheln, frische Haselnüsse, Kokosnüsse, Leinsamen - den Du nur im Naturladen kaufen solltest, da in Biowaren der Schadstoff Cadmium nur geringfügig enthalten ist. (Leinsamen bewirkt vor allem einen weichen Stuhlgang.) Frische Mandeln, Mohn, frische Paranüsse, frische Pekannüsse, frische Sonnenblumenkerne, frische Walnüsse (Bionüsse sind klein und ungeschwefelt!), frische Pinienkerne. Alles nur mit Schale bestellen wegen des Wohlgeschmacks. Cashewkerne darfst Du nur in Ausnahmefällen nehmen. Sie sind meist durch einen Hitzeprozeß gegangen, damit sie ihren sonst leicht bitteren Geschmack verlieren.

**He! Du! Schlaf mir nicht ein! Bist Du noch bei der Sache? Diese Seite liest sich ja nicht gerade spannend. Aber sie ist nun mal wichtig, damit Du weißt, was Du alles essen kannst.**

»Deshalb brauchst Du mich aber nicht so anzufahren!«, sagst Du, halb schon eingnickt.

Ist halt manchmal nötig. Weißt Du, was ich in Mexiko erlebt habe?. Nein?

Dort versetzte ein Eselstreiber seinem burro, ehe er ihm »hü!« oder »hott!« zurief, jedesmal mit dem dicken Knüppel einen Hieb zwischen die Ohren. Auf meine Frage, warum er dies tue, antwortete der Eselstreiber: »Damit der Bursche zuerst mal überhauptinhört!«

Was so mancher, in seinem Kranksein eingesponnener Kränkling in leicht abgeschwächter Form auch mal nötig hätte...

»Willst Du mich mit diesem Essen zum Asketen machen?«

UrzeitKöstler kasteien sich nicht. Du mußt nicht wie ein Mannequin vorher abwiegen, was Du auf den Teller gibst. Du hältst keine Diät! Du kannst Dich, wann immer Du willst, an UrKost satt essen. Werd mir aber nicht miesepetrig, sondern freu Dich, daß ich Dir neue Perspektiven eröffnet habe. Du lieber Gott, auf was in alles in der Welt willst Du jetzt noch warten?

»Mir fehlt dazu einfach die Kraft und Energie.«

**Aber nein, mein Leserfreund! Die UrMethode verschafft sie Dir ja! Unter Kraft und Energie verstehst Du wohl den geistigen Antrieb, meine Vorschläge in die Tat umzusetzen, nicht wahr?**

**Nachdem Du das Erdfasten geschafft hast, steckt derart viel Selbstsicherheit in Dir, daß Du Dich unbedingt weiter beweisen willst. Dein Geist ist so klar wie vorher nie, Dein**

**Willenspotential hundertprozentig aufgeladen - kurz: Dir ist um nichts mehr bange. Zwei, drei Wochen hast Du weder Salz noch Zucker zu Dir genommen. Die Sucht danach hat bereits ihre Krallen verloren. Du wirst wieder zum königlichen Herrscher in Deinem Körper, wenn Du das richtige Tun zu diesem Zeitpunkt nicht verpaßt: der Tag an dem Du wieder nach dem Fasten zu essen beginnst. Dann schmeckt Dir die UrKost für immer. Sie durchzuhalten fällt jetzt leicht! Weil sie Dir nun am besten munden wird! Fasten mit einem Schweinebraten zu brechen: wie schrecklich allein schon der Gedanke! Da schüttelst Du Dich vor. Aber mit einem Apfel zu beginnen: wie köstlich!**

**Ach, könnte ich doch jetzt bei Dir sein und mit Dir zusammen essen - dann kämst Du schon darüber weg und würdest nicht schwach. So mußt Du es allein schaffen. Also, faß Dir jetzt einfach ein Herz und sage: Jetzt schnuppere ich einfach in die UrKost hinein.**

**Warum ich aber so sehr auf die anfänglich gar nicht schmeckenden Wildkräuter bestehe: Weil Du ohne sie nur immer mit Hungergefühlen rumläufst. Und ich versprach Dir ja, daß Du den bei der UrMedizin nicht kennen würdest.**

**Bemühe Dich, Wildpflanzen kennenzulernen. Nimm Deine Kinder auf Wanderungen in die Natur mit. Sollen einmal Notzeiten über uns hereinbrechen, müßt ihr jedenfalls keinen Hunger leiden. Das gibt Dir Sicherheit im Leben. Du weißt: Dir kann nichts mehr passieren.**

Also, auf mit Dir zu neuen Ufern. Arsch huh, Zäng usenander. Un dozwesche gestopp dat welde Gröns. Un dann zogebeße.

Dann wirst Du endlich die Urkraft der Natur, Dir durch die UrKost vermittelt, am eigenen Leibe spüren. Und Du spürst: Diese Urkraft der Natur schenkt mir mein Schöpfer. Sie ist göttlichen Ursprungs. Warum habe ich sie nicht schon längst von ihm angenommen?

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/6/2.html> - **Update: 13.01.2000 15:57**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

# 6. Kapitel. Einfach essen: wie in der Urzeit

## 6.21 Wann soll der UrKöstler Nüsse essen? 6908f

Nur dann, wenn sie noch frisch sind! Sonnenblumenkerne werden im Oktober geerntet. Im November kommen sie frisch in die Läden. Paranüsse werden Juni/Juli geerntet, Mandeln Anfang bis Mitte August. In Spanien, Italien und Südfrankreich kannst Du sie dann in der grünen Schale frisch kaufen. An frische Hasel- und Walnüsse kommst Du, falls Du sie nicht aus dem eigenen Garten erntest, indem Du bei Wanderungen die Augen offen hältst oder einen Bauern ausfindig machst, bei dem Du sie Dir im September/Oktobre abholst. Damit Du sie sofort zur Lagerung in einen Kasten mit stets leicht feucht gehaltener Walderde geben kannst. Wie es die Eichhörchen halt auch tun. Vier bis fünf Monate hast Du dann auf diese Weise frische Nüsse zur Hand! Sonst kommen die Nüsse erst Ende Oktober auf den Markt, weil sie bis dahin getrocknet (und oft geschwefelt) und somit für Dich als Urköstler entwertet werden.<sup>6909</sup>

»Das ist mir zu hoch. Nüsse sind reinste Naturkost. Und wenn sie der Herrgott in seiner Natur wachsen läßt, warum soll ich sie nicht das ganze Jahr über essen?«

Weil Gott sie für den Menschen als Speise nicht vorgesehen hat, wenn sie nicht mehr frisch sind. Meinst Du, die Schöpfung sei nur auf den Menschen abgestimmt? Nüsse sind vor allem für die Eichhörchen u.a. Nager bestimmt, die den göttlichen Auftrag erhalten haben, die Samen an entfernten Plätzen einzugraben, damit sich daraus neue Nußbäume entwickeln und die Erde grün bleibt, um andere Lebewesen mit Sauerstoff zu versorgen. Und überlege natürlich: Die Urzeitmenschen fanden stets nur frische Nüsse zum Essen. Länger als ein paar Tage bleiben keine unbemerkt von anderen Tieren auf der Erde liegen... Sieh das alles ein bißchen tiefer, dann ahnst Du etwas mehr vom Sinn der Schöpfung.

Wer das nicht vermag, der lasse sich sagen: Nüsse und Samen sollen das Leben weitertragen. Deshalb sind viele mit einer so harten Schale versehen, daß sie die Verdauungssäfte der Lebewesen nicht angreifen und zersetzen können (wie z.B. die der Eiben, Kirschen, Schlehen, Pflaumen). Deren Kerne werden selbst dann nicht zersetzt, wenn sie mit den Früchten geschluckt werden. Andere sind so hart, daß sie ohne Nußknacker nicht aufzubrechen sind (wie z.B. Cashewkerne oder Haselnüsse). Und wieder andere schützen ihr keimendes Leben vor der Eßlust der Tiere und einem Aufkeimen zur Unzeit damit (etwa im Winter, wenn das zarte Pflänzlein erfrieren würde), daß sie zusätzlich ein Antiverdauungsenzym entwickeln, welches sie unverdaubar für die meisten Lebewesen macht, die auf ihre Nahrungsstoffe nicht angewiesen sind: z.B. Mensch und Affenmensch. Darauf sind bereits schon vor einem halben Jahrhundert zwei Forscher gestoßen,<sup>6013</sup> daß die das Leben weitertragenden Nüsse, Getreide und Samen das Antienzym Inhibin kurz nach der Reife entwickeln, welches die vorzeitige

Zersetzung (hier also die Verdauung) mehr als nur erschwert.



Das Ptyalin im Mundspeichel schafft's jedenfalls nicht (Magensäure und Sekrete des Magens können keine Stärke spalten). Bleibt nur noch das Verdauungsenzym Amylase aus der Bauchspeicheldrüse.

Die wird damit jedoch überfordert und muß sich über Gebühr anstrengen, soll die wasser- und alkoholunlösliche Stärke noch hinlänglich aufgespalten werden. Ältere Nüsse und Getreidekörner liegen deshalb zu lange im Verdauungstrakt, was auch der Grund dafür ist, daß sie so sättigend wirken - gleichwohl aber (weil sie überdies in den Mehlfabriken zu lange abgelagert und alt geworden) als belastende und nicht für uns bestimmte Nahrung anzusehen sind.

»Und wenn ich Nüsse länger einweiche und so die Antienzymbildung aufhebe?«

Soweit kriegst Du Nüsse nicht (bei Mandeln geht es schon eher) - Aufkeimen, das geht nur mit Samen und Getreide. Nur die Schimpansen essen gelegentlich mal frische Nüsse, die sie sich dann mühsam mit einem Stück Ast aufschlagen. Die Schimpansenkinder hauen meist daneben und bekommen so nichts mit. Sie werden auch nicht mit von der Mutter aufgeschlagenen Nüssen gefüttert. Kein Schimpanse versucht, eine Nuß im Mund zu knacken. (Ich selbst war dumm genug es zu versuchen und verlor einen Zahn dabei.)

Also: Essen wir Nüsse und Mandeln nur im frischen Zustand - möglichst aus dem Baum oder Strauch - niemals aber dann, wenn sie über zwei Monate alt sind. Es sei denn, wir finden einen Weg, sie frisch zu halten. Die bereits Rohkost Praktizierenden werden protestieren: Dann werden wir nicht mehr satt. Nüsse enthalten viel Fett, viel Eiweiß. Ohne sie magern wir zu sehr ab! Unsinn! Magern die Orang-Utans oder Gorillas zu sehr ab? Quält sie der Hunger? Doch offensichtlich nicht. Warum nicht? Weil sie reichlich die sättigenden wilden Grünflechten kauen. Da brauchen sie keine Nüsse.

Die Eichhörnchen verzehren zwar Nüsse auch dann, wenn sie älter sind. Ich meine: Es sind zwar Säugetiere wie wir. Aber deren Organismus dürfte - weil sie ja fast nur Nüsse essen - besser darauf eingestellt sein als der unsere, oder sie vermeiden eine Antienzymbildung mittels ihrer geschickten Lagerhaltung im Wald. Aber ich sehe die Nußfrage nicht für so wichtig an. Für die UrzeitTherapie ist die Antwort einfach: sind sie reif, sind sie nicht zu alt, dann werden sie auch bestens verdaut. Und das deshalb, weil sie dann, wie der frische Grassamen, noch keine Antienzyme enthalten.

»Die Wissenschaftler behaupten aber doch, daß auch schon frische Nüsse mit Antienzymen ausgestattet sind.«

Weißt Du, was die nicht schon alles an Unsinn gesagt haben? Ich wiederhole nochmal, daß es zutiefst in Dir sitzt: Zu richtigen Ergebnissen gelangt man nur, wenn man auf der Grundlage des natürlichen Denkens Probleme angeht. Hätten die vorher so gedacht: Wieso essen die Affenmenschen frische Nüsse und frischen Grassamen? Wenn diese, unsere Brüder, für uns in

der Nahrungsfrage vorbildhaft sind, dann ist anzunehmen, daß *darin* keine, die Verdauung hindernd beeinflussenden Stoffe vorhanden sind. Ich habe deshalb meine Untersuchungen auf zwei Lebensformen der Samenspeisen (@Rz.853) zu erstrecken: erstens auf frische, zweitens auf abgelagerte. Haben sie so gehandelt? I wo! Für die Wissenschaftler sind Nüsse halt Nüsse, also abgelagerte aus dem Geschäft. Und Körner (Samen) sind Körner aus einem Sack von einer Mülerei oder Bäckerei. Also haben auch die alternativen Forscher, welche den Kollath- und Brukerfans den Nachweis dafür erbrachten, daß sie trotz ihrer Vollwertkost später so krank werden, nur zur Hälfte recht. Zur Hälfte deshalb, weil sie den Samen der Pflanzen als antienzymbeladen und für den Menschen schlecht (und damit auf Dauer krankmachend) verdaubar bezeichneten. Während wir beide, mittels die Naturabläufe einbeziehendem Denken, die *frischen* Nüsse und Samenkörner als Samenspeise für bestens verdaubar erkennen. Ein sich in die Natur und in die Schöpfungszwecke und deren Sinn einfühlendes Denken besitzen Wissenschaftler und Laborforscher nun mal nicht.

Ob Mandeln, Eicheln und Sonnenblumenkerne ebenfalls mit der Lagerung verdauungserschwerende Enzyme bilden, lasse ich zur Zeit ebenso prüfen. 9730, 6909 Doch junge Kokosnüsse sind ja stets frisch, wegen des Saftes, der sie von innen umgibt. Wenn allein die unserem Organismus nahestehenden Wildschweine im Herbst sich dusselig an Eicheln und Bucheckern essen, dann könnte mich der beste Biochemiker der Welt nicht überzeugen, daß Antienzyme in *frischen* Eicheln- und Buchenfrüchten die Nußverdauung negativ beeinflussen würden. Wenn Du in der Zeit von Mitte Juli bis Mitte August im Süden - Griechenland, Südfrankreich, Spanien - mal Ferien machst, so vergiß nicht, Dir frisch gepflückte Mandeln in der Schale zu kaufen. 6908 Herrlich! Wenn Du durch das Essen von Mandeln oder Sonnenblumenkernen nicht zuviel Blähungen bekommst, dann kannst Du jeweils ein paar davon auch dann essen, wenn sie bereits älter sind. Das verkräftet der Körper ohne weiteres, wenn Du sie zwei Tage vorher in leicht erwärmtes Regen- oder destilliertes Wasser (der besseren Affinität wegen) gegeben hast. Bei den Mandeln sprengt sich dann das braune Käppchen ab und der winzig kleine Keim wird sichtbar.

Wann solltest Du die frischen Tockenfrüchte bestellen?

**Erntezeiten:**

Walnüsse,  
Haselnüsse

Im September (Nach Trocknung sind sie ca. Mitte bis Ende Oktober im Naturladen.

Pinienkerne,  
Sonnenblumenkerne

im Oktober  
im Oktober

Paranüsse

im Sommer

Leinsamen

September - November

FrISCHE Ware ist übrigens am Geschmack erkennbar, ebenfalls am Aussehen. Man muß sich auf die Aussage des Lieferanten verlassen. Achtung: Mandelmark wird aus blanchierten Mandeln hergestellt und ist somit hell, andere Zusätze werden nicht beigelegt.

Von den unter Rz 980 aufgeführten Lieferanten werden keine Nüsse des Vorjahres untergemischt. (So wird mir jedenfalls bestätigt!) Alles hab' ich zu den Fragen der Ernährung auch noch nicht herausfinden können. So z.B die Wirkung der Bitterstoffe (z.B. in Beifuß, Löwenzahn,



Datteln

neue Ernte Anfang  
Dezember.

Gänsefingerkraut, Schafgarbe) auf den Stoffwechsel. Ja - auch diese haben sicherlich, so sag' ich mal aus

dem Gefühl heraus, ihren Anteil daran, daß die Nahrung richtig und gut verwertet wird.

Die Forscher ahnen da so etwas - besitzen aber noch keine Meßgeräte dafür, es festzustellen. Ich kann getrost behaupten, wenn die Affen 70% ihrer Nahrung aus bitteren Pflanzen bestreiten, so ist das Grund genug auch für uns, nicht darauf zu verzichten. Gut gewöhnen kannst Du Dich daran, wenn Du die bitteren mit den neutralen oder würzigen Pflanzen zusammen isßt.

»From the Ciba Collection of Medical Illustrations« Reproduced by courtesy of CIBA-GEIGY Ltd, Basle (Switzerland) All rights reserved.



---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)

Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/6/21.html> - **Update: 13.01.2000 15:57**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

Der Domainname ist  
eine Spende der

[Transmedia GmbH](#)

× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch  
× [Antivivisektion e.V.](#)                    × [Für Vegetarismus!](#)  
- [Gegen Tierversuche](#) -                    [Vegi-Büro Schweiz](#)  
Tierversuchsgegner Rhein Ruhr

# 6. Kapitel. Einfach essen: wie in der Urzeit

## 6.22 Einzelheiten zur UrKost, die Du wissen solltest

Johannisbrot war früher einmal die Hauptnahrung in den südlichen Ländern. Die Karobe liefert neben den anderen Brotfrucht bäumen das einzige gesunde »Brot der Erde«! (Als das man die tropische Brotbaumfrucht leider nicht bezeichnen kann. Warum? Na, selbst prüfen macht schlau.) Aber den Johannisbrotbaum sollte man anbauen, und deren Früchte die Menschen wieder zu essen lehren, statt die Erde mit immer mehr Weideland für Fleischesser kaputtzumachen.

Wenn es zu hart und trocken wurde, dann leg es vor dem Verzehr zwei Tage in ein feuchtes Tuch (in Wasser gelegt laugt es aus!), so kannst Du es selbst mit Deinen dritten Zähnen beißen. Es macht bestens satt! Einen weiteren Sattmacher, besonders für alle Zucker- und Leckermäuler, stellen die herrlichen Maulbeeren dar. Wer kennt die schon? Ein herrlich süßer Genuß ohne Reue, das sind auch frische Datteln, die im November / Dezember zu haben sind.

Ab und zu nehme ich auf dem Markt einem zuverlässigen Bio-Bauern Früchte von seinen alten Bäumen ab. Es war schon gegen Mittag, und das meiste von den ledernen, voller Gift steckenden Erdbeeren und mehligem Pfirsichen hatten die anderen Händler bereits verkauft. Doch bei ihm lag noch immer ein Berg rotgoldener kleiner Mirabellen da. Ich probierte und wurde überwältigt von einem Wohlgeschmack und einer fruchtigen Süße, die von tausend Sonnen eingefangen schien. Ich hätte mich tot daran essen können! Da liegen sie nun, die herrlichen Naturfrüchte des Septembers und finden keine Käufer. Der Reineclaudes - der Göttin des Obstes - geht es ebenso. Zu den gepritzten, nach Tennisbällen schmeckenden Delicious-Äpfeln, nach ihnen greifen diese dummen Menschen von heute und gehen verschmähend an dem vorüber, was noch natürlich verblieben ist - so wie sie am liebsten zur teuersten Medizin greifen und die sie nichts kostenden Unkräuter, die ihre wirkliche Rettung sein könnten, verachten...

Ananas und Kiwis (genau wie Sojabohnen und »Heilkräuter« aus dem Garten Gottes) werden in großen Plantagen angebaut, deren Böden künstlich gedüngt und gegen sog. »Schädlinge« mit Gift besprüht sind. Deshalb halte Dich vom Kulturobst möglichst fern. Bevorzuge Obst aus Deinem eigenen Garten oder von Bio-Obstbauern. Oder Tropenfrüchte, die genügend Sonne bekommen und noch keinen Kunstdünger nötig haben. **Die Früchte der Tropen sind die eigentlichen Urfrüchte!**

Und dann will ich Dir nochmals ins Gedächtnis rufen, daß unreifes Obst säuernd im Organismus wirkt. Kulturfrüchte werden meist unreif geerntet! Merke: Nur durch die Sonne entstehen basenbildende Stoffe.

»Aber Bananen empfiehlst Du doch, obwohl die ebenfalls unreif geerntet und sogar künstlich begast und in den Plantagen ein dutzendmal gespritzt werden«, wirfst Du ein.

Auch hier kannst Du im Naturladen, bei den Tropenfruchtversendern (®Rz.980/2) oder im Asien-Shop noch ungedüngte und vor allem ungespritzte erhalten. Doch immer sind die nicht zu haben - und ohne Bananen zum Grün wirst Du mir nicht satt - es ißt sich so auch um vieles schlechter. Doch wenn wirklich Spuren vom Reifegas in den von Geschäften angebotenen Bananen stecken sollten - also 100 prozentig ist heute leider überhaupt nichts zu haben. Sonst mußst Du schon im Urwald leben, und das willst Du ja nicht - und ich ebenfalls nicht. Also: Ich rate zu begasten Supermarkt-Bananen nur im Ausnahmefall! Empfehlen kann ich nur die kleinen Apfelbananen<sup>980[2]</sup>, die auch ohne Gas bei uns reif werden. Vor allem deshalb, weil sie sich länger halten und selbst bei äußerlich schwarzer Schale innen noch schön weiß bleiben. Dann hat sich die Stärke im Fruchtfleisch in Zucker umgewandelt. Übrigens: Noch grüne Bananen reifen nach, wenn Du sie in ein feuchtes Tuch wickelst und dann in Papier einschlägst. Und: Sind Dir die Naturpralinen, die Maulbeeren <sup>980(11)</sup>, zu hart und trocken, mach das gleiche mit ihnen.

Achte stets auf Bio-Qualität, außer bei Pflaumen und Kirschen. Die werden nicht gespritzt und nicht stark gedüngt. Ich eß' übrigens der Einfachheit halber die Kirschkerne gleich mit.

»Sagtest Du nicht, Du hast einen arg lädierten Magen?« fragst Du.

Alles natürlich Harte ist für Magen und Darm doch gerade anregend für den Fermente- und Enzymausstoß. Und auch für beider Muskelbewegungen. Und lustig ist es überdies, wenn es (bei einer weichen Verdauung) im WC-Keramikbecken mit einem Mal bei Dir zu klickern anfängt...

**Merke: Nicht alles, was Vitamine hat, muß auch für den Menschen bestimmt sein! Die meisten stößt der Geschmack des äußerst vitaminreichen Holunders ab - ein Zeichen, daß diese Pflanze den Vögeln vorbehalten bleiben sollte.**

» Irgendwo habe ich gelesen, daß im Beinwell bzw. Comfrey Alkaloide stecken sollen...«

Nun, die sind hier nicht sehr gefährlich. Das ist eine der wenigen Pflanzen, die verhältnismäßig gut schmeckt, von der Du aber trotzdem nur wenig essen solltest. Ein kleines Blatt alle zwei Tage sollte Dir genügen. Große Mengen verursachen bei mir leichte Schwindelgefühle. Pflanz statt dessen lieber Borretsch an. Auch bei der im Wald wachsenden Vogelbeere, der Eberesche, solltest Du Zurückhaltung üben: wie bei allem, was nach Bittermandel (leicht blausäurehaltig) schmeckt.

Bei Trockenfrüchten solltest Du Dich etwas zurückhalten. Vielleicht mal ein paar Rosinen, Datteln (nur naturgetrocknete, die glänzenden sind mit Sirup gesoßt!) oder getrocknete Mangostreifen am Abend zum Naschen. Feigen wirst Du vor dem Verzehr mindestens vier Stunden einweichen, Datteln 10 Stunden und Trockenmaronen (gibt's leider nur in der

Schweiz) 56 Stunden. Dann klebt deren Fruchtzucker nicht an Deinen wertvollen Zähnen! Iß alles Trockenobst möglichst für sich allein. Nur getrocknete Bananen, Rosinen und Datteln kannst Du uneingeweicht essen.

Als Kranker vermeide möglichst alle Trockenfrüchte, da sie durch Lagern Lebenskraft eingebüßt haben. Da brauchst Du in der Hauptsache pflückfrisches Wildgrün! Beachte unbedingt:

**Alle UrKost muß gründlich gekaut und solange mit den Zähnen gemahlen werden, bis der Speisebrei im Mund cremig und weich ist. Schluck ihn vorher nicht hinunter! Was äußerst wichtig ist, weil die Vorverdauung der Nahrung bereits im Mund beginnt - die bei der üblich weichen, gekochten Nahrung meist unterbleibt, weil sie zu rasch geschluckt wird. Und so die Enzym- und Speicheldrüsen mit ihrer Arbeit erst gar nicht beginnen. Zwanzigmal Kauen ist nicht zuviel - besonders nicht für die, welche ein künstliches Gebiß haben. Damit wird ja ein erheblicher Teil der Drüsen abgeschottet. Iß nie in Wut, bei Ärger, unter Schmerz, bei Fieber und ohne Appetit.**

**Durch Versuche stellte man fest, daß man sich durch gründliches Kauen an die 30% der Nahrungsmenge ersparen kann. Du solltest auch wissen, daß gesunde Nahrungsmittel viel von ihrem Wert verlieren, wenn sie in modernen Wohnungen und Kunststoff-Küchen gelagert werden.**

**Noch etwas Bemerkenswertes erreichst Du durch gründliches Kauen: Dein Gehirn wird besser durchblutet und erhält reichliche Sauerstoffzufuhr, so daß sich Deine Denkkräfte steigern. So wundervoll hat die Natur alles eingerichtet: Du mußt Dich nur nach ihren Gesetzen richten. Und immer schön die Obstschalen mitessen. (Warum? ®LV 6142)**  
Außerdem: Du mußt bei der Sache sein, wenn Du ißt! Keine großen Gespräche, keine Zeitung, kein Fernsehen, keine Getränke dabei. Die Nahrung wird bei guter Mundvorverdauung ganz anders aufgeschlossen und ausgewertet. Du sollst mal sehen, mit wie wenig Du dann auskommst! Ein paar Früchte, ein paar frische Nüsse, etwas Wildgrün am Tag, vielleicht noch ein paar Knollen - das ist alles, was Du nötig hast - wenn Du gut kauft und langsam und in Ruhe ißt!

Bei Wassermelonen klopfe ein paarmal auf die Schale. Klingt die Frucht hohl, ist sie reif. Lagere sie nicht zu lange, sonst verliert sie schnell ihre Lebenskräfte. Papayas und Mangos solltest Du nie aus dem Supermarkt holen. Reife und honigsüße gibt es nur von Spezialversandhäusern (®Rz.980/2). Bei Papayas ist es normal, daß sie bei Zimmertemperatur nachreifen. Zum Essen müssen sie gelb sein. Wenn der erste Schimmelfleck erscheint, schmeckt sie am köstlichsten. (Der Schimmel dringt erst 14 Tage später langsam nach innen.) Zuckermelonen haben von Juni bis September Saison. Für den Export in die Supermärkte erntet man die Früchte ebenfalls meist unreif.

Zuckermelonen prüft man mit der Nase. Reife Früchte verströmen am Fruchttende einen feinen Duft. Am haltbarsten sind die glatten Sorten. Netzmelonen halten sich nicht sehr gut und Kantalupen müssen schon eine Woche nach der Ernte verzehrt werden. Danach verliert sich

das Aroma. Zuckermelonen gehören nicht in den Kühlschrank. Wickele sie nur in Seidenpapier und lagere sie bei mäßiger Zimmertemperatur. Nicht zu glauben: Da sind in den heißen Sommertagen die fruchtigsten Wassermelonen zu haben - und die Mütter geben ihren Kindern Limonadenzuckerwasser! In einer einzigen Flasche Cola sind etwa 33 Zuckerstückchen aufgelöst!

Statt Plätzchen oder Bonbons rate ich allen Müttern, zum Zähnestärken ihren Kindern Kokosnußstücke zu geben und deren Saft zum Durstlöschen, solange sie noch Salz ins Essen kriegen. Und Du gönne Dir mal aus dem Naturwarenversand eine junge Kokosnuß. Wenn Du die Fasern abgehobelt und die Schale freigelegt hast, bohre Dir ein kleines Löchlein rein, halte sie hoch und laß Dir den feinen Milchstrahl in den Mund laufen. Ich kann Dir sagen: köstlich!

»Verdauen Melonen nicht schneller als alles andere?«

Melonen verdauen zwar am schnellsten - aber ich sehe keinen Grund, sie nicht zusammen mit anderem Obst zu essen. Sie werden, wie das Obst, auch nicht im Magen »verdaut«. Sie laufen da einfach in 20 bis 30 Minuten durch (Ausnahme: Bananen, Durian, Jackfrucht, sowie getrocknete Feigen und Datteln). Nur solltest Du sie nicht nach den langsam verdauenden Nuß- oder Wurzelmahlzeiten zu Dir nehmen. Melone am späteren Abend sättigt *und* verdaut rasch - stört also nicht mehr Deinen Tiefschlaf. Wenn Du sie allerdings sehr spät ißt, treibt sie Dich in der Nacht oft zum WC - was übrigens alle Früchte tun, die Du nach sechs Uhr abends ißt.

»Bekomme ich mit dem Obst nicht zu viel *Obstsäure* in den Körper? Ärzte und Forscher behaupten auch, daß Obst nicht basisch, sondern säurebildend verdaut wird und so eine gefährliche Übersäuerung zustandekommt. Haben sie damit Unrecht?«<sup>6011, 6124, 6126</sup>

Jein! Aber die Forscher und Mediziner haben - ich sagte es bereits! - nur mit kranken Menschen zu tun. Und sie verkennen vor allem, daß eine Untersuchung am Kranken ein ganz anderes Ergebnis bringt als ein Test am Gesunden. Ein gastritischer Magen, ein verschlackter, verkoteter Darm, eine kapillarenverstopfte Leber sind nicht in der Lage, die Inhaltsstoffe der Früchte richtig aufzuschließen. Wenn deren Kohlenhydrate dann im Darm zu gären beginnen, entsteht eine saure Vergärung, die den ganzen Körper überflutet. Weshalb die Doctores dann tatsächlich (nur unter dieser verfälschenden Bedingung) berechtigt sind, von einer sauren Reaktion der Früchte sprechen zu können.

**Wenn Du aber durch Erdfasten Deinen Körper entslackst und ihn durch längeres Essen von UrKost in ein Säure-Basen-Gleichgewicht gebracht hast, dann kannst Du an Dir selbst nachprüfen, daß Obst bei *gesunden* Menschen basisch verdaut. Das machst Du nach einem Früchtetag, indem Du Deinen Urin-ph-Wert mit einem Streifen aus der Apotheke mißt. (Da der ph-Wert aber über den Tag schwankt, solltest Du den alle zwei Stunden messen.) Aber warum dieser Aufwand? Warum willst Du Dich von Labortüftlern in Zweifel setzen lassen an der Natur, welche dem Menschen die Früchte und Wildpflanzen als Nahrung zuwies und seine Verdauung in Jahrmillionen darauf einstellte!**

Eine der verdienstvollsten, bedeutendsten und ältesten Gesundheitsbewegungen - die amerikanische Natural-Hygiene - steht auf dem Standpunkt, daß die Menschen genetisch reine Frugivoren sind. Sie rät deshalb zu einer fast ausschließlichen Obstnahrung. Chlorophyll sei nicht nötig.<sup>6534f, 7020</sup> Die Praxis zeigt aber, daß Früchteesser zu sehr abmagern, unter Hungergefühl, kalten Füßen und Eiweißmangel-Krankheiten leiden.

Die Natur weiß, warum sie die Früchte nicht zu jeder Zeit reifen läßt. Sie zwingt damit die nicht zu Raubtieren bestimmten höheren Tierarten zum Essen von Blättern. Sicherlich schmecken Früchte besser als Wildgrün. Aber:

**Meinst Du, den Urzeit- und Halbmenschen wären die Früchte in den Mund gewachsen? Da gab's jede Menge Mitbewerber und flinkere Tiere als Mensch und Menschenaffen. Weshalb sich letztere zwangsläufig mehr dem Grün der Blätter oder der Pflanzen zuwenden mußten - wie alle Säugetiere, von denen keine einzige Art bloß von Früchten lebt - wohl aber nur vom Grün der Pflanzen.**

**Und das wilde Grün scheint für sie einfach notwendig zu sein! Denn (so hast Du's ja am liebsten erklärt): In Früchten befindet sich nur wenig vom lebenswichtigen Kalzium, während es in grünen Wildpflanzen überreichlich vorhanden ist. Noch lebenswichtiger für Säugetiere aber ist das Chlorophyll.<sup>6100, 6533, 7006</sup> Es baut die Zellen auf, bildet für Menschen, Halbmenschen und Säugetiere das Hämoglobin für den Blutaufbau und die Atmungspigmente.**

**Aufgrund der molekularen Ähnlichkeit mit dem roten Blutfarbstoff ist Chlorophyll der beste Blutbilder. Das brauchst Du doch: besternährtes Blut, das durch Herz und Gehirn fließt und jedes Organ, alles Gewebe und jede Drüse mit den wichtigsten Nährstoffen ausstattet. Und es muß genügend davon da sein, besonders für die männliche Potenz.**

**Chlorophyll bringt Dir den Sauerstoff in die Zellen und belebt Deine Atmung. Es sorgt für eine bessere Eiweißausschüttung, senkt den Insulinbedarf und stimuliert die Schilddrüsentätigkeit. Nur Chlorophyll harmonisiert das Säuren-Basen-Verhältnis im Körper. Sein Gehalt an Vitamin A, C, P, U, Folsäure und Enzymen ist nicht zu übertreffen. Auch das seltene Vitamin B<sub>17</sub> ist im Chlorophyll vorhanden, das als Anti-Krebs-Vitamin (Laetrol) bekannt wurde. Zudem wirkt Chlorophyll zugleich blutdrucksteigernd und blutdrucksenkend, und es treibt zuviel schädliches Cholesterin aus dem Blut. Mit einem Wort: Du kannst nicht darauf verzichten. Diesen einmaligen Lebensstoff schenkt Dir die Natur aber nur in grünen Blättern, nicht in Früchten.**

**Merke Dir: Ohne Wildblattgrün kein gesundes Blutrot.**



Was für Deine Gesundheit gut ist, das gibt Dir die Natur umsonst! Dagegen kannst Du vielfach alles kaufen, was Deine Gesundheit ruiniert.

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × »[Der Große GESUNDHEITS-KONZ](#)« × »[Natürlich Leben](#)«  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) (Important note!) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/6/22.html> - Update: 13.01.2000 15:57

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

Der Domainname ist  
eine Spende der  
[Transmedia GmbH](#)

× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch  
× [Antivivisektion e.V.](#)                    × [Für Vegetarismus!](#)  
- [Gegen Tierversuche](#) -                    [Vegi-Büro Schweiz](#)  
Tierversuchsgegner Rhein Ruhr

# 6. Kapitel. Einfach essen: wie in der Urzeit

## 6.23 Gute Ratschläge zur UrKost aus der praktischen Erfahrung

»Was soll ich eigentlich essen, wenn ich im Winter Urlaub in den Bergen oder eine längere Schiffsreise mache? Da gibt es kein eßbares Grün.«

Du kannst auch ruhig mal ein paar Wochen von Früchten und (möglichst dunkelgrünem) Kulturgemüse,<sup>6501</sup> z. B. Sellerielauch, Möhrengrün oder Breitlauch und von Wurzeln leben. Ich nehme mir stets ein kleines Säckchen voll Topinambur mit, die ich mit feuchter Erde bestreiche. So bleiben sie den ganzen Urlaub fruchtig und wohlschmeckend - wenn man sie weiterhin feucht hält und kühl lagert.

Alles lästig, ich weiß. Wenn Du ebenfalls zum Krankwerden neigst, müssen wir uns sagen:

Wir beide sind nun mal zu schweren Leiden vorbestimmte Kranke, wenn wir nicht auf unsere Gesundheit achten. Was wollen wir sonst machen als uns darauf voll und ganz einzustellen? Elend zugrunde gehen? Oder uns dessen bewußt werden? Krankheit und früher Tod fragen nicht danach, ob uns das Besorgen lebensfrischer Nahrung lästig war.

»Wenn ich kein Fleisch und Fett mehr zwischen die Zähne kriege - werde ich da nicht zum Skelett abmagern?« fragst Du. »Was werden da meine - «

Also ich empfinde es als Genugtuung, wenn mich meine lieben, dicken Freunde mit: »Mein Gott, wie siehst Du denn aus?! Du kommst daher wie eine wandelnde Hundehütte, in jeder Ecke ein Knochen«, empfangen würden.

**Ich meine: besser dünn, als dick! Besser leichtfüßig als schwerfällig. Und wer jetzt schon nur ein Schmalzrippchen ist: habt Geduld, ihr Knochigen. Greift jetzt nicht zur Sahne, zur Butter, zur Milch oder was weiß ich, um wieder zuzunehmen. Die Wirkstoffe der UrMedizin brauchen bei manchen länger, um zu greifen, und die Bohnenstangen wieder fülliger zu kriegen. Das kann ein halbes Jahr dauern, bis man wieder zunimmt. Besonders dann, wenn man während des Erdfastens nicht oft und hart genug seine Muskulatur durchtrainiert hat.<sup>9610</sup>**

Um die wieder aufzubauen, solltest Du als schlanker Mensch sofort in ein Fitneß-Studio gehen und dreimal wöchentlich Bodystyling treiben, damit vermehrt Muskelfleisch gebildet wird und Du schneller normalgewichtig wirst. Nach neuen amerikanischen Untersuchungen steigert jedes Pfund zusätzliche Muskelmasse den Kalorienverbrauch angeblich um 50 bis 100



Kalorien. Darum: Kombiniere das Ausdauertraining mit kräftigem Muskeltraining. Den Wildpflanzenanteil dessen, was Du isst, solltest Du - ich muß es immer wieder sagen - drastisch erhöhen, wenn Du merkst, daß Du zu dünn wirst. Alle Zellen Deines Körpers sind schließlich bemüht, sich in einen guten Zustand zu versetzen. Je besser die Nahrung ist, die Du ihnen zuführst, desto besser gelingt ihnen das - und bald fordern die Zellen immer weniger: Weil sie zuvor viel forderten, um aus der großen Menge Schlechtnahrung wenigstens einen kleinen Teil verwertbarer Lebensstoffe aus den sie umfließenden Säften herausfiltern zu können.

Wir müßten uns aber überhaupt keine Gedanken über so etwas machen, wenn wir bloß unsere Augen offenhalten und in die Natur schauen würden. Sind die Gorillas etwa zu mager? Der Hauptbestandteil ihrer Nahrung besteht aus wildem Grün. Sagt Dir das nicht genug?

Übrigens: Falls Du mal von einer Werbung für Naturmittel überzeugt bist, z.B. für Präparate vom Ginkgo-Baum - gut, schluck von mir aus die Pillen mit dem getrockneten Blattpulver. Doch wisse: Der Ginkgo-Trockenextrakt wird im Verhältnis 50:1 aus den Blättern durch einen Auszug mit dem giftigen Aceton hergestellt. Doch ich meine: Erkundige Dich lieber, wo so ein Ginkgo-Baum steht und gib Dir seine grünen Blätter in den Salat. Dann hast Du alle Wirkstoffe pur, frisch und unverfälscht. Doch verzichte darauf, Dir Ginkgo spritzen zu lassen. Weißt Du, was darin neben dem Ginkgo-Extrakt sonst noch enthalten ist? Zum Beispiel Alkohol, Asbest, Silikone, Konservierungsstoffe. Und schließlich gehört das auf keinen Fall in die Blutbahn. Und wenn Du bei Prostatabeschwerden zur UrKost noch zusätzlich Bio-Kürbiskerne knabbern willst: von mir aus ja.

»Sag mal, Tofu aus Sojabohnen, ist das drin? Das soll doch so gesund sein!« meinst Du. »Wird wärmstens empfohlen von Reformhaus und Naturladen!«

Denk selbst! Du kannst es! Stell Dir die riesigen Monokulturen voller Sojapflanzen vor, wie sie für die gebrauchten Mengen künstlich gedüngt und alle paar Wochen mit Pestiziden gespritzt und nun zusätzlich zu inneren auch noch mit äußeren Giftrückständen behaftet, längere Zeit vitaminzerstörend eingeweicht, zu Püree zerquetscht und mehrfach moleküleverändernd aufgeköcht werden. Durch Pressen wird nun Sojamilch gewonnen, die dann mit Magnesiumchlorid zum Gerinnen gebracht und durch weitere Behandlung in das feste Tofu verwandelt wird. Doch das sagt man Dir:

»Tofu als Nahrung der Zukunft - Die Sojabohne - hochwertigster pflanzlicher Eiweißlieferant - Tofu - ein Gesundheitspaket schon vor 2000 Jahren bekannt - Tofu ist ein ausgezeichneter Vitamin- und Mineralstoff-Lieferant. Er enthält mehr Vitamine der B-Gruppe und mehr Vitamin E als tierische Eiweißlieferanten. Tofu enthält Eisen, Phosphor, Kalium, Natrium und Kalzium. Dabei ist Tofu nicht säurebildend wie tierische eiweißreiche Lebensmittel, sondern basisch wie Gemüse.« (Reformrundschau)

Das letztere stimmt sicher - aber wieviel bleibt noch von all den wertvollen Inhaltsstoffen, wenn es durch die Mangel dieser Behandlung gegangen ist! Und wo sind all die Dünger- und Schädlingsbekämpfungsgifte aufgeführt, nebst dem Blei und Kohlenmonoxyd, welche die ständig über die Felder marschierenden Traktoren versprühen? Nein, von vorfabrizierter

Nahrung kannst Du vor allem als Kranker nichts nehmen.<sup>3882, 6033, 6918</sup> Wenn ich im eigenen Garten biologisch gezogene Gemüse auch toleriere: die sollten eigentlich nicht mehr als Beigaben bleiben. Je mehr Kulturpflanzen, desto weniger von den wirklich wertvollen Wildpflanzen nimmst Du ja zu Dir.

Merke: Kulturgemüse hält Dich nur vom Essen der wertvolleren Wildpflanzen ab!<sup>8215</sup>

Und: Wie schmecken denn Salat ohne Tunke, Rote Beete ohne Sahne, ungekochter Breitlauch oder Krauskohl ohne Kartoffeln?<sup>7006</sup> Dann kann ich - weil's ja nur roh wertvoll ist - auch gleich Wildpflanzen nehmen! Die sind zwar etwas härter, schmecken nach und nach aber immer besser! Und wenn gar nichts geht, kannst Du sie mit Bio-Salat mischen. Oder gib eine cremige Avokado mehr hinein. Der Tropenversandhandel (@Rz.980/2) hält viele Sorten davon bereit.

Alle unsere Gemüsearten sind gezüchtet. Dabei wurde nicht danach gefragt, wie gesund und vital sie für die Menschen sind, sondern: Wie können wir sie für den Gaumen weich und zart und für den Geschmack angenehm zustande bringen? Und wie sie so wirtschaftlich anbauen, daß wir sie mit gutem Profit verkaufen können?

Durch das widernatürliche Züchten, das sich jetzt zur Genmanipulation pervertiert hat, mußten die Inhalts- und Lebensstoffe der neuen Pflanzen zwangsläufig Einbußen erleiden. Es wurden dabei die Urlebensstoffe nicht nur vermindert, sondern auch in ihrer Gewichtung untereinander verschoben und damit deren Kombinations-Harmonie zerstört. Mit dem gesunden Menschenverstand ist die eingetretene Schwächung der Lebenskraft für jeden erklärbar. Zum Teil nachgewiesen hat uns dies F. Popp mit seinen Biophotonen-Messungen.<sup>6005, 9438</sup> Er machte den Umfang an stark aktivierten Strahlungsträgern bei den Wildpflanzen gegenüber den schwachen Makromolekülen bei den Kulturpflanzen erkennbar, wie Du auf der folgenden Seite erkennen kannst.

Jetzt kommen neue gentechnisierte Pflanzen auf uns zu:

Tomaten, die ohne Sonne, Radieschen, die ohne Erde wachsen. Erdbeeren, Paprika und Spargel im tiefsten Winter. Im Sommer das klassische Wintergemüse Rosenkohl. Möhren, so schlappig weich wie Fahrradschläuche, daß sie wie die pappigen Hamburger-Brötchen, ohne herzhaftes Zubeißen zu essen sind und wie ein unparfümiertes Stück Seife schmecken. Gurken, die so intensiv und würzig schmecken wie ein Glas Wasser, und Salat, der Dein Baby blau anlaufen läßt, weil das Nitrat sein Blut vergiftet. Und die Menschen von heute, bald selbst nur noch aus künstlichen Ersatzstoffen bestehend, sind dumm genug, sich das alles andrehen zu lassen und zu kaufen.

Auf einer Wildpflanzenwanderung sagt mir ein »Urzeitler«: »Franz, das muß ich Dir erzählen: Ich war hungrig wie ein Wolf von einem längeren Urzeitlauf und meine Frau brauchte nach meinem Empfinden zu lange, um aus den ihr mitgebrachten Wildkräutern einen Salat auf den Tisch zu bringen. Ich rief in die Küche hinein: "Also Helga, wenn Du jetzt nicht bald das Essen fertig hast, hau ich ab ins Restaurant." Sie antwortet: "Kannst Du noch fünf Minuten

warten, Schatz?" Ich frage zurück: "Ist es dann fertig?" Was meinst Du, was die mir antwortet: "Nein - aber dann habe ich mich fertig gemacht zum Mitkommen."«



Und hier ein Vergleich der bioenergetischen Abstrahlung von Kulturpflanze und Wildpflanze:<sup>9438</sup>

»Ich kann z.B. Bio-, Endivien- oder Feldsalat ganz gut für sich allein essen - aber danach bleibt so ein ungesättigtes, unbefriedigendes Gefühl in mir zurück«, sagst Du.

Ja - weil Du so sehr an Fette, Öle und tierisches Protein gewöhnt bist, vermißt Dein Magen jetzt etwas. Wenn Du aber dem Salat die Hälfte Wildpflanzen zugibst, ist das Es-fehlt-noch-etwas-Gefühl nur noch halb so schlimm. Und der Salat macht sofort satt, wenn Du ihm frische Nüsse, Pinienkerne oder Sonnenblumenkerne zufügst. Oder hinterher ein Stück Kokosnuß ißt. Und wenn Du die Nüsse im Frühjahr und Sommer wegen ihrer mangelnden Lebensfrische nicht nehmen kannst, dann laß Dir die, meist übers ganze Jahr vorrätigen, jungen Kokosnüsse kommen. Und gib deren feines, butterweiches 2 bis 3 Millimeter dickes Fruchtfleisch dazu. Wenn Du schmackhafte Bio-Tomaten in den Wildsalat gibst, gewöhnst Du Dich schneller daran. Als Gewürz gebe ich schon mal Kümmel, Koriander oder Fenchel darüber.

Übrigens ist das kein richtiger Hunger, den Du spürst, wenn Du von der Zivilisationskost zur UrNahrung übergehst - das ist blanke Sucht nach Salz und Zucker, was sich da in Dir regt. Wenn Du diese Sucht aus dem Körper getrieben hast, dann wirst Du von UrKost genauso satt wie von Zivilisationskost. Denn der Körper wertet letztere jetzt viel besser aus - weil er nun dazu in der Lage ist!

Daß die Wildkräuter nicht mehr so stark wie früher auf den Feldern gedeihen, das ist leider eine Folge der Kunstdüngung und Sprüherei der Giftlandwirte. Zum Glück lassen die immer mehr Land brach liegen, so daß sich der Boden wieder erholen kann.

So beseitigst Du eventuelle Verdauungsprobleme mit roher Kost im Nu:

Iß von frühmorgens beginnend, langsam und gut kauend mindestens jede Stunde etwas von der Menge, die Du sonst auf wenige Mahlzeiten verteilt hast.

»Lehnst Du sogar so wertvolle Stoffe wie Bierhefe ab?« fragst Du. »Die wird doch als so hilfreich für die Verdauung angepriesen!«

Natürlich lehne ich sie ab! Nicht nur, weil sie von Menschen angepriesen wird, denn etwas anzupreisen, das kostet viel Geld. Und wer für Werbung Geld ausgibt, der will es doppelt und dreifach wieder reinbekommen, oder?

Egal ob es sich um Bierhefe oder um Knoblauchkapseln handelt. Und wer Dir aus Gründen des Profits etwas andrehen oder Dir als Doktor seine Dienste leisten will, der sieht nur sich

selbst und sein eigenes Wohlergehen - aber weniger Deins... Davon ganz abgesehen, weder Bierhefe noch Öl ist etwas Natürliches. Als kluger Mensch solltest Du nie ein Lebensmittel kaufen, das Menschen anpreisen.

Überrasche Deinen Partner mal, wenn er Dich fragt: »Schatz, wo steht denn das Essen?« Gib ihm zur Antwort: »Im UrMedizinbuch Kapitel 6.2« .

Welch eine Krone der Ernährung die UrKost darstellt, das erkennst Du auch daran, daß es nach deren Verzehr nicht nötig wird, Speisereste aus den Zähnen zu beseitigen. UrNahrung schützt Deine Zähne besser als alles Putzen - aber aus kosmetischen Gründen magst Du trotzdem eine Zahnbürste benutzen.

Übrigens:

**Mit der Zeit ißt Du von der UrKost immer geringere Mengen! Wieso?**

**Je höher die Lebenskräfte in der Nahrung, je weniger Kalorien sind nötig - so einfach ist das. Falls diese gute Nahrung in einen sauberen Darm kommt, der sie dann bestens ausnutzen kann.**

»Nein, nein: Ich möchte nicht so leben wie Du!«

Und ich möchte nicht, wie Du, mit Deinen Krankheiten und Speckröllchen, die mir die Luft beim Laufen wegnehmen, leben. Und vielleicht dreißig Jahre zu früh auf einer Krankenhausstation zu Tode kommen! Dir steht es doch frei zu wählen. Du entscheidest Dich: Für ein üppiges, verkürztes Leben in Krankheit oder ein einfaches, langes in voller Gesundheit ohne Kummer und Sorgen.

Ich behaupte - und finde dabei sogar Unterstützung bei den Lebensaltersforschern (soweit man dem heutigen Stand ihres Wissens trauen kann)<sup>9764</sup> - daß wir Menschen ein Alter von mindestens 130 Jahren erreichen können. So besteht nicht der geringste Grund dafür, das heute durchschnittlich erreichte Alter an Lebensjahren positiv zu werten. Denn mit 50 sind die meisten bereits körperliche Wracks. Die dann folgenden 25 Jahre bezeichne ich nicht mehr als »Leben«. Es ist nichts anderes mehr als ein Dahinschleppen von einer Krankheit zur anderen, von einem Doktor zum nächsten, von einem seelischen Tief zum folgenden - kurz, ein einziges Dahinvegetieren.

Fühlst Du Dich aber dank der Urzeit-Lebensweise mit 50 noch wie ein Jugendstilchen, dann bedeuten die 25 folgenden Jahre einen absoluten Lebensgewinn für Dich. Statt Krebs, Rheuma, Arthrose, Osteoporose, Prostata, Impotenz, Arthritis, Zahnverlust und Leid: freudiges Leben!

**Und um die Zeit, wo im Krankenhaus normalerweise Dein armseliges Leben bei Pieptönen, aufflackernden Computerlämpchen, Schläuchen in Nase, Mund und Venen auf einem blauen Kunststofftuch hygienisch einwandfrei auf höchster Stufe der Technik**

**zu Ende gemartert wird, so um die Zeit also, da Du Dein 75. Lebensjahr erreichst, da hast Du als UrzeitKöstler vielleicht noch mal ein Vierteljahrhundert schönster Jahre vor Dir. Allerdings davon abhängig, wie früh Du die UrMethode aufgenommen hast.**

Na, da würde ich es mir doch lieber mal überlegen, ob ich dafür nicht bereit wäre, ein paar kleine Opfer auf mich zu nehmen.

Bitte nimm nochmals zur Kenntnis: Ich schlage Dir mit diesem Buch vor, wie Du mit Hilfe der Natur einen gesunden und zufriedenen Menschen aus Dir machen kannst. Ich will Dich auch nicht nötigen, krankmachende Lebensgewohnheiten aufzugeben. Was hab' ich denn davon?! Du allein triffst die Wahl. Du mußt Dich entscheiden, ob Du Deinen Körper weiter ruinieren willst oder nicht.

### Gesundheitsgesetz

**Damit Leben und nicht Tod zu ihm komme, braucht der Kranke täglich lebendfrische Nahrung - unmittelbar der Mutter Erde entnommen.<sup>9968</sup> Damit Gesundheit in ihm bleibe und keine Leiden über ihn kommen, braucht der Gesunde täglich lebendfrische Nahrung - unmittelbar von den Bäumen und Sträuchern der Mutter Erde. Im Sommer Grün und Früchte, im Winter Grün, Früchte, Wurzeln und Knollen.**

So, nun weißt Du also, was Du hinsichtlich Deines Essens zu tun hast, und wenn Du den Bewegungs- und Gefühlsprogrammen hundertprozentig folgst, dann liegt es jetzt ganz in Deiner Hand, gesund, halb- oder viertelkrank oder vollkrank zu sein.

Meine Aufgabe habe ich erfüllt. Ich habe Dir das Nonplusultra der Gesundheit, den einzig richtigen, den von keinem Menschen widersprechbaren Weg gewiesen, was richtig gegen alle angeblichen »Krankheiten« und für die Gesundheit ist. Nun ist die Reihe an Dir. Nun entscheide Dich.

Lieber Herr Konz,

durch kleine Bestechungen konnten wir erreichen, daß unser urköstlich ernährter Sohn im Kindergarten stets Früchte erhielt. Eines Tages berichtete uns die Kindergärtnerin: »Ich erzähle da meinen Schützlingen von Jesus und seiner wundersamen Vermehrung der Brote und Fische am See Genesareth, und was sagt daraufhin Ihr Sohn: "Ja, wußte denn der Jesus als Gott nicht, daß Brot und Fisch überhaupt nicht gesund sind?"« Herzlichst Ihre Ulrike Steinbrenner, 72172 Sulz

# 6. Kapitel. Einfach essen: wie in der Urzeit

## 6.24 Eine neue Erkenntnis, die zum Umdenken zwingt

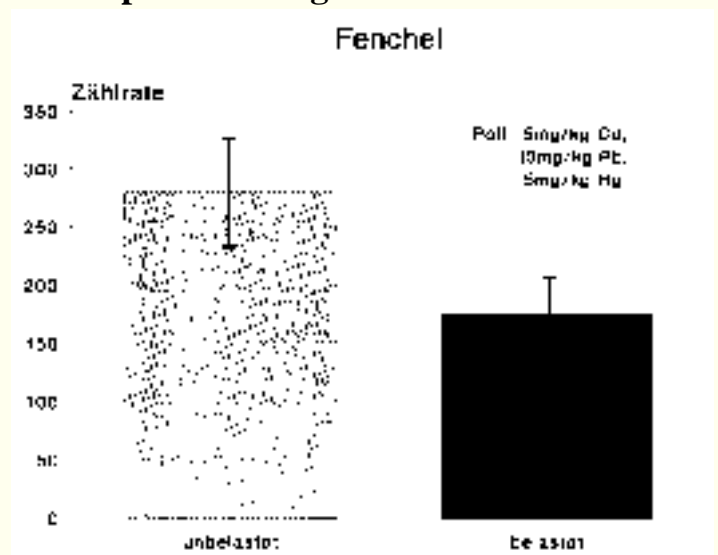
Solltest Du mitleidig oder leicht überheblich darüber lächeln, was ich hier über die Aura von Pflanzen und Bäumen geschrieben habe, so möchte ich Dich auf die letzten Ergebnisse der biophysikalischen Grundlagenforschung aufmerksam machen, die ich Dir hier kurz beschreibe.

Bei der bislang von der Wissenschaft belächelten buddhistischen Annahme einer Aura, die von allem Lebendigen abgestrahlt wird, handelt es sich tatsächlich um Licht. Alle lebenden Zellen strahlen Licht ab, wenn auch in so geringen Mengen, daß es nur durch höchst empfindliche Apparaturen meßbar wird. Dieses Licht des Lebens ist mit Informationen gekoppelt. (Wie in der Lasertechnik, die dies von der Natur übernommen hat und das Laserlicht auch zur Informationsübermittlung nutzt.) Man weiß allerdings noch nicht, was die laserlichtartigen Abstrahlungen der Lebensformen alles an Informationen enthalten. Es ist jedoch eindeutig, daß sich alle biologischen Daten in der Kraft ihrer Abstrahlung ausdrücken. (Die Abstrahlungen bezeichnet Popp bei unseren 70 Billionen Zellen als »Biophotonen«.)<sup>6005, 9836</sup>

**Wurde z.B. einer Pflanze eine unnatürliche Behandlung zuteil, etwa darin, daß sie auch nur der kleinsten Menge von Herbiziden oder Pestiziden ausgesetzt war, so ändert sich sofort in dramatischer Weise die Intensität der Biophotonenabgabe:**

Die lebenden Zellen übertragen ihre vielen Informationen mit Lichtgeschwindigkeit. Und dies sowohl innerhalb ihres eigenen Organismus' als auch zu anderen Organismen. Denn die bioenergetische Strahlung tritt auch aus dem Körper heraus.

Diese Biophotonen steuern die biochemischen Reaktionen im Körper eines jeden Lebewesens und koordinieren sie.<sup>9529</sup> Es laufen z.B. im menschlichen Körper in jeder Sekunde mindestens eine Trillion chemische Reaktionen ab. Ohne die Biophotonen als Koordinatoren dieser Prozesse würde kein Leben existieren können. Würde es doch bereits nach wenigen Sekunden wie ein Kartenhaus zusammenfallen.



**Jede Zelle im Körper ist also mit jeder anderen durch Strahlungsimpulse vernetzt und**

**immer darüber informiert, was in den übrigen Zellen abläuft und stellt sich entsprechend darauf ein. Nach dieser Erkenntnis wird Dir auch verständlich, daß Krankheit nicht, wie einige Mediziner es annehmen, als ein Phänomen in einer bestimmten Zellanhäufung im Körper zu sehen ist, sondern daß der ganze Organismus daran teilnimmt und davon betroffen wird. Weil die Informationen der Zellen auch an alle übrigen Zellen gehen, und sie zu reagieren veranlassen.**

Diese Koordination aller Lebensvorgänge in den pflanzlichen, tierischen und menschlichen Lebewesen von der Wurzel bis zur Spitze, vom Fuß bis zum Kopf ist in ihrer Perfektion so unübertrefflich, wie es die gesamte Natur ist, wenn der Mensch nicht dazwischenpfuscht. (Inwieweit die aus dem Körper hinaustretenden Biophotonen sich auch mit der übrigen Natur, vielleicht sogar mit dem ganzen Kosmos austauschen, das harret noch einer Entdeckung. Um dann zu bestätigen, was Goethe schon 200 Jahre zuvor erkannte: Wäre nicht das Auge sonnenhaft, die Sonne könnte es nie erblicken.)

Was bedeutet es nun, daß das von den Zellen nach außen abgestrahlte Licht alle biologisch erforderlichen Daten enthält? Und sich weiter auch alle bedeutsamen, unnatürlichen Eingriffe oder Änderungen, denen ein lebendiger Organismus unterworfen wird, sich ebenfalls in der Biophotonenabstrahlung abzeichnen. Die Wissenschaftler müssen schon wieder einmal alles von einem für sie völlig neuen Standpunkt aus betrachten.

Die neue Erkenntnis von einer im Körper vorhandenen, durchgehenden Zellinformation ist fast so gewaltig wie seinerzeit die Feststellung des Galilei, daß sich nicht die Sonne um die Erde, sondern die Erde um die Sonne dreht. Man kann dazu auch sagen: In jedem Menschen lebt Göttliches.

Damals sahen sich die Gelehrten ebenfalls gezwungen, komplett umzudenken und brauchten lange Jahre, diesen neuen, für sie ungeheuerlichen Gedanken überhaupt erst einmal fassen zu können. Noch hat die Tragweite dieser Entdeckung niemand richtig wahrgenommen. Noch scheint sie allen zu hoch, zu fremd. Dir als Urzeitmethodiker fällt das Begreifen mit dem gesunden Menschenverstand leichter. Du sagst Dir nur: Trete ich meinem Hund auf den Schwanz, dann jault das andere Ende sogleich auf. Nicht nur das physiologische Bild der Lebewesen, sondern auch die psychischen, bisherigen Auffassungen sowie die Zusammenhänge von Körper, Geist und Seele sind von der Wissenschaft völlig neu zu überdenken. Wenn die Goethische Ahnung vom Verwobensein alles Lebendigen sich als unumstößliche Tatsache abzeichnet, dann verbieten sich alle unnatürlichen medizinischen Eingriffe in das menschliche Leben.

Dagegen sträubt man sich und diffamiert lieber den Erkenner Popp. Wer gibt schon zu, daß alles, was er vorher für richtig ansah und was er als richtig vertreten hat, sich plötzlich als falsch erweist? Wer bringt diese menschliche Größe auf, zu bekennen, daß alles neu zu sehen ist, was er gesagt und vertreten hat? Zumal dann, wenn er selbst es nicht war, der zu der neuen Entdeckung gekommen ist ... Aber:

Wer eine exakte und menschendienliche Medizin betreiben will, der kann nicht anders, als sich

den Beweisen von Popp zu unterwerfen. **Die Biophotonenstrahlung raubt der Medizin die bisherige allopathische Basis.** Wie alles Wahre ist sie einfach. Sie lag immer in der Luft: Spürt z.B. eine gesunde Zelle in Deiner Blasenmuskelwand zuviel Druck, flugs strahlt's nach oben in Deinen Kopf. Und von dort evtl. gleich weiter ins Schlafzentrum: Wach werden! Wasser lassen! Fassen wir zusammen:

Die Aura alles Lebendigen kann nicht länger mehr als ein Hirngespinnst abgetan werden.<sup>9968</sup>

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Da durch Lichtstrahlen alle Zellen eines Lebewesens miteinander verbunden sind und aufeinander reagieren, ist zu fordern, daß jedes Eingreifen in dieses feste Gefüge zuerst diesen Ganzheitszusammenhang zu bedenken hat. Wird dies unterlassen, so handelt die Schulmedizin wie die Alternativmedizin kunstfehlerhaft.** <sup>9836</sup>

Die Popp'sche Entdeckung hat damit die UrTherapie erstmals voll bestätigt und wissenschaftlich bewiesen! Nämlich, daß nur eine gleichzeitige und gemeinsame Behandlung aller körperlichen, geistigen und gefühlsmäßigen Funktionen des Menschen auf Dauer den innigen Verbund seiner Zellen wieder in Ordnung bringen kann. Zudem läßt die Biophotonenstrahlung nicht nur Körperzellen miteinander kommunizieren. Sie könnte auch ganze Gruppen von Lebewesenarten miteinander verbinden. Etwa Vogelschwärme, die nach Süden fliegen. Oder Ameisen. Oder die japanischen Makaken, die plötzlich damit anfangen, Wurzeln vor dem Verzehr zu waschen. Und in wenigen Wochen auch die Makaken am anderen Ende Japans damit beeinflussen, die das bislang nie Bekannte unmittelbar danach praktizierten...

Da die heutige Schulmedizin weder mit Medikamenten, noch mit Bestrahlungen, noch mit Operationen diese Forderung verwirklichen kann, ist sie für die Krankheiten kontraindiziert. Denn medizinische Eingriffe, die für einen bestimmten Teil des Organismus bestimmt sind, können nicht danach beurteilt werden, wie diese von den anderen Zellen aufgenommen und ob sie dem ganzen Körper dienlich verarbeitet werden. Trotzdem die wissenschaftliche Leistung von Popp anzuerkennen ist, sollte dies kein Grund für Dich sein, zukünftig auf die Wissenschaft zu hören. Denn in 100.000 Fällen führt sie die Menschen an der Nase herum, wenn sie ein einziges Mal zu einem richtigen Schluß gelangt.

Bleibt noch zu sagen, daß das Wissen um eine Aura, welche die Lebewesen umgibt, bereits im Buddhismus präsent war - nur war man damals nicht in der Lage, sie zu beweisen. Wie klug war es daher vom Buddhismus, aus diesem Ahnen um eine Aura, die Achtung vor allem Leben zu fordern. Also kein Tier zu töten und keine Pflanze unnötig zu vernichten.

**Unsere Welt wäre noch herrlich und in friedlicher Ordnung, wenn diese Lehre von den Menschen angenommen worden wäre. Anstelle der Gewalt, Krieg und Tiermord verherrlichenden Religionen des Islam und des Christentums...**

Wird Dir jetzt durch den großen Zusammenhang alles Lebendigen verständlich, warum



Buchen und Eichen besonders gut gedeihen, wenn sie nebeneinander stehen?

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/6/24.html> - **Update: 13.01.2000 15:58**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# 6. Kapitel. Einfach essen: wie in der Urzeit

## 6.25 Welche Stufe an Lebensqualität willst Du für Dich erreichen?

Nun liegt es ganz in Deiner Hand, wie krank Du bleiben oder werden willst. Die Möglichkeiten Deines Wohlergehens hast Du ab heute allein zu verantworten.

### 1. Großmeisterstufe der Lebensqualität (Mußt Du nicht unbedingt gewinnen)

*UrzeitKost mit geringem Fremdanteil - das Nonplusultra aller Ernährungsformen (für Schwerkranke bis zur vollkommenen Gesundheit zu essen unverzichtbar). Ergebnis: Wiedererlangen voller Gesundheit, vor Lebensfreude und Lebenslust strotzende Selbstsicherheit. Ab deren Beginn bleibender Zahnerhalt und geistige Durchsicht. Höchstes Alter erreichbar durch:* a) Wildpflanzen, Unkräuter, Blätter und Blüten von Baum und Strauch. (Wenn nicht verfügbar: Gräser.) Anteil 20% der Nahrungsmenge, der jedoch nicht sklavisch eingehalten werden braucht. Davon bis 50% iger Anteil an frischen Bio-Salaten, Grünkohl, Rosenkohl, Petersilie, Schnittlauch, Möhrengrün aus dem eigenen Garten oder Naturladen, weder mit Essig noch Öl oder Sahne angemacht.

b) Wildfrüchte (z. B. Mangos, Papayas, Guaven, Durian, Wildbananen, Vogelkirschen, Pflaumen, Sanddorn). Dazu heimisches Obst von Bäumen aus unbegifteten, nicht chemisch gedüngten Böden. (Möglichst wird nur eine Nahrungsart (außer Grün) gegessen.)

c) Wildbeeren (z. B. Brombeeren, Himbeeren, Waldbeeren, Walderdbeeren, Preiselbeeren, Berberitzen). Dazu Beeren aus kontrolliert biologisch-dynamischem Anbau oder eigenem, chemiefreien Garten. Frische und getrocknete Datteln, eingeweichte Feigen.

d) Früchte von Sträuchern (z. B. Hagebutten, Schlehen, Weißdornbeeren, Vogelbeeren). Der Anteil von b) bis d) etwa 75%. Die restlichen 5% stellen:

e) Frische Nüsse, Mandeln, Maronen, Sonnenblumenkerne, Kokosnüsse, Eicheln, Bucheckern.

f) Wurzeln, Sprossen (z. B. Topinambur, Bambus) und deren Mark. Dazu Möhren, Süßmais und Rote Bete aus kontrolliert biologisch-dynamischem Anbau oder eigenem, chemiefreien Garten.

g) Frische Samen (z. B. von Wegerich, Gräsern, Malven, Springkraut).

h) UrTrainings wird strikt eingehalten. Urzeitlauf: täglich.

i) Für ein erfülltes Liebes- und Gefühlsleben ist bestens Sorge getragen.

Schwer durchzuführen - ich geb's zu. Aber leicht einzusehen, daß es Dir jede Krankheit wegnimmt und Dich für immer gesund hält - das gibst Du hoffentlich zu.

## **2. Meisterstufe der Lebensqualität**

*Urzeit- und urzeitähnliche Nahrung - die jedem praktisch mögliche, beste Ernährungsform. Ergebnis: Störungsfreie Gesundheit, kurze Erkältung alle drei Jahre, kaum Zahnschwierigkeiten, geistige Klarheit und hohes Alter:* a) Stets 15%iger Anteil von UrPflanzen aus der Großmeisterstufe an der Gesamtnahrung. Davon bis 60%iger Anteil an frischen Bio-Salaten und Bio-Gemüsen.

b) 70% Bio-Früchte aus Naturgärten (wie Äpfel, Birnen, Zwetschgen, Kirschen, Pfirsiche, Reineclauden, Bio-Bananen). Dazu andere tropische Früchte.

c) Bio-Sonnenblumenkerne nicht älter als drei Monate.

d) Rohe Bio-Außenfeldsalate aus Naturgärten (Feld-, Endivien- und Pflücksalate, gemischt mit UrPflanzen bzw. Gräsern). Anteil nicht mehr als 50% bei den Wildpflanzen-Salaten, mit immer geringer werdender Salzbeigabe.

e) Rohes Bio-Gemüse und Wurzeln aus kontrolliert biologisch-dynamischem Anbau oder aus chemiefreiem, eigenen Garten (Rote Bete, Sellerie, Radies, Möhren, Pastinaken, Bio-Süßmais).

f) Frische Nüsse (bis drei Monate in Walderde gelagert). Viele leicht angekeimte Mandeln.

g) Bio-Rosinen und Korinthen, gelegentlich: eingeweichte Trockenfeigen und ungesüßte, getrocknete und frische Datteln als Zugabe.

h) Es wird viel UrTraining oder Sport betrieben.

i) Das Liebes- und Gefühlsleben ist von freudigen Erlebnissen bestimmt.

## **3. Gesellenstufe der Lebensqualität**

*Urzeitnahe Nahrung - die nach Gesundung noch akzeptable Ernährung. Ergebnis: Gute Gesundheit mit leichten Verdauungsstörungen, jährlichen Erkältungen, gutes Denkvermögen, vermehrt Blähungen, öfter Unwohlgefühle, Kopfschmerzen und einfachere Krankheiten. Das möglich erreichbare Alter ist leicht reduziert:* a) 50% Anteil von Obst und rohem Bio-Gemüse an der Gesamtnahrung. Früchteanteil überwiegend. Hin und wieder etwas Urpflanzen. Grünanteil mindestens 30-40%, da Kulturpflanzen zu geringen Eiweiß-, Vitamin-, und Mineraliengehalt besitzen.

- b) Gelegentlich: leicht gedünstetes Gemüse.
- c) Hin und wieder auch über drei Monate gelagerte Nüsse.
- d) Hin und wieder gekeimte Samen.
- e) Gelegentlich roh eingeweichten Sprißkornhafer, Hüttenkäse, Salz- und Pellkartoffel sowie grüne Reisbeilagen, gekocht.
- f) Wenig Salz und Distelöl am Salat, mit Yogurt angemacht.
- g) Gelegentlich Knäckebrot mit Hüttenkäse.
- h) Viele Früchte aus Feinkostgeschäften, Kaufhäusern und Supermärkten. Gelegentlich Einkäufe von Fabriknahrung.
- i) Rohes Fleisch von Wildtieren (im geringen Umfang bis dreimal jährlich). Oder vom Rind als Gehacktes mit leichtem Salzanteil.
- j) Gelegentlich wird UrTraining absolviert oder Sport betrieben. Öfters Streß im Liebes- und Gefühlsleben.

#### 4. Lehrstufe der Lebensqualität

*Urzeittolerierbare Nahrung - Ergebnis: Durchschnittliche Gesundheit mit Verstopfungen, stärkere Faltenbildung im Alter, Schwächeanfälle, Herz- und Kreislaufbeschwerden, Anfälligkeit für Gicht und Rheuma, Säureüberschuß durch Samen/Körner, Krampfadern, Venenentzündung, Hautkrankheiten wie Akne, Psoriasis, Neurodermitis-Afterjucken, Hämorrhoiden, Gürtelrose - 2/3 aller Krebsfälle und Belastungen durch Herzrhythmusstörungen entstehen im Verdauungstrakt. Plötzlicher Herzinfarkt möglich. Altersgrenze deutlich nach unten verschoben.* a) Wenig Anteil der Nahrung aus der Meisterstufe.

- b) Zusätzlich eingeweichtes Bio-Getreide, viele gekeimte Gerichte. Frischkornbreie. (Sollten als schwer verdauliche Stärkeprodukte nur ohne Zusätze und für sich allein gegessen werden, wenn man sie öfter zu sich nimmt.)
- c) Meist Nahrung der Gesellenstufe.
- d) Es wird kaum Sport betrieben. Das Gefühls- und Liebesleben läßt zu wünschen übrig.

#### 5. Versuchsstufe der Krankheitsüberwindung

**Gelegentliche UrzeitKost - die Ernährungsform der Wissenden, aber noch nicht Könnenden. Ergebnis: Schlechte, aber noch ertragbare Halbgesundheit, Diabetes, Rheuma, Hautleiden, Asthma, Darmleiden, Grippe und Erkältungen, Arthritis, Arthrose, früher Tod, Krebsrate 50% niedriger als normal. a) Nahrung wie in der Lehrstufe 4, aber mit**

**b) Kochgemüse, Kochkartoffeln. (Wer auf letztere nicht verzichten will, der gare sie wenigstens in einem Schonkochtopf. ®Rz.980/10)**

c) Viel Getreide.

d) Öfter Brot und Brötchen, aber noch keine Milch und Milchprodukte.

e) Kaffee, gelegentlich Bier oder Wein.

f) Überwiegend Vegan-Lebensweise, kein Fleisch, keine Fleischprodukte, aber schon einmal Eier.

g) Kein Sport. Um ein gutes Liebes- und Gefühlsleben kümmert man sich kaum.

## **6. Unterstufe vergeblichen Bemühens**

**Kaum UrKost - die Ernährung für Gesundheitsschnupperer. Ergebnis: Krebsrisiko um 40% erhöht. Halbgesundheit und Krankheiten der Stufe fünf. Dazu: Verstärkte Anfälligkeit für alle sonstigen Leiden. Die Säureüberschußwirkung des Getreides bringt vor allem Herzrhythmusstörungen, Krampfadern, Venenentzündung, Hautkrankheiten wie Akne, Psoriasis, Neurodermitis-Afterjucken, Hämorrhoiden, Gürtelrose, Verstopfung. Frühzeitiger Tod vorprogrammiert. a) Nahrung der 5. Versuchstufe.**

b) Zusätzlich: Milch, Butter, Nudeln.

c) Überwiegend vegetarische Eßweise mit vielen Salaten, normal angemacht.

d) Unbefriedigendes Liebes- und Gefühlsleben.

e) Es wird geraucht und Alkohol getrunken.

## **7. Vergiß-es-Stufe der völlig Willensschwachen**

**Null-UrKost - normale Zivilisationskost. Menschen, die glauben, sie werden von Krankheitsleid stets verschont bleiben. Ergebnis: Früher Tod, Siechtum, Verkrüppelung. Spätestens ab dem 50. Lebensjahr viele Krankheiten, die später chronisch werden. Alle Krankheiten der Stufen vier und fünf. Sterben meist in einer Intensivstation oder an einem Herzinfarkt. a) Normale Kost mit**

**b) vielen Fleischgerichten, viel Junkfood.**

**c) Trägheit, gelegentliches Aufraffen zu gesünderem Leben durch Essen eines Salates im Restaurant. Es reicht gerade zum Hinlegen von einigen Granny-Smith- oder Golden-Delicious Äpfeln in eine Obstschale, wo sie nach drei Wochen vergammelt weitere fünf Wochen liegen bleiben. Öfter Diätversuche nach Zeitschriftenanzeigen wie: »Abnehmen im Schlaf« oder »Nach Herzenslust essen und dabei abnehmen«. Liebes- und Gefühlsleben eingeschlafen.**

**d) Es wird gesoffen und gequalmt.**

## **8. Sich-kaputtmach-Stufe der Primitivlinge**

**Meist Junkfood aus Imbiß- und Hamburgerläden. Das Leben ist nur ausgerichtet auf Genuß und außergewöhnliche Suchterlebnisse.**

**Da rede ich über die Folgen, die auf solche PD- und PP- Menschen zukommen erst gar nicht.<sup>9978</sup>**

### **Die fünf UrKost-Standard-Gerichte**

**1. Obstsalat aus gemischten Früchten bereiten. (Dazu gehören auch Avocados.) Hinzu geben: Fein gehackte Feigen, Datteln, Korinthen oder Rosinen, frische Wildkräuter aller Art, (im Winter Taubnessel, Vogelmiere, Klee, fein zerschnittenes Gras).**

**2. Biosalat kurz vor dem Essen leicht zerzupfen und mischen mit frischen**

**Wildkräutern, zerdrückter Avocado. Dazugeben: Kümmel oder Kardamon, frischen Nüssen**

**oder Tomaten.**

**3. Wildkräuter mit Bio-Bananen (Schalen bereits schwarz-fleckig) zusammen essen oder in einer**

**Schüssel zerquetscht mischen.**

**4. Wildkräuter mit anderem Obst oder Beeren zusammen essen.**

**5. Wurzeln (Topinambur, Möhren, Rote Bete) mit frischen oder zur Frische mit Wässerung erweckten**

**Nüssen. Oder noch besser: Mandeln.**

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ⌘ = externe Datei · [Disclaimer / Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/6/25.html> - **Update: 13.01.2000 15:58**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# 6. Kapitel. Einfach essen: wie in der Urzeit

## 6.3 Wie bereitest Du Dir Deine UrKost richtig zu?

Am einfachsten ißt Du alles so: In der linken Hand das Obst, in der rechten das wilde Grün. Links reinbeißen, rechts reinbeißen, Mund schließen, bedächtig kauen, furchtlos schlucken. Willst Du es vornehmer, dann halte Dich daran: 1 Iß UrKost möglichst unzerkleinert.

1 Für Wildsalate zerzupfe das Grün möglichst mit der Hand, nachdem die Tunke oder Soße vorbereitet ist. Die kann bestehen aus:

a) etwas Quellwasser mit Zitrone vermischt plus Gewürzen wie Kümmel, Anis, Fenchel, Rosmarin, Oregano, Wacholderbeeren,

b) einer zerdrückten Avocado (für je eine Person), oder

c) zwei bis drei zerdrückten Bananen für je eine Person.

d) Als Zugabe sind wegen des besseren Geschmacks möglich:

2 Bio-Tomaten oder 1/2 Gurke oder Feld-, Kopf-, Endivien- oder Pflücksalate (biologisch) bis zur Hälfte der Wildsalatmenge.

Weitere feine Salatsoßen ® LV 7030

So machst Du den Wildsalat an, falls Du nicht die Wildkräuter einfach so von der Hand ißt:

### 1 Salat für zwei Personen

**1 Zitrone, 1/2 Tasse Quellwasser, frische Salatkräuter von Garten- oder Kapuzinerkresse, vom Rosmarinstrauch oder Kümmel, 1 Avocado, 1 Handvoll Gras, Farn o.ä. Urpflanzen. Um Partner und Kinder nicht gleich zu Beginn »schrecklicher Schweinefraß« brüllen zu hören, gib zu Anfang noch eine Prise Salz dazu. Laß die später immer weniger werden, sobald sie sich zuerst mal daran gewöhnt haben, daß Urpflanzen eßbar sind. Als Ersatz für Salz nimmst Du Kümmel oder Wacholderbeeren. Ganz pikant wird es, wenn Du frischen Meerrettich zugibst. Anstelle der Avocado kannst Du auch Bananen nehmen. Drei bis vier Stück für eine Person müssen es schon sein, die Du in Scheiben geschnitten zugibst.**



**Merke: Salat, der mit Salatsoße in Berührung kommt, macht alsbald schlapp. Die Blätter sind von einer feinen Wachsschicht bedeckt, die wässrige Lösungen - Regen wie Essig - abperlen läßt. Öl aber kann über kleine Öffnungen ins Innere der Blätter eindringen und dort den Zellen Luft und Wasser rauben. Öl tötet das ohnehin nicht frische Salatblatt ab, bevor Du es gegessen hast.**

! Für Obstsalate gilt:

Zerkleinere nur so viel als nötig an Früchten, Beeren und frischen Nüssen. Schneide Bananen in Scheiben oder Würfel. Damit der Salat saftig wird, presse eine oder zwei Apfelsinen aus. Zerkleinere das ausgepreßte Fruchtfleisch und gebe es dazu. Mische zerzupfte Wildpflanzen (etwa volumenmäßig die Hälfte) darunter. Noch feiner mundet es, wenn eine leicht zerdrückte Avocado zugegeben wird. So sättigt der Salat Dich auch mehr.

Merke, wenn Du etikettegemäß »vornehm« das Obst mit Messer und Gabel ißt:

Angeschnittene Äpfel, Birnen und Bananen verfärben sich braun. Das macht ein Polyphenoloxidase genanntes Enzym, was die im Obst enthaltenen Phenole durch den Sauerstoff aus der Luft zersetzt. Das Enzym verträgt jedoch keine Hitze, keinen Alkohol und keine Säuren. Du kannst also mit aufgeträufeltem Zitronensaft die Verfärbung hinauszögern.

! Iß Wurzeln möglichst für sich. Für Kaubehinderte gilt: Raspele z. B. drei mittlere Topinamburknollen und einen Apfel. Mische es miteinander, dann schmeckt es Dir besser. Etwas frische Kokosnuß darüber geraspelt, und Du kannst schon schwelgen.

» Ich höre immer, man soll die Nahrung so wenig wie möglich untereinander mischen.«

Wenn ich das auch noch anraten würde, bekäme ich keinen einzigen Menschen gesund. Für frische UrKost gilt das jedenfalls (mit einer Ausnahme) nicht. Der Körper wird damit fertig, auch wenn andere Verfasser (Shelton, Hay, Fry, Diamond) das nicht so sehen. Merke:

! Urpflanzen sättigen einfach mehr, wenn Du sie mit dieser herrlichen Avocado-Fettfrucht, die noch immer viel zu wenig bekannt ist, anmachst. Sie ist nur wenig vergleichbar mit anderen Früchten. Der hohe Ölgehalt, der sonst nur bei Nüssen und Oliven vorkommt, besteht bei ihr aus mehrfach ungesättigten Fettsäuren. Als UrMethodiker brauchst Du Dir in Zukunft mit all diesem beknackten Wissenschaftskram nicht mehr den Kopf vollzuhängen und kannst besseren und schöneren Gedanken nachgehen... Der relativ hohe Gehalt an Eiweiß, in dem alle acht essentiellen Aminosäuren vorkommen, und die überaus hohen Vitaminanteile, Mineralstoffe und Spurenelemente sind diesmal aber tatsächlich von ernährungsphysiologisch höchstem Wert. Wegen ihres geringen Natrium- und hohen Kaliumgehaltes ist sie besonders geeignet bei Bluthochdruck, Herz- und Kreislaufkrankheiten. Durch den geringen Anteil an Kohlenhydraten ist sie bestens für Diabetiker geeignet.

Am besten schmeckt die Frucht, wenn sie einem mittelfesten Fingerdruck am Stengelansatz nachgibt. Nach dem Aufschneiden solltest Du sie bald verzehren oder mit Zitronensaft

beträufeln, sonst oxidiert die Schnittfläche.

Avocados haben einen feinen, oft nicht beim ersten Probieren erkennbaren Geschmack. Auf alle mit Avocado zubereiteten Salate kannst Du - wenn Du »sehr satt« werden möchtest - Sonnenblumenkerne oder frische Nüsse streuen. Mein Tip zur UrKost: Wenn Dir die Wildkräuter mit Avokado-Creme zu eintönig sind, gib Dir frisch geriebenen Meerrettich darüber oder misch ihn unter. Das Nachreifen bei Papayas, Durian, Natur-Bananen, Mangos und Avocados ist üblich - vollreif sind sie nicht versendbar.<sup>7003f, 7008</sup>

Nahrungsmittel, die viel Stärke enthalten, wie die Topinambur, solltest Du möglichst allein für sich futtern, wenn Dir zu viel Blähungen unangenehm sind. (Außer mit grünen Wildpflanzen, die kann man jederzeit beschwerdefrei mit anderer Nahrung zusammen essen.) Wenn die Topis im März nicht mehr so gut schmecken, dann habe ich sie öfter mit Äpfeln zusammen feingerieben gegessen - ohne Beschwerden oder ein unangenehmes Gefühl im Magen zu bekommen. (Stärkehaltig sind: Topinambur, Bohnen, Linsen, Kartoffeln, Eicheln, Kürbis, Kokosnüsse und alle anderen Nußarten, alle Getreide, Möhren, rote Bete, Rüben.) Wer ein netter Mensch ist, berichtet mir mal darüber, ob er problemlos Stärkenahrung mit anderer UrNahrung zusammen gegessen verträgt und ob es bei ihm ebenfalls verstärkt zu Blähungen kommt, wenn er Topinambur zusammen mit geriebenen Äpfeln ißt. Ich bin mir nicht klar darüber, ob das ein Zeichen dafür ist, daß diese nicht einwandfrei verdaut werden.

Am späteren Abend ist jede Verdauungsarbeit für die beteiligten Organe eine Qual, auch wenn Du es nicht merkst. Deshalb iß nach 18.30 Uhr nichts mehr. Die Urzeitmenschen haben sicherlich auch keine Samen gesammelt, aufbewahrt und später dann gegessen. Wenn sie die Vorläufer unseres Getreides - den Grassamen - aßen, dann nur in frischem Zustand. Die Gorillas streifen den jedenfalls bei ihren Spaziergängen hin und wieder ab und essen ihn.<sup>4005</sup>

Gut zu essen ist Grassamen zusammen mit den saftigen Stengeln des Wiesenbärenklau. Oder mit mitgenommenen Avokados oder Bananen. Merke gut:

**Frisch heißt nicht, es nur aus diesem Grunde kaufen. Gewiß - es gibt frische Erdbeeren auch zu Weihnachten. Aber was müssen die voll Chemie stecken, wenn man sie um diese Zeit zur Reife bringen kann.**

Auch wenn die Pflanzen in die Blüte schießen, kannst Du noch alle ihre Teile essen (besonders knackig schmeckt z. B. der lange Blüten- und spätere Samenstengel des Löwenzahns und des Wegerichs).

»Müßte der Mensch nicht eigentlich auch stets nur das zu sich nehmen, was die Natur in den verschiedenen Jahreszeiten wachsen und reifen läßt?«<sup>6114</sup>

Grundsätzlich ja. Da der Mensch aber seine Prägung für die warmen Bereiche der Erde erhielt, war er von Urzeiten an gewohnt, stets die ihm bestimmten Nahrungsarten (Grün, Wurzeln, Nüsse und Früchte) zu allen Jahreszeiten zur Verfügung zu haben. Wenn Du alles immer nur frisch zu Dir nimmst, verwirklichst Du das ja. Kleine Ausnahmen, wie z.B. das Essen vorher

tiefgekühlter Datteln oder gelegentliches, sparsames Verzehren von Trockenfrüchten halte ich für tolerierbar. Deine hinter der Frage stehende Ansicht kann Dich bejahendenfalls allerdings in die Irre führen. Im Winter hieße das nämlich in den kälteren Gebieten: Da die Erde jetzt kein Grün und keine Früchte hervorbringt, brauche ich nur gelagerte Nahrungsmittel wie Kartoffeln und Getreide zu essen. Das aber wäre falsch. Früher im Winter aber, als die Menschen in den Kaltzonen der Erde wegen der Transport- oder Geldprobleme in den Städten keine frische Nahrung erhielten, könnte das ein Grund dafür gewesen sein, daß viele kein hohes Alter erreichten.

»Ich habe jetzt zum ersten Mal Deine UrKost probiert.

Soll ich mal ehrlich meine Meinung darüber sagen?«

Ich bitte darum.

»Ich bin enttäuscht! UrKost

schmeckt mir doch nicht!« sagst Du.

Meine ehrliche Antwort: UrKost schmeckt Dir *noch* nicht! Ist doch klar: Die war Dir doch bisher völlig fremd. Hat Dir vielleicht die erste Zigarette geschmeckt? Die einfachste Art, sich an eine neuartige Nahrung zu gewöhnen ist: immer wieder davon zu essen. Das erste Kebab hat Dir trotz Kochkost auch nicht direkt wie Dein Lieblingsgericht geschmeckt, oder?

»Wie komme ich denn auf einen Grünpflanzenanteil von mindestens 20%? Das scheint mir am schwierigsten zu sein.«



Den ersten Strauß Grün pflückst Du Dir beim Morgenlauf =2%. Das zweite kleine Frühstück besteht nur aus Obst =0%. Das dritte aus Wildgrün und Avocado =8%. Als viertes eine Wildsalatmahlzeit =6%. Das fünfte Essen könnte aus Wurzeln bestehen =0%. Als sechste Abendmahlzeit ißt Du zwecks Hungerausschaltung ein Gemisch aus Obst und Grün =4%. Und schon hast Du 20% Grünanteil an Deiner täglichen Nahrung erreicht, den die UrzeitTherapie für Dein Gesundwerden und Dein ständiges Gesundsein für erforderlich hält. Statt zwei bis drei große, lieber sechs kleinere Mahlzeiten! Dann bleibt der Blutzucker stabil, die Bauchspeicheldrüse schüttet weniger vom Fett- und Hungerhormon Insulin aus. **Wenn**

**Du auf meinen Rat nichts gibst, unbedingt Wildpflanzen zu essen, um gesund zu werden und es zu bleiben, dann müßtest Du eigentlich wegen der Minderwertigkeit des Kulturgemüses den Grünanteil Deiner Nahrung auf 40% der Nahrungsmenge steigern (statt ihn wie bei den Urzeitpflanzen auf empfohlenen 20% zu halten) und beim Mischen von Bio-Gemüse mit Wildpflanzen auf 30% bringen, um den nötigen Eiweiß- und**

## **Chlorophyllanteil zu decken. Was auf die Kosten von Obst geht. Willst Du das? Willst Du wirklich auf die vielen leckere Früchte verzichten?**

»Ob ich jemals mit Deiner Art von Wildpflanzennahrung zurechtkomme?«, fragst Du.

UrKost ist keine erdachte Nahrungsart von mir, dem Verfasser dieses Buches! UrKost ist nicht *mein* Vorschlag, wie Du Dich am besten ernähren sollst - es ist die von *Gott* Dir

zugeschickte Art der Nahrung, also göttliches Essen, falls Du an Gott glaubst. Wenn nicht, so ist es das Dir von der Schöpfung zugeschickte Essen.

»Tja, wenn Du das so siehst, muß ich mich ja wohl dranhalten. Was mir noch Kopfzerbrechen macht: Wie soll ich den Anteil berechnen? Nach Volumen, nach Gewicht?«, fragst Du.

**Einfach nach Deinem Gefühl. Soweit wollen wir es nicht kommen lassen, daß wir auch noch auf der Waage abwiegen, wieviel Grün und Obst wir nehmen. Die Hauptsache ist, Du gewöhnst Dich erst mal an das rohe Essen der Wildpflanzen. Sieh das alles etwas großzügig.**

»Ich krieg' morgens früh einfach nichts runter außer 'ner Tasse Kaffee«, sagst Du. «Und da soll ich mich schon an Obst und Grün sattessen?«

Aber ja! Warum denkst Du denn, daß die UrMethodik als Ganzheitstherapie aufgebaut ist? Wenn Du Dich nach ihr und der Vorgabe unserer Affenbrüder richtest, dann ißt Du ja nach 19.00 Uhr nichts mehr. Und dann ist die UrKost bis zum Einschlafen längst gut verdaut. Dann bist Du direkt gierig danach, früh gegen 7.00 Uhr etwas Saftiges zu essen. Hast Du aber wie gewöhnlich noch spätabends die Schlechkost gefuttert, die sich oft erst gegen Mittag aus Deinen Därmen herausgequält hat, dann ist es kein Wunder, daß Du um 7.00 Uhr noch keinen Hunger verspürst.

Willst Du aber mit Deinem Schatz ab und zu mal eine romantische Mondnacht genießen und Hunger überfällt Dich, dann kannst Du auch noch um 24:00 Uhr 'ne Kleinigkeit Obst essen - das wird auch dann noch gut verdaut.

Bei der UrKost kannst Du grundsätzlich so essen, wie Du Lust hast. (Nur eben das Richtige!) Überleg Dir nur den Unsinn, punkt 12 Uhr zu Mittag zu essen! Und dann auch noch so viel auf einmal. Freie Persönlichkeiten lassen sich nichts vorschreiben. Auch nicht, wann sie essen sollen. Nach meinen Erfahrungen ist es am zweckmäßigsten - weil so nie Hungergefühle aufkommen - UrKost mindestens sechsmal täglich oder öfter zu essen. Ein Happen mal zwischendurch ist für Menschen, die gerne essen, zusätzlich jederzeit drin. Nur bei den Diabetikern weiche ich von dieser Regel ab. Sie sollten mindestens alle Stunde etwas UrKost zu sich nehmen, wenigstens für die erste Zeit. So wird dem Körper niemals mehr Insulin abverlangt, als er (zur Zeit noch) zu produzieren in der Lage ist. Die Wirkstoffe der UrKost und das durch Fasten verminderte Gewicht bringen dann schnellstens die Bauchspeicheldrüse wieder zum Arbeiten.

»Wäre es nicht genug, wenn ich die Dinge nicht so streng sehe und es mit den Makrobioten oder dem Ernährungsprofessor Kollath halte, der das gut sättigende Getreide und teilweise Gekochtes empfahl und der etwas milder als Du meinte: »Laßt Natürliches soweit als möglich natürlich sein«?

Herrje! Wann geht das denn endlich in Deinen Schädel?: Meine Forderung - und das meint auch die Forderung der Natur, da ich hier für sie zu sprechen versuche - steht höher. Und sie lautet:

Laß das Natürliche nicht nur soweit als möglich natürlich sein, sondern laß es vollkommen natürlich sein! Und iß es darüber hinaus genau so, wie es wahrscheinlich die Urzeitmenschen gegessen haben!

Mein Anliegen mit diesem Werk ist, Dir hundertprozentige Gewißheit darüber zu geben, was Du richtig in Deinem Leben zu tun hast. *Was* Du aber dann tatsächlich tust und wem Du folgst, das ist später Deine Sache! Ich lege Dir hier mit meinem Buch eines vor, das Schwerkranke in kürzester Zeit wieder fit machen will. Da ist es mit Halbheiten nicht getan. Ich geb' Dir ein Beispiel: Nicht mit Chemie behandeltes Holz ist etwas völlig Natürliches. Wenn Du mit diesem umgehst, hast Du nichts von ihm zu befürchten. Wenn Du es aber sägst, dann ist der dadurch entstehende Holzstaub sicher noch »soweit als möglich natürlich«! Doch auch Natürliches kann schaden, wenn es auch nur ein bißchen unnatürlich behandelt - in unserem Falle zersägt wurde: So führt das Naturprodukt Holz in Form seiner Zerkleinerung (und so in seinem, in der Natur nicht vorkommenden Zustands von Holzstaub) zu Nasennebenhöhlen- und Drüsenkrebs. Sägewerker und Schreiner tragen jedenfalls ein 230fach größeres Risiko als andere Menschen.

»Rätst Du auch von einem Müsli ab, weil das nicht vollkommen natürlich ist?«

Aber ja! Einmal, weil da meist Haferflocken (mit 200 Grad Hitze gedörnt), Rohzucker, Malz und andere unnatürliche Dinge drin sind. Und weil es aus einer Fabrik stammt. Oder von Köchen. Oder von Dir und dann meist mit Milch oder Sahne angemacht wird. Was schlecht, sehr schlecht ist.

Der gute Dr. Bircher-Benner wird sich im Grabeumdrehen, wenn er das hört!« meinst Du.<sup>8309</sup>

Ach was, das war ein kluger und aufgeschlossener Mann. Dem traue ich zu, daß er in seinem Züricher Sanatorium<sup>8309</sup> die UrKost gleich mit aufgenommen hätte! Dem ging es damals nicht um Profit, dem ging es um das Gesundwerden seiner Patienten. Das war noch ein edler Mensch. Wie sein Sohn Ralph. Wie auch der leider das Getreide preisende Are Waerland. Nicht mal im Reformhaus kannst Du viel für Dich als Kranken zu essen kaufen, es sei denn unbehandelte Datteln, Feigen, Sonnenblumenkerne und Nüsse oder biologisches Obst. Von all der dort angebotenen Büchsenahrung, den Fruchtschnitten, dem Bio-Joghurt, der Bio-Margarine, dem zweidrehigen Sauerkraut und den Körnern laß die Finger, falls Dein Ziel noch

immer das Gesundwerden ist. Auch die süßen Fruchtschnitten stellen für die Verdauung störende, naturwidrige Mischungen aus Honig, Haferflocken, Kakaopulver, Fruchtexttrakten usw. dar.

Im Naturladen dagegen findest Du meist Idealisten. Da bist Du besser bedient als in Reformhäusern, die noch lange nicht immer rein biologische, einwandfreie Sachen in den Regalen stehen haben! Ich denke da nur an das bleiche Mandelmus, der ganze lebensarme Kram aus Sojaprodukten (Aufstreichpasten, Kunstwürste usw.), alles in Büchsen erhitzt und mit Meersalz und anderen, unnatürlichen Zusätzen versehen. Doch auch im Naturladen wähle mit Bedacht. Laß Dir dort und bei Kuren nicht tote Nahrung in Form von Trockenobst unterschmuggeln, weil dieses zuvor - um übertriebenen hygienischen Ansprüchen zu genügen - noch einmal gewaschen und bei 60 Grad Celsius getrocknet sowie zusätzlich noch bei minus 40 Grad Celsius schockgefroren wird, damit Eier von Schädlingen abgetötet werden. Diese Nahrungsmittel sind dann, wie die Parasiten, ebenfalls abgestorben.

Ähnliches geschieht mit den Salatbeigaben Obstessig und Öl. Auch Essig wird, um Fehlgärungen zu vermeiden, vor der Gärung erhitzt - ist also tote Nahrung. Und die sollten UrKöstler meiden!

»Jetzt muß ich aber Einspruch erheben. Wie kannst Du denn das natürlichste auf der Welt, das Meer und das Salz daraus als unnatürlich bezeichnen?«, fragst Du empört.

Weil das Meersalz nur im Meer natürlich ist. Aber nicht auf Deiner Speise und in Deinem Magen. Muß es nicht aus dem Meer in großen Anlagen extrahiert werden? Na, sind wir uns wieder einig?

### Gesundheitsgesetz

**Du bist in dem Maß gesund, wie Du die UrMethode bei Dir verwirklichst.**

»Du sprichst hier gar nicht davon, daß man zwischen Eiweiß<sup>6029</sup> und Kohlehydraten streng trennen soll, wie das die Diamonds in ihrem Bestseller "Fit for Life" und ebenfalls alternative Forscher raten«, sagst Du.

Den Diamonds ist es als hoher Verdienst anzurechnen, daß sie viele Menschen wenigstens zu einem gesunden Frühstück bringen: nämlich zum Obst. (®Rz.967/4) Aber:

Die Ansichten der alternativen Forscher über basische und Säure-Verdauung sind nicht deshalb glaubhafter, weil sie von der alternativen Szene für sich in Anspruch genommen werden. Für mich sind sie nicht so ganz nachvollziehbar. Es ist durchaus drin, daß unser Magen säurebildend und zugleich basisch verdauen kann. Denn wäre das nicht möglich, würden die Schlechtkostesser nicht so verhältnismäßig lange mit dieser Nahrung zurecht kommen. Und: Der Magen produziert minimal Säure - also ist er darauf eingerichtet. Wenn wir auf unsere Nahrungstabellen blicken, so erkennen wir, daß auch die dem Menschen bestimmten Wildkräuter und Nüsse oft zu gleichen Anteilen Kohlenhydrate und Eiweiß in sich

vereinen. (©Rz.987) Bereits die Muttermilch enthält Kohlenhydrate und Eiweiß. Und die Babys vertragen es jahrelang bestens!

Du erkennst: Darauf kommt es an! Es kommt darauf an, ob Leber und Darm gesund sind. Sind sie das nicht, dann können die Verdauungsorgane die Nahrung nicht richtig aufschließen und reagieren sauer. Sauer reagieren Fleisch, Eier, Getreide, Käse, Milch, Fisch und Nüsse, was nun nicht heißt, daß Du jetzt keine Nüsse mehr essen sollst. Einmal, weil Dein Körper ja auch Magensäure produziert. Und weil diese nur eine schwache saure Reaktion bewirken, während Kokosnüsse sogar basisch verdaut werden sollen. Bedenke aber:

Das alles gilt nur für einen gesunden Darm. Ein kranker Darm verdaut alles sauer! Ich bin zudem nicht gut auf einen solchen Kram wie Teststreifen-Messung und Palavern über ein Säure-Basen-Gleichgewicht zu sprechen. Das alles ist graue Theorie, die der eine so, der andere so auslegen kann. Gib um solche Diskussionen nicht allzuviel. Halte Dich nur an das, was die Natur Dir hier durch dieses Buch sagt und vergiß, was sich Menschen zur Ernährung alles haben einfallen lassen. Dann machst Du es immer richtig. Achte lieber darauf, daß Du alles Natürliche frisch, ungedüngt, ungespritzt und ungekocht ißt - alles andere ist ziemlich belanglos.

»Wieso ungedüngt?« fragst Du.

Weil die Kunstdünger- und Tiergülle-Landwirte heute viel zu viel Stickstoff auf die Felder bringen. So aufgeplusterte Pflanzen verhindern, daß Deine Knochen genügend Kalzium aufnehmen: Knochenabbau (Osteoporose) droht! Wenn Du dann noch Limonade und Cola trinkst und Fleisch und Wurst ißt, wird auch noch vorhandenes Kalzium ausgeschwemmt.

Schon in der Muttermilch finden sich sowohl Eiweiße als auch Kohlenhydrate. Ich meine: Der menschliche Körper ist darauf eingerichtet, die verschiedenen Stoffe gleichzeitig aufzuspalten und für sich nutzbar zu machen. Gelangen die im Mund und Magen vorverdauten Speisen in den Dünndarm, werden sie mit Verdauungssaft vermengt, der in der Bauchspeicheldrüse erzeugt wird.

Dieser Verdauungssaft enthält bestimmte Enzyme: Carbohydrasen, die Kohlenhydrate verarbeiten; Esterasen, die sich der Fette annehmen, Proteasen, die die Eiweiße in die lebensnotwendigen Aminosäuren aufspalten. Laß mal gut sein: Die UrKost ist schwer genug in die Praxis umzusetzen - Dich auch noch mit dem Aufteilen von Nahrungsstoffen abzugeben halte ich für unsinnig und unnatürlich.

Die Affenmenschen essen ebenfalls wie es kommt: die kohlenhydratenhaltigen Früchte zusammen mit den eiweißhaltigen Blättern.

Noch niemand, der sie beobachtet hat, hat je bemerkt, daß sie jemals auch nur den geringsten Widerwillen gegen das Essen von Naturgrün besaßen. Merke Dir:

Wenn Du Wildkräuter ißt, kannst Du sie jeden Tag ohne Widerwillen zu Dir nehmen. Jetzt denk nur mal, Du würdest jeden Tag Mehlknödel essen müssen! Die wärest Du schon am dritten Tag leid. Früchte und Wildpflanzen kannst Du dagegen täglich essen, ohne sie leid zu werden. Erkennst Du jetzt die Richtigkeit dessen, was ich Dir über die Programmierung des Organismus auf das Natürliche sagte?

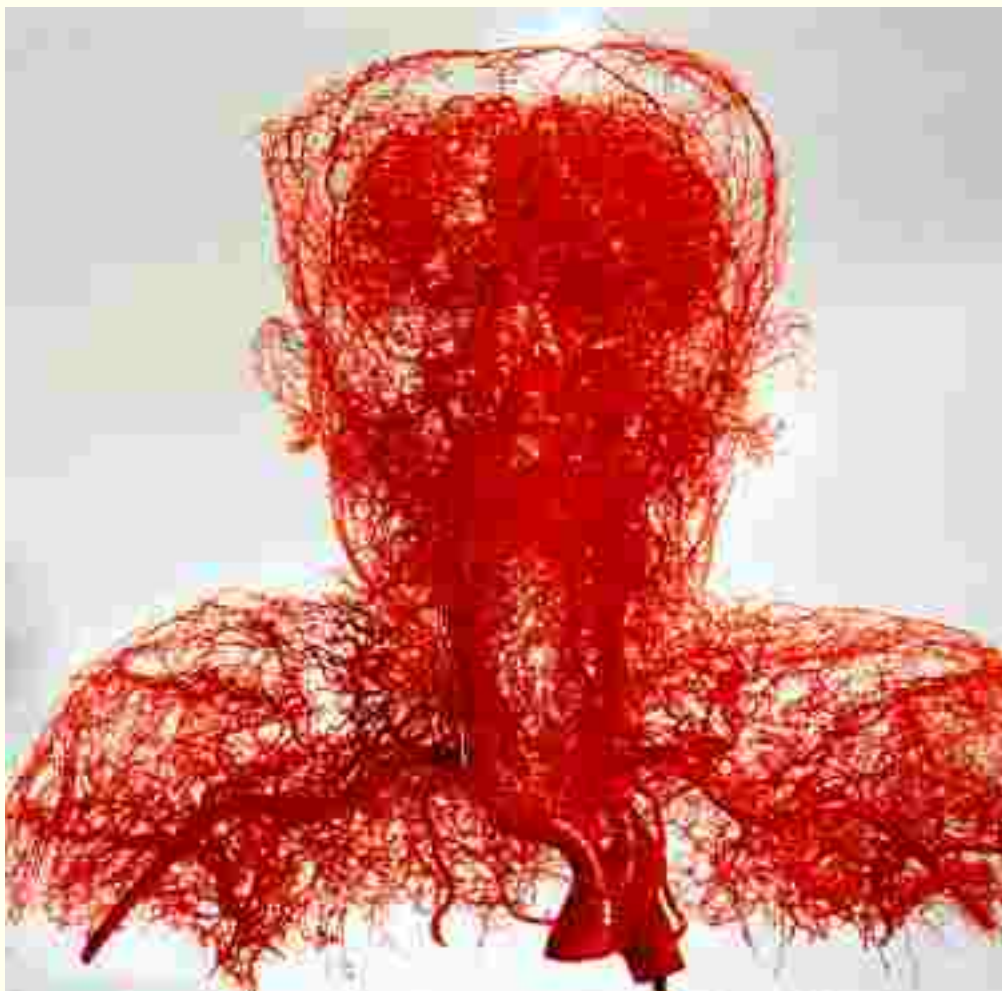
Vergiß also nie die eiweißhaltigen Wildkräuter - wie die Affenmenschen das auch in der Wildnis halten!

»Und warum?«

Weil der Körper sich nur Reserven von Vitaminen, Kohlehydraten, Mineralien und Fetten schaffen kann - aber nicht von Eiweiß! Gib Deinem Körper deshalb immer genug Eiweiß, damit er sich frisches Chlorophyll zuführen kann.







Hier habe ich für Dich nur mal die arteriellen Blutgefäße eines Menschen nach dessen Tod darstellen lassen. Du erkennst, wie die großen, kleinen und kleinsten Äderchen Deinen Körper durchziehen - ein Wunderwerk der Schöpfung! Und das willst Du durch zu wenig Bewegung und zu viel Schlechtkost zukleistern und so Deinen frühen Tod durch einen Schlaganfall in Szene setzen?

»Was mich mal wirklich

interessiert: Wie kommen solche Fotos zustande?«, fragst Du.

Durch Gefäßausgußtechnik. Da wird beim Leichenpräparat ein farbiger Kunststoff in die Arterien (rot), Venen (blau) oder Luftwege (gelb) injiziert. Sobald der Kunststoff erhärtet ist, wird die organische Substanz weggeätzt. Übrig bleibt das filigrane Netzwerk der Hohlräume. Ein unglaublich aufwendiges Verfahren, wie Du Dir denken kannst. Aber was tue ich als Verfasser nicht alles, Dich zu motivieren, damit Du gesund wirst und es bleibst. Ich kann doch hoffen, Du interessierst Dich bald mehr für Dich und das Sauberkriegen Deines verschlackten Körpers, denn für technische Details meiner Abbildungen im Buch...

Diese Großmeister 2000 jähriger, vergeblicher, betrügerischer Hoffungsmache kennen dieses millionen Meter lange Netz Deines Adernsystems besser als Du und veröffentlichen doch frech:

### **Genmanipulierte Zellen gegen Alzheimer und Parkinson**

**Fünf bis zehn Jahre könnte es noch dauern, dann lassen sich möglicherweise neurodegenerative Krankheiten wie Morbus Alzheimer oder Morbus Parkinson mit Genterapie angehen, und zwar durch Implantation gentechnisch manipulierter Zellen. (Ärzte Zeitung 2/7.1.1995/16)**

Da setzen sich feinste Blutäderchen zu, da verschrumpelt bei Alzheimer die Gehirnmasse und die wollen mit ein paar winzigen, 1/100.000 mm großen, Genen das wieder in Ordnung

bringen... Und Du nimmst es ihnen ab, weil sie Dir seit Jahrtausenden weiszumachen vermögen, daß Du selbst nichts tun kannst und tun sollst, aktiv Deine Krankheit anzugehen.

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) (Important note!) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ☒ = externe Datei · [Disclaimer / Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/6/3.html> - **Update: 13.01.2000 15:58**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# 6. Kapitel. Einfach essen: wie in der Urzeit

## 6.31 Die UrKost bewahrt Dich vor dem Massenmenschen-Dasein

*»Wer zur reinen Quelle will, der muß gegen den Strom schwimmen« (Nietzsche)*

»Wenn ich Deine Essensweise aufnehme, verliere ich nicht nur einen guten Teil meiner bisherigen Lebensqualität, sondern auch im Nu alle Freunde«, sinnst Du. »Wie kann eine Nahrung gesund sein, wenn ich dadurch ins soziale Abseits gerate? Deine Vorschläge sind nur schwer mit einem normalen Leben in der Gesellschaft vereinbar.«

Sicher - aber wenn es in der Gesellschaft völlig normal ist, daß man seine Kinder schon in jungen Jahren durch Gehirntumore verliert, seinen Partner plötzlich durch einen Herzinfarkt, und man selbst wegen Rheuma die Finger nur noch unter größten Schmerzen bewegen kann, dann will ich für meinen Teil gerne auf ein solch »normales« Leben verzichten. Was Deine bisherige sogenannte Lebensqualität betrifft: Das war wohl eher mehr Quantität, aber wenn Du es so siehst - gut. Dagegen steigt die Qualität Deines Lebens ganz gewaltig wieder dadurch an, daß sich Dein Selbstwertgefühl - Deine Krankheit aus eigener Kraft überwunden zu haben - bis in die Wolken erhebt.

Ich will Dir mal was sagen: Wenn Du Deine Freunde deswegen verlierst, weil Du jetzt anders ißt oder statt Bier Fruchtsäfte trinkst, dann hast Du nicht viel an ihnen verloren. Du solltest Dich dann einmal fragen, ob Du überhaupt echte Freunde besitzt. Was meinst Du: Wer von Deinen »Freunden« würde Dich notfalls in seine Wohnung aufnehmen? Wer würde Dir in einer Notlage Geld leihen? Wer würde Dir helfen, wenn Du krank und bettlägerig wirst? Wer von ihnen spricht Dir nicht nur Mut zu, wenn es Dir mal dreckig geht, sondern hilft tatkräftig? Kannst Du Dir vorstellen, daß einer von ihnen Deine Kinder bei sich aufnimmt, wenn Du mal länger weg mußt? Frage Dich weiter: Würdest Du mit dem Dir am nächsten stehenden Freund zusammenwohnen wollen? Hättest Du noch Freunde, wenn Du eine Weile nichts für sie tun würdest? Kannst Du zu Deinen Freunden aufrichtig sein? Ihnen erzählen, wie Du bei der Steuererklärung gemogelt hast? Kannst Du mit ihnen behaglich zusammen schweigen? Vielleicht stellt sich der Verlust gewisser Freunde und Bekannter sogar als wohltuend für Deine Ruhe und den Familienfrieden heraus... Sich mal etwas absetzen kann sehr erholsam sein.

Vielleicht sind Deine Freunde auch nicht mehr als Sauf- und Unterhaltungskumpane, auf die Du nicht nur gut verzichten kannst, sondern sogar besser noch verzichten solltest!

Gute Freunde werden nicht pikiert über Deinen neuen Lebensstil sein. Sie werden höchstens sagen: »Ich würde es auch gerne so machen, kriege meinen Mann/meine Frau aber nicht dazu.«

Oder Du sagst: »Ich stehe zu der einzig richtigen, unsere Erde retten könnenden, Lebensart. Wenn Dich das stört, dann ist das Dein Problem.« Leider ist dies meist die Wirklichkeit:

Selbst beste Freunde ertragen Deine Stärke nicht. Meiner hängt mir ständig in den Ohren: »Komm, iß was mit. Einen Underberg danach und Dein Magen rebelliert nicht mehr!«

Die beste (mollige) Freundin meiner Frau: »Nein, Du bist wirklich zu dünn! Gibt Dir Dein Mann nicht genug Geld fürs Essen?«

Und dann die liebe Verwandtschaft! Wie die sich hinter Deinem Rücken das Maul zerreißen... Also, ich pflege Familienbande nicht allzu sehr und allzu gerne. Man kann das Wort »Bande« auch noch in einem anderen Sinn verstehen...

Das solltest Du längst wissen: Homo hominis lupus est - Der Mensch ist der Wolf des Menschen. Im Grunde genommen stehen wir alle sehr einsam und allein da. Doch wer sich für UrKost entscheidet ist eine starke Persönlichkeit. Und eine solche gibt nichts um Ignoranten. Zudem zeigt die Rohköstlerstudie der Universität Gießen, daß es mit dem angeblichen sozialen Abseits gar nicht stimmt. (® LV 6534b)

Nun tu endlich das Beste für Deinen Körper! Ich gebe ja auch mein Bestes für Dich hier in diesem Buch. Ich hoffe wenigstens, *Du* merkst es!

Es gilt, die eigenen Minderwertigkeitskomplexe zu überwinden. Nicht zu glauben, daß Du nur etwas bedeutest, wenn Dich andere loben. Deine Leistung im Leben bleibt bestehen, auch wenn Du nicht genau so lebst wie die anderen. Leiste also was, dann werden sie zu Dir aufsehen. Dazu bist Du mit der Gesundkost besonders fähig, die Dir klares Denken verschafft. Aber auch wenn Du nichts leistest, mußst Du Dich noch lange nicht vor den anderen ducken und sie um ihr Wohlwollen anwinkeln, um mit ihnen Hoch-die-Tassen grölen zu können - und das aus bloßer Anhänglichkeit an alte Bekanntschaften.

**Es gibt besseres als Essen, das uns kaputtmacht! Oder willst Du lieber für Deine Freunde krank und elend sein? So schön sind die doch wohl nicht! Du warst bislang unwissend. Das ist jetzt vorbei. Ein neuer Lebensabschnitt ist angebrochen. Du hast jetzt allen Grund stolz zu sein, weil Du Dich aus der Masse erhebst, mit der Du nicht mehr mittrottest.**

Und was Du Dir nicht alles ersparst, wenn Deine Freunde nicht mehr zum Essen zu Dir kommen: WC, Küche, Wohnzimmer vorher auf Hochglanz zu bringen, die überall

herumliegenden Kindersachen wegzuräumen, das Vorgärtchen schnell noch auf Vordermann bringen, und und und...Such Dir also neue Freunde und Bekannte, wenn sich für die alten das Leben nur im Fressen, Saufen und Fernsehen erschöpft, wenn sie blind geworden sind für bessere Werte. Du mußt vor der Dummheit keinen Kniefall machen! **PM-Seite**

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Alles fließt. Bleib Du nicht reglos stehen. Entwickle Dich. Schau nicht bedauernd zurück, was Du hinter Dir läßt. Schau vorwärts, wo Dich Besseres erwartet.**

Du lebst doch nicht dafür, um genau so zu sein, wie Dich andere am liebsten haben möchten: immer angepaßt, schön normiert, leicht handhab- und dirigierbar. Damit *die* sich immer wohl fühlen und sie keiner beunruhigt, der klüger lebt, der in ihnen keine Schuldgefühle erregt und auch noch zeigt, daß er seine Kinder im Griff hat und sie zu starken Persönlichkeiten durch Verzicht auf Schlechtes schafft.

Statt Dir das ewig gleiche nichtssagende Geschwätz und deren Besserwisserei Deiner Bekant- und Verwandtschaft anzuhören, lade Dir doch die bedeutendsten und unterhaltendsten Geister unserer Zeit an den Tisch. Nicht persönlich, aber in ihren Büchern entbieten sie Dir ihre schönsten, faszinierendsten, beglückendsten Gedanken. Ergötze Dich an den skurillen Gedichten eines Christian Morgenstern, der sprachlichen Brillanz eines Thomas Mann, den Studien eines Jean Jaques Rousseau, dem sprühenden Witz eines Bernhard Shaw. Du willst doch nicht sterben, ohne von diesen Köstlichkeiten geistiger Nahrung wenigstens einmal genascht zu haben, oder? **Es wird Dir dann wie Schuppen von den Augen fallen: Je mehr sich Deine Freundschaft mit guter Literatur vergrößert, je kleiner wird die Zahl der Menschen, mit denen Du noch zu tun haben willst:** Statt Dir länger die dummen Worte Deiner Verwandten anzuhören, stütze Dich lieber auf die Worte weiser Menschen:

*Wer die Gesundheit erwerben will, der muß sich von der Menge der Menschen trennen; denn die Masse geht immer den Weg gegen die Vernunft und versucht immer, ihre Leiden und Schwächen zu verbergen. Laßt uns nie fragen: Was ist das Übliche, sondern: Was ist das Beste! (Seneca)*

Und wenn Du weißt, was das Beste ist, dann nimm es voll auf! Und verzichte danach auf die Halbheiten! Sag mir eins: Was kann es für Dich als kranken Menschen oder mit 50 Jahren unausweichlich krankwerdenden Menschen Besseres geben, als Dich Deiner Gesundheit zuzuwenden? Freunde und soziale Bindungen können da ruhig an zweiter Stelle stehen.

Übrigens: Jeder steht im Abseits, der eine andere Meinung als die der Masse vertritt. Die Christen standen anfangs auch im sozialen Abseits, weil sie einen Menschen zum Gott machten. Heute ist es normal, Christ zu sein.

Mit dem sozialen Leben meinst Du wohl Partys, Geburtstagsfeiern, Betriebsausflüge, Kegelabende, Einladungen usw. Nun - Du mußt Dich doch hier nicht ausschließen. Du bestellst eben statt eines Fleischgerichts einen Salatteller, aber: »Bitte ohne Salz - ich habe zu

hohen Blutdruck«.

Für Sonnenblumenkerne hast Du immer ein kleines Beutelchen dabei, die streust Du drüber und wirst damit so satt wie die anderen. Hast sogar die Lacher auf Deiner Seite, wenn Du neugierige Frager nach den Sonnenblumenkernen so bescheidest: »Die eß ich wegen des hohen Vitamin-E-Gehaltes! Ihr glaubt gar nicht, wie unheimlich das die Liebesdrüsen anregt!«

Ist ein kaltes Buffet aufgebaut, ißt Du die Obstgarnierung und die zwischen den Fleischplatten liegende Petersilie - und vergißt diesmal, daß die nicht biologisch angebaut wurde. Aber da sind noch all die Geburtstagsseinladungen, die sich da bei uns eingebürgert haben. Wo Dutzende von Gästen und Kinder auf Deinen Nerven und guten Teppichen herumtrampeln. Da fällt es doch gar nicht auf, wenn Du und Deine Familie sich schon vorher an Gesundkost sattgegessen haben. Oder wenn ihr Euch einzeln nacheinander zwischendurch zum Essen in ein abschließbares Zimmer verdrückt. Soll nach einem Begräbnis das Fell versoffen werden, dann winkst Du ab: In letzter Zeit macht mir die Leber wieder soviel Schwierigkeiten.

War es üblich, nach dem Sport noch einen zu heben, dann erklärst Du, daß Du diesen Abend Deiner Frau versprochen hast, tschüß! Lieber als Pantoffelheld gelten als später leiden! Oder Du erklärst, der Arzt hat Dir ab sofort strikt den Alkohol verboten.

**Du mußt abwägen. Mit weniger von Vorurteilen behafteten Freunden und Bekannten kannst Du oft ganz offen reden. Ein kleiner Trick: Einer Bitte verschließt sich kaum einer. Wenn Du so oder ähnlich sagst: Ich wurde davon überzeugt, daß mich eine gesündere Ernährung wieder gesund macht. Das wird aber hart für mich und strapaziert unsere Beziehung ziemlich. Deshalb bitte ich Dich, hilf mir mit etwas Verständnis über diese Zeit hinweg, damit keine Kluft zwischen uns entsteht. Ich schätze Dich doch so sehr.**

Deiner Partnerin bringst Du schonend bei: »Ich liebe Dich ja nicht, weil Du mir immer so was Leckeres machst, sondern weil Du mir soviel bedeutest.«

Bleiben noch die lieben Nächsten. An erster Stelle die gute Mutti, die nie verstehen wird und will, wenn Du das von ihr mit Liebe gekochte Leibgericht mit der Bemerkung: »Ich eß nur noch roh«, zurückweisen würdest. Aber auch das kannst Du hinkriegen. Indem Du, auf die Verehrung der weißen Götter bei älteren Damen bauend, sie anrufst: »Hallo Muttilein, eine freudige Mitteilung! Du weißt doch, wie sehr ich immer unter meiner schlimmen Krankheit gelitten habe. Was meinst Du wohl, seitdem ich bei dem Naturheildoktor Konz in Behandlung bin und nach dessen Diätvorschriften lebe, geht's mir von Tag zu Tag besser. Ich muß diese Spezialdiät leider aber strikt einhalten, sonst kann ich schnell einen schlimmen Leidensrückfall bekommen. Wenn ich also morgen zu Besuch komme, stellst Du mir statt meines Lieblingsgerichts nur einen besonders schönen Teller Obst hin...«

Eigene Klugheit muß man ja nicht allen auf die Nase binden. Vielen Müttern, denen das Wohl ihres Kindes wirklich am Herzen liegt, ist ein offenes Wort noch lieber. Wenn Du ihr z.B. einen lieben Kuß gibst und zu ihr sagst:» Sieh mal Muttchen, ich komme nicht wegen Deines

Kuchens, sondern wegen Dir zu Deinem Wiegenfest - aber mein Essen habe ich bei mir.« Und dann hab auch mal ein bißchen Zeit für sie. Überhaupt: Der Satz: »Gekochtes und Gebratenes hat mir der Arzt wegen meiner gefährlichen Krankheit leider strikt verboten - und Ihr wißt ja, wie gerne ich immer gut gegessen habe!« löst allerortens Bedauern aus. Und statt der von Dir angenommenen Ablehnung tritt genau das Gegenteil ein: Mitgefühl mit einem leidenden Kranken. Verständnis für den Ärmsten, der auf so viel »Gutes« verzichten muß und der dennoch so vernünftig ist, auf die Ratschläge seines Doktors so diszipliniert zu hören...<sup>0629</sup>

Sicher - die jetzt noch Dir fremde Lebensweise nach der UrzeitTherapie bringt Schwierigkeiten. Aber die gibt es überall und zuhauf. Ich möchte sogar behaupten, daß unser heutiges Leben nichts anderes bedeutet, als ein ständiges Probleme-überwinden-Müssen. Und wenn es nicht anders geht, na gut, dann bist Du eben ein Außenseiter. Doch wisse: Du wirkst für andere stets positiv durch Dein gutes Beispiel. Goethe hat das längst erkannt: Alles Gescheite ist stets in der Minorität.

Die meisten zollen dem Achtung. Wenn Du dann irgendwo eingeladen wirst, wo man Deine Essensweise kennt und man besorgt fragt: »Was tischen wir Dir denn auf?«, dann machst Du es Dir am leichtesten, wenn Du sagst: »Das Problem ist bereits gelöst. Ich habe vor ein paar Tagen mit einer Fastenkur begonnen. Ich preß' mir ab und zu mal 'ne Apfelsine aus.«

Du mußt Dich doch nicht auch kaputtsaufen und -fressen, nur um Dich bestätigt zu fühlen!

»Das Kaputtlieben zu sagen hast Du vergessen!«

Das geht nicht. Das ist was Natürliches. Und das kann nie zu Deinem Schaden geraten.

Aber: **COLORSEITE**

Keines der Probleme wird geringer, wenn Du darüber klagst oder Dich davor fürchtest, sie anzugehen. Und schließlich: Wenn Dein Kind hin und wieder was anderes ißt - so tragisch ist das ja auch nicht. Der Körper verkraftet das meist, wenn keine schwere Krankheit vorliegt.

Natürlich, mit den Kindern ist das nicht immer einfach: Mein Sohn Oliver ist zur Zeit elf Jahre, lebt bei der Mutti, die's nicht ganz so genau mit der UrKost nimmt wie ich. Auf ein Kinderfest eingeladen, ermahne ich ihn entsprechend: Paß auf, was Du ißt! Du weißt ja, das meiste ist Dreck.

Nun, fühlst Du Dich wirklich wohl in Deiner Betonwabenwohnung? Im Gewühl einer Großstadt? Im kalten Gestein einer Kirche? Im Wartezimmer eines Arztes? An einer verqualmten Wirtshausstheke? Im Gedränge von Dummquatschern auf einer Party? Frage Dich das mal in einer ruhigen Stunde, während einer Wanderung im Grünen. Mach Dir einmal im Leben nichts vor!



Erkenne:

Du leistest keinen Verzicht auf den Wohlstand mit der Urzeitmethode. Ganz im Gegenteil: Du erlangst besseren Wohlstand! Statt der billigen Kunststoffmöbel lebst Du künftig in wertvolleren aus Vollholz! Statt weiter in einer Mietskaserne zu wohnen, strebst Du nun ein eigenes Häuschen aus Naturbaumaterialien im Grünen mit viel Garten drumherum an! Deine Kinder lernen - statt auf schlechten Schulen mit unqualifiziertem Lehrpersonal - in Ausbildungsstätten zur Menschheitserziehung z.B. in Montessori- oder Rudolf-Steiner Schulen. Den Schund der Nahrungsindustrie ersetzt Du durch gesunderhaltende und naturbelassene Nahrung aus der reinen Natur und dem Naturladen. Statt in billigen Kunststoffplunder kleidest Du Dich jetzt in natürliche Stoffe. Und dann bedenke die Wirkung auf Dich: Endlich so zu leben, daß

Du Dich wirklich wohl fühlst und Dir nicht zur Schau für andere ständig Zwänge antust!

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)

Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) (Important note!) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/6/31.html> - **Update: 13.01.2000 15:58**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!



# 6. Kapitel. Einfach essen: wie in der Urzeit

## 6.4 Unwohlgefühle nach der UrKost: ein kurzes Fegefeuer

Es ist leicht möglich, daß Du in der ersten Zeit nach dem Essen der UrNahrung leichte Beschwerden bekommst oder nervöser wirst. Klar, daß Du dann geneigt bist, Dich bei Deinem Doktor auszuweinen, der seinen verlorenen Sohn jetzt für immer in die Arme schließen wird mit den Worten: »Konnten Sie sich das denn nicht denken? So eine Nahrung ist doch nichts für uns moderne Menschen. Wir haben uns schließlich längst an unser normales Essen gewöhnt. Solche Experimente sollten Sie wirklich nicht noch mal machen. Überall wird doch gesagt: Fragen Sie vorher ihren Arzt! Und wenn Sie mich gefragt hätten, hätte ich Ihnen bestimmt von so was Verrücktem abgeraten!«

**Laß Dich nicht einwickeln! Für das Krankbleiben ist der Arzt, für die Gesundheit ist dieses Buch zuständig:**

Prüfe Dich zuerst einmal, ob Du die neue Nahrung auch wirklich genügend durchkaust. Ob Du sie in Ruhe und mit Bedacht ißt. Gelegentlich auftretende Unpäßlichkeiten beim Essen der UrNahrung sind kein Zeichen dafür, daß Du sie nicht verträgst. Sie sind kennzeichnend dafür, daß Dein Körper die alten Schlacken loswerden will, die durch die Gesundkost jetzt aufgewirbelt und noch herausbefördert werden wollen.

Reines stößt nun auf Unreines - und dadurch wird das Reine auch in Mitleidenschaft gezogen.

Wenn sich eine Religionslehrerin in einen Ganoven verliebt, dann kannst Du ebenfalls damit rechnen, daß es gelegentlich zu Unverträglichkeitserscheinungen kommt...

Wenn sich jetzt die letzten Schlacken und Gifte lösen, greift das viele Organe und die Nerven an. Ich sagte Dir ja schon, daß sie sich so stark nach ihrer UrNahrung (genauer, den daraus gewonnenen, jetzt für sie richtigen Umwandlungsprodukten) sehnen, daß es ihnen nicht schnell genug geht, sich all der fremden Stoffe zu entledigen, die sie notgedrungen in sich ablagern mußten. Und wenn die harte UrKost auf eine entzündete Magenschleimhaut trifft, so werden möglicherweise hier Schmerzen verursacht, wenn Du sie mit den Zähnen nicht fein zermahlen hast. Normal sind auch Kopfschmerzen, Schwindel und Mattigkeit. Bei manchen bewirken die sich auflösenden Giftdepots sogar Unangenehmes: Klar, der Dreck treibt aus allen Poren raus und dabei muß vielleicht einer von Hundert auch ein paar Haare lassen! Und das bei manchen im wahrsten Sinn des Wortes. Doch die Haare wachsen schnell und doppelt stark nach - keine Sorge also.

Das Fegefeuer kann sein: Kopfschmerz, Unwohlsein, Herzschmerzen, Gelenk- und Muskelschmerzen, Fieber, Verdauungsschwierigkeiten, Unruhe, Schwindelanfälle, Brechreiz, Nervosität, Geschwüre, Pickel, Durchfälle, Erkältungen, Husten, Depressionen. Aber der letzte Dreck muß nun mal raus! Unterdrücke niemals diese Symptome und wisse: Je länger Du vorher erdgefastet hast, je schwächer sind sie. Bist Du der Unglücksrabe, so wisse:

Was das Erdfasten an Giften und schädlichen Ablagerungen der Zivilisationskost noch nicht (sanft) löste, wird nun mittels der kräftigen UrKost durch die Membranen der Gewebe gedrückt - was den Körper dann ungewöhnlich, d.h. mit unechten Krankheitszeichen reagieren läßt.

»Ich bin nach dem Übergang auf die UrzeitNahrung richtig krank geworden - habe sogar eine Allergie dagegen entwickelt. Sie werden verstehen, daß ich wieder zur alten Kochkost übergegangen bin«, schrieb mir ein Leser. Ja, ja, diese Kranken! Was die sich so alles vorstellen! Wenn sie bei den Ärzten in Behandlung sind, dann machen sie alles jahrelang mit, auch wenn ihre Pickel und Hautleiden nicht weggehen und ihre Leiden chronisch werden.

Aber bei der UrzeitTherapie bringen sie keine Geduld auf. Statt klar zu sehen und sich nun zu freuen, daß der Körper auf die bessere Nahrung anspricht und noch die Kraft besitzt, sich über sein größtes Entgiftungsorgan - die Haut - zu reinigen und die seit Jahrzehnten eingebrachten Gifte mit einer Pseudoallergie abzustoßen, verwechseln sie diesen ersten Akt des Gesundwerdens mit einer neuen Krankheit. Angeblich hervorgerufen durch die UrMedizin. Als wenn dieses Buch nicht genug Klarheit gäbe, alle davon zu überzeugen, daß die Natur nur gesund-, aber niemals krankmachen kann.

**Eigentlich müßte ich jetzt auch von Dir erwarten können, daß Du, nachdem Du so gedacht hast, dieses Problem mit Deinem eigenen Kopf löst... Indem Du Dir sagst: »Der Konz hat mir doch noch im Vorkapitel erklärt, daß Erde so wirkungsvoll entgiftet! Probier ich's doch einfach mal. Schaden kann es ja nicht, wenn ich vor oder nach dem Essen einen Löffel Erde nehme...«**

Siehst Du, so spricht einer, der nicht so schnell in den Sack haut, wenn mal etwas nicht sogleich klappen will.

Im übrigen: Sei unbesorgt, in Kürze klingt das alles wieder ab! Doppelt schnell mit Erde. Keine Furcht also, mein Freund, laß der Natur ein bißchen Zeit - Du weißt doch, Du ißt erstmals in Deinem Leben das Richtige! Doch wenn Du in diesem Fegefeuer länger als ein paar Tage schmorst, dann frage Dich, ob Du auch wirklich die UrzeitTherapie als Ganzheitsselbstbehandlung aufgenommen hast.

Vielleicht hast Du nicht oft oder nicht intensiv genug UrBewegung gemacht? Wie sollen die letzten Schlacken schnellstens raus, wenn zu wenig Sauerstoff durch das Adernsystem und in die Lymphepumpen getrieben wird! **PM-Seite**

Und allen besorgten Tanten, die mir immer wieder beteuern, Obst hätten sie noch nie in ihrem

Leben so richtig vertragen, denen sage ich: Versucht's doch mal mit Heilerde dazu. Wenn Dir Obst nicht gut bekommt, dann nimmst Du - eine alte Erfahrungstatsache - wahrscheinlich noch irgendwelche Drogen (Zucker, Salz, Medikamente, Alkohol, Kaffee, Nikotin) zu Dir. Prüfe Dich also!

Ja - anfangs muß Du Dich schon ein bißchen überwinden. Auch das gehört mit zur UrMedizin, und ich sagte Dir ja bereits, daß sie nicht einfach zu schlucken ist. Aber nachdem es den Körper zwei Sekunden geschüttelt hat, ist das eklige Gefühl überwunden und Wohlbehagen breitet sich aus.

Ja - wie sagte ich Dir eingangs - Dein Körper sehnt sich nach der UrKost und UrBewegung wie der Jüngling nach einer schönen Maid. Doch bevor er das schöne Mädchen in den Armen hält, wird er die eine oder andere Qual und Aufregung erdulden müssen.

Bevor Dein Körper die Gesundheit zurückgewinnt, muß er in den meisten Fällen durch das steinige Tal des Verzichts und kleinerer Geißelungen wandern. Ein bißchen rächt sich die Natur schon, die Du jahrzehntelang vernachlässigt, verlacht, vergessen und von Dir gestoßen hast.

Einer meiner Seminarteilnehmer klagte mir, daß er oft nach dem Essen von UrzeitKost starke Arthroseschmerzen in den Handknöcheln bekam. Einem anderen schwoll der Fuß unförmig an vor lauter Gicht. Ich hakte nach und erfuhr auch hier: Keiner von beiden erdfastete, bevor er die UrzeitTherapie aufnahm.

### Gesundheitsgesetz

**Die Natur stellt Dich zuerst einmal schlechter, wenn Du Dich zu ihr bekennt, bevor sie Dich besser stellt.**

### Merke außerdem:

Mit der vitamin-, vital- und mineralstoffreichen UrKost zu beginnen, ohne daß Du Dich entgiftest und Deine Krankheiten vollständig aus dem Leib gebracht hast, widerspricht auch dem gesunden Menschenverstand: Wessen Körper verdreckt ist oder wer weiter Genußmitteln huldigt, dessen Organismus ist nicht in der Lage | die Vitamine richtig aufzuschließen, | die Mineralien zu transportieren, | die Vitalstoffe an die sie benötigenden Stellen zu leiten.

Wo keine Sauberkeit innen herrscht, sind die reibungslosen Abläufe gestört. Die Harmonie des Körpers ist nicht gewahrt. Weshalb die Schulmedizin unsinnig handelt, Erkrankte mit Vitaminen, Hormonen und Mineralien zu versehen. Denn das bedeutet ein erneut nur störendes Eingreifen in die natürlichen Reaktionen des Organismus.<sup>3670, 3754, 3780, 6104, 6106</sup>

Es könnte anfangs bei Dir noch eine kleine Schwierigkeit auftreten: daß Du nicht nur schlank, sondern mager unter der UrKost wirst. Dann machst Du zwei Fehler: Du läßt den Grünblattanteil an der Nahrung zu stark abfallen und/oder Du verschaffst Dir nicht genug

Bewegung. Um das wieder in Ordnung zu bringen, ißt Du nicht mehr so viel Obst, sondern sofort mehr Wildpflanzen.

Dann kaufst Du Dir Hanteln oder gehst zusätzlich in ein Fitneßstudio, damit der hohe Eiweißanteil der Grönnahrung in Muskel- und Gewebemasse umgesetzt wird.

**Wenn Dir ein Professor sagt: Ich halte nichts von der UrzeitTherapie oder ähnlichen alternativen Methoden - dann frage ihn: »Haben Sie sich nicht falsch ausgedrückt? Richtig hätten Sie sagen müssen: Ich weiß nichts von der UrzeitTherapie und ähnlichen Methoden... Oder haben Sie je in ihrem Leben schon einmal einen ihrer Patienten damit behandelt? Oder sich gar mit dieser Heilbehandlung auseinandergesetzt? Wäre das nicht eigentlich Ihre Pflicht, nach den ständigen Mißerfolgen und Frustrationen, die Sie mit Ihrer Allopathie erleiden?«**

Versuch doch nur mal, mit Deinem Arzt über gesunde Ernährung oder die Schädlichkeit seiner Medikamente zu sprechen, die er Dir gerade verschreibt. Da merkst Du erst, wie voller Vorurteile er steckt und wie engstirnig er in Wirklichkeit ist. Wenn sich die Spitzenmediziner zum Thema Ernährung äußern, wissen sie ihre Ignoranz in dieser Beziehung allerdings geschickt zu verpacken:<sup>6112, 6612</sup> »....sind in Fisch befindliche Stoffe von eminent ernährungsphysiologischer Bedeutung«,

»....besitzen sie eine spezifische Effizienz auf den Stoffwechsel des Körpers«,

»....ist die biologische Wertigkeit der im Fleisch enthaltenen Proteine ausschlaggebend für die Gesundheit des menschlichen Organismus«.

Besonders Krankenhausärzte sind sehr empfindlich, wenn Du von einer besseren Ernährung sprichst oder die gar verlangst. »Wie kommen Sie den auf den Blödsinn? Ihre Krankheit hat doch nichts mit dem Essen zu tun!« heißt es dann gleich. Du konterst am besten: »Und wieso bekommen die Diabetiker von Ihnen eine besondere Diät hier in ihrem Haus?«

Na, warum wohl? Weil sie sofort einen Anfall bekommen, wenn sie was Falsches essen. Krebs- oder Rheumakranken dagegen kann man leicht einreden, die Krankheit habe nichts mit der Ernährungsweise zu tun.

Weil sich bei denen nämlich nicht unmittelbar nach dem Essen eine körperliche Reaktion einstellt. Eigentlich schade, dann wären kranke Leser viel schneller einsichtig und bereit, sich auf UrKost umzustellen.

Würden die Harnsäurekristalle eines Hamburgers schon gleich beim Essen in die Gelenkspalten wandern und höllische Schmerzen auslösen, glaub mir, ich müßte mir nicht so sehr den Mund fusselig reden, Dich zu überzeugen.

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Über Dein Gesundwerden entscheidet das der Therapie zugrundeliegende Gedankengut: die Ur-Basis.**

**Entscheide Dich: UrTherapie oder Allopathie. Entscheide Dich: Für die Deinem Körper inwohnende eigene Wiederherstellungskraft oder für deren Bekämpfung mit Fremdmitteln.**



**Auch Du trägst die Kraft in Dir, Deine Dir vom Leben auferlegten Probleme selbst zu lösen - was immer das auch sei: · Einsamkeit · schlechte Partnerschaft · miese Nachbarschaft · Generationsprobleme · Süchte. Mein erfolgverheißender Rat an Dich: Tausche das Wort »Probleme« gegen das Wort »Reifungsaufgaben« ein. Und schon wird Dir bei einem kleinen Restchen Ehrgeiz**

**alles wunderbar leicht. Das gleiche machst Du mit dem Wort Krankheit, falls die noch immer ein Problem für Dich ist: Das ersetzt Du durch das richtige Wort dafür: falsche Lebensweise.**

**Solche Fehlschlüsse sind die Folge sezierender Wissenschaft:**

»Gesunde Ernährung – die gibt’s gar nicht!« so schließt Dr. med. Otto Meyer zu Schwabedissen, Amt Stadtgarten 28, Achern/Baden messerscharf in der Ärztlichen Praxis Nr. 50 / 92 / 19, denn er hatte sich die Analyseforschungs-Erkenntnisse seiner Kollen zu eigen gemacht: Die aufgenommene Nahrung ist für den Körper zunächst einmal Fremdstoff. Da die Grenze zwischen dem Darmlumen und den B-Lymphozyten in den Peyer-Plaques des Darmlumens nur aus einer Lipoprotein-Doppelschicht besteht, ist der Umweltkontakt im Darm viel intensiver als an der Haut oder im Bronchialsystem (...) Es gibt keine »gesunde«, sondern lediglich eine am individuellen Stoffwechsel des Patienten adaptierte Kost.

Wenn eine medizinische Fachzeitschrift das zu veröffentlichen findet und damit den Ärzten suggeriert, es gebe keine gesunde Ernährung, dann weißt Du auch, warum Ärzten das Thema Ernährung so egal ist...

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

# 6. Kapitel. Einfach essen: wie in der Urzeit

## 6.5 Deine Entschuldigungen durchschau' ich längst

»Ich lebe mitten in der Stadt und komme deshalb nicht an wildes Grün, was soll ich machen?«

Was versuchst Du Dich herauszureden?

Ich verlange doch nichts von Dir, ganz im Gegenteil: Du brauchst nur das von den Thesen der UrMethodik aufzugreifen, was Du davon einzusehen vermagst. Das genügt dicke - wenn Du es dann auch tust.

Samstags und sonntags wirst Du doch wohl rauskommen können! Da regnet's meist? Aber, aber - da duftet es im Wald am schönsten! Und dann gibt es ja auch wasserdichte Jacken, oder?

»Wenn die Menschenaffen Grassamen füttern, was meinst Du, soll ich auch in meine Gerichte *Grassamen* reingeben?« Wenn er frisch ist - klar doch!

Das wäre allein schon deshalb prima, weil ich Dich so öfter in die Natur rauskriege, auf Naturwiesen, damit Du ihn Dir dort sammelst und dabei feststellst, wieviel Spaß es machen kann, durch Feld und Wiesen (und dabei den Grassamen ab) zu streifen. Das tut Dir und den Kindern sonntags besser, als vor den Fernsehern dick zu werden.

**Warum ich Dir zumute, selbst Dein wildes Grün in Wald und Feld zu suchen? Nun, bei der UrzeitTherapie ist alles von Grund auf durchdacht und verzahnt: Du sollst das nicht durch andere erledigen lassen. Du sollst selbst hinaus, - hinaus dahin, wo die Natur noch halbwegs intakt ist. Denn nur dort atmest Du genügend aufgeladene Luftmoleküle ein, die bewirken, daß der Sauerstoff von Deinen Zellen bestens verwertet werden kann. Dort bewegst Du Dich auch mehr. Und Deine Seele erholt sich pur in der hellen Natur. Doch davon mehr in Kapitel 9.**

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × »[Der Große GESUNDHEITS-KONZ](#)« × »[Natürlich Leben](#)«  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

# 6. Kapitel. Einfach essen: wie in der Urzeit

## 6.6 Mahlzeitenvorschläge für all die unbeschwerteten Tage, die jetzt auf Dich zukommen

Frühaufsteher	Spätaufsteher	Ablauf
6:00	7:00	Aufstehen, UrzeitBewegung, UrzeitLauf
7:00	8:00	Erstes Essen: Nur Obst oder Beeren oder Wildgrün. Anschließend ab zur Arbeit
9:30	10:00	Zweites Essen: Früchte oder Möhren oder Grün-Salat oder Obst mit Grün
11:00	12:30	Drittes Essen: Bananen mit Grün oder Avocados mit Grün oder Mandeln oder Wurzeln mit Wildpflanzen (Topinambur)
14:30	16:00	Viertes Essen: Früchte oder Beeren mit Grün oder frischen Nüssen oder: Urkräutersalat mit Avocado
16:30	18:00	Fünftes Essen: Feigen, (frisch oder getrocknet, dann eingeweicht) oder Bananen oder Rosinen mit Johannisbrot oder Möhren. Dazu Löwenzahn oder anderes Grün. Oder Tomaten auf Avokado: sehr lecker und sättigend
18:30	19:00	Sechstes Essen: Früchte oder Beeren, Tamarinden oder Topinambur oder Melone oder Datteln. Dazu stets Wildkräuter. Kohlrabi und Rote Bete sättigen gut. (Biologisch gezogen sind sie bestens schmackhaft und süß!) Anschließend Spaziergang oder Abendlauf (nimmt Ängste und Depressionen). Fußsohlenmassage auf Holzrolle.

»Warum soll ich denn schon gegen sieben Uhr abends mit dem Essen aufhören? Ich finde ein Abendessen bei Kerzenbeleuchtung zwischen acht und neun Uhr ist etwas ganz Herrliches, und ich möchte nicht darauf verzichten«, meinst Du.

Dann mußt Du halt am frühen Morgen darauf verzichten, ausgeschlafen, frisch, wohlgelaunt und mit leichten Gliedern aufzustehen. Du weißt warum:

Weil Du den in Dir seit Jahrmillionen verankerten Naturrhythmus durcheinander bringst!  
Achte doch mal darauf, wie es Dir morgens ergeht, wenn Du abends spät gegessen hast.

»Und wieso wird die körperliche Harmonie durch ein spätes Essen gestört? Wer sagt denn so was überhaupt?«

Das sagt Dir Dein gesunder Menschenverstand selbst! Du tust etwas Unnatürliches: Du ißt, wenn es bereits dunkel ist!

»Da sehe ich nichts Unnormales drin«, antwortest Du, »das tun viele Tiere doch auch«.

Für die, die das tun, ist das auch natürlich. Wie etwa für Nachtfalter, Fledermäuse, Schnecken, Raupen und die nachtsichtigen, nachtjagenden Raubtiere. Deren Gene sind darauf programmiert. Aber für die Tiergruppe Mensch/Affenmensch ist das nicht von der Natur vorgesehen. Und so hat diese Gruppe es Millionen Jahre gehalten, spätestens bei Einbruch der Dunkelheit (zwangsläufig) ihre Nahrungssuche einzustellen und sich zum Schlaf niederzulegen. Und weil das unvorstellbar lange Zeiträume so gewesen ist, stellte sich der Körper dieser Gruppe von Lebewesen so sehr darauf ein, daß er sich heute nicht mehr dazu überreden läßt, sein eingespieltes, gutes Verdauungssystem von Toren durcheinander bringen zu lassen, welche die Nacht zum Tag machen wollen. Die essen wollen, wenn die Verdauungsorgane ihre Arbeit so gut wie völlig eingestellt haben. Weil eine innere, offensichtlich lichtgesteuerte Uhr das so regelt und sich nur äußerst widerwillig zur erneuten Arbeit durch spät hereinkommende Nahrung zwingen lassen will.

Übrigens: Fang mit dem Essen möglichst schon in aller Hergottsfrühe an! (® LV 4012b)

»Die meisten anderen Gesundheitslehrer empfehlen, morgens nüchtern zu bleiben!«





Gib nichts um Autoren, die irren, weil sie sich vom Bann der Zivilisation nicht freimachen können. Blick nur auf die Natur als Deinen Lehrmeister. Dann erkennst Du, daß die sich noch natürlich verhaltenden Affenmenschen gleich nach dem Wachwerden (gegen sechs bis sieben Uhr) schon nach dem ersten Grün greifen. **COLORSEITE**

»Für mich ist das kein Grund...« meinst Du, nochmals antworten zu müssen.

Dann folgere richtig: Grün besitzt nur einen geringen Nährwert. Wenn Du damit erst mittags beginnst und am frühen Abend aufhörst, bekommt der Körper zu wenig Kalorien und Du magerst zu sehr ab.

**Ißt Du morgens und mittags schon viel Grün, dann überfällt Dich abends nicht mehr dieser Heißhunger. Der stellt sich dann ein, wenn Du nur Früchte gegessen hast. Weil der Körper seinen pflanzlichen Eiweißbedarf schon zeitig und genügend gedeckt hat.**

Dieser abendliche Hunger bricht bei uns Menschen vielleicht deshalb aus, weil wir uns nicht wie unsere Affenbrüder mit dem Dunkelwerden zum Schlafen niederlegen. So kann bei längerem Aufbleiben oder Wachliegen wieder der Appetit in uns aufbrechen, weil unser Organismus nach einer Lichtuhr programmiert ist.

Besonders lecker machen sich in einem Löwenzahn-, Giersch- oder Windensalat hineingeschnittene Bio-Tomaten, Eiszapfen und Radieschen. Koriander oder Kümmel darüber, und schon rutscht es besser für die verwöhnten Leckermäulchen. Aber nie die zerdrückten Avocados darin vergessen! Und dann: sofort losfuttern! Avokados sind sehr sauerstoffempfindlich - bei etwas Warten sind sie gleich unansehnlich braun.

Was glaubst Du, was es den Kindern für Spaß macht, von der Wiese zu futtern! So bringst Du sie der Natur und den Pflanzen nahe und mußt später nicht Gefahr laufen, daß sie sich in Spielhallen rumtreiben, zu Fixern, Skinheads oder Haschern werden.

Du mußt auch nicht unbedingt täglich die Hälfte Grün essen. Du kannst im Winter auch mal einen Tag nur von Wurzeln, Nüssen und Obst leben. Sieh das alles ziemlich großzügig. In den Wildsalat, den Du Dir entweder mit Zitrone, Banane oder Avokado anmachst, kannst Du auch Rosinen statt Kümmel oder Koriander drüber streuen. Die schmecken auch im sauren und bitteren Milieu. Und solltest Du abends das Wildgemüse mal gar nicht herunter kriegen - in Gottesnamen knet Dir 'ne Pellkartoffel dazu rein. Ich weiß doch, wie Du manchmal leidest.

»Welche Mengen ißt Du denn selbst als UrKöstler? Ich hätte gerne einen kleinen Anhaltspunkt für mich, wenn ich mich mal wie ein Affe ernähren sollte«, sagst Du.

Dann mach´ich Dir hier mal eine kleine Aufstellung von meiner Frau (163cm) und mir (167cm) für zwei verschiedene Tage:

<b>Zeit</b>	<b>am Sommertag essen wir z.B.:</b>	<b>am Wintertag essen wir z.B.:</b>
8:00	<p>Jeder: 15 Mirabellen schon bei der morgendlichen UrzeitBewegung, dazu ein paar Triebe vom beim Nachbarn wachsenden Knöterich oder Blätter von der eigens auf meinem Grundstück angepflanzten Linde.</p> <p>(Wer morgens nichts runter bringt, der trinke wenigstens statt Kaffee den Saft der Trinkkokosnuß (kannst Du stets frisch bestellen). Dann Urzeitlauf. Anschließend:</p> <p>Gemeinsam: Erdbeeren oder Möhren Ich: 3 Orangen, meine Frau: 3 Mandarinen</p>	
10:00	<p>Ich: 1 Mango, zwei Handvoll Löwenzahn oder eine Pastinake mit Kardamon.</p> <p>Meine Frau: 1 Stück Kokosnuß, eine Handvoll Löwenzahn.</p>	<p>Ich: 2 Birnen, zwei Handvoll Sauerklee mit Taubnesseln.</p> <p>Meine Frau: 1 Granatapfel, eine Handvoll Sauerklee und Brennesselsamen.</p>
11:30	<p>Jeder: 3 Handvoll Brombeeren mit einigen Blättchen der jungen Triebe und 3 Handvoll Weißdorn.</p> <p>Ich: 2 Handvoll Kapuzinerkresse mit Ackerwinden und Kohldistel, meine Frau: 1 Handvoll Sauerampfer.</p>	<p>Gemeinsam: jeder 5 Knollen Tompinambur mit Gilbweiderich und Milzkraut oder 1 große Papaya jeder zur Hälfte, oder 10 Rambutan und 10 Mangustan. Dazu Samen von Wegerich und Brennesseln.</p>
13:30	<p>Gemeinsam:4 Bio-Bananen,</p> <p>3 Äpfel, 3 Nektarinen, 2 Handvoll Milzkraut, 1 Handvoll Vogelmiere, 1 Handvoll Wegerichsamen - alles zu einem Obst-Wildsalat angemacht.</p>	<p>Ich: 15 frische oder in Walderde eingelegte Nüsse.</p> <p>Meine Frau: 8 Mandeln, jede mit einer Handvoll Milzkraut oder Salat, halb Miere, halb Feldsalat.</p>

15:30	Gemeinsam: 2 Handvoll Gänseblümchenblätter und -blüten, 3 Handvoll Franzosenkraut plus 1/2 Bio-Gurke oder einer Handvoll Pflücksalat in Avocadocreme und Aug./Sept. reifendem Brennesselsamen plus Sonnenblumenkernen.	Gemeinsam: 2 Handvoll Taubnessel zerzupft mit vier untergeschnittenen Bananen oder Topinambur mit Hanfsamen oder ein Salat aus Äpfeln, Birnen, Apfelsinen, Mandarinen, Granatäpfeln mit übergestreutem Gras.
16:30	Gemeinsam: je zwei Möhren oder die sehr sättigenden Tropenfrüchte.	30 Hagebutten und 1 Handvoll Gras, feingeschnitten über Obstsalat gestreut.
18:00	Ich: zwei Pfirsiche mit Kohlgänsedistel  Meine Frau: 2 Tomaten, selbst gezogene oder die kleinen aus der Karibik, mit Kresse als Salat angerichtet.	Ich: 3 - 4 Äpfel, 1 Mango  Meine Frau: 1 kleine Papaya, ein Schälchen eingeweichte Quinoa oder 1 Tasse eingeweichter Sprießkornhafer mit Rosinen.
19:00	Ich: 1 Stück Bio-Kohlrabi mit Kapuzinerkresse, 1 Möhre mit Kümmel  Meine Frau: grüner Reis mit Champignons.	Ich: 5 Datteln, 3 eingeweichte Feigen Meine Frau: 1 Pomelone, 2 Stück Johannisbrot oder 1 Stück getrocknete Banane .

»Sag mal, wie alt willst Du eigentlich werden.«

Na, mindestens 100, damit ich wenigstens noch erlebe, wie alle Skeptiker der UrMedizin froh sein werden - inzwischen durch die immer größer gewordene Vergiftung der Erde schwer krank geworden - noch zur UrMedizin greifen zu können.

»Aber diese Kost mit Tropenfrüchten ist doch wahnsinnig teuer!«

Gehen wir dem doch mal auf den Grund. Auf der folgenden Seite habe ich Dir einmal die ungefähren Kosten für einen UrKost-Tag zusammengestellt.

**Guter Rat: Laß den Geschmack zuerst mal außen vor. Achte nur darauf, wie wohl sich *Dein Körper* nach der UrKost fühlt! Wie leicht, wie beschwingt Du plötzlich wirst und immer klarer im Kopf werdend.**

**Finanzieller Aufwand für die tägliche Nahrung: 17,00 DM! Bei welcher Ernährungsweise lebst Du mit hochwertigster Nahrung ähnlich billig?**

»Sorget nicht ängstlich um Euer Leben. Sehet die Vögel des Himmels und die Tiere des Waldes: Sie säen nicht, sie ernten nicht, und der Herr ernährt sie doch.«

Ein Urköstler hat keinerlei Probleme, ohne viel Geld selbst in einem armen Land zu leben. Der ist niemals durch Hunger bedroht. Weil sich irgendwo immer noch grüne Pflanzen, Früchte oder Blätter finden lassen.

Guter Rat für alle Gartenbesitzer:<sup>9937</sup>

**Wildkräuter allein aus Deinem Garten zu essen, das genügt nicht. Nur deren Sammeln von verschiedenartigen Böden verschafft Dir die Gewissheit, alle bekannten und unbekanntem Lebensstoffe in Deinen Körper zu erhalten**

**Pflanze die wilden Schlehen, Sanddorn, Hunds- und Kartoffelrosen an, deren Früchte nach einem Frost am besten schmecken. Und merke: Sanddorn braucht vor der Ernte kräftigen Nachtfrost (bis minus 7°C). Zweige abschneiden, einige Stunden in den Tiefkühler legen, erst dann die Beeren ablösen. So läuft der stark Vitamin-C-haltige Saft nicht weg. Oder gleich gefroren ernten.**

»So, nun laß mich mal zu Wort kommen. Als Leser Deiner 4. Auflage fand ich in der BILD vom 20.3.1999 diese Meldung:

Daß Du Dich jetzt noch immer von so was beeindruckt läßt! Ich habe jahrelang mit der Universität Gießen zusammengearbeitet. (®LV 6409b) und hinter die Kulissen schauen können. Prof. Leitzmann war leitendes Mitglied der DGE (Deutsche Gesellschaft für Ernährung). (®Sachwortverz.: Pudel) Nun verfälschen seine (aus)gekochten Damen Strassner / Dörries die Rohkoststudie und geben ihre unausgegorene Schlechtmacherei an die weiter, welche von der Dummheit der Menschen am meisten profitieren: die Medien. Erkenne die Hintergründe: Würde Rohkost als gut dargestellt, wäre den Universitätsprofessoren keine bestens bezahlten positiven Gutachten für ausgewogene Fabrikationskost, kalziumhaltige Milch, eisenreiches Fleisch usw. möglich. Die Zeitungen und Fernsehkanäle erhielten keine Werbung mehr für Schokoriegel, Fertigpizza, Tütensuppen.

Du aber weißt sofort mit Deinem jetzt erwachten gesunden Menschenverstand: Urmenschen und mit ihnen die Affenmenschen erlitten und erleiden von ihrer Rohkost keine Zahnschäden (®Rz431)

Die Ärztezeitschrift »Medical Tribune« veröffentlichte von diese Fälscherclique der Uni Gießen die Meldung: Rohkost ist gefährlich. Sie verhindert die Menstruation. Es wurde prompt groß nachgedruckt (®LV9611). Ich meldete: Die Menstruation ist unter Rohkost entbehrlich. Denn dann muß der Körper kein verschmutztes Blut mehr ausscheiden. Diese Gegendarstellung wurde nicht nachgedruckt...

---

# 6. Kapitel. Einfach essen: wie in der Urzeit

## 6.61 Wie nähere ich denn mein Baby richtig?

Hier also meine Empfehlung für Säuglinge und Kleinkinder: Selbstverständlich stillst Du als gute Mutter Dein Baby - bis mindestens zu einem halben Jahr. Wenn Du stillen *willst* - falls Du Dich immer gesund ernährst und bewegst hast, kannst Du es auch! Vor der Geburt härtest Du Deinen Busen durch kaltes Duschen und kräftiges Frottieren ab. Du hast stets genügend Milch, wenn Du nicht auf UrMedizin verzichtest. Denk mal an die Kühe, was die für Milch aus bloßem Gras bilden! Dein Körper stellt sich übrigens ganz auf den Bedarf Deines Kindes ein.

Mit sogenannter »adaptierter MilCHFertignahrung«<sup>6324</sup> wird versucht, die Natur nachzuahmen, was nicht möglich ist. Einzelne Nährstoffe wie Milchpulver, Fett, synthetische Vitamine und Mineralstoffe werden dabei lediglich kombiniert. Diese Fertignahrung bleibt qualitativ hinter Muttermilch und frisch zubereiteter Flaschennahrung nicht nur zurück, sondern ist schädlich! Merke: Fertignahrung, ob als Brei oder Gemüsekonserven zubereitet, fehlt die Lebensfrische. Sie schwächt die Immunkräfte Deines Babys und macht es anfällig für alle möglichen Leiden. Das gilt auch für im Reformhaus oder Naturkostladen erstandene Kindernahrung. Opfere Deinem Kind die Zeit, ihm seine Nahrung eigenhändig zuzubereiten, wenn Du es nicht mehr stillst.

»Du hast gut reden, Du weißt nicht, was ich alles um die Ohren hab'«, wendest Du ein.

UrKost fürs Baby ist doch so schnell zubereitet! Das geht bei uns ruckzuck.

»Ein Gläschen Rahmspinat mit feinen Pilzen ist auch im Handumdrehen geöffnet«, sagst Du, »außerdem müßte ich immer raus, um Grün zu holen.«

Ich will mich mit Dir nicht streiten. Meiner Frau und mir ist nichts zu viel, um für das Kind das Beste zu tun. Du mußt es ja wissen, ist schließlich Deine Sache. Ich bin kein Sektenführer, der den Menschen die UrMethodik als Alleinseligmachung bringen will. Klar? Ich will den Eltern nur Streß und Sorge mit einem später kranken Kind ersparen.

Junge Mutti,

das Schlimmste, was Du Deinem Baby antun kannst: ihm getrocknetes Milch- oder diese weißen Chemiepulver aus Büchsen zu einer Milch anzurühren! Das wird nämlich in einem überaus schädlichen Heiß-Sprühverfahren hergestellt, das verdächtigt wird, Krebs zu verursachen! Zudem enthält es viel schädliches tierisches Eiweiß und den schlimmen Industriezucker, der den Grundstein für die spätere Zuckersucht Deines Kindes legt.

So mancher Kindernahrung wird künstliches Vitamin zugesetzt. Vitamine? Wenn die meisten das hören, dann meinen sie, das wäre etwas Gutes für ihr Kind. Man kann aber nur etwas Gutes mit dem tun, das unmittelbar aus der Natur, nicht aber was aus einer Nahrungsmittel- oder Pharmafabrik kommt! Was ich keiner Mutter nachsehen kann, auch wenn der Arzt schuld ist, oder weil sie ihr Baby gegen ihr Muttergefühl aus der Hand gab.

Hier nun gebe ich Dir eine Urzeit-Ersatzmuttermilch in vier hintereinanderfolgenden Darreichungsarten für Babys, die nicht gestillt werden können.

### **Mandelmilch**

Nimm 1 - 2 Handvoll süße, ungeschälte Mandeln. Prüfe sie durch Abbeißen der Spitzen auf bittere, die Du wegwirfst. Zerstampfe sie fein im Mörser oder mahle sie in der Kaffeemühle. Nimm im Notfall ersatzweise braunes Mandelmus aus dem Naturladen (vor Gebrauch sich absetzendes Öl gut unterrühren). Dazu gib nach Verträglichkeit 1 Eßlöffel oder mehr feinst gehacktes Wildgrün oder ausgepreßten Saft von Wildpflanzen, oder Qualitätswasser (z.B. Vitell, Evian) unter Rühren tropfenweise zu, bis es zum Auffüllen im Milchfläschchen flüssig genug ist. Streiche das Ganze eventuell noch durch ein feines Sieb, wenn es zu dickflüssig ist und vom Baby nicht getrunken werden kann. Aber auch ein Vergrößern des Saugerlochs kann helfen. Sodann erhitze die Flasche im Wasserbad handwarm, höchstens 35°C. Probiere, welche Mengen Dein Kind benötigt.

### **Gib etwa drei Stunden danach Deinem Baby Wurzelmilch.**

Die bereitest Du aus Bio-Möhren oder Topinambur mit kleinem Anteil von Bio-Randen wie folgt frisch zu. Gib die Früchte in die Saftpresse. Reichere ihn mit einem Eßlöffel Wildpflanzensaft an. Älteren Kindern kannst Du es durch Reiben der Möhren oder Rote Bete (Randen) als Brei reichen.

### **Reiche nach etwa zwei Stunden Süß-Milch.**

**Hier zerdrückst Du Bananen oder Kaki zu Brei, gibst 1 Teelöffel Johannisbrotpulver (Carob) dazu, streichst es durch ein Sieb und füllst es mit abgekochtem Wasser auf, bis eine Art Milch entsteht. Damit füttere nach leichtem Anwärmen in einem Fläschchen Dein Baby damit.**

### **Frühestens nach zwei weiteren Stunden bekommt Dein Schmuseengelchen dann Sauer-Obstmilch.**

**Dazu pürierst Du frisch ausgepreßten Saft von Beeren, Äpfeln, Birnen bzw. anderem Naturobst und reichst es dem Baby (zu saurem Obst gib kein Wasser). Auch hier wärmst Du es leicht an. Durch ständig weniger Anwärmen gewöhnst Du bald Dein Kind daran, alles ungewärmt zu nehmen.**

**Nach weiteren zwei Stunden schließt sich der Reigen dann wieder mit Mandelmilch.**

Die Zeiten halte deshalb so in etwa ein, falls ein Baby es nicht anders verlangt, damit sich die verschiedenen Verdauungsvorgänge nicht gegenseitig stören. Sprießkornhafermilch bereitest Du so zu: Gib feingemahlenem Sprießkornhafer Wasser zu, durchseihe ihn, erwärme ihn handwarm. Aber reiche ihn nur als Ausnahme - wegen des Glutengehalts.

**Falls das Baby außer Mandelmilch nichts annimmt, genügt in der ersten Zeit nur diese. Später läßt Du das Baby hungrig werden und reichst dann Wurzel- und Obstmilch zusätzlich.**



× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = [externe Datei](#) · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/6/61.html> - **Update: 13.01.2000 15:58**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a>      × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> -      <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# 6. Kapitel. Einfach essen: wie in der Urzeit

## 6.62 Leitmengen für die Ernährung der Säuglinge mit Urzeit-Ersatzmuttermilch

Alter in Monaten	Flascheninhalt	Süße Mandeln (als Ersatz Nüsse)	Gemahlener Sprißkornhafer für Nicht-UrMethodiker	Frisch gepreßter Bio-Obstsaft	Wildpflanzen-Saft von Bio-möhren oder Erdbirnen (Topinambur)	Wasser
ab Geburt	30 ml	3 - 4 Stück	-	-	-	nach Bedarf ca.
1/2	steigern auf ca. 100 ml	1 knappe Handvoll (9 - 10 Stück)	1/4 Eßlöffel	1 Eßlöffel	1 Eßlöffel	2 Eßlöffel
1	140 ml	1 Handvoll (10 - 12 Stück)	1/2 Eßlöffel	2 Eßlöffel	2 Eßlöffel	10 Eßlöffel
3	140 ml	1 gute Handvoll (10 - 12 Stück)	1/2 Eßlöffel	3 Eßlöffel	3 Eßlöffel	8 Eßlöffel
6	200 ml	2 Handvoll (20 - 25 Stück)	1 Eßlöffel	4 Eßlöffel	4 Eßlöffel	12 Eßlöffel



8	250 ml	2 Handvoll  (20 - 25 Stück)	1 - 2 Eßlöffel	5 Eßlöffel	5 Eßlöffel	10 Eßlöffel
---	--------	---	----------------	------------	------------	----------------

Ich muß betonen, daß die angegebenen Mengen nur Richtwerte sind. Stelle Dich ganz auf den persönlichen Bedarf Deines Kindes ein und sei nicht zu bange, hier etwas mehr und da etwas weniger als die Leitmengen zu nehmen. Auch die Zeiten sind kein Muß. Gib Deinem Baby nie etwas, wenn es nicht hungrig ist. Vor allem: Füttere nie etwas aus einer Fabrikation!

**Laß Dich nie von dem Grundsatz abbringen, irgendetwas anderes als Naturprodukte zu wählen! Nur so kriegst Du kein aufgeplustertes, krankheitsanfälliges Kind, das Dir später dick und fett wird. Trenne Dich von der Omaansicht! Nur ein ganz schlankes Baby ist ein gesundes Baby!**



Merke: Ein mit Muttermilch gestilltes Kind braucht bis zum 7. Lebensmonat keine zusätzliche Nahrung. Erst wenn die Zähne da sind, wünscht die Natur, daß auch damit gekaut wird. Die üblichen Breichen für Kleinkinder sind lächerlich, unnatürlich und führen später zu Kauschwäche und Kauunlust. Was sich da alles an Verrücktheiten bei uns eingebürgert hat! Als kurzen Übergang zur Hartkost könnte ich mir höchstens vorstellen, daß ein Baby die UrKost von der Mutter vorgekaut bekommt und diese dann von Mund zu Mund gereicht wird. So erhält das Kind mit dem Speichel der

Mutter zugleich die nötigen Antikörper gegen Infektionen und Verdauungsenzyme. Und der Vitamine und Lebensstoffe zerstörende Sauerstoff dringt nicht so lange in die Nahrung ein, wie das durch Reiben, Raspeln und Pürieren bei der Breizubereitung nun mal nicht zu vermeiden ist. Als Rohgemüse bieten sich leicht verdauliche Sorten, vornehmlich süßaromatisches Wurzelgemüse wie Möhren und Pastinaken an.



Ebenfalls gut eignen sich Fenchel, Kürbis, Kohlrabi und die Blütengemüse Blumenkohl aus garantiertem Naturbau, wenn Du kein Wildgemüse oder Topinambur auftreiben kannst. Du wirst Dich wundern, wie gut es sogar bitteren Löwenzahn verträgt, wie bereitwillig es das schluckt und wie herrlich es dabei gedeiht! Tja, liebe Mutti, zeig mal Mut, es lohnt sich. Die Oma muß ja nicht gerade dabei zugucken, was für einzigartige Gesundkost Dein kleiner Liebling bekommt... Dafür hast Du bald 'nen richtigen Wonnepoppen! Mit dem Du nie, nie, nie zu einem, das Kind schon früh verderbenden Kinderarzt oder später zum Zahnarzt muß. Na, wenn das nichts ist!

Zeige stets Deinem Kind, wie gut es *Dir* schmeckt. Es wird gleich nochmal so bereitwillig essen. Übrigens: Es heißt, Stutenmilch käme der Muttermilch am nächsten.

Ich habe damit allerdings noch keine Erfahrung sammeln können. Bitte, liebe Mutti, berichte mir darüber, wenn Du das probiert haben solltest.

Nebenbei: Jede Frau kann nähren, die ihr Baby nach der UrMethodik geboren hat. Das Buch darüber hoffe ich bald ebenfalls in diesem Verlag zu veröffentlichen.

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/6/62.html> - **Update: 13.01.2000 15:58**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

Der Domainname ist  
eine Spende der  
[Transmedia GmbH](#)

× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch  
× [Antivivisektion e.V.](#)                      × [Für Vegetarismus!](#)  
- [Gegen Tierversuche](#) -                      [Vegi-Büro Schweiz](#)  
Tierversuchsgegner Rhein Ruhr

# 6. Kapitel. Einfach essen: wie in der Urzeit

## 6.63 Wie ein Kind wieder das einfache Denken lernen!

Das Erdfasten für das Reinigen Deines Körpers hast Du kennengelernt. Über das seelische Fasten wirst Du noch von mir hören. Das Entrümpeln Deines Geistes bringe ich Dir schon laufend bei, indem ich Dein Denken auf den gesunden Menschenverstand zurückführe.

Wenn Du Dich in Deiner Haut wieder wohlfühlen willst, mußt Du wieder einfaches Denken und einfaches Tun in Dein Leben einbringen. Dein Hirn will entlastet sein von dem Zuviel, was Du ihm zumutest. Verzweifelst Du nicht schon längst über all den Belastungen? Erstickst Du nicht an all dem Überflüssigen, das Dir die Schränke und Wohnungen verstopft?

Da schreite auch bald zur Entmüllung. Weg damit mit all dem Kram und Tinnem, den Du nicht unbedingt benötigst. Weg mit all der Kleidung, die Du nicht mehr anziehst. Geh nicht mehr auf die langweiligen Partys, Veranstaltungen, die Dir nichts persönlich bringen. Schalte den Fernseher nur für die Zeit einer Sendung ein, die Dich interessiert. Verschick keine Weihnachtskarten mehr. Lade Freunde nicht mehr nach Hause ein, sondern zu einem Waldcafé für anschließende Naturspaziergänge. So entfallen alle Dir nur Arbeit machenden Vorbereitungen und späteres Aufräumen.

Frage Dich immer: Brauche ich das wirklich? Die Blabla-Zeitschriften, die Nachrichten und und und. Betreibe auch ein Gebrauchswaren- und Erzeugnissefasten.

Du möchtest hinter die wirklichen Ursachen Deiner Krankheit oder auch Deiner Lebensschwierigkeiten kommen? Frage dazu weder den Arzt noch den Philosophen - die kommen zufolge ihres widernatürlichen Wissensstoffs, den sie aufnahmen und ermangelnden Urzeitdenkens nicht auf das, was Dir wirklich helfen könnte. Mein Rat:

Frage wie ein Kind! Ganz einfach nach der Bedeutung des Wortes, um das es geht.

Und schon hältst Du die Lösung aller Probleme und Rätsel in Händen. Was also will uns das Wort »Ursache« sagen?

Wenn Du mit der »Sache« ins »Ur«, also in die tiefste Vergangenheit Deines Selbst, Deiner Antriebe und Deines Geprägtseins hineingehst, wenn Du Dein Denken in das »Ur«-ige zurückversetzt, in die »Ur«-zeit also, dann offenbart sich Dir die Erkenntnis allein auf diese Weise und reißt Dir den Schleier von den Augen.

Dann erkennst Du alle Ursachen Deiner und der Welt Schwierigkeiten:

**Ich verhalte mich nicht »urig« genug. Ich lebe nicht nach den in der Urzeit begründeten Gesetzen - und muß deshalb erkranken und unglücklich werden. Und deshalb letztlich am Leben scheitern.**

Siehst Du, wie sich der Nebel vor Dir durch ein solch einfaches Denken hebt? Erkennst Du, daß wir Menschen mit gesundem Menschenverstand uns nicht länger die Welt durch all die Verkomplizierer auf dieser Erde, die Mediziner, die Verwissenschaftler und, und, und kaputtmachen lassen dürfen?

Mit diesem Denken erfüllst Du nun auch die Forderung von Hippokrates, der da schon vor über 2000 Jahren den Wunsch an die Menschen richtete: Suchet die Ursache der Ursache! Ob er sie wohl gefunden hatte, so wie das Dir jetzt gelang? Gesagt hat er sie uns nicht. Aber gehaut hat er sie sicherlich:

Die Ursache der Ursache all der Leiden der Menschen und der Erde besteht darin, daß wir nicht mehr die Konsequenzen aus den Millionen Jahren bestehenden Gesetzen der Urzeit ziehen wollen. Die darin gipfeln: Der Mensch darf sich nicht über die Natur erheben wollen. Er darf sie nur nutzen aber nicht ausnutzen. Er muß wieder zum urigen Leben zurückfinden.

Würde Hippokrates es so von uns vernehmen, so müßte er sich über das Treiben seiner ihm abtrünnig gewordenen Schüler nicht mehr so unruhig im Grabe wälzen und könnte hoffen...

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ☼ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/6/63.html> - **Update: 13.01.2000 15:58**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

Der Domainname ist  
eine Spende der  
[Transmedia GmbH](#)

× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch  
× [Antivivisektion e.V.](#) × [Für Vegetarismus!](#)  
- [Gegen Tierversuche](#) - [Vegi-Büro Schweiz](#)  
Tierversuchsgegner Rhein Ruhr

# 6. Kapitel. Einfach essen: wie in der Urzeit

## 6.7 Fragen zur UrKost: Sammeln, Waschen, Keimen, Lagern, Babynahrung

»Ich habe bis jetzt immer Vollwertkost mit viel Getreide gegessen. Ich komme da so schwer von runter« sagst Du.

Ich weiß schon, besonders im Alter ist das nicht einfach, wenn mangels anderer Freuden infolge Ofenverschlackung das Essen zum erotischen Ausgleich wird.

Wenn Du hin und wieder etwas rohes Getreide ißt - na schön, als gesunder Mensch verkräftest Du das. Aber dann mußt Du es ganz für sich allein essen. Es verdaut sehr schlecht, wenn Du es mit anderen Nahrungsarten zusammen futterst. Der Magen sollte zudem leer sein, damit er sich ganz auf die Verdauung der Stärke einstellen kann. Die römischen Legionäre hielten es bei ihren Märschen über die Alpen auch so.<sup>6012</sup>

So pflückst Du Wildpflanzen richtig und schonst die wertvollen Urpflanzen: | Halte die Pflanzen stets am Stengel bzw. an ihrem unteren Ende fest, entwurzele sie niemals.



| Nimm jeder Pflanze nur einige Blätter weg.

| Schone die Blütenstände, schneide nie mit dem Messer ab, zupfe oder rupfe nur.

| Pflücke nie geschützte Pflanzen oder Wildblumen, um sie zu Hause in eine Vase zu geben. Denk an die vielen anderen kleinen Lebewesen, denen sie dienen und die sie befruchten.

»Warum schlägst Du nicht vor, Biogetreide, Soja- oder Mungobohnen, Alfalfa usw. zu keimen? Dann hätte ich im Winter stets frisches Grün«, fragst Du.

Was Du erhalten würdest, das wäre nur eine Art wertloses Gras. Und das findest Du vitaminreicher auf der Wiese. Keimen ist nichts Natürliches. Die Samen werden in Wasser feucht gehalten und künstlich ohne die Kräfte der Erde zum Sprießen gebracht. Du mußt sie ständig abspülen, es bilden sich nämlich Schimmelpilze mit giftigen Aflatoxinen. Du erkennst: Da ist schon etwas faul. Zudem ist auch das Pflanzeninnere nicht ganz kosher. UrNahrung wird nicht gezüchtet. Sie gedeiht nur naturgerecht im Freien. Erforscht wurde, daß in Wasser gekeimtes Alfalfa (das ist eine Luzerne-Art) den kanzerogenen Giftstoff Convavanin erzeugt.<sup>6363b</sup>



**Die UrzeitTherapie läßt sich nicht auf Halbheiten ein. UrNahrung ist urwüchsig. Und einfach zu nehmen! Obschon: Eigengezogenes, gekeimtes Getreide ist besser als überhaupt kein Grün oder ein von den Landwirtschaftsfabriken vergiftetes. Überdies sind in Sojabohnenkeimen, die nicht blanchiert werden, verdauungserschwerende und leicht giftige Stoffe wie Lektine und Enzymhemmer enthalten. Daran ändert es auch nichts, daß diese Keimlinge ihren Vitamin- und Enzymgehalt innerhalb von 4 - 5 Tagen vervier- bis verfünffachen. Die Kraft kommt hier aus dem Keimvorgang. Von Keimgetreide rate ich deshalb ab, weil die bisher noch nicht entdeckten Lebenskräfte der Pflanze nicht vollständig in ihm vorhanden sein können:**

- **Weil es sich beim Getreide um eine genetisch veränderte, schwache Kulturpflanze handelt.**
- **Weil sie nicht in der Mutter Erde, sondern im fremden Milieu von Wasser großgeworden ist. Ihr fehlen genauso viele wesentliche Elemente, wie ein von der Mutter in ein Heim abgeschobenes Kind. Sieh die Dinge alle in ihren großen Zusammenhängen und Du wirst sie richtig sehen können.**

**»Was meinst Du: Könnte ich die Topinambur auch vor dem Einsetzen von starkem Frost aus dem Boden holen und in meinen Keller einlagern?«**

Am besten besorgst Du Dir einen alten Kühlschrankschrank und montierst vorsichtig dessen Rückwand ab. (Letztere gehört zum Sondermüll wegen ihres FCKW-Gehalts.) Dann grabe in seinen Ausmaßen ein Loch in Deinem Garten oder bei einem Bekannten. Gib die erste Lage der im November/Dezember geernteten Erdbirnen direkt auf die Erde und fülle die nicht von der Erde befreiten anderen nach. Unter weiterer Zugabe von mit etwas Sand vermischter Erde für die nicht ausgefüllten Zwischenräume. So bist Du in der Lage, auch bei Frost nur den Kühlschrankschrankdeckel zu öffnen, um an die frischen Wurzelfrüchte zu kommen. Einen größeren Teil beläßt Du aber an ihrem gewachsenen Platz, denn es friert ja bei uns nur wenige Wochen im Jahr die Erde zu. Merke: Im Keller immer in feucht gehaltener Erde lagern. Topinambur hältst Du kurzfristig frisch, wenn Du sie naß machst und dann auf einem dünn benetzten Teller in den Kühlschrank stellst. Am besten nimmst Du nur die Menge heraus, die zu einer Mahlzeit benötigt wird. Denn die Topinambur welkt bald, sieht dann unansehnlich aus und schmeckt

nicht mehr so gut. Deshalb wird sie nur selten auf den Märkten verkauft. Mit ihren Geschmacks- und Inhaltsstoffen paßt sie sowohl zur Gemüse- als auch zur Obstzeit. Auch für die bleibende Frische von Bio-Obst solltest Du vorsorgen.

»Das krieg' ich doch jederzeit zu kaufen«, sagst Du.

Doch sehr teuer. Aber Du kannst Dir denken, daß ich Dich möglichst unabhängig sehen möchte. Und wenn auf diese Weise mehr urzeitliche und weniger zivilisatorische Gefühle in Dir aufsteigen, finde ich das nicht schlecht für Deine langsame Rückgewöhnung an die Natur.

Und da meine ich, Du besorgst Dir vor dem Winter in genügender Menge von einem Bio-Obst-Bauern preiswerte lagerfähige Früchte. Birnen, Äpfel - vor allem Boskop - gehören in zugeklebte Pappkartons mit Holzwolle. Darin halten sie sich am besten. Noch besser sollen sie sich halten, wenn Du etwas Schlangenfarn hinzufügst. (Ein Rat, den ich noch nicht nachprüfen konnte. Schreibe mir, ob er sich bestätigt.) Selbstgezogene oder vom Bio-Bauern erworbene Möhren und Rote Bete steckst Du ebenfalls in (feuchtzuhaltende) Walderde oder in mit Erde vermischten, stets leicht feucht gehaltenen Sand - so kann Dir den Winter über nichts mehr passieren. Das solltest Du auch gleich tun, sobald Du sie im Herbst zum Verzehren kaufst - so bleiben sie am besten knackig. Bewahre Kohlrabi, Möhren und Rote Bete immer ohne deren Kraut bzw. Blätter auf. Das Kraut entzieht ihnen die Feuchtigkeit - sie schrumpfen. Schneide es drei Zentimeter über der Knolle ab und laß es oberhalb der Erde heraus schauen. So bilden sie weiter Vitamine.

Als ideale Lagerungstemperatur für Früchte habe ich ermittelt:

Tropenfrüchte: 15°C im Erdkeller, Zitrusfrüchte: 5° - 8°C im Erdkeller. (@auch Kap.9.83, Rz.988)

Von den Bio-Tropenfrüchteversendern bekommst Du alle kleinen Baby-Roten-Apfel- und Zucker -Bananen grün angeliefert. Du kannst sie selbst optimal nachreifen, indem Du die Bananen zusammen mit 1-2 Äpfeln in einer verschlossenen Papiertüte an einen warmen Platz legst. Je dunkler und fleckiger die Schale bei den Naturbananen ist, um so süßer und aromatischer sind sie im Geschmack. Hast Du eine größere Menge eingekauft, so läßt sich die Reife bei Temperaturen um 13ø C verzögern. Temperaturen unter 13ø C solltest Du auf jeden Fall meiden.

Gemüse und Urpflanzen lagere stets getrennt von Früchten im Erdkeller, da die Ausdünstungen des Obstes das Grün lappig machen. So macht Dein Wildgrün nicht schlapp: Gleich nach dem sammeln waschen und feucht in einen Gefrierbeutel stecken oder in ein feuchtes Handtuch einschlagen. So bleibt es im Gemüsefach des Kühlschranks drei, vier Tage knackig. Und kauf nur Bio-Salat, wenn die untere Schnittstelle noch weiß schimmert.

Stelle etwas Spießkornhafer<sup>9860</sup> - falls Du ohne diesen nicht auszukommen glaubst - kühl und trocken in kleinen offenen Säckchen oder Tongefäßen hin. (Die kriegst Du bei WWF/Panda.) Stecke einen Holzlöffel oder einen Stab hinein, mit dem Du dieses spelzenlose Getreide ab und

zu mal umrührst. (Adresse ®Rz.980)

Datteln erhältst Du von Dezember bis Mitte März frisch in Feinkost-Geschäften oder in den großen Kaufhäusern. Stiel-getrocknete Datteln sind noch als halbfrisch zu werten. Sehr gute Ware liefern die auf solche Kost eingestellten Naturwarenversandhäuser. (®Rz.801, 980/3)

Apfelsinen, ungespritzte Zitronen, Mandarinen, Avocados kannst Du im Naturladen kaufen. Unbehandelte Zitronen haben eine natürliche Wachsschicht und leichte braune Stellen. Sie sind etwas teurer als behandelte Ware. Übrigens: 'Unbehandelt' bei Marktware heißt lediglich, daß die Schale nach der Ernte nicht künstlich gewachst und konserviert wurde - über den Spritzmitteleinsatz *während der Reifezeit* sagt das gar nichts aus.

Sprießkornhafer (ein Stunde vorher eingeweicht), den Du Dir bei starken Hungergefühlen ab und zu mal abends erlauben magst, quetschst Du am besten kurz vor dem Essen zu Flocken.  
9894

»Sind Avocados nicht ganz neu gezüchtete Früchte, ähnlich wie die Nektarinen?«

Nein - die Azteken haben sie schon gekannt. Junge spröde Mädchen mußten sie essen, damit sich Liebeslüste in ihnen regten.

»Schön, daß Du mir das sagst. Dann weiß ich mir ja zu helfen, wenn meine Partnerin mal wieder zu viele Kopfschmerzen hat«, sagst Du.

Aber paß auf: Die aus Israel und Südafrika können radioaktiv bestrahlt sein - wenn Du andere bekommen kannst, solltest Du diese nehmen. Am sichersten bist Du, wenn Du sie nur aus den Naturläden oder vom Bio-Versandhandel beziehst.<sup>6902</sup> (®Rz.980ff)

Was sonst noch in anderen Ländern bestrahlt und zu uns importiert wird, das ersiehst Du aus meiner Aufstellung im Literaturverzeichnis <sup>6910</sup>. Die Gefahren, denen Du Dich mit bestrahlter oder genetisch veränderter Nahrung aussetzt, sind - wie damals, als Röntgenstrahlen erfunden wurden - noch völlig unbekannt <sup>6902</sup>. Meide daher bestrahlte oder genetisch veränderte Nahrung wie die Ärzte.

»Warum ist das Bestrahlen der Lebensmittel eigentlich so schlecht?«

Die Strahlen töten Bakterien ab, die die Nahrungsmittel zersetzen. Aber: Durch die Bestrahlung werden Vitamine ebenso zerstört wie Eiweißbausteine.

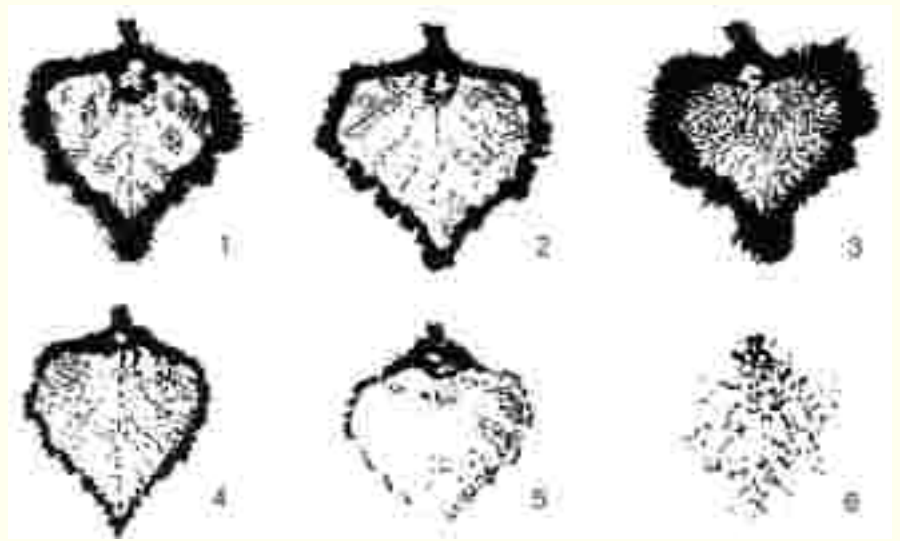
Merke: Öl aus Samen ist nichts Natürliches! Selbst wenn auf der Verpackung »Kaltgeschlagen« draufsteht, ist es nicht empfehlenswert, zudem stimmt es nicht. Die Ölsaat wird bei diesem Verfahren nur nicht - wie zur besseren Auswertung üblich - vor dem Pressen erhitzt. In der Ölmühle entstehen unvermeidbar immer noch Temperaturen von 60 bis 80 Grad.



**Die Nahrung muß von Strahlungskräften ständig durchfloßen sein. Alle erhitzte Nahrung und die synthetische, pharmazeutische Medizin strahlen *nicht* mehr. Sie haben nur einen chemischen Wert. Es fehlen ihnen die *antreibenden Auf- und Umbaukräfte zur Zellerneuerung*.<sup>6005</sup>**

Und: Iß nur voll ausgereiftes Bio-Obst - nicht die unreifen Granny-Smith oder die überdüngten, totgespritzten Golden-Delicious und die am meisten begifteten Grapefruits, die noch nach einem Jahr nicht verdorben sind.

Da unsere Brüder, die Affenmenschen, zwar ab und zu mal ein paar ausgetrocknete Früchte essen, sonst aber so gut wie alles stets frisch zu sich nehmen, rate ich natürlich auch dazu, so wenig wie möglich zu lagern.



So schwinden die Lebenskräfte aus einem abgepflückten Pflanzenblatt:

Das monochromatische Leuchten strahlt die Biophotonen in diesen Phasen ab (von links nach rechts):<sup>6005, 6407, 9682</sup>

1. Blatt frisch, 2. Blatt nach 4 Stunden, 3. Blatt nach 12 Stunden (Aufbäumphase gegen sein Absterben, 4. Blatt nach 18 Stunden (Sterbephase), 5. Blatt nach 24 Stunden (das Leuchten der Zellen ist zusammengebrochen), 6. Blatt nach 36 Stunden (physischer Tod).

Wie lagerst Du Gemüse richtig? (Weil das keine UrKost ist, sieh nach unter LV 1770.)

Wann sollte Obst und Grün gewaschen werden?

Ich sage: grundsätzlich überhaupt nicht! Denn es ist unnatürlich! Und weil Dir eine so einfache Antwort nicht genügt, solltest Du wissen, daß sich für Deine Verdauung und Dein Immunsystem wichtige Bakterien auf den wilden Grünpflanzen befinden, welche durch Waschen abgespült werden! Und daß jede Pflanze ihre eigenen, für ihre Aufschließung im Körper spezifischen Bakterienarten besitzt. Aber, und jetzt kommt der Hammer: **Diese Mikroorganismen sitzen nur auf der Wildpflanze!** Warum? Weil sich diese, seit frühestens

10.000 Jahren künstlich gezüchteten Kultur- und Gemüsepflanzen in dieser Augenwimpernschlag-Zeit, gegenüber den etwa 65 Millionen Jahren Entstehungszeit der Urpflanzen, nicht soweit entwickeln konnten. Die Zuchtpflanzen vermögen es wahrscheinlich überhaupt nicht, eine Symbiose mit Mikroorganismen aufzubauen. Ein Grund dafür, daß - na, denk mal selbst nach... Ja, ja, Du erkennst immer wieder: Die Natur hat alles recht eingerichtet für die, welche auf sie hören und möglichst naturbelassen essen.

Sieh doch mal genau hin, wenn Du Urpflanzen sammelst. Und mach Dir ein paar Gedanken darüber, wie die Natur das so alles fürsorglich eingerichtet hat:

Auf Scharbockblättern und all dem später folgenden Grün findest Du z. B. im April und Mai den ganzen Blütenstaub der Haselnüsse, Tannen und Buchen.

Wie kommst Du sonst wohl so einfach an die Nahrungsgruppe Blütenstaub, die Dein Körper wahrscheinlich, sehr wahrscheinlich, wie alles Natürliche dringend benötigt.

Und ich hoffe, daß Du mir glaubst, selbst wenn es noch kein Forscher wissenschaftlich nachgewiesen hat, daß unser Organismus auch den feinen Staub der Blüten frühzeitig benötigt. Könnte es nicht sein, daß der mitgegessene Blütenstaub anti-allergisch wirkt?

Und dann: Die Millionen von Bakterien, Bazillen, Viren und anderen unerforschten Kleinstlebewesen auf jedem Blatt werden dringend von Deinem Darm zur speziellen Verdauung eben dieses Krauts gebraucht. Mit ihrer Hilfe vermag Dein Organismus deren Wirkstoffe am besten aufzuschließen. Sie haben sich in ihrer kleinen Welt dort angesiedelt, um den größeren Lebewesen, die sie mit den Pflanzen verzehren, zu dienen und zu helfen, damit deren Leben von Leiden ungetrübt und unbeschwert verläuft.

»Und wenn krankmachende darunter sind?«

**Hast Du die Vorkapitel etwa nur halb gelesen? Dir müßte sonst völlig klar sein, daß es keine krankmachenden Bakterien und Viren gibt, sondern nur unnatürlich lebende Menschen, welche Bakterien durch Schaffen miesen Körpergewebes »krank« machen, so daß sie sich über Gebühr vermehren und die körperlichen Abläufe durcheinanderbringen. (® Rz 75,462,475).**

Länger reife Früchte wie Äpfel, Birnen und Pfirsiche solltest Du jedoch vor dem Essen gut waschen. Trauben, selbst wenn sie angeblich biologisch gezogen sind, auf jeden Fall. Diese werden am meisten gespritzt! Gifte und Spritzmittel haften unsichtbar darauf! Auch Südfrüchte wie Mangos, Kiwis und Kakis wasch lieber, falls Du die Haut mitißt. Chemierückstände spülst Du nur dann zum Großteil ab, wenn Du die Frucht kurz mit heißem Wasser gut abbürstest und danach nochmals kalt überspülst. Merke: Wässere und wasche nie bereits zerkleinerte Früchte oder gehacktes Grün.

Wie ich das aber von meiner Frau weiß: Die wäscht gerade die im oder am Waldrand in sauberster Luft gewachsenen Wildkräuter besonders sorgsam. Das ist einfach aus weiblichen

Wesen nicht herauszubringen. Ich esse die Pflänzlein deshalb zum großen Teil gleich im Wald.

»Mein Gott, ist das denn wirklich so wichtig? Die paar Blütenstäubchen auf dem Grün... Was soll das schon...!«

Du kannst von mir nicht erwarten, daß ich Dir hier alles bis ins kleinste Detail offenlege. Wenn ich Dir sage, halte es wie die Affenmenschen, die nehmen schließlich auch alle Wildpflanzen ungewaschen zu sich (was natürlich nicht bei Gemüse gilt, bei dem die Chemiebauern ihr Gift drübergesprüht haben oder die Autos ihr Benzol), dann wirst Du als meine frauliche Leserin es ja doch nicht tun. Wenn ich Dir dagegen sage, daß wegen des Waschens soundso viele Nanogramm des Vitamins B<sub>12</sub> verlustig gehen, was sich ganz fatal in Deinem Körper durch Nervenleiden oder Anämie auswirkt, dann bist Du vielleicht eher geneigt, auf das Waschen der Pflanze zu verzichten. Und weil Du als Nichtfleisshesser kein B<sub>12</sub> in den Darm zum Verwerten aufnimmst, brauchst Du die entsprechenden Bakterien dafür, die dieses B<sub>12</sub> in Deinem Darm produzieren. Und ausgerechnet diese sitzen auf den grünen Blättern und leben dort vom Kobalt oder den feinen Lebensspuren, welche die Kleinstinsekten dort belassen haben. Und die gehören nun mal nicht ins Spülwasser, die gehören in Deinen Darm! Der 30 Millionen Jahre daran gewohnt war.

Klar, das Grün mit Avocado schmeckt wirklich nicht so wunderbar wie Kasseler mit Sauerkraut. Doch weiß Dir die Natur noch einen Grund zu sagen, warum es Dir nicht zu gut schmecken soll:

Weil Du lecker Schmeckendes nicht mehr genügend kaust. Was zu gut schmeckt, wird schnell und oft gierig geschluckt. Wobei dann die Verdauungssekrete und Enzyme nicht mehr richtig abgesondert werden. Damit das nicht geschieht, hat die weise Schöpfung für alle Lebewesen die Naturkost so hart geschaffen, damit sie lange, lange und kräftigst gekaut werden *muß*, bevor sie enzymdurchtränkt geschluckt werden kann!.

**Vergiß nicht, Dich für Deinen Verzicht auf die Drogen Nikotin, Alkohol, Salz und Zucker und die sonstigen Leckereien zu belohnen!**

Kaufe Dir deshalb ab und zu die feinen, seltenen Südfrüchte, wie Cherimoyas, Litschis, Mangos, Mangustàn, Papayas, Naturdatteln und Spitzen-Qualitätsfeigen. Oder den höchsten der Genüsse: Durianfrüchte, die Du im Asien-Shop bekommst! Oder Dir von darauf spezialisierten Versandfirmen schicken lassen kannst. (® Rz.980/2) Merke: Nicht bei den Bio-Versendern (® Rz 980[2]) gekaufte Feigen zum Beispiel sind schockgefroren und begast.

**Leckere UrKost für Kinder und Große.**

»Und was mache ich, damit meine Kinder sich nicht ausgestoßen fühlen? Wie z.B. bei den heute üblichen Kinderpartys, wo sie sich gegenseitig einladen?« Nutz dann die folgenden Rezepte als kleine Werbung für die Gesundkost So bietest Du der Blage einen besonderen Spaß: Du lädst sie alle in ein Spaß-Bad ein. Da schreien sie so vergnügt, rennen und toben herum (ja, die Naturelemente machen denen die größte Freude!), daß sie gar nicht erst

mitbekommen, wenn sie zwischendurch von Dir nur Früchte, Nüsse und Maulbeeren bekommen haben. Weshalb dieser Trick auch Schlechtkostessern zu empfehlen ist: Ein Obsttag tut allen mal gut! Und damit Papa am Abend mal richtig Lust auf Mutti kriegt, reichst Du ihm die Konz'sche (unschädliche) Viagra-Super-Potenzpille (siehe unten). Alle Mengenangaben für zwei Personen:

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/6/7.html> - **Update: 13.01.2000 15:58**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# 6. Kapitel. Einfach essen: wie in der Urzeit

## 6.71 Soll ich auf Tropenfrüchte nicht besser verzichten?

»Ich sehe eigentlich keinen Sinn darin, die von Dir hier empfohlenen Tropenfrüchte mit dem Flugzeug zu uns zum Verzehr zu bringen«, sagst Du, »liegt Dir denn nichts daran, die Umwelt möglichst wenig zu verschmutzen? Weißt Du denn nicht, wieviel Aerosol der Flugzeuge von oben auf uns herabrieselt und daß das ausgeschiedene Kohlenmonoxyd der Flugzeugmotoren die Erdatmosphäre weiter anheizt? Du solltest vom Verzehr der Tropenfrüchte eigentlich abraten!«

Von den Tropenfrüchten haben wir Menschen Millionen Jahre lang zum großen Teil gelebt! In ihnen sind alle wertvollen Lebensstoffe (nebst den uns noch unbekanntem) enthalten, auf die wir codiert sind, weil uns wahrscheinlich die Tropen als unsere eigentliche Heimat von der Schöpfung bestimmt wurden. Und alles, was in den kälteren Zonen wächst und gedeiht, das war allein nur den dort ansässigen Tieren als Lebensgrundlage zgedacht. Auf die Früchte der Tropen aber sind unsere Gene programmiert - wie auf die der Wildpflanzen! Und:

Tropenfrüchte werden nicht, wie meist unser heimisches Obst, mit Chemie großgezogen, wenn Du sie von seriösen Naturwarenhändlern beziehst. Noch nicht!

Tropenfrüchte werden nicht in eigens dafür gecharterten, großen Transportmaschinen geflogen - wie das z.B. mit Bananen, Reis, Gewürzen, Kaffee, Tee, Kakao oder Baumwolle geschieht! Tropenfrüchte dienen lediglich als Beiladung zur Fracht der auch ohne sie fliegenden Linienmaschinen.

**Der Anbau von Tropenfrüchten verschafft den Bio-Bauern in der Dritten Welt endlich Arbeit und Brot! Willst Du es ihnen durch Deinen Boykott nehmen?**

**Und - da die Kleinlandwirte diese Früchte nicht in Monokulturen anbauen - verhelfen wir den armen Menschen nicht nur zu Einkünften, sondern auch zu der Möglichkeit, die Erde dort fruchtbar zu halten. Und verhüten so, daß die Menschen in neue, auch noch die Erde verpestende Fabriken abwandern oder als Holzfäller die Regenwälder vernichten.**

Siehst Du also lieber Fruchtbäume gepflanzt, oder siehst Du lieber demnächst im Fernsehen die ausgedörrte Erde in der Dritten Welt, weil mangels Nachfrage die Obstbäume dort zu Brennholz kleingeschlagen wurden? Siehst Du lieber die Menschen dort verarmen und die Kinder hungern, weil Du von ihnen die herrlichen Früchte nicht mehr erwerben willst? Willst

Du lieber den Groß-Chemielandwirten hier für die verjauchten, überdüngten, pestizidbelasteten Gemüse und das Spritzgiftobst (zusätzlich zu den Subventionen) die Geldbeutel füllen?

Ich sehe auch nicht gerne Flugzeuge fliegen. Aber es werden weniger von ihnen ihren Dreck auf uns herabrieseln lassen und mit ihrem Lärm uns die Ohren zudröhnen, wenn Du auf Kaffee oder Tee verzichtest, wenn Du keine Schokolade mehr isst und mit keinem Flugzeug mehr in die Ferien fliegst. Und es sterben weniger Wälder, wenn Du Dein Auto mehr in der Garage stehen läßt, statt damit zum Spaß herumzufahren.

Probiere mal junge Pagoden-Kokosnüsse, Durian oder Jackfrüchte. Vergiß nicht die kleinen Töchter Litschi und Rambutan: die paradiesischen Logans! Dann befindest Du Dich schnell im Himmel der Genüsse und brauchst keine »seelentröstende« Schlechtkost mehr...

### Zur Durian, der Frucht des Zibet-Baums

Reife, sahnige Durian in Spitzenqualität und reif sendet Dir nur Orkos (®Rz.980/2) zu. Im Asienshop sind sie billiger, aber unreif. Ob sie bei Dir reift, ist Glückssache. Du mußt dann warten, bis sie von selbst an der Spitze sich langsam zu öffnen beginnt. Dann trenne ich eine ihrer Segmente vorsichtig auf und schlecke die Creme des Himmels vom Samenkern lustvoll ab. Am folgenden Tag kommt dann die nächste Kammer aus dem Kühlschrank an die Reihe. Damit ich länger davon habe, und weil sie so sehr sättigt. Öffne sie nicht zu früh! Im Zweifel stanze ein kleines Loch herein und teste ihre Weichheit. Solange das Fruchtfleisch noch hart und trocken ist, besitzt die Durian keinen Geschmack!

### Zu unbegasteten Bananen

In den Angebotslisten der Versender tropischer Früchte (®Rz980) sind viele Sorten von Bananen aufgeführt, die nicht mittels Gas künstlich gereift werden: säuerlich schmeckende rote und Apfelbananen, Baby- und Zuckerbananen, wie auch die sog. Kochbanane gilt es zu entdecken. Letztere besitzt ein festes Fruchtfleisch und kann nach der Reife ebenfalls roh gegessen werden. Merke: Die Schale fault bei den oben genannten Sorten schneller als die Frucht, die gerade dann am besten schmeckt. Die grünen, unreifen Früchte hängst Du zum Vermeiden von Druckstellen am besten auf und bekommst sie so am schnellsten reif.

### Zur Cherimoya und Sapote

Als feinste Frucht bietet sich meinem Gaumen die Cherimoya dar, die ziemlich empfindlich ist! Man kann sie nur halbreif versenden, aber sie reift schnell nach, wenn sie eine samtige, hellgrüne Schale besitzt. Zu grau und zu hart, dann kannst Du Pech haben. Gib sie auf leichten Druck nach, dann ran an das schmelzende Joghurt-Vanilleeis. Nur den braunen Fruchtkeil solltest Du beim Hälfen entfernen. Die schwarzen Perlenkerne schlucke ich - wie bei den Kirschen - immer mit herunter. Bei 4 bis 6°C läßt sie sich auch reif ein paar Tage aufbewahren. Unreife Früchte reifen in der Sonne oder an bis 40 Grad warmen Stellen schnell nach - nur keine Ananas. Wenn Du mal in den Tropen weilst, probiere auch ihre vielen

Geschwister aus der Fruchteart der Anonen.

**Erkenne: Für Deinen Verzicht auf Schlechtes gewinnst Du mit der UrTherapie bisher unbekannte, neue und herrliche Genüsse, die Du sonst nie kennengelernt hättest.**

April – Juli gibt es eine Frucht, die genau wie der feinste Bisquit schmeckt. Laß Dir die um Gottes Willen nicht entgehen, wenn Du mal den Geschmackshimmel auf Erden erleben willst: die Sapote Amarillo.

Zur Mango

Unendlich viele Arten gibt es bei den Mangos. Jeweils in anderen Geschmacksrichtungen. Meine Frau liebt sie säuerlich und hart, ich schwärme für süße, saftige. Finde heraus, welche Dir am besten munden: Arumanis, Diego, Gajah, Gedong, Golek, Indramayu, Manalagi, Manila, Nana, Haden, Keitt, Irwin, Smith. (Kleine schwarze Stellen machen nur bei der Papaya nichts aus.)

Vom Supermarkt kannst Du keine Qualität erwarten. Sie werden grün geerntet und auf dem Seeweg in Atmosphärecontainern zu uns gebracht. Während diejenigen der Naturwarenversender reif eingeflogen werden und so einen vollduftigen Geschmack besitzen.

Zu den Mangustanfrüchten

Sie schützt eine harte Schale, die bei Überreife kaum noch zu schneiden ist. Wenn Du sie mit dem Messer in zwei Hälften trennst, ohne das innere zu zerschneiden, wirst Du an eine Auster erinnert, die eine herrliche Perle in sich birgt.

Die bei der Mangustan hundertfach vergrößert in herrlich mattem Weiß sich geborgen in rotem Samt Dir darbietet. Ein Meisterwerk der Natur in höchstvollendeter Ästhetik. Und dann dieser köstliche Geschmack! Unvergleichbar. Die Kerne schlucke ich auch hier immer mit.

Zu den Datteln

Nur die wenigsten wissen um die vielen herrlichen Dattelsorten, die jedem Süßmälchen das Herz höher schlagen lassen. Unkonserviert vom Naturwarenversand sind sie ein halbes Jahr (im Kühlen gelagert) haltbar, bei einer Temperatur von 1 bis 2°C sogar bis zu einem Jahr.

Im Geschäft bekommst Du nur minderwertige, mit Syrup gesüßte Früchte - mit Ausnahme von türkischen Geschäften in den Städten. Diese führen meist beste Qualität - was auch für Mandeln, Trauben, Kakis usw. gilt.

Die Tropenfrüchte-Versender machen Dir gerne ein Probierpaket von allen Sorten zurecht. Als da sind: Barani, Black, Plum, Brown Finger, Deglet Nour (meine Lieblingssorte), Desert Jahme, Desertica, Goavi, Golden Beauty, Johanna, Kaoroco, Kustawi, Maroi, Mecca Gold, Nahroco, Zahari, Kadrawi, Medjool, Bahree Halwi u.a. Ja - da kannst Du doch auf das

Chemiezuckerzeug und süße Plätzchen pfeifen! (@Rz.980/1-3)

### Zu den Maulbeeren

Sie stellen nach meinem Geschmack alle Bonbons in den Schatten! Reine Natur - und so köstlich! Die empfindlichen Früchte werden vom Baum geschüttelt und ein paar Tage an der Luft getrocknet. Wegen ihrer Süße sind sie lange haltbar - am besten gibt man sie in den Kühlschrank. Ich habe meine fast ein Jahr lang aufbewahren können - und sie behielten immer noch ihren feinen Honigduft bei. (@Rz.980/2) Auf den Kanarischen Inseln wachsen sie Dir noch ins Maul...

### Zur Cassia (Kassia)

Das ist was zum Knabbern nebenbei, wenn's mal mit der Verdauung nicht so recht will. Oder zum Nachfasten. Am besten eignet sich der Nußknacker dazu, die Verbindungsstücke durch leichtes Anbrechen von vorne nach hinten zu zerbrechen, um die schwarzen lakritzartigen Scheibchen der harten Schote zu entnehmen. Du solltest Dir nicht mehr als 15 davon gönnen - es sei denn, Du bist ziemlich verstopft.

Ältere Herrschaften muß ich in diesem Zusammenhang auf etwas aufmerksam machen: Die UrKost drückt ganz schön auf die Blase. Im Kino oder Theater solltest Du deshalb gleich am Ausgang sitzen... Sag mal, ißt Du die UrKost überhaupt schon?

»Na klar - es fällt mir nur noch schwer, die neben den anderen Mahlzeiten runter zu bekommen!«

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/6/71.html> - **Update: 13.01.2000 15:59**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!



# 6. Kapitel. Einfach essen: wie in der Urzeit

## 6.72 Warum fällt es nur so schwer, auf UrKost überzugehen?

fragst Du, »manchmal bin ich richtig wild auf ein saftiges Stück Braten, auf ein Stück Kuchen...«

Dir geht es nicht allein so. Wir alle sind schon als Babys von unseren Eltern süchtig gemacht worden. Weißt Du, was das heißt? Weißt Du, wie lange sich die Suchtstoffe Salz und Zucker bereits in Deinem Körper eingenistet haben? Kein Wunder, daß sich Dein Geschmack so sehr schon an dieses cremigweiche, wohlige Zunge und Gaumen liebkosende Essen gewöhnt und darauf eingestellt hat.

Vergiß auch nicht, daß Du vom Verstand her viel weniger über Dich bestimmst, als Du es Dir vorstellst und es Dir recht ist.

Dein Unterbewußtsein ist es, das Dich meist zu dem bringt, was Du tust. Und Dein Kopf sucht und findet dann nachträglich einen Grund, dieses Tun zu rechtfertigen. Deshalb ist es oft so schwierig, selbst einen weisen Entschluß durchzuhalten. Tröste Dich, Dir geht es nicht allein so. Plötzlich sagst Du Dir vielleicht: Warum das alles? Oder: Was soll ich mir zu allem auch noch solche Schwierigkeiten mit dem Essen aufladen! Und schon bist Du wieder in der Masse versunken. Die Psychologen, die da sagen, wer einmal süchtig war, der bleibt es ein Leben lang, die haben wahrscheinlich recht damit.

Bei meinen Seminaren bemerke ich: Gemeinsam in einer Gruppe die UrKost zu essen fällt leicht. Da ist es selbstverständlich, daß alle nur Natürliches essen. Und auch Dir würde es leichter fallen, wenn Deine Familie mitmacht. Erhältst Du von ihnen keinen Rückhalt, so bemühe Dich um andere, aufgeschlossene Menschen oder gründe selbst eine UrMethodikergruppe. Oder suche nach kranken Menschen, die mitmachen wollen. Dann eßt ihr öfter gemeinsam und schaltet so die Gefahr aus, wieder verführt zu werden.

Manche raten zum langsamen Übergang von der Kochkost zur UrKost. Oder sie raten zu gekochtem Gemüse oder Reis als Beikost zum rohen Essen. Ich finde dies für Gesunde am Anfang der UrKost tolerierbar, für Kranke aber nicht. Für die ist jeder Tag wichtig, an dem sie beginnen, völlig gesund zu leben. Jeder Tag, der gezögert wird, kann für sie zu spät sein.

Noch heute, nach jahrzehntelanger UrKost, steigt bei mir die Lust nach frischen Brötchen, Reibekuchen oder Rouladen auf, wenn mir irgendwo deren Gerüche in die Nase steigen. Doch dann denke ich: Freiheit von Schmerz und Leid, Unabhängigkeit von Ärzten, geistige Klarheit

und Liebesfähigkeit bis ins Alter sind es mir wert, daß ich der UrKost die Treue halte. Es ist der unnatürlichen Geschmacks- und damit Suchtprägung seit frühester Kindheit zuzuschreiben, daß wir dieses Schmachten nach der uns ach so wunderbar mundenden, uns und die Erde so kaputtmachenden Zivilisationskost wohl nie ganz verlieren werden.

Da es keinen Instinkt für gesunde Nahrung gibt, ist der Geruchs- und Geschmackssinn verführbar, ist der Organismus ohne Abwehrmöglichkeit gegen die Schäden unnatürlicher Nahrungsstoffe.

Wir gehören zur Gruppe der Säugetiere und sind gewohnt zu essen, was wir vorfinden. Bis vor etwa 10.000 Jahren waren dies nur die reinen Gaben der Schöpfung, heute sind es die Produkte selbstüchtiger, nur ihren eigenen Profit im Auge habender Menschen, denen das Wohl der Tiere, der Mitmenschen<sup>9027</sup> und der Erde nichts bedeutet. Was wir erkennen sollten:

**Wir sind verführbar, weil es Verführerisches gibt. Und fast alles, was diese Zivilisation zu bieten hat, verführt uns. Verführt uns Menschen zu uns selbst und unsere Erde schädigendem Tun. Das ist der geheime Fluch, der über dieser Zivilisation liegt.**

Doch das Zurück-zur-natürlichen-Lebensweise ist schwer, äußerst schwer. Wie es *Augustinus* schon formulierte: »O Herr - was ist es, daß ich das Gute will, aber das Schlechte tue?«

Warum tun wir das Schlechte, das uns Schädende? Weil uns die Zivilisation dazu verführt - und was noch entscheidener ist - weil sie uns dazu vielfältige Gelegenheiten und Möglichkeiten bietet!

Vielleicht macht mir schlechte Nahrung nichts aus, wenn ich mich nur hin und wieder oder nur wenig davon verführen lasse, so denken wir. Vielleicht geht das bei manchen. Bei vielen aber geht es eben nicht. Denn: **Jede kleine »Sünde« zieht die nächste, größere hinterher!**  
**Merke: Völlige Abstinenz ist viel, viel leichter als ständig zu beachten wollende Mäßigkeit!**

Erkenne: Wir besitzen einen genauen genetischen Code. Jeder Organismus ist auf die Nahrung eingestellt, auf welche ihn die Schöpfung programmiert hat. Und programmiert ist unser Körper - wie könnte es anders sein - auf die Nahrung, die er zu Beginn seiner Menschwerdung in der Natur vorfand: auf UrNahrung.<sup>6125</sup>

Daß wir uns überhaupt erlauben, etwas anderes zu essen, ist meiner Ansicht nach unverzeihbare Blasphemie. Keine Spezies erlaubt sich diese Auflehnung gegen die göttliche Schöpfung. Schon allein diese Tatsache müßte Dir als Argument genügen, die UrKost zu bejahen.

Verhalten wir uns anders als codiert, bekommen wir Probleme. Deshalb herrscht dieser Wahnsinn in unserer Welt. Halte vor allem als kranker Mensch ohne große »Sünden« durch. Sonst höre ich Dich bald wieder stöhnen: »Wenn's mir doch nur so gut ginge, wie es mir schlecht geht!«

Du wirst nicht nur von Gerüchen oder dem Anblick leckeren Essens verführt und falsch geleitet, sondern auch von Worten:

»Jeder Mensch braucht in jedem Lebensabschnitt, ja in jeder Lebenslage seine ganz individuelle, unterschiedliche Ernährung. Rezepte und Ideen von anderen sollten immer nur als Experimentiervorschläge aufgefaßt werden.« (...) »Die Ernährung führt auf Dauer nur dann zu seelischem Wachstum, wenn sie eigenverantwortlich intuitiv verspürt wurde.«<sup>9965</sup> (Jamila Peiter, Pro und Contra Rohkosternährung). Oder: »Versuchen Sie nicht, nach Wandmaker oder irgend jemand anderem zu leben, sondern probieren sie aus, was Ihnen bekommt.« Oder: »... kann die Alternative 'Essig' in Eigenverantwortung verwendet werden. Die Entscheidung darüber, was in dem jeweiligen Augenblick das Richtige ist, kann nur von Ihnen gefällt werden.« (Fit fürs Leben 4.1997)

(Richtig: Versuche aber auch nicht, nach diesem Geschwafel zu leben, sondern versuche, nach der Natur zu leben!) Was sind das für »Gesundheitslehrer«, die ihren hilflosen Lesern nicht klar zu sagen vermögen, was richtig für sie ist! Klugschwätzer, die anderen den Schwarzen Peter zuschieben!

Solches Reden ist deshalb so gefährlich für Dich, weil es genau in Deine schwer kontrollierbaren Gefühle trifft und in die unter der Asche schwelende Glut der nie verlöschenden Eßgier nach gesalzener oder gezuckerter Nahrung hineinbläst. Die Pseudologik, dieses scheinbare Verständnis für Deine seelischen Empfindungen lassen Dich nur zu leicht wieder schwach werden.

**Nein, ich widerspreche solcher Dummquatscherei schärfstens. Ein Kranker hat keine Zeit für solche Experimente, die sich meist über lange Jahre wertvoller Lebenszeit erstrecken. Du sollst sofort gesund werden und nicht erst abwarten müssen, daß Dir ein kommendes (evtl. sogar schleichendes) Leiden oder Bestehenbleiben der alten Krankheit nach Jahren zeigt, daß Deine Experimentierkost sich als schädlich und falsch erwies. Warum nicht sofort das Nonplusultra der Ernährungsweise wählen?: UrKost ist dieses Nonplusultra.**

**Höre *nicht* auf diese Dir schmeichelnden Töne, die nicht Deinem Interesse auf Gesundwerden, sondern nur der Beliebtmachung vorgebrachter Thesen dient. Höre nicht darauf, auch wenn es gut klingt und sie von Prominenten stammt:**

»Höre nur auf Dich selbst! Such Dir aus, was Dir zusagt! Du mußt in Dich hineinhorchen, was Du verträgst. Wenn Du Dir was versagen mußt, fehlt Dir was. Jeder muß für sich selbst herausfinden, was er seinem Körper zumuten kann...« (Barbara Rütting, Mein Gesundheitsbuch)

Folgst Du dem, so kannst Du Dein ganzes Leben lang horchen.  
Leider aber vergeblich auf Antwort warten! <sup>9965</sup> Nur dies ist die  
reine Wahrheit, und ich wiederhole sie Dir hier im Buch noch öfter -  
bis sie sich Dir unauslöschbar eingepägt hat:



**Die Natur hat Dir Deine Nahrung genau zugewiesen - Du besitzt nicht den gerinsten Spielraum, daran etwas zu ändern!**

Merke: Du hast keine Wahl in der Zubereitung der Nahrung. Du hast sie so zu essen, wie sie der Schöpfer für Dich vorgesehen hat: natürlich und unzubereitet. Du hast nur dann die Wahl, wenn Du krank werden oder bleiben willst.

Das muß Dir vollkommen klar sein, wenn Du einen Gewinn aus Deiner Mühe des Lesens hier ziehen willst: Wenn Du gegen die Schöpfungsgesetze verstößt, dann schädigst Du entweder Dich, Deine Gene, die Du weiter gibst an Deine Nachkommen, oder die Erde.

Wie in eine Religion, so flüchten sich viele Menschen in eine Krankheit. Denen kann ich nicht helfen. Also raus aus dem Kranksein – und das schnellstens. Warum? Weil Du bei langdauernden Leiden immer depressiver und verbitterter wirst. Und dann ist eine Besserung noch schwieriger!

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) (Important note!) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/6/72.html> - **Update: 13.01.2000 15:59**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

Der Domainname ist  
eine Spende der  
[Transmedia GmbH](#)

× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch  
× [Antivivisektion e.V.](#)                    × [Für Vegetarismus!](#)  
- [Gegen Tierversuche](#) -                    [Vegi-Büro Schweiz](#)  
Tierversuchsgegner Rhein Ruhr

# 6. Kapitel. Einfach essen: wie in der Urzeit

## 6.8 Die Technik des langsamen Umsteigens auf bessere Lebensweisen

*»Jeder Arzt sollte ein Lehrling der Natur sein« (Hippokrates)*

führe ich hier nur der Vollständigkeit halber für die zaghaften, passiven Leser an, hoffend, daß es auf diese Art wenigstens einige schaffen, sich damit gesund zu machen.

Das ist wie beim Abgewöhnen des Rauchens oder des Alkoholkonsums: Am besten geht das mit einem Schlag, nicht allmählich. Darum schmeiß alles weg, was Dich verführen könnte, alle Junkfood, die Medikamente, die Zigaretten, die Süßigkeiten, die Zuckerdosen und die Salzstreuer.

**Mach Dir klar: Veränderung ist stets lästig. Sie bedroht den Status quo. Es entspricht der menschlichen Natur, sich Veränderungen zu widersetzen.**

Du mußt unbedingt eingesehen haben, daß eine neue Lebensweise erforderlich ist, um Dich gesund zu machen. So bist Du motiviert, die hier vorgeschlagenen Schritte zu unternehmen.

Schreib deshalb ab sofort nieder, was bei Dir die schlechten Gewohnheiten auszulösen scheint und wann sie auftreten. Zu wissen, wann und unter welchen Umständen Du Drogen nimmst, rauchst oder trinkst - das gibt Dir eine Chance, den Teufelskreis zu durchbrechen: indem Du bewußt zu dieser Zeit etwas anderes unternimmst. Du machst Dir also einen genauen Zeitplan. Und wenn Du z. B. um 18 Uhr für gewöhnlich zur Flasche greifst - sei es aus Gewohnheit, Lust oder Frust oder aus Niedergeschlagenheit - hast Du auf Deinem Zeitplan jetzt stehen: Pingpong spielen, Radfahren, Spaziergehen, Joggen, Schwimmen oder ähnliches. Und das führst Du auch aus, ohne weiter groß zu überlegen. Du wirst also körperlich aktiv und nimmst eine andere, und zwar positive Tätigkeit auf. Das gibt Dir zugleich mehr Selbstvertrauen und Motivation.

Denke nie: Ich kann mich doch nicht ändern! Dieses Denken verstärkt nur die Ketten, in welche Dich die schlechten Gewohnheiten gelegt haben: Feiger Gedanke, bängliches Schwanken macht Dich nicht frei! Falls Du nicht erdfasten willst, und wenn Du Dich nicht für ein Kurz-und-Schmerzlos entscheiden kannst, dann biete ich Dir mit folgender Methode einen guten Weg, langsamer in die UrzeitTherapie einzusteigen: Tenor: Täglich immer etwas weniger von dem, was Du gerne magst, und täglich etwas mehr von dem, was Du vielleicht noch nicht so gerne magst: Obst, Grün, Wurzeln.

**1. Woche: Vor jeder Mahlzeit ißt Du grundsätzlich Früchte und Beeren. Auf Zuckerwaren verzichtest Du völlig. Anstelle von Fleisch ißt Du jetzt gedünstete Pilze (Deinen Medikamenten-, Salz- und Genußgifteverbrauch (Tee, Kaffee, Zigaretten, Alkohol) vermindere um 1/6).**

**2. Woche: Statt des üblichen Frühstücks ißt Du nur Obst. Auswärts ißt du nur noch in vegetarischen Restaurants. Fleisch ist nun tabu. Zu Hause: Gare Gemüse nur bis 60° oder brate es lediglich kurz an, so wie es die Chinesen machen. Vermindere jetzt Deinen Medikamenten-, Salz- und Genußgifteverbrauch um 2/6.**

**3. Woche: Nimm statt des Mittagessens nur Avocados oder Bananen mit Bio-Salaten oder Gemüse. Verwende keine Milch, Eier und Butter mehr. Vermindere Deinen Medikamenten-, Salz- und Genußgifteverbrauch um 3/6.**

**4. Woche: Iß statt des Abendessens nur noch gedünstetes Gemüse oder Salate. Mindere Deinen Medikamenten-, Salz- und Genußgifteverbrauch um 4/6. Verzichte auf alle Fette und ersetze das Brot durch Knäckebrot oder Frischkornbreie.**

**5. Woche: Iß wie in der 4. Woche, aber laß zusätzlich alle warmen Getränke weg. Mindere Deinen Medikamenten-, Salz- und Genußgifteverbrauch um 5/6.**

**6. Woche: Iß wie in der 5. Woche, aber laß alle Medikamente und Genußgifte jetzt völlig weg. Gib gedünstetes Gemüse nur als Beilage zu Salaten.**

**7. Woche: Unternimm die ersten Versuche mit UrKost.**

Damit Du die UrKost besser runterkriegst, mach Dir in der ersten Zeit beim Essen am Mittag oder Abend weiterhin etwas Gekochtes dazu, vielleicht ein paar Pellkartoffeln mit der Schale, vielleicht eine Portion gekochten, grünen Reis oder einen mit wenig Salz versehenen, gekochten Bohnensalat oder Brokkoli. Du kannst auch ab und zu mal etwas Hüttenkäse oder Magerquark als Beilage in die Wildsalate geben und diese mit ein wenig Zitronenwasser und Zwiebeln in der altbekannten Art (möglichst mit nur wenig Salz) zubereiten. Oder Dir zu Deinem Essen ein Knäckebrot zurecht machen und es mit Apfel- oder Bananenscheiben garnieren. Das stillt dieses unbefriedigende Gefühl in der Magengegend, das Dich in der ersten Zeit quält, wenn Du mit der reinen UrKost beginnst, ohne daß Du vorher Deinen Darm gereinigt und erdgestet hast.

Noch ein Trick: Iß Dich satt an UrNahrung und dann befriedige das flauere Gefühl in Deinem Magen mit einer Kleinigkeit, die Dir den bislang gewohnten Geschmack vermittelt, aber möglichst weder Zucker noch Salz bzw. nur geringe Mengen davon enthält.

**8. Woche: Beginne mit Hydrokolontherapie, Erdfasten und anschließender UrKost.**

Vergiß hierzu nicht die Weisheit von Konfuzius:

*Willst Du etwas ändern, so tue es jeden Tag.*

Ich weiß, es ist manchmal frustrierend, wenn Du von der Richtigkeit einer Sache überzeugt bist und dann doch wieder schwach wirst. Gerade in einer Großstadt, wo an jeder Ecke neue Verführungen lauern: Bistros, Cafés, Eisdielen, Restaurants, Pizzerias... Ach ja, diese herrliche Loreley-Kost, die es da zu verschlingen gibt, die Dich nur später in die Tiefe ziehen wird...

Ich will Dir nichts vormachen: Du hast es schwer mit der dann anschließend beginnenden UrKost. Du findest nämlich so leicht keine Gleichgesinnten, die mitmachen. Im Gegenteil, alle erklären Dich für verrückt. Alle werfen Dir nur Knüppel in den Weg. Du mußt nicht nur gegen Deine alten Gelüste, sondern auch gegen die Widerstände Deiner meuternden Familie und die Spötteleien der Bekannten<sup>6509</sup> und Kollegen kämpfen. Und die Gefahr besteht, daß Du bald entnervt aufgibst. So hörst Du von Deinen Lieben meist: »Was - das sollen wir mitmachen? Wir sind doch gesund!« Und wenn alle am Tisch zusammensitzen, und Du riechst den Duft von Braten oder Kuchen, oder Du siehst den Aufschnitt und das frische Brot da liegen, dann ist's kein Wunder, wenn Du schwach wirst und die UrKost nicht durchhalten kannst. So etwas mußt Du umgehen.

Entweder Du ißt zu einer anderen Zeit oder - was das beste wäre - die Familie ißt aus Kameradschaft mit Dir die UrKost. Dein zu Hüftspeck neigendes Töchterlein kannst Du vielleicht damit überzeugen, daß Du ihr sagst, wie schnell die UrKost schlank macht und sich alle Jungs nach ihr umdrehen werden. Deinem Sohn machst Du das neuzeitliche Essen damit schmackhaft, daß er damit tolle sportliche Leistungen erzielen kann. Deinen Partner kannst Du vielleicht damit zur UrKost bewegen, daß er sich weniger müde und tagsüber wohler fühlen und am Abend mehr Lust auf Sex bekommen würde...

Beginne also, Deinem Körper Gutes zu tun. Ist doch klar: Dann kannst Du auch Gutes von ihm erwarten! Und was gut für ihn ist und was ihn gesund macht, das weißt Du nach meinem Buch bald besser als jeder andere auf dieser Welt.

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service** : [English!](#) (Important note!) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen** :

**Kontakt** : [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL** : <http://www.bfgev.de/dggk/6/8.html> - **Update**: 13.01.2000 15:59

# 6. Kapitel. Einfach essen: wie in der Urzeit

## 6.81 Du tust gut daran, zeitig umzusatteln

Dich in späteren Lebensjahren auf eine andere Kostform umzustellen - das fällt immer schwerer. Denn dann ist meist das Essen, wie sagt man doch, zum Sex des Alters geworden. Da unter der UrzeitTherapie bei Dir als Mann die feinen Äderchen im Penis wieder frei werden, mußt Du dieser Form der Erotik jedoch nicht wieder verfallen.

»Bei Frauen scheint aber nichts zu verstopfen. Die sind - falls nicht grundsätzlich frigide - immer zur Liebe bereit«, sagst Du.

Da scheinst Du ja bessere Erfahrungen als mein zweiter Sohn gemacht zu haben, der gerade mit seinen 13 Jahren in das Alter kommt, wo er sich für Mädchen zu interessieren beginnt. Er fragt mich doch kürzlich etwas altklug: »Kannst Du mir vielleicht als Fachmann medizinisch erklären, welche Gründe dafür vorliegen, wenn meine Freundin immer den Kopf wegdreht, wenn ich ihr einen Kuß geben will? Ich mach alles genau so, wie ich es im Fernsehen gesehen habe...« Ich bin derart überrascht über die Frage, daß ich leicht zu stottern beginne: »Ja, hm, weißt Du...« Wie soll ich mich auch so schnell in die Erlebniswelt der heutigen Kids psychologisch versetzen können? Leidet mein Oliver vielleicht unter schlechtem Mundgeruch? Ich sage: »Hauch mich mal an.« Er tut's. Nein, er riecht frisch nach Apfelsine. Ich sage: »Hm, na ja, also was soll ich Dir sagen, hm...« Da meint er nachsichtig zu mir: »Macht nix, Papi, wenn Du's nicht weißt - Du bist ja auch kein richtiger Doktor, sondern nur ein Naturapostel«

Doch ich meine schon: Es gibt mehr Frauen, die im Alter als in der Jugend von Sex und Erotik nicht viel wissen wollen. Und das nicht nur aus seelischen Gründen. Wobei Du später noch sehen wirst, daß hinter seelischen Krankheiten auch immer körperliche stecken - und umgekehrt.

Wenn z.B. bei einer Frau aufgrund mangelnder Hormone und zu geringer Bewegung die Geschlechtsteile zu wenig versorgt werden, dann kann ihnen die Liebe wegen einer zu trockenen oder sich verhärtenden Scheide tatsächlich zur Qual werden. (Besserung à Rz 800)

**Erkennst Du, wie sehr sich die UrTherapie als eine alles ins Lot bringende Ganzheitsbehandlung auswirkt?**





# 6. Kapitel. Einfach essen: wie in der Urzeit

## 6.82 Rückfälle sind unvermeidbar

Ach, mein lieber Leserfreund, wir alle winden uns doch in den laokoonischen Verstrickungen der Zivilisation. Meinst Du denn, mir wäre das Abwenden von der altgewohnten Essensweise nicht ebenfalls schwer gefallen?

Was denkst Du wohl, was ich für Fehler machte, wie oft ich dachte:

**Es muß doch einen Kompromiß geben, wonach ich lecker essen kann, aber doch nicht krank werde. Glaub mir: Du machst Dich nur verrückt bei all diesen Winkelzügen, welche die meisten da unternehmen, um dem Genuß ohne Reue frönen zu können, und die doch niemals aufgehen.**

Besser, Du bist so klug, meine Erfahrungen gleich anzunehmen. Was wollen wir, zu bösartigen Schreckenskrankheiten Verurteilten, denn anderes machen, da uns das Schicksal so schwache Gene mitgab und wir so früh und schlimm leidend wurden.

**Dein Verstand sagt Dir zwar, daß Du stark bleiben muß, aber die Salz- und Zuckersucht in Dir gibt keine Ruhe und treibt Dich - falls Du ihr gegenüber keine Stärke zeigst - immer wieder dazu, nach Zwischenlösungen zu suchen, die Dir - wenigstens teilweise - die Geschmackserlebnisse der Zivilisationskost belassen. Die Dich aber auch gleichzeitig nicht mehr krank machen sollen. Dein ganzes Denken dreht sich dann darum, diese Kompromißlösungen zu finden und zu testen...<sup>6031</sup>**

Zutiefst stecken wir alle im Sumpf dieser Sucht. Ich kenne niemanden, der über kurz oder lang nicht wieder zu etwas aus der anziehenden Zivilisationskost gegriffen und sich daran gütlich getan hätte. Meist übermannt Dich nicht die Lust auf ein raffiniertes Mahl in einem Gourmet-Tempel, nein, es sind ganz schlichte Wünsche: der Biß in ein knackiges Käsebrötchen, in einen saftigen Hamburger, in ein Würstchen mit Senf und Kartoffelsalat.

Zum Glück folgt die »Strafe« meist auf dem Fuß: Verdauungsbeschwerden, Sodbrennen, Kopfschmerzen, Schlafstörungen, kleinere Beschwerden usw. Dauert der Rückfall längere Zeit, dann beginnen sogar die alten Leiden wieder aufzubrechen!

Nein, sagst Du Dir dann nach einer gewissen Zeit, das will ich nicht wieder mitmachen! Sagst Dir weiter: Es hat keinen Zweck, ich bin halt dazu verurteilt, bei der UrKost zu bleiben. Mir bleibt wirklich nichts anderes übrig, als klein und bescheiden zu werden und alle Ansprüche hinsichtlich der Essensweise zurückzuschrauben. Und mein Aufbegehren und mein Sich-nicht-damit-abfinden-Wollen aufzugeben. Denn mir ist ständiges Wohlgefühl lieber als ab und zu

ein Gaumenkitzel. Und findest so doch wieder zurück zur hier beschriebenen Gesundheitskost.

Mir ist auch dieses klar - ich bin schließlich nicht von gestern: Die meisten nehmen, nachdem sie sich gesundgemacht haben, einen Teil an Kochkost wieder in ihr Ernährungsprogramm auf: gedünstetes Gemüse, Pilze, Quark, Hüttenkäse, Kartoffel, Reis, Knäckebrot.

Was soll ich dazu sagen? Wenn der Körper wieder vollkommen gesund geworden ist, könnte er mit kleineren Anteilen an totgekochter Nahrung bei dem einen oder anderen fertig werden...

Das ist meine Hoffnung, aber nicht meine Überzeugung.

»Also gut, wenn mir solche Rückfälle drohen - weißt Du einen Rat, sie vorher zu verhindern?«

Nein. Das ist auch nicht möglich. Rückfälle sind Teil der UrzeitTherapie. Sie gehören dazu wie der Pfusch zum Arzt. Und wenn Du das weißt, dann wirst Du Dich dadurch auch nie entmutigen lassen. Ich hab' das alles doch ebenfalls mitgemacht. Du reagierst darauf so: 1 Bei Gelüsten auf Salz

Mach Dir einen Salat mit 50%igem Wildpflanzenanteil und gib zwei Salzkartoffeln dazu. So überstehst Du das Schlimmste und mußt nicht nach dem weitaus ungesunderen Käse oder Fleisch gieren.

1 Bei Gelüsten nach Süß

Warte keine Minute länger damit, diese schnell zu befriedigen. Halte dazu stets eingeweichte Feigen, getrocknete Datteln, Rosinen, Korinthen, Maulbeeren sowie Johannisbrot bereit.

Daß Du Dich dann, wenn Du der Versuchung durch Zivilisationskost erlegen bist, über Dich selbst ärgerst, das ist logisch.

Zum Glück führt das aber dazu, daß die Abstände zwischen den Rückfällen immer größer werden. Die Sucht nach Salz und Zucker ist zum Glück nicht so stark, daß ein Rückfall alle vorherigen Bemühungen vergeblich macht - wie das beim Alkohol oder den Drogen und Medikamenten der Fall ist.

**Von wem willst Du Deine Nahrung in Empfang nehmen?**

**Vom profitgierigen Menschen sein kunstdünger- pestizidverseuchtes Gemüse ohne Lebensenergie? Oder vom Schöpfer die voller Saft und Kraft aus unberührter Erde getriebenen Wildkräuter? Die Dich wunderbar sättigen und gesund erhalten? In Ihnen streckt Dir Gott seine Finger entgegen. Greif zu! Hier kannst Du es voller Vertrauen tun.**

**Führe möglichst ein Tagebuch über Dein Genesen. Beschreibe Deine Empfindungen, die vielleicht einmal als Grundlage für einen Film oder ein Buch dienen können. So etwas**

**kann das Gedankengut der Klassischen Naturheilkunde über die Erde tragen - und damit helfen, diesen Stern retten: Tue Gutes - und rede oder schreibe darüber! Reiche gute Artikel (mit Fotomaterial) dem BUND FÜR GESUNDHEIT ein. Wird's angenommen, kriegst Du Dein erstes Schriftstellerhonorar... (à Rz 978)**

"Sag mal, warum essen Wildschweine und Rehe nicht im Winter, wenn Sie hungrig sind, Liguster-, Ilex-, Kirschlorbeer- oder Berberitzenblätter?" willst Du wissen.

Na, warum wohl? Meinst Du die sind so dumm wie die Menschen und zerstören sich ihren Unterschlupf, ihr Zuhause? Zudem sind diese Blätter ihnen unbekömmlich und deshalb auch uns. Wann erkennst Du, welche Harmonie in der Natur herrscht! Und die soll jetzt auch wieder ein bißchen in Dich hinein.

**Unterstütze den Verfasser, sei nicht egoistisch - es dreht sich nicht alles allein um Dich. UrzeitTherapie sollte nicht nur für das Leid der Kranken, sondern auch für die leidende Erde verschrieben werden, die da stirbt an der Gier nach Besitz, an der Gier nach Geld, nach Macht (re-gieren), am Zerstörungswillen der Wissenschaft und dem Glauben der Medien an sie. Und letztlich an der unendlichen Dummheit und den Süchten der Menschen. Fühle Dich mit verantwortlich für diese Erde! Wer, wenn nicht Du!**

**Wenn Du vor lauter Schmachten nach einem Sahne-Pudding allerdings die Wände hochgehst, nun gut, dann still Dir diese Lust einmal so: Laß Dir eine Unmenge davon zubereiten und stopf so viel in Dich hinein, bis Dir übel wird. Danach wirst Du für lange Zeit vom Puddingessen geheilt sein.**

**Sei Dir klar darüber, daß nur wenige den Übergang zur UrKost beim ersten Mal schaffen. Die meisten brauchen mehrere Anläufe dazu. Die Schlechtkost schmeckt ja auch zu teuflisch gut. Doch wenn es schon passiert ist, dann mach Dir unbedingt klar, was Dich rückfällig werden ließ.**

Vielleicht warst Du verärgert oder deprimiert, vielleicht aß Dein Partner in Deinem Beisein etwas anderes, vielleicht haben Dich Freunde beeinflusst, mit denen Du zusammen warst, vielleicht hattest Du auch Zivilisationskost im Kühlschrank oder zu Hause oder es stand Dir nicht genügend reine UrKost zur Verfügung.

Vielleicht hast Du aber die aufsteigende Gier in Dir nicht dadurch ausgeschaltet, daß Du Dich durch UrBewegung, Sport, Aus-dem-Haus-Gehen oder Dich Zum-Lesen-ins-Bett-Legen schnell genug von der Salz-Zucker-Sucht abgelenkt hast. Da Du nun weißt, daß Rückfälle nicht immer vermeidbar sind, wirst Du Dich dadurch nicht mehr entmutigen lassen.

Was soll's! Ein Gerechter fällt siebenmal und steht wieder auf...<sup>6031</sup>

Dieses ewige Hin und her! Du brauchst Ruhe, Frieden, Du mußt Dich endlich damit abgefunden haben, daß Du dazu verglückt bist, nur noch natürlich und gesund zu leben. Und daß Du Dir keine Abstecher mehr leisten kannst, willst Du Dich nicht mehr über Rückschläge

ärgern und Dein Wohlbefinden durchgehend erhalten. Kaum hast Du nämlich wieder etwas anderes aus der Normalküche gegessen, schmeckt Dir am nächsten Tag Deine UrKost nicht mehr so gut und Du brauchst wieder einige Zeit, Dich daran zu gewöhnen. Ein Hamburger, ein einziger Eisbecher - und schon spielen die Geschmacksfalten und -knospen mal wieder verrückt und tyrannisieren Dich nach mehr Salz- oder Zuckernahrung.

Ich weiß - es ist nicht immer durchzuhalten. Stehst Du mal unter großem Streß und ergibt sich dann auch noch eine Gelegenheit, dann brechen schnell die Dämme.

Du gierst ständig - nicht nur abends - nach etwas Gesalzenem oder Zuckerhaltigem? Du würdest in gewissen Stunden Deine Mutter dem Teufel verkaufen, um daran zu kommen? Wäre es nicht doch möglich, daß Du nicht erdgestastet hast, bevor Du mit der UrKost angefangen hast? Dann steckt noch viel Suchtpotential in Dir... Aber nachdem ich Dich einmal darauf aufmerksam gemacht habe, weißt Du auch, was das Beste für Dich ist. Und trotz der dummen Rückfälle gewöhnst Du Dich immer mehr an das, was Dir gut tut.

**Halt durch! Ich will nicht, daß Dein Leben in einem Jammertal endet.<sup>6530</sup> Nimm jeden Rückfall als eine persönliche Herausforderung, es Dir selbst zu zeigen - nicht nur bei der UrTherapie.**

Wisse aber auch: Einen Rückfall in die Suchtkost ist kaum noch zu befürchten, wenn Du drei Wochen UrKost durchgehalten hast. Dann nämlich hat die Urprogrammierung in Dir wieder das Zepter übernommen und den Salz/Zuckersüchten den Garaus gemacht.

Trotz des Essens der edelsten und reinsten Nahrung, welche die Natur den Menschen schenkt:

**Wenn Du nicht so schnell durch die UrzeitTherapie gesund wirst, wie ich es Dir wünsche und Du es Dir erhoffst, so prüfe zuerst, ob Du etwas falsch gemacht haben könntest. Vielleicht kaust Du nur ungenügend oder in Hast, gedankenlos oder unkonzentriert.**

Vielleicht liegt der tägliche Anteil der Urpflanzen bei Deiner UrKost zu niedrig, vielleicht versäumst Du die tägliche zweistündige UrBewegung zu oft, vielleicht hast Du Dein Gefühlsleben noch nicht so geordnet und im Griff, wie das wünschenswert wäre. Vielleicht ist Winter, und Du schreckst davor zurück, Farn und Gras zu Dir zu nehmen.

Vielleicht war auch Deine Immunkraft zu stark geschwächt: | Weil Deine Eltern und Großeltern Degenerationsschäden an Dich weitergegeben haben. Oder weil sie Dir als Kind die Mandeln oder den Blinddarm herausnehmen ließen und Du viel anfälliger für alles bist.

| Weil Du die genommenen Medikamentengifte auch durch Erdfasten nicht ganz aus dem Körper geschwemmt hast.

| Weil man Dich oft geröntgt hat, Du bestrahlt worden bist, oder Du gar Kontrastmittelgifte eingenommen hast.

1 Weil Du im Alter zu weit fortgeschritten bist. Manchmal läßt sich in diesen Fällen dann auch mit der UrzeitTherapie nicht mehr alles wie gewünscht regenerieren. Wer einmal einen falschen Weg genommen hat, muß halt ein Stück länger laufen...

**Binde Dich fest an den sicheren Mast der urzeitlichen Lehre, wenn der Sirenen Töne allzu lieblich zu Dir dringen. Versuche nie nachlassend Dich nicht irre machen zu lassen von all der Klugschwätzerei nichtdenkenkönnender und trotzdem dummquatschender Menschen. Du weißt es inzwischen so sicher wie ich:**

Nur die Natur hat recht! Nur sie ist wahr. Du darfst nur nicht denken, für Dich habe sie Extrawürste gebraten.

»Nur: Die Kids zur UrKost zu bringen, das dürfte ganz schön schwer sein!«

**So bringst Du Deine Kinder zum Mitessen gesunder Kost:** <sup>6316b</sup>

Kleine Kinder lernen durch Nachahmen. Sie essen noch gerne roh. Bei großen Kindern gilt es, sich durchzusetzen. Also:

1. Taschengeld wird für eine Übergangszeit nur in »Sachleistungen« ausgehändigt: etwa in Form von Rosinen, Nüssen, Feigen, Datteln. 2. Für die Schule werden statt Butterbrotten Früchte mitgegeben. 3. Aus Kühlschränken und Nahrungsdepots wird alles Nichtnatürliche entfernt. 4. Sechs- bis siebenmal täglich wird gemeinsam UrKost gegessen. 5. Statt Getränken wird konsequent Obst gereicht. 6. Bis zur Festigung der Gewohnheit müssen Alternativen geboten werden: Statt Fernsehen (Appetitanregende Werbespots!) wird aus Büchern vorgelesen, werden Spiele gespielt, Fitnessclubs gemeinsam besucht oder es wird gebastelt. 7. Den Kindern wird wahrheitsgemäß und offen immer wieder liebevoll erklärt, daß die Eltern von ihren Krankheiten und Schmerzen loskommen wollen, um ihnen ein schönes Zuhause zu sichern. Und das dies nicht möglich sei, wenn für sie extra gekocht werden müßte. Die Verführung, wieder Kochkost zu essen, wäre für die Mutter sonst zu groß. Zudem sei man es leid, ständig mit ihnen zum Zahnarzt zu gehen. 8. Alle Besuche bei Freunden, Bekannten und Omis werden vorerst gestrichen - sie sind durch gemeinsame Naturwanderungen, durch Schwimmen usw. zu ersetzen. (© Rz 889, 930, 982ff) 9. Nach acht Wochen Durchhaltens gibt es vorher ausgemachte Belohnungen. 10. Die wichtigste Belohnung, die nicht vorher ausgemacht wird, die Du aber überreichlich und bei jeder passenden Gelegenheit austeilen wirst, das ist ein dickes Lob, wenn UrKost ohne Murren und Mäkeln gefuttert wurde. Ein Kuß, eine Umarmung oder ein »Klasse, daß Du alles aufgeessen hast« bedeutet mehr als irgendwas Gekauftes für ein Kind. So gibst Du seinen Anstrengungen einen Sinn. Und brülle Dein Kind nicht an, wenn ihm etwas danebengeht. Sonst könntest Du vielleicht die gleiche Antwort erhalten wie sie meine Freundin Sandra von ihrem Sohn bekam: "Schrei mich nicht so an, Mutti! Ich bin Dein Sohn – und nicht Dein Mann!"

Du erkennst: Es muß unseren Kindern gegenüber nur der Mut zu einem klaren, nicht verhandelbaren Nein aufgebracht werden. Auch, wenn es dann lautstarke Proteste, Knaatsch, Knies und Tränen gibt! Mein Freund Helmut Wandmaker schreibt mir dazu:

»Die Umgebung und die folgende Schule sorgen dafür, daß fast alle vegetarisch erzogenen Kinder rückfällig werden. Sie wollen nicht als dauernde Außenseiter gelten und mit den anderen mitleben und mitfeiern können. In den ersten Jahren habe ich noch Karobschokolade (Johannisbrot) aus den USA mitgebracht, dazu sagten die Enkelkinder: Oma, wo kann ich die hinspucken?

Unsere 3 Kinder bekamen zu Hause nichts anderes, was auch wir Eltern aßen. Der zweite Sohn von uns ist dann einmal mit einem Freund zum Schlachter mit einkaufen gegangen. Die Schlachtersfrau händigte den beiden ein Stückchen Wurst aus, die auch unser Sohn auf dem Weg nach Hause fröhlich mitgeknabbert hat. Das wurde uns dann wieder brühwarm erzählt: "Der Sohn der Vegetarier Wandmaker ißt Wurst!"«

Er mag schon recht haben. Dir, lieber Leser, sollte es genügen zu wissen: Du kannst nur versuchen, Ihnen das Bessere durch ständige Beispiele und Vergleiche vorzuführen. Das ist nicht einfach, das macht einige Mühe. Man kann es schaffen, wenn man ihnen klar macht, daß sie die Wahl haben, sich vorzeitig umzubringen oder ein glückliches Leben zu führen. Du hast damit Deinen Kindern wenigstens eine solide Grundlage gelegt. Sie werden später nicht so sehr und so schnell krank wie andere. Sie müssen aber selbst für ihr Leben die Verantwortung tragen. Wenn es für sie einmal kritisch wird, werden sie sich erinnern und besinnen. Du hast Dir jedenfalls nichts vorzuwerfen.

#### Drei Tricks, mehr Früchte zu essen

1. Die meisten Menschen, lassen nicht gerne Essen verkommen. Deshalb stelle sichtbar in Deiner Wohnung einige Schalen mit Obst hin. Das regt immer wieder an, zuzugreifen.
2. Viele fahren morgens ohne Frühstück zur Arbeit. Auf der Fahrt – besonders im Stau – werden sie dann hungrig und greifen dann zu dem, wessen sie gerade habhaft werden. Wie fein, wenn dann auf dem Beifahrersitz stets ein Körbchen mit Obst, Mandeln und einer Stoffserviette liegt...
3. Wenn man sich regelmäßig einmal die Woche reife Tropenfrüchte zuschicken läßt, verlockt einen bereits der Geruch dazu, mehr davon zu essen. (àRz 980 (2))
4. Lege in einem Wochenplan vorher fest, was täglich gegessen werden soll und schreibe auf ein mitgenommenes Pappkärtchen, was ausschließlich einzukaufen ist.

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

# 6. Kapitel. Einfach essen: wie in der Urzeit

## 6.9 Was Du wenigstens tun solltest, wenn Du die UrzeitTherapie nicht aufgreifst

»Wenn das Durchhalten nur nicht so schwer wäre...«, klagst Du.

Ich weiß, mein lieber Leser, wie schwer das für Dich ist. Aber vielleicht bringst Du eins fertig: Erziehe Dein neugeborenes Kind nach den Regeln der UrzeitTherapie. Dazu hast Du nach dem Lesen des Buches fast eine Verpflichtung, wenn Du ihm unsere schöne Erde erhalten willst. (©Kap.9.5, Rz.964) Meine Aufgabe muß ich auch ein bißchen darin sehen, nicht immer meine Grundsätze verwirklicht zu wissen, sondern auch meinen schwachen Anhängern und Muttersöhnchen wenigstens vor dem Schlimmsten zu bewahren.

Ich beschwöre Dich, lieber Leser, wenn Du nach meinen Ratschlägen nicht leben willst, dann tu wenigstens dies, um es bei Deiner Krankheit nicht zum Allerschlimmsten kommen zu lassen und so trotzdem von diesem Buch zu profitieren: 1 Verzichte auf das Essen in einer Kantine. Iß auswärts nur in vegetarischen oder Vegan-Restaurants. Oder in einem Park von Dir mitgenommenes Obst und Nüsse.

1 Verzichte auf den Genuß von Fisch, Fleisch und Fleischwaren (in den Naturläden gibt es dafür Pflanzen-Fleisch). Aber auch mit Pilzgerichten kann man bestens Fleisch vergessen machen! Champignons gibt es immer frisch!

1 Verringere den Anteil tierischer Produkte bei Deinen Mahlzeiten auf ein Mindestmaß. Also: Nur ab und zu mal ein Ei, nur noch Magermilch und Joghurt anstelle von Sahne und fetter Milch. Nimm nur noch Quark statt fettem Käse. Nimm statt Butter oder Margarine nur noch Mandel- oder Nußmus.

1 Anstelle von Kartoffeln mit Soße nimm nur noch ungesalzene Pellkartoffeln zu einem Bio-Salat, den Du mit wenig Salz und Joghurt anmachst, Bio-Gemüse dazu dünste nur kurz an.

1 Verzichte auf alle Drogen wie Medikamente, Tabak, Zucker. Verwende in ganz geringen Mengen Salz. Schränke Genußgifte wie Tee und Kaffee stark ein.

1 Statt mit Kuchen, Gebäck, Bonbons usw. stille Heißhunger nach Süß durch Carob-Schokolade, Rosinen oder Feigen, die es in den Naturläden gibt.

1 Ersetze Brot durch gemahlene, roh belassene Körner oder selbstgemachte Haferflocken (als Fruchtemüsli ohne Zucker) aus den Naturkostläden. Eine kleine Quetschmaschine dafür kannst

Du Dir beschaffen (®Rz.980/9). Mische Sprießkornhafer mit höchstens etwas Honig und frischen Früchten. Iß nur im Ausnahmefall Brot und wenn, dann nur Schwarz- oder Knäckebrot.

! Iß statt Nudeln oder Spaghetti grünen Reis oder Getreide aus dem Naturladen. Versuche ab und zu, Wildpflanzen als Salat oder in Pellkartoffeln geknetet zu essen.

! Nimm nie, hörst Du, nie etwas in Fett gebratenes, Geröstetes oder Geräuchertes zu Dir, wenn Du keinen Krebs bekommen willst. Denn diese Zubereitungsarten erzeugen die meisten krebserregenden Substanzen. Und iß als Frau niemals tierische Fette, wenn sich kein Brustkrebs bei Dir einnisten soll. Und äußerst sparsam pflanzlich Fette.

! Iß als Zwischenmahlzeit möglichst Früchte oder Nüsse.

! Iß nur noch kleine Portionen, so alle zwei bis drei Stunden.

Und wenn Du das nicht fertigbringst - das schafft jeder:

**! Iß Dich vor jedem Essen zuerst satt an Obst oder Beeren!**

**! Wenn Du Dir Gemüse kochst, dann gib stets ein Drittel oder die Hälfte davon nach dem Kochen roh hinein: Du wirst sehen: das schmeckt vorzüglich!**

**! Die fettlöslichen Vitamine A und D sind noch ziemlich resistent; die wasserlöslichen Vitamine B und C aber drohen beim Kochen verlorenzugehen. Im Dampf garen, so hat sich gezeigt, schon diese Nährstoffe. Vitamin C ist sehr empfindlich gegenüber Luftsauerstoff. Deshalb solltest Du Gemüse nicht zu sehr verkleinern. Als echter Vitaminschützer verzehrst Du es am besten ungeschält, fast roh und ohne lange damit zu warten.**

**! Verbanne Fisch und Fleisch immer mehr aus Deinem Denken! Iß Salat und Obst stets vor einer Mahlzeit. So lädst Du Dir später nicht so viel auf.**

**! Warte nie, bis der große Hunger kommt: Iß stets etwas zwischendurch, möglichst Früchte.**

**! Vermeide Fett, wo immer es möglich ist. Auch ohne Öl kannst Du in modernen Kochgeschirren Deine Speisen gar bekommen. (Sanftes Garen ®Rz.980/10)**

**! Statt Schokolade steige auf natürliche Süßigkeiten um: Datteln, Feigen, Rosinen.**

**! Wenn Du als halbwegs Gesunder nicht einsiehst, Wildkräuter zu Dir zu nehmen, greif wenigstens zu viel Bio-Gemüse: halb gekocht, halb roh gegessen.**



**I Verpaß mindestens einmal am Tag Deiner Immunabwehr einen Anregungsstoß und futtere ein paar Bio-Möhren, Topinambur, Bio-Sellerie oder Bio-Rote Bete.**

Da sind so viele Bioflavonide und Karotine drin, nach denen 70 Billionen Zellen in Dir schmachten. Bioflavonide und Karotin stellen die aktiven Vorstufen des Vitamins A dar - viel wirksamer als dieses selbst. Allein das Rutin in den Bioflavoniden ist in der Lage, das Immunvitamin C richtig zu aktivieren, Dein Adernsystem zu reinigen und innen zu glätten.

**Du kannst mit diesen Hinweisen zwar nicht erwarten, schnell gesund zu werden, aber Du wirst Dich dabei wesentlich besser fühlen und feststellen, was es für das Wohlbefinden ausmacht, wenn Du nur schon etwas gesünder ißt. Wenn Du Dir daneben genügend Bewegung verschaffst und Dein Seelenleben in Ordnung bringst, kannst Du vielleicht sogar damit gut zurecht kommen.**

**Denn: Lieber das Halb-Gute als das Ganz-Schlechte, lieber in ganz kleinen Schritttchen voranzukommen als überhaupt nicht. Und wenn du zur Zeit die UrzeitTherapie nicht dringend nötig hast: Frage Dich wenigstens mal, wenn Du so langsam anfängst, Hüftspeck anzusetzen, ob Du nicht doch irgendwann einmal damit anfangen willst - und zwar nur deshalb - weil Du Dir selbst oder Deinem Partner stets einen angenehmen und ästhetischen, wohlgestalteten Anblick erhalten möchtest. Denn nur die UrMedizin bietet Dir das: satt werden ohne fett zu werden. Wer ein bißchen eitel ist, dem sollte das schon ein genügender Grund sein...**

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) (Important note!) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer / Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/6/9.html> - **Update: 13.01.2000 15:59**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

Der Domainname ist  
eine Spende der

[Transmedia GmbH](#)

× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch  
× [Antivivisektion e.V.](#)                    × [Für Vegetarismus!](#)  
- [Gegen Tierversuche](#) -                    [Vegi-Büro Schweiz](#)  
Tierversuchsgegner Rhein Ruhr

# 6. Kapitel. Einfach essen: wie in der Urzeit

## 6.91 Mein eigenes Leben nach der UrMethodik

»Was ißt Du denn eigentlich selbst? Das würde mich brennend interessieren. Berichte auch mal, wie Du Deinen Tag so verbringst«, willst Du wissen.

Tja, warum eigentlich nicht:

Nach dem Kaltduschen geht's gleich zum UrzeitLauf. Das Wort UrzeitLauf soll bedeuten: Ich mache kein ödes Straßenjogging oder stures Rundenlaufen. Ich bemühe mich zu laufen, wie man in der Urzeit lief: über Wiesen, durch Wälder, Berge hinan und herunter, durch dick mit Laub bedeckte Hohlwege, wo ich herumliegenden Ästen und Steinen ausweichen oder sie überspringen muß. Ich renne auch nicht stur durch, sondern verweile schon mal vor dem Wunderwerk eines betauten Spinnennetzes oder dem kleinen, roten Keim aus einer Eichel. Oder ich setze mich in ein weiches Mooskissen und labe mich an ein paar Waldsauerklee-Blättchen, die da oft herauswachsen.

Ich laufe mal ganz schnell, mal stampfend und schüttele dabei die Hände aus, mal leichtfüßig, mal im Sprunghopser, mal langsam, mal mit schlackernden Armen, mal bleibe ich stehen, um ein paar wilde Pflanzen oder Baumknospen oder -blätter gleich zu essen. Der UrLauf muß Spaß machen, wobei ich bereits versuche, einen Großteil der täglich nötigen UrzeitBewegung hinter mich zu bringen: Ich weiche vom Waldpfad ab und springe über umgefallene Baumstämme, laufe gebückt unter tiefhängenden Zweigen oder krabbele darunter. Dann versuche ich, an Äste zu springen und mich an Ihnen hochzuziehen oder daran weiter zu hangeln.

Nummer drei der UrzeitBewegungen kann ich so abstreichen (®Kap.8.7, Rz.900) , wenn ich unter Stacheldraht-Weidenzäunen durchkrieche. Nr. vier, das Bücken, erledige ich, indem ich an den Weiden- und Waldrändern Kräuter pflücke und einen Teil gleich an Ort und Stelle verzehre. Täglich laufen meine Frau und ich einen kleinen Berg hoch. Und das halten wir so seit den acht Jahren, in denen wir verheiratet sind, jeden Tag den Gott erschaffen hat. Egal wie das Wetter ist. (Mit Ausnahme einiger Tage vor und nach der Geburt.)

Heute Morgen - es ist September - haben meine Frau und ich Bärenklaustengel, Waldsauerklee, Giersch, Löwenzahn, Sauerampfer und Grün der wilden Möhre gepflückt. Wir geben dann einen Teil dieser Pflanzen zu einem kleinen Naturwürstchen zusammen und essen das gleich an Ort und Stelle. Dann laufen wir weiter und machen bei den Brombeerbüschen wieder halt. Einen Teil geben wir auch hier ins Kröpfchen, den anderen ins Töpfchen.

Wenn wir dann an einer großen Weißdornhecke vorbeikommen, pflücken wir jeder eine halbe

Handvoll Weißdornbeeren, füllen sie mit Brombeeren auf und lassen beide zusammen in den Mund laufen. So überdeckt der Geschmack der saftigen Brombeeren den der etwas mehlig und trockenen Weißdornbeeren, die aber im Gegensatz zu den lappigen Weißdornblättern gut eßbar sind. Zwischendurch wird Hand- und Gesichtstraining und lustiges Schielen exerziert.

Mitte Juli klettern wir aber auch oft in die Vogelkirschenbäume und futtern darin. Wenn man die Kerne mitschluckt, verwertet der Körper auch die letzten Reste des nur geringen Fruchtfleischs der Vogelkirschen. Am Ende der Wiesen finden wir dann noch die Samenkapseln des weit verbreiteten Drüsigen Springkrauts, das bereits seine dicksten Patronen verschossen hat. Paß auf, da verstecken sich ganz tief manchmal Bienen drin. Zuletzt hat mich noch eine im Mund gestochen. Kein Anschwellen, nichts bei mir als UrMethodiker.

Etwa zwei Stunden später sind dann zu Hause die eingesammelten Brombeeren dran, über die wir die Samen des Springkrauts zusammen mit den aufgesprungenen Kapseln geben. (Die Blätter des Springkrauts sind übrigens ungenießbar.) Vor diesem Essen haben wir natürlich die restlichen UrzeitBewegungen im Garten mit viel Spaß und Hallo verrichtet.

Um ehrlich zu sein: Meine Frau würde viel lieber in ihren Garten gehen als ihren sowieso schon gelenkigen Körper noch mehr zu verdrehen, aber bis heute hat sie das aus Kameradschaft noch jeden Tag mitgemacht. Vielleicht, weil ich es bei ihr auch nicht gar zu genau nehme...

Wieder zwei Stunden danach essen wir das mit den Stengeln ins Wasser gestellte Grün zusammen mit vier in Scheiben geschnittenen Bananen und anderem Obst wie Äpfeln, Birnen, Kiwis, vielleicht auch einige Rosinen oder (im Winter) Weinbeeren darunter gemischt als Obst-Urpflanzen-Salat. Das kann man sich auch noch stärker sättigend mit zwei zerdrückten Avocados bereiten und frische Sonnenblumenkerne und frische Nüsse drüberstreuen - am besten schmeckt frisch geraspelte Kokosnuß dazu. Laß Dir also mal 'ne ganz junge Pagoden-Kokosnuß schicken - die schmeckt einfach toll! Und dann dieser Saft! Davon trink' ich sogar ausnahmsweise! Mmh. Wieder zwei Stunden später knabbern wir dann aus unserem Garten Süßmaiskolben mit Beinwell, bis wir satt sind. Dann etwa zwei, drei Stunden später Möhren mit Roter Bete. Die letzteren schmecken, weil eigengezogen, überhaupt nicht scharf, sondern ganz köstlich. Ein Stück davon, ein weiteres von der Möhre abgebissen und dann zusammen gekaut: wunderbar.

Gegen Abend esse ich dann noch einen dicken Apfel oder stippe frisch aus dem Garten gegrabene Topinambur je nach Lust und Laune in mit Kümmel, Fenchel, Anis, Hanfsamen oder Korianderkörnchen. Oder esse Nüsse aus der Waldbodenerde dazu. Dieses Jahr haben die Mäuse sie allerdings früh entdeckt... Meine Frau bereitet sich dagegen abends ein Schälchen ungeschälten Bio-Reis mit Dünstgemüse zusätzlich zu, ohne den eine Asiatin nun mal nicht leben zu können glaubt. Wenn ich wilde Vogelkirschen oder auch Kirschen im Baum futtere, esse ich gleichzeitig immer einen Anteil Blätter mit und komme so auf mein Soll an pflanzlichem Eiweiß und Chlorophyll. Im Winter essen wir abends Bio-Kaiserbirnen, Topinambur und Johannisbrot. Oder von dem herrlichen Tropengemüse Bengkoang (Yambean), höchst angenehm und toll saftig schmeckende süße Knollen, doppelt so dick aber

in gleicher Gestalt wie unsere Rote Bete, aber immer schneeweiß. Oder auch exotische Früchte wie Cherimoyas (köstliches Sahnejoghurt), Ramboutans (zarte, weiße Kirschen), Sapotillen (Schokoladenmarzipan), Papayas (gepfefferte rote Grütze), Jackfruit (Zitronenvanille-Lollipops), Mangos (süße Terpentinstückchen), Milchäpfel (Vanillereis mit Sahne) oder Mangoustan (betörend ausschauendes Luxussorbet). Du siehst: Auch die UrKost bietet einiges an Schleckerei.

Ist wirklich mal kein wildes Grün im Winter greifbar und wollen wir etwas Abwechslung vom feingehackten Gras, so nehmen wir den in unserem Garten eigens dafür stehengelassenen Grünkohl frisch vom Stengel. (Wer sich die Plätze im Wald merkt, findet jedoch den ganzen Winter über immer noch Farn, Taubnessel, Gilbweiderich, Milzkraut und Wald-Sauerklee.)

»Mein Gott - ich würde schon am frühen Morgen meine Tasse Kaffee vermissen! Ohne die werde ich nicht mal richtig wach«, sagst Du.

Du hörst doch so auf Wissenschaftler. Und die haben festgestellt, daß Dich eine Tasse Kaffee zwar kurzzeitig munter mache, aber später noch müder als Du vorher warst.<sup>6308ff</sup> Ersetz sie Dir durch einen Kopfstand. Der macht Dich genau so munter!

Schnell und wunderbar munter wirst Du auch ohne ihn von einem Lauf am frühen Morgen.

**Komm, ich nehme Dich mal kurz mit auf meinen Waldlauf. Flott, flott, trödele nicht so. Schuhe brauchst Du nicht, wir laufen immer nur barfuß, es sei denn, es schneit.**

Siehst Du da hinten die jetzt im April/Mai so hellen, später dunkelwerdenden grünen Büsche zwischen den Bäumen? Das sind Wald- (Heidel-) oder Preiselbeeren, an deren leicht säuerlichen Blättern Du Dich für einige Minuten gütlich tun kannst, solange sie noch jung sind. Diese kleinen Blättchen geben Dir soviel Immunkraft - daß Du Dich nicht mehr vor den vielleicht einen oder anderen darauf haftenden Fuchsbandwurmeierchen fürchten mußt.

Ab Mitte Juli kannst Du Dich dann an deren Beeren laben... So, jetzt springen wir, hopp, über dieses Bächlein. Dort finden wir an den Ufern stets etwas Grünes. Von dem wir aber nur vorsichtig mit einer Hand von oben, mit der anderen von unten die Pflänzlein festhaltend, ein paar Blättchen abzupfen wollen. Etwa vom dort meist nicht allzuviel wachsenden Milzkraut, von der Brunnenkresse oder dem Bachbungen-Ehrenpreis. Und sieh mal, was für eine Menge von Farn dort wächst: es ist der einzeln in Wedeln stehende Adlerfarn. Die Förster bezeichnen ihn als Wald-Unkraut. Doch die denken nur daran, daß der Farn ihre Soldatenfichten zu langsam wachsen lassen könnte. Am meisten findest Du in Buchenwäldern allerdings den Wurm- und Frauenfarn, der einem festen Wurzelstock entspringt. Von denen Du aber auch nicht mehr als einige wenige äußere Fiederblättchen zum Essen abstreifen solltest. Jetzt, wo der Wald etwas lichter wird, siehst Du, da haben wir Hexenkraut, Teufelskralle, Schlüsselblume, Veilchen, Weiderich, Weidenröschen, Waldmeister und das Waldruhrkraut. Greif auch ruhig mal zu einem Blättchen des Buschwindröschens und probiere. Da spuckst Du aber schnell! Siehst Du, wie Dich der gute Waldgeist davon abhält, zu essen, was nicht für Dich bestimmt ist. Blick mal nach hinten: Da stehen die «eßbaren» Scheinakazien und der

Weißdorn - sieh nur, wie herrlich flimmernd sich die Sonnenstrahlen dort einen Weg hindurchbahnen! Füge dann schnell eine Poesieminute für ein kurzes, auswendig gelerntes oder mitgenommenes Gedicht ein - so tust Du gleich auch etwas für Deine Seele:

*Wenn der Pöbel aller Sorten / tanzt um die goldnen Kälber / halte fest: du hast vom Leben / doch am Ende nur dich selber.*

Wenden wir uns jetzt den Sträuchern der Espe und der Vogelbeere zu. Koste mal etwas davon! So, jetzt laufen wir hundert Meter weiter und probieren von einem benachbarten Strauch der Eberesche. Merkst Du, daß deren Blättchen ganz anders schmecken? Viel stärker parfümartig? Da sitzt ein bißchen mehr von der Parasorbinsäure drin, die leicht nach Bittermandelöl riecht. Mehr als an die 20 Blättchen wollen wir deshalb nicht davon essen, dafür in späteren Jahreszeiten um so mehr von ihren roten Früchten.

### **Woher kommt die Gesundheits- und Sättigungskraft der frischen Urpflanzen?**

**Ich sag's Dir: Du ißt mit ihnen ohne jede Verfälschung stärkste, gefesselte Sonnenenergie!**

»Sag mal, wie reagieren denn eigentlich die anderen Leser auf Dein Buch?«, fragst Du.

So: 1. Die Dummen: »Wozu sind denn all die schönen Sachen da, die es zu essen und zu trinken gibt? Und selbst wenn ich todkrank wäre, wollte ich darauf nicht verzichten.«

2. Die Ehrlichen: »Ich weiß zwar, daß Sie recht haben, aber ich bringe die Kraft nicht auf, Ihren so guten und logischen Ratschlägen zu folgen.«

3. Die durch die UrzeitTherapie Gesundgewordenen: »Ich finde, Sie müßten den Nobelpreis für dieses Buch bekommen...«

4. Die Ärzte: »Dieses unwissenschaftliche Machwerk zu lesen sollte sich jeder gebildete Kollege ersparen; unser Kampf um die Volksgesundheit ist schließlich allein unsere Sache.« (Mein Zahnarzt: »Unverschämt, wie Sie mit uns Ärzten umgehen. Fachlich völlig unqualifiziert, wenn Sie nicht mal wissen, daß es nicht der, sondern die Plaque heißt.«)

5. Die hochnäsigen Intellektuellen: »Ihre Schreibweise ist höchst indoktrinär, anmaßend und verunglimpfend. Die Polemik gegen den allseits geachteten und höchst angesehenen Ärztestand ist unerträglich, zumal Sie nicht einmal Akademiker sind.«

6. Die Krankenkassen: »... Fotografien mit nackten Kindern (...), die ich so gar nicht in Übereinstimmung mit der (...) augenblicklichen Diskussion um das Verbot der Vermarktung solcher Fotografien bringen kann.« (Barmer Ersatzkasse, Brief an mich vom 12.12.1996)

7. Die gehässige Journaille: »Quacksalber Konz - kann auch keine Hämorrhoiden kurieren.« (Stern Nr. 5/1996)

8. Die seriösen Edel-Journalisten mit ihrem vornehmen Spott: »Konz sitzt immer noch täglich am Schreibtisch (...) und sammelt Belege für seine »UrMedizin«, um das Zeitalter der Krankheiten nun zügig zum Abschluß zu bringen.« (DIE ZEIT 15/1997)

9. Die Medizinerpresse: »Eher pornographisch als lehrreich. Also bitte: nicht beachten!« (Zeitschrift des deutschen Krebsinstituts Heidelberg - WIR Nr. 2/1996)

Wenn Du jedoch willst, daß sich die Ziele des Buchs verbreiten und mehr Menschen sich von ihrem Leid und ihren Leiden erlösen, dann kann ich nur auf Dich als edlen und verantwortungsbewußten Leser hoffen, der dieses Werk seinen Mitmenschen empfiehlt.

10. Die Verbissenen: »Humor hat in einem Sachbuch nichts zu suchen!«

Tja - ich scheue mich nicht, auch die Erfahrungen des Volks in dieses Schandwerk einzubringen. Wonach es heißt: Lachen ist gesund! (®LV 9075)

Als Kölner sage ich mir: *Lück, die nix künne, wellen immer alles besser künne*. Und als wahrer Hippokratiker lasse ich einen weiseren, wahrhaften Menschen sprechen:

***Man muß sich bemühen, die anderen zu widerlegen, indem man alles besser macht (Hippokrates/Linné, II, 230)***

Was die Medien und die ihrer Vorurteile und dem Massendenken Verhafteten angeht: Viele von ihnen vermögen leider nichts von dem in Frage zu stellen, was ihrem wissenschaftsdevotem Denken unpassend erscheint. Alles was den heutigen allgemeinen Vorstellungen widerspricht, wie man zu denken und handeln hat, das werten sie als einen Angriff gegen sich selbst:

»Schade, daß es die Hitler-Bücherverbrennung nicht mehr gibt! Man sollte Sie als Verfasser dann gleich mit dazu ins Feuer werfen!« (Medizinprofessor Stern am Telefon) In ihrem Aufschreien gegen mich beweist sich die alte Weisheit, daß die Seele verwundbarer ist als der Körper. Der Haß gegen ungewohntes Gedankengut geht vor allem von denen aus, die glauben, allein im Besitz der richtigen (und doch nur von den Medien eingetrichterten) Meinung und des richtigen Verhaltens zu sein. Und die alles andere verdammen und niederreißen möchten, was ihrem spießbürgerlichen Denken zuwiderläuft. Die stille oder direkte Feindschaft der Massen traf aber schon immer diejenigen, die etwas Neues und bislang nie Gedachtes der Menschheit brachten... Was soll's: Deren Wut und Mißgunst zerfrißt letztlich *ihre* Seele - nicht meine. Die Be-, nein Getroffenen, die nicht über ihren Giftkostellerrand-denken-Könnenden fühlen sich von diesem Buch ganz persönlich verletzt. Seelisch verletzbar ist aber im allgemeinen nur der Empfindliche, der nur *sich* und *sein* Wohl sieht und vom vielfachen Leid der anderen und der Erde nicht berührt wird. Und der nicht wissen will, wer daran schuld ist. Er müßte sich ja dann vielleicht an die eigene Brust klopfen...

**Das Fazit: Wenn man keine sachlichen Argumente vorbringen kann, dann greift man**

**den Wahrheitsberichtenden persönlich an, gießt seine Häme über ihn und macht ihn mies. Nicht nur der Autor entlarvt in diesem Buch etwas. Auch der Betroffene entlarvt etwas: sich selbst.**

»Den Heilpraktikern und Naturheilkundigen bist Du aber auch nicht sonderlich hold.«

Ich bin keinem hold, der Kranke davon abhält, sich selbst gesund zu machen. Einer zitierte - welche Ehre für mich! - sogar Friedrich Schiller, bei einem Gesundheitskongreß:

Franz hieß die Kanaille. Egal! Ich lasse mich lieber belabern, als mir auf dem Sterbebett einmal Vorwürfe zu machen, nicht alles versucht zu haben, mitzuhelfen, die Menschen von ihren Leiden zu befreien und die Erde zu retten.

Wisse: Nur größtes Schockieren bringt Klarheit und die Wahrheit ans Licht. Zu lange köcheln sonst die leckeren, nahrhaften Süppchen, wenn man die alten Töpfe nicht endlich mal vom Herd fegt.

Ich sehe nun mal meine Aufgabe als Schriftsteller darin, die Menschen hinter die Kulissen des schauerlichen Theaters Schulmedizin blicken zu lassen und Beweismaterial dafür zu geben. Und ich will Dir diese, für uns so kostspielig gewordene, unser Volksvermögen kaputtmachende Medizinergesellschaft endlich transparent machen. Und meine Nachweise sind wahr, auch wenn man sie nicht gerne wahrhaben will. Nur – mal vielleicht abgesehen von Dir: Wer ist schon groß daran interessiert, diese brutalen Wahrheiten über sich und seine Götter zu erfahren, die ich hier aufgetischt habe? Das paßt doch keinem in seinen Kram!

**Die Mediziner und die Journalisten werden die anderen und sich selbst deshalb weiter belügen und manipulieren, um so zu beiderseitigem Nutz und Frommen weitermachen zu können wie bisher. Und das dürfte auch für die meisten Kranken zutreffen... Für Dich etwa auch? Ich möchte Dich wirklich von all dem Leid frei sehen!**

»Tja, wenn ich Deinen Ratschlägen folge, dann vermindere ich doch damit ganz bewußt meine bisherige Lebensqualität!«

Mag schon sein - aber auf der anderen Seite steigt sie ganz gewaltig dadurch an, daß sich Dein Selbstwertgefühl, es durch eigene Kraft geschafft zu haben, bis in den Himmel erhebt.

»Trotzdem, wie ich das so sehe, verzichtest Du doch auf die schönen Eßgenüsse, die das Leben so erfreulich und angenehm machen. Tut Dir das denn nicht leid? Da mußt Du aber noch allerhand Überzeugungskraft aufbringen, um mich bis zum Ende des Buches ebenfalls auf diesen Weg zu bringen«, sagst Du.

Ich hab' all diesen »Genüssen« lange Jahre gefrönt und kann Dir ehrlich sagen: Ich vermisse weder Kaffee, Zigaretten, noch Alkohol. Warte mal ab, was Du für ein herrliches, beständiges Gefühl von Freiheit in Dir trägst, wenn Du das Joch der Genußgifte einmal abgeworfen hast! Und wenn Du Dich statt der Fresserei anderen, besseren Genüssen zuwendest, die ich Dir noch

aufweisen werde.

Kann ich jetzt ein bißchen hoffen, daß Du zukünftig Deinen zweiten Wohnsitz nicht mehr in einer Imbißhalle aufnimmst? »Immer langsam, inzwischen hab' ich Deine UrKost nochmal versucht - aber leider schmeckt sie mir noch immer nicht.«

**Unter Randziffer 774 hast Du's mir schon mal vorgeworfen. Du brauchst längere Zeit, um Dich daran zu gewöhnen! Ich sag' Dir was: Sie schmeckt nur einem nicht, nämlich Deinem verwöhnten Gaumen! Dafür schmeckt sie aber vier anderen Organen sehr: Deiner Niere, die wieder unbelastet arbeiten kann, Deiner Leber, die langsam wieder aus ihrem Härteschlaf erwacht und Form annimmt. Und vor allem schmeckt sie Deinem Blut, das sich nun nicht mehr durch Deine Adern quälen muß und Dir jederzeit einen Infarkt schicken kann. Und auch Dein Gehirn freut sich. Weil es sich stark zeigt gegen die Rebellion der Süchte in Dir. Die es täglich in die Knie zwingt - bis sie nur noch winseln. Und dann bald ganz von Dir vertrieben sein werden.**

Merkst Du denn nicht, daß Du viel längere Zeit unter den Gefühlen des Unbehagens, der Nervosität, der Gier und des Streßes stehst, bis Du endlich zur Alkoholflasche greifen oder Dir die Zigarette anstecken kannst? Du mußt Dich nur mal richtig beobachten!

Ich selbst habe jetzt viel mehr Lustgewinn als früher! Es ist doch klar: Ich bin jetzt kein Sklave mehr, sondern zum Herrn über all mein Tun geworden. Nein - ich bin alles andere als ein bedauernswerter Gesundheitsapostel, wie Du meinst, der sich das Schönste am Leben versagt. Weit gefehlt!

Bedauerlich, wenn Du zu den Typen gehörst, die sofort alles von sich weisen, sobald etwas nach Schwierigkeiten riecht. Mit Arroganz und Blasiertheit begegnen sie dem angeblichen Ansinnen: Ich laß mich doch nicht von einem Buch bevormunden, was ich tun oder lassen soll. Da ist es mir schon lieber, Du gehörst zu jenen, die ihr Scheitern an der UrMedizin mit Humor tragen:

Sehr geehrter Herr Konz

(...) werde ich ihnen zeitlebens dankbar sein, daß durch die UrMedizin meine Sehkraft wieder voll zurückgekehrt ist. Nachdem ich so lange alles nur noch verschwommen erblicken konnte, sehe ich jetzt zu meiner Freude die Flasche Korn wieder völlig klar und ungetrübt vor mir. Ihr Peter Dudweiler

Gesundheitsgesetz

**Gesund werden und gesund bleiben heißt: natürlich leben! Wer ernstlich gesund werden will, der findet diesen Weg. Wer das nicht will, findet eine Entschuldigung.**

---



# 7. Kapitel. Lerne: Dir endlich selbst zu helfen

## 7.0 Der Verfasser: kein einsamer Rufer in der Wüste...

*»Der Körper ist ein harmonisches Ganzes, dessen Teile sich in gegenseitiger Abhängigkeit halten« (Hippokrates)*



Es gab schon immer Menschen, welche den Kranken echte Hilfe und Erkenntnis bringen wollten. Leider formulierten sie vielfach zu umständlich, zu einfältig, zu religiös. Auch vermochten sie meist, keine Beweise für die nur aus der Tiefe ihrer ehrlichen Herzen sprudelnde Wahrheit zu liefern. Daneben fehlte ihnen eine geistige Verankerung ihrer Thesen.

»Und die siehst Du bei der UrMedizin als gegeben an?« fragst Du. »Wo soll die denn liegen, wenn Deine Gedanken aus der Urzeit hergeholt sind?«

Nun - die natürlichen Heilweisen sind nicht plötzlich aus dem Nichts entstanden. Auch ihnen gingen geistige Strömungen voran, die sich in viele verschiedene Richtungen entwickelten, richtiger: meist verirrtten.<sup>9720</sup> (@Rz215, 965ff) Nach Plato, Aristoteles, Pythagoras, Sokrates und Hippokrates (der leider auch noch keinen festen Plan zu geben vermochte, wie (auch unheilbare) Leiden zu besiegen sind) erwachte in den Menschen der Sinn für Schönheit und Harmonie der Natur erst wieder zum Ausgang des 18. Jahrhunderts.<sup>0670</sup>

Es war - ich nenne ihn so - der Philosoph des gesunden Menschenverstandes, der wieder erkannte, wie sehr der »Fortschritt« die Menschen von der Natur und dem Natürlichen hinweggeführt hatte: Jean Jaques Rousseau.<sup>0673</sup> Schon sein erstes Werk war eine flammende Anklage gegen die Zivilisation und Kultur. In diesem »Discours sur les sciences et les arts« stellte er fest, daß der Fortschritt der Kultur die Menschen nicht gebessert habe. Im Gegenteil, diese Kultur habe durch Vergesellschaftung und Verwissenschaftlichung den Gang ins Verderben angetreten und sei aus dem glückhaften, naturnahen Urzustand entkommen. Er beschwor die Menschen seiner Zeit, sich wieder um die verlorenen Werte zu bemühen.<sup>0600</sup> 1762 erschien sein erzählerisch angelegtes pädagogisches Lehrbuch »Emile«. Mit einem damals völlig neuen Eingehen auf die Eigenart des Kindes, legte er erzieherische Grundsätze dar, die im behutsamen Wachsenlassen und Lenken natürlicher, daher »guter« Fähigkeiten bestehen. Dem Werk, das die neuzeitlichen Erziehungstheorien stark beeinflusste, schlossen sich die »Profession de foi d'un vicaire savoyard« an, worin Rousseau an die Stelle des christlichen Gottes einen aus der Natur- und Gemütsekstase erfüllten Gott setzte und eine aus der inneren Schau hergeleitete Morallehre darlegte.

Auch er wurde verurteilt, geächtet und verjagt und mußte immer wieder fliehen. Seine letzten Jahre verbrachte er, menschenfremd geworden, in Einsamkeit.

Die Schärfe seines Verstandes, gepaart mit schriftstellerischer Gewalt in einfachster, jedem verständlicher Sprache, war einmalig. Sein Denken beeinflusste alle nach ihm kommenden geistigen Größen bis zu Goethe, ja bis Proust. Rousseau brachte die ganze Aufklärung ins Wanken, als er das Recht der fühlenden Seele forderte.

**Und hier schließt sich die wahre Naturheilkunde - die UrTherapie - an. Noch einen Schritt darüber hinausgehend fordert sie den Ersatz der naturwissenschaftlichen, nur vom materiellen Denken beherrschten Schulmedizin und der Wissenschaft durch die im Grunde der Menschenseele liegenden Urgefühle und Ahnungen.<sup>0667</sup> Denn nur letztere sind zufolge ihrer genetischen Ur-Informationen und Urprogrammierungen auf die Natur dazu in der Lage, uns fehlerfrei zu sagen, was dem Menschen frommt und was ihn und die Erde erhalten kann. Und diese Urgefühle zu wecken und zu beleben - das ist der Hauptzweck dieses Buches.**

**Wieder Raum geben dem aus dem Bauch kommenden leichten Unwohlsein, wenn man Dich mit Bleischürzen abdeckt und vor den Röntgenapparat setzt; wieder hören auf die innere Stimme in Dir, die da zu Anfang einer schulmedizinischen Behandlung oder vor Einnahme eines chemischen Medikaments in Dir aufsteigt. Die feine innere Abwehr wahrnehmen, wenn eine Spritze angesetzt wird... Darauf hören und nicht auf das, was Dir ein Fremder aufschwätzen will!**

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Wenn die Natur immer recht hat, dann folgt daraus: Der Mensch hat immer unrecht, sofern er nicht den Gesetzen der Natur folgt.**

Dichter wie Claudius, Eichendorff, Mörike, Rilke und Novalis, von denen Du noch am Ende des Buches hören wirst, gaben dem Anstoß Rousseaus, Anspruch des Menschen auf ein natürlicheres Verhalten, innigen wie beredten Ausdruck. Aus dieser Zeit erwuchs ebenfalls in Deutschland eine Naturphilosophie, in der sich auch erste alternative Andeutungen für die Medizin finden. Es war die sogenannte »Romantische Medizin«.<sup>9036</sup> Die UrTherapie sieht sich in diesen Traditionen wurzelnd. Weil sie den Anspruch erheben kann, eine für immer gültige Form der Ganzheits-Krankheitsbehandlung zu sein.

Vergessen ist auch: die Naturphilosophie des F.W.J. Schelling (1775 - 1854), für den die gesamte Welt eine Ganzheit, ein einziger Organismus bedeutete. Er ging berechtigterweise davon aus, daß im Urzustand der Mensch eine völlige Einheit mit der Natur bildete, in der er lebte. So bezeichnet er es als Aufgabe seiner Philosophie, die Entzweiung des Menschen mit der Natur aufzuheben und den ursprünglichen Zustand der Einheit von Mensch und Natur wieder zu errichten. Denn Mensch und Natur, Materie und Geist, Innen und Außen entsprächen einander. Alles sei nicht anderes, als Ausdrucksform eines einheitlichen

Lebensprinzip: Natur sei das werdende Ich.<sup>9036</sup> Hier wurde das positive Gedankengut von Rousseau leider etwas hochgestochen vernebelt und verwissenschaftlicht. So wurde zwangsläufig aus dem Verschwommenheitsdenker Schelling ein in der Gelehrtenwelt hochangesehener, gut bezahlter Professor und geachteter Mann - weil keiner so recht verstand, was er eigentlich zu sagen hatte -, während der sich verständlich ausdrückende Rousseau ein armseliger Schlucker blieb.

Du erkennst: Die vitalen Wurzeln der UrTherapie reichen tief in die Urzeit, die geistigen sind in der Naturphilosophie Jean Jaques Rousseaus verankert. Und ich könnte mir vorstellen, daß Du den Miturheber dieser ersten sanften Form von Medizin, den Leibarzt des Königs Johann von Sachsen Carus («Ich weiß sehr wohl, daß vielleicht zieben Zehntel der Menschen nicht an der Krankheit, sondern an unzeitiger, zu vieler Arzneien gestorben sind!«) und Dichter Novalis, einmal so deutest: »Wenn alle untreu werden, so bleiben wir doch treu. Nämlich Dir, holde Natur.« Diese naturphilosophische Romantische Medizin entstand zusammen mit der naturwissenschaftlichen (richtig wäre: antinaturwissenschaftlichen) Schulmedizin. Doch konnte sie sich nicht gegen letztere durchsetzen. Warum? Nun - die Ganzheitsmedizin wußte sich zwar auf dem richtigen Weg - aber sie verlor sich mehr ins Transzendente, um nicht zu sagen in die Phantasterei. Und sie war außerstande, den kranken Menschen irgendwelche anwendbaren Methoden zu vermitteln, wie sie denn nun eigentlich mit und an der Natur genesen konnten. Denn mehr als zu sagen: Mäßigt Euch im Essen und im Trinken und seid gottesfürchtig, das vermochte die Romantische Medizin damals nicht. Und was sollte ein Arzt schon für solch fromme Pfaffensprüchlein groß an Honorar verlangen! Der mußte schließlich auch leben!

**Wenn wir hier mit diesem Buch den Geist Rousseaus und die Romantische Medizin (als Vorform der alternativen Medizin und wahren Naturheilkunde) wieder beleben, und ihrer Theorie deren Handhabung mit der UrTherapie zur Seite geben, so vermag sich ihr Geist nun mit erhaltener Körperlichkeit endlich zu erheben, tätig zu werden und dem Wohl gesunder und kranker Menschen zu dienen.**

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/7/0.html> - **Update: 13.01.2000 16:05**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

# 7. Kapitel. Lerne: Dir endlich selbst zu helfen

## 7.1 Pflanzen der Urzeit bilden die Grundsubstanz der UrMedizin

Ja - Du mußt ab heute kein Wissen mehr anhäufen oder gar studieren, um gesund zu bleiben. Und brauchst vor allen Dingen nicht auf die zu hören, die sich nur totes Bücher- und Laborwissen angeeignet haben und großartige Techniken beherrschen.

**Du mußt nur ganz einfach natürlich leben, um gesund zu werden und zu bleiben. So einfach leben wie möglich - das ist schon alles!**<sup>2482</sup>

Während die anderen nach immer mehr und immer besserem Wohlstand streben, wirfst Du über Bord, was nur belastet und Streß bereitet.

### Gesundheitsgesetz der Natur:

**Jede unfruchtbare Verbindung nimmt Dir Deine Freiheit, Dein Leben sinnvoll zu gestalten. Jeder Gegenstand zu viel um Dich belastet nur.**

So, nun kommt der große Augenblick, an dem Du Dich mit einem kleinen Körbchen bewaffnet erstmals auf die Suche nach Wildpflanzen machst. Sollte es länger dauern, ehe Du wieder zu Hause sein kannst, so nimm noch einige kleine, zu einem Viertel mit Wasser gefüllte Weck- oder Saftgläser mit. In den Korbwaren-Billigshops bekommst Du aber auch hohe verschraubbare Gläser (@Rz.793). Darin kannst Du dann die Enden der gesammelten Blätter oder Blütenstiele stecken, dann halten sich die Pflanzen länger frisch.

»Ich hab´ immer noch Angst, ob ich auch keine falsche Pflanze erwische«.

Ach, das hast Du schnell gelernt. Die am meisten verbreiteten kennst Du doch sicher: Taubnessel, Löwenzahn, Gänseblümchen, Sauerampfer, Waldklee, Wegerich. Die anderen weitverbreiteten lernst Du durch Kapitel 9.96 bis 9.98 oder eines der unzähligen Pflanzenbücher<sup>9724</sup> schnell kennen, wie etwa Giersch oder Scharbockskraut, die im Frühjahr meist große Flächen bedecken. Den Giersch oder auch Geißfuß kannst Du gut daran erkennen, daß er - von der Rückseite aus betrachtet - Blätter besitzt, die ähnlich einer Ziegenzehe gestaltet sind: ein vorderes großes und ein kleineres seitliches. Und das Scharbockskraut mußt Du nur mal auszapfen, um es an den kleinen Kartoffelchen an seiner Wurzel zu erkennen.



Oder Du machst es so: Probiere von den Dir unbekanntem Urpflanzen ein Stückchen, und wenn sie nicht allzu bitter oder unangenehm schmecken, dann nimmst Du sie mit und siehst zu Hause nach, ob es sich um eine der gefährlichen Pflanzen handelt. Du kannst sogar vom sehr giftigen Eisenhut ein Stückchen probieren. Nach kurzer Zeit ist Deine Zungenspitze etwas betäubt: übrigens ein Merkmal für viele gefährlichere Pflanzen.

»Du bist gut: Wenn ich nun an einer giftigen Pflanze probiert habe und mich später in Krämpfen winde und am Ende gar noch ... nein, nie im Leben folge ich Deinem Rat«, sagst Du.

Hör mal, ich probiere seit Jahr und Tag von vielen giftigen Pflanzen und lebe bis heute noch quietschfidel. Mir ist viel daran gelegen, daß Du die Scheu vor Pflanzen und der Natur verlierst, deshalb rate ich auf jeden Fall zum Probieren. Du kannst nie mehr fehlgehen, wenn Du Dir den jeder Pflanze eigenen Geschmack eingeprägt hast. Nicht probieren solltest Du nur zwei Gewächse: den Knollenblätterpilz und den Aaronstab. Den ersten nicht, weil er roh nicht schmeckt und tatsächlich sehr gefährlich ist - obschon Todesgefahr erst nach dem Verzehr eines mittelgroßen Pilzes besteht. Probieren könntest Du von ihm also eigentlich auch ein kleines Eckchen.

Von dem zweiten solltest Du auch nicht das kleinste Stückchen probieren, weil es zu stark die Schleimhäute des Mundes verätzt und Du ein paar Stunden daran erinnert wirst, welche Kräfte in so einem grünen Blatt verborgen sein können. Ilex, Efeu, Maiglöckchen und Schattenblumen solltest Du im Wald auch nicht pflücken. Diese Pflanzen sind dort hart und trocken und, wenn auch nur schwach, giftig. Von den oberen Teilen aller anderen Giftpflanzen kannst Du ruhig ein Blatt probieren, ohne daß Du die geringsten Beschwerden befürchten mußt. Selbst vom Schierling, der so dumpf schmeckt wie mäuseverkotete Stellen riechen, kannst Du etwas essen, ohne daß etwas passiert. (Getötet wurde Sokrates mit einem *Extrakt* aus dessen Samen.) Gefährlicher ist da schon der Wasserschierling, der meist an Bächen wächst. Hier nimmst Du also am besten überhaupt keine gefiederten Pflanzen auf - da gibt es ja auch genügend andere. Vor allem schließe die bitteren Pflanzen nicht aus.

Die Wolfsmilchgewächse - davon aber nur bestimmte Arten - dagegen verschaffen Dir über zwei Stunden das Vergnügen eines leichten Pfeffergeschmacks im Mund. Name und Geschmack der Pflanzen müssen sich als feste Einheit bei Dir einprägen.

Solltest Du wirklich mal an eine etwas gefährliche Pflanze geraten sein, die Bauchgrimmen (Holunder), Erbrechen (Wolfsmilch), Herzklopfen (Arnika) oder Schwindel (Schierling) bei Dir hervorruft, so schluckst Du flugs drei Löffel Heilerde - und schon ist bei Dir wieder alles in Butter.

**Auch von allen eßbaren Pflanzen solltest Du sofort kosten, um deren Eigengeschmack genau kennenzulernen. Iß auch einen kleinen Anteil Blätter von Bäumen. Besonders gut essen - wenn Du sie in die Gerichte gibst - lassen sich Buchen-, Birken-, Haselnuß- und Kirschbaumblätter. Linden- und Ulmenblätter sind aber auch für sich allein gut eßbar.**

Warum? Weil Geruch und Geschmack im Althirn verankert sind und entwicklungsgeschichtlich auf eine frühere Bewußtseinslage zurückgehen als Sehen. Auch der Säugling lernt seine Umwelt zuerst durch Riechen und Schmecken kennen. Später kannst Du zur Vertiefung die Pflanzen auch noch zu zeichnen versuchen. Dann wird Dir die Herrlichkeit der Natur erst recht bewußt - die wir bedenken- und gnadenlos zerstören...

»Ich habe noch nie in meinem Leben auch nur ein Blättchen von einer Wildpflanze gegessen«, sagst Du, »worin besteht eigentlich der geschmackliche Unterschied zwischen diesen und unseren Gemüsepflanzen?«

Warum willst Du den nicht selbst entdecken? Es ist doch so amüsan, auf Entdeckungsreise in die Natur zu gehen ... Laß Dir sagen: An Wildpflanzen hast Du viel mehr zu kauen als an Gemüse oder Salat. Die sind alle viel härter und zäher. Das ist aber auch klar, denn niemand ist da, der ihnen den Konkurrenzwuchs wegjätet oder kaputtspritzt.

Dann fehlt dem Wildgrün auch der angenehme und uns wohlbekannte Geschmack der Kulturpflanzen, die ja aus eben diesem Grunde gezüchtet und so gerne gegessen werden. Weil sie so zart auf der Zunge liegen und jede von Ihnen einen anderen, feinen Geschmack besitzt. Nein, den Genuß von Spargelspitzen oder Brechböhnchen kannst Du bei Wildpflanzen nicht erwarten. Aber hast Du Spargel oder Kopfsalat schon mal roh, unangemacht ohne Essig, Öl und Salz gegessen?

Dagegen mundet Dir der Löwenzahn mit der Zeit so herrlich bitter, daß Dir der übliche Kopfsalat danach nur noch wie gewässerte Kleenextücher vorkommen wird.

Dein Partner wird allerdings aufbegehren: »Das ist ja der reinste Schweinefraß!« Wenn Du dann ruhig antwortest: »Aber die Tiere essen das doch auch«, und Du daraufhin hörst: »Aber ich bin doch kein Tier!«, dann reagierst Du mit den Worten: »Darf ich Dich mal an Dein letztes Theater und Geschrei erinnern, das Du mir vor kurzem wegen des Haushaltsgeldes gemacht hast. Da benahmst Du dich schlimmer als ein Tier!«

Falls Du mal eklig sein willst setzt Du kleine Beweggründe zum Nachdenken, wenn Du Deinen kochenden Partner fragst: »Na, was hast Du denn heute totgekocht?« Oder, wenn Dir ein Fleischgericht vorgesetzt wird, wünschst Du statt »guten Appetit«, »Gute Kadaververwertung!« Versuche alles, auch ihn von der ach so fein schmeckenden, gutbürgerlichen Suchtkost wegzubekommen! Gemeinsam seid ihr stärker!

Und damit Du die UrKräuter gut in Deinen Magen herunterbringst und sie nicht sogleich beim ersten Versuch wieder ausspuckst, bringe ich Dir jetzt mal die richtige Technik des Wildpflanzenessens bei:

---

# 7. Kapitel. Lerne: Dir endlich selbst zu helfen

## 7.2 So werden Wildpflanzen richtig von der Hand gegessen

Und hier verrate ich Dir nun die Vorgehensweise, wie Du die Wildpflanzen richtig ißt, damit sie Dir schmecken:

Nur *die Stengel* von Wiesen-Bärenklau, den Samen von Wegerich, die Blätter von Linde und Ulme, den Sauerampfer, Löwenzahn, Wiesenbocksbart und Waldklee kannst Du zum Beginn der UrzeitTherapie ohne Befremdetsein oder Widerwillen in den Mund stecken und mit einigem Wohlbehagen essen. Alle anderen Wildkräuter mußt Du vorsichtiger - dem erstmaligen Scharmützel mit Deinem Mund wegen - zu Dir nehmen. Vor allem an das Gras mußt Du bedächtig rangehen. So wird's gemacht - ich hab's den Affenmenschen abgeschaut:

Du rupfst Dir davon gerade soviel aus, wie Du zwischen Daumen, Zeige- und Ringfinger halten kannst, steckst es vorsichtig in den Mund, schiebst die noch überstehenden Enden mit dem Zeigefinger nach - und wartest. Warte so etwa 15 Sekunden ruhig ab, und Du wirst dann merken, wie die millionenjahrelange genetische Programmierung Deiner Organe auf Wildkräuter anläuft, die noch tief in Dir steckt: Ganz von selbst füllt sich Dein Mund plötzlich mit Verdauungssäften, welche das Grün durchdringen und es Dich plötzlich als angenehm empfinden lassen. Nun erst beginnst Du ganz leicht das Grün mit den Zähnen zusammenzudrücken. Langsam beißt Du immer fester zu, kaust mehr und mehr darauf, empfindest es immer schmackhafter, immer süßer werdend. Je nachdem, zu welcher Zeit und an welchem Ort Du es nimmst, schmeckt das Gras oft so herrlich, wie sein Heu duftet. Du kaust es noch solange gründlich durch, bis es sich schließlich zu einem kleinen grünen Knäuelchen im Mund zusammenballt. Das aber jetzt gut zu schlucken ist und angenehm in Deiner Speiseröhre hinabgleitet. Gleiche Technik gilt anfangs für alle allein gegessenen Wildkräuter. Nun - wer das auch auf diese Weise nicht schafft, der muß die Kräuter halt mit einer Banane oder anderem Obst zusammen essen, dann ist es wirklich kein Problem.

»Würde es schlecht sein, wenn ich hin und wieder auch einmal von den Kulturpflanzen esse?«

Ach was! Jedenfalls nicht als gesunder Mensch. Wenn die Kulturpflanzen biologisch gezogen sind - also ohne Giftbeigaben aufgewachsen -, dann kannst Du sie ohne weiteres ab und zu essen. Am besten mischst Du sie Dir mit den Wildpflanzen, dann gehen letztere angenehmer runter. So halte ich's im Winter. Weil ich dann auch nicht allzu gerne Gras pur esse. Da ist es mir schon recht, daß meine Frau im Garten Feldsalat und Winterportulak angepflanzt hat, weil bei uns nur wenig Gänseblümchen zu finden sind, deren Rosetten man sonst wie Feldsalat essen kann. So läßt sich dann eine angenehme Mischung aus Gras und Bio-Salat mixen. Doch solange Du noch krank bist, läßt Du am besten zuerst allein die ganze Kraft der Wildpflanzen

in Deinem Körper wirken.

Kleinkinder, die jünger als zwölf Monate sind, sollten zur Zeit keinen frischen Blattsalat, Spinat, Rettich sowie keine Radieschen zu essen bekommen. Diese Gemüsesorten enthalten nämlich reichlich Nitrat, und Nitrat kann im Körper zu Nitrit und dann zu krebserregenden Nitrosaminen umgewandelt werden. Siehst Du, wenn Du Deinem Kind Wildsalate gibst, mußt Du darauf keine Rücksicht nehmen. Dein Kind braucht jeden Tag sein Grün, um es gegen Asthma, Allergien und Erkältungen zu schützen. Das willst Du doch, oder? Iß es mit ihm zusammen, dann macht's dem Kind Spaß - und Dir. Meine Myriam hat schon im Alter von fünf Monaten täglich ein paar Blättchen Wildgrün mit Spaß im zahnlosen Mündchen zu kauen versucht - und plötzlich war's unten.

»Eine alternativ angehauchte Bekannte ißt öfter Brennesselblätter. Die sollen Unmengen von Vitaminen besitzen! Mich wundert, daß Du sie nirgendwo aufführst. Na ja, Du kannst ja auch mal was übersehen«, sagst Du.

Nicht nur das! Ich kann mich auch im Interpretieren der Natur irren. Und wenn ich mich Deiner Meinung nach irre, dann fänd' ich es prima, wenn Du mich mit der Nase auf solche Ungereimtheiten stößt - zum Nutzen von uns allen. Doch zur Brennessel: Warum denkst Du, daß man schnell die Finger zurückzieht, wenn man sie ergreifen will? Das ist m.E. ein Hinweis der Natur an Dich. An Dich als ein von ihr geschaffenes Lebewesen: Daß diese Pflanze eigentlich *nicht* für Dich bestimmt sein könnte! Denke nicht mehr nur menschenbezogen, sondern fürderhin nur noch »Alles-was-da-kreucht-und-fleucht-Bezogen«.

Die Brennessel ist besonders für die Schmetterlinge, die bunten Gaukler auf unseren Wiesen, bestimmt. Und an diesen wundervollen Geschenken Gottes für das Menschaugen willst Du Dich doch als kommender Liebhaber der Natur wohl auch noch später erfreuen. Aber: Die oberen Spitzen der Brennessel brennen kaum. Das ist nun wieder ein Hinweis der göttlichen Natur: Das darfst Du, Mensch, essen! Und ich interpretiere diesen Fingerzeig Gottes noch etwas deutlicher, wenn ich Dir meine Beobachtung mitteile, daß nach dem Abbrechen der Spitzen die Brennessel sogar einen Wachstumsschub erlangt. Und so ißt Du sie: Mit Daumen und Zeigefinger zupfst Du Dir die kleinen vier Spitzenblättchen ab, preßt und rollst sie zwischen den Fingern hin und her und läßt sie in den Handteller fallen, wo Du die drei letzten Finger dann darüber legst. So hast Du schnell zehn Stück zusammen, die Du dann in einige größere Blätter von Löwenzahn einfüllst und noch einige Blättchen von Giersch, Miere, Wegerich, Sauerampfer darüber gibst, es zu einem Knäuel drehst und so von diesem Rollmops Stückchen für Stückchen nur mit den Vorderzähnen (wie ein Hamster) abbeißt.



Wie von Zauberhand verschwinden die Brennesselhaare, wenn der Samen (bei uns Mitte Juli) zur Reife kommt. Und gleich danach erscheinen Räupecchen und Kleinkäfer und essen die



Blätter auf. So hängt jetzt zur sichtbaren Einladung nur noch der Samen frei am Stengel. Wie bis ins letzte durchdacht hat Gott (=Natur) doch das alles geschaffen!

Der Stumpfe Ampfer ist nicht für die Menschen gedacht worden. Und auch die Kühe verachten ihn. Bis Mitte August bleibt der Stumpfe Ampfer oft ganz allein auf den Wiesen stehen. Na, warum meinst Du wohl? Das Foto gibt Dir die Lösung:

Der Giersch, auch Geißfuß genannt, ist derart lebenskräftig, daß er gleich nach dem ersten Mähen wieder aufsprießt. So als wollte er Dir sagen: Da bin ich schon wieder – greif zu!

Na, weißt Du inzwischen, warum der Stumpfe Ampfer von Weidetieren und neuerdings auch von den die Wiesen abweidenden UrKöstlern keines Blickes gewürdigt wird? Weil die allweise Natur den Stumpfen oder Krausen-Ampfer-Geschmack ganz widerlich machte. Warum? Damit auch die von ihr geschaffenen kleineren Käfer und Kleinstlebewesen, welche die Gesundheit des Bodens und dessen Kräfte für das in ihm geborgene Leben aufrechterhalten, was zu beißen übrig behalten. In einem Fingerhut Erde befinden sich mehr Lebewesen als es Menschen auf der Erde gibt. Noch mehr in Deinem Darm. So wie sich diese in einem Kuhfladen ins Trillionenfache vermehren, um schnellstens die Abfallstoffe abzubauen, damit sie der Erde wieder dienlich werden.

»Ich hab' mal einen Blick in die Tabelle im Kapitel 7.82 geworfen, in welcher Du die eßbaren Urpflanzen mit ihren einzelnen Geschmacksarten aufführst. So was fand ich noch nie in einem botanischen Lehrbuch, ist ganz prima. Aber: In anderen Büchern werden alle Hahnenfußarten als giftig bezeichnet, und Du führst eine dort als eßbar auf«, wendest Du ein.

Wenn der Hahnenfuß u.a. Pflanzen so giftig wären, wie es in den Pflanzenbüchern bezeichnet wird, hätte man mir längst schon ein paar Blümchen auf meinen Sargdeckel geworfen. Was ich hier im Buch empfehle, das habe ich alles am eigenen Leibe ausprobiert. Andere Schriftsteller schreiben leider zu oft nur einfach von Vorbüchern ab. Das passiert bei mir nicht, wie Du schon bei der Darstellung der Medizingeschichte bemerkt hast. Allem bin ich auf den Grund gegangen. Es ist zwar richtig, daß die Gifte Protoanemonin und Anemonin darin stecken - weshalb die Kühe den Scharfen Hahnenfuß auch stehenlassen. Ich empfehle aber den *Kriechenden Hahnenfuß*, und der brennt kein bißchen auf der Zunge und enthält kaum Anemonin. Das zudem im Winter - welch weise Natur! - auch aus dem Scharfen Hahnenfuß verschwindet. (Deshalb richtet der Brennende Hahnenfuß getrocknet im Heu auch keinen Schaden bei den Kühen an.)

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × »[Der Große GESUNDHEITS-KONZ](#)« × »[Natürlich Leben](#)«  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

# 7. Kapitel. Lerne: Dir endlich selbst zu helfen

## 7.21 Was ist unter wahrer Klassischer Naturheilkunde zu verstehen?

Leider hat bis heute noch niemand versucht, die Leitgedanken einer wahren Naturheilkunde zu formulieren. Das aber ist nötig, weil sich zu viele Methoden von Scharlatanerie unter deren guten Namen einnisteten. Im Kapitel 1.62 (Rz215) über die Esoterik habe ich es Dir deutlich gemacht. So muß ich in der Tat die Naturheilkunde mehr vor ihren angeblichen Befürwortern als vor ihren Gegnern, den Medizinern, schützen.

Als Begründer der Naturheilkunde wird Prießnitz (1799-1851) angesehen. Seine Heilmethoden beruhten auf nur natürlichen Mitteln: Kaltwassergüsse, Maßnahmen zum Austreiben von Schweiß und dem Trinken von (damals noch vorhandenem) klarem Wasser. Er hatte seinerzeit großen Zulauf - aber für eine dauernde Heilung seiner vielen Patienten fehlte eins: die urgesunde Ernährung. Und er war ein des Schreibens unkundiger Bauer. Trotzdem ging von ihm aus im Sinne des Rousseauschen Denkens der Gedanke um die Welt, nur die Kräfte und Wirkungen der reinen, unverfälschten Natur zur Krankheitsheilung einzusetzen. 40 Jahre später schlug er auch in den USA Wurzeln und wurde dort von der Gesundheitsbewegung Natural Hygiene aufgegriffen und - jetzt aber fast nur für das Gebiet der Ernährung - aufs glänzendste ausgefeilt. Wandmaker brachte die Lehre wieder in ihr Ursprungsland Deutschland zurück. Ich habe die ehrenvolle Aufgabe, die Naturheilkunde zur Ganzheit der Klassischen Naturheilkunde zu schweißen, sie mit der UrKost, UrBewegung und seelischen UrGefühlen zu bereichern und damit »Heilung« selbst bei für »unheilbar« gehaltenen Krankheiten zu bewirken.

Die heute von Ärzten und Heilpraktikern angewandte »Naturheilkunde«<sup>8335</sup> hat sich inzwischen meilenweit von der Natur entfernt. Die von ihnen praktizierte wendet alles Mögliche an - nur keine Natur. Die nunmehr auf eine solche Pseudo-»Naturheilkunde« umschwenkenden Ärzte begreifen die wahre Naturbehandlung einfach nicht! Wie sollten sie auch! Haben sie doch mit der Natur so viel zu tun wie Eunuchen mit nymphomanischen Frauen.

Das Denken mit und im Sinne der Schöpfung ist ihnen nie nahegebracht worden, ist ihrer ganzen Ausbildung und des ihnen eigenen Profitstrebens diametral entgegengesetzt. Jetzt führen sie z.B. den Knoblauch auch als Heilmittel in die Schulmedizin ein. Der wird schon seit 60 Jahren als das beste Mittel gegen Arterienverkalkung den Menschen angepriesen. Und jeder glaubt daran, obwohl Knoblauch noch nie etwas anderes bewirkt hat, als Kulturkost besser schmecken und die Menschen stinken zu lassen. So schlimm, daß es für andere eine Zumutung darstellt, mit ihnen zusammen zu sein.

Der Sinn der Naturbehandlung wird völlig mißverstanden, wenn irgendwelche Gaben der Erde als Medikament verwandt und eingesetzt werden. Die Klassische Naturheillehre verordnet keine bestimmten Stoffe oder Mittel wegen deren speziellen Wirkung auf den Organismus. Sie ist frei von jeder materialistischen Denkweise.

**Die Klassische Naturheilkunde folgt nicht mechanisch-allopathischen Prinzipien. Sie verschreibt keine einzelnen Nahrungsstoffe, weil diese etwa die Arterien putzen, den Darm wieder in Bewegung bringen oder zusätzliche Vitamine dem Körper einschleusen. Oder weil diese gegen Keime wirksam wären oder fehlende Keime zuführen. Das sind nichts als auf Dauer schädliche, zumindest aber nichts einbringende Teilmaßnahmen. Die Klassische Naturheilkunde<sup>8335</sup> behandelt den kranken Menschen immer nur als Ganzes - oder überhaupt nicht. Sie gibt sich nicht Halbheiten hin. Sie stellt das Denken des Kranken wie des noch gesunden Menschen richtig und erreicht aus seiner so gewonnenen Einsicht und Eigenständigkeit eine Änderung seiner gesamten Lebensweise und damit die gesundmachende Wirkung auf das *gesamte* Körpergeschehen.**

**Der wahre Klassische Naturheilkunde praktizierende Arzt<sup>8339, 9718</sup> muß innerlich vor sich gerade stehen und sich sagen können: Ich habe nicht nur das Beste, sondern das allein Richtige für meinen Patienten getan. Genauer: Ich habe ihm mit Nachdruck vermittelt, das er das dazu Erforderliche selbst tun muß. Ich vermag das nicht.**

**Selbst die so von sich eingenommene Schulmedizin gibt ihre Vorschläge manchmal noch unter dem Vorbehalt »nach dem *derzeitigen* Stand der Wissenschaft« ab.**

**Damit erklärt sie (zu Recht) das Wissen unserer Zeit - also in der Zeit, in der Du augenblicklich lebst - als unvollständig und unvollkommen.**

**Folgst Du also den Vorschlägen der Mediziner (es sind die Ratschläge von Menschen!), so werden Dir stets alle *zukünftigen* Erkenntnisse der Wissenschaft und deren Kunstmittel fehlen. Und Du wirst Dich damit abfinden müssen, daß Du auch all das mit Dir machen lassen wirst, was sich beim zur Zeit waltenden Wissensstand später als falsch erweisen wird.**

**Sich also auf alle augenblicklichen Beweisführungen (besonders bei den Medizinern) einzulassen, das heißt praktisch nichts anderes, als Opfer des mangelnden Wissens von heute zu werden**

**Den Unwissenden von heute zu folgen - willst Du das? Willst Du wirklich von heutigen Wissensmängeln Deine Gesundheit abhängig machen? Gifte schlucken und radioaktive Bestrahlung zulassen, welche Dir Unwissende anbieten? Von mit mangelhaftem Wissen ausgestatteten Medizinern Metzereien an Deinem Körper - er ist alles, was Du wirklich besitzt! - über Dich ergehen lassen?**

**Das kann doch wohl nicht Dein Ernst sein! Und wenn er es sein sollte - nun, dann mußst Du halt mit Deiner Dummheit leben.**

**»Niemand kann in die Zukunft schauen. Was sollen die Ärzte denn Deiner Meinung nach aber anderes tun, als nach bestem Wissen und Gewissen zu handeln?«**

**Gar nicht handeln! Das machte ihnen doch schon ihr Lehrvater Hippokrates klar. Sie sollen ihren Beruf wegen der eben für sie festgestellten Unkenntnis und zwangsläufigen Falschbehandlung aufgeben, wenn sie sich mit Krankheiten befassen. Jeder ehrliche Mann würde das tun. Oder die Klassische Naturheilkunde anwenden.**

**»So - Du hältst Dich also für vollkommen«, höhnt Du.**

**Nein, das ist kein Mensch. Und ich habe sicher mehr Fehler als Du. Aber ich halte die Natur für vollkommen. Und mache Gebrauch von der Unfehlbarkeit der Natur. Deshalb vermag ich Dir so sicher zu versprechen, daß sie Dich von allen Krankheiten, selbst die von Menschen als unheilbar bezeichneten, befreit.**

**Mit dem Einschluß der Allwissenheit der Schöpfung und ihrer Natur habe ich somit auch alles Unbekannte, alles zukünftige Wissen in die UrTherapie integriert.**

**Denn die Vollkommenheit der Natur (und die darauf aufbauende UrMethodik) hat alles kommende Wissen, alle jemals möglich werdenden Erkenntnisse der Wissenschaftler vorweggenommen: Was ehrliche, nicht fälschende Wissenschaftler auch immer als richtig erforschen und herausfinden werden - es kann immer nur die Richtigkeit und Vollkommenheit der Natur bestätigen.**

**Was kann denn noch gewußt werden, was die Natur (oder Gott) nicht schon längst weiß! Die UrTherapie sieht die Natur als Ganzheit an, und hat sie Dir so auch erklärt. Während die Medizin und die wissenschaftliche Forschung die Natur als unwichtig, als Eine-dem-Menschen-untertane-Dienerin, oder als »zu bekämpfende, gegen die Menschen gerichtete Urgewalt«, letztlich als bloße »Umwelt« ansieht. Und sie uns stets nur in ihren Teilen erklärt. Und deshalb mit ihren gesamten Eingriffen in sie seit 10.000 Jahren immer wieder an dieser Überheblichkeit scheitert. Du glaubst, nur die medizinische Wissenschaft wäre für das Wohlergehen der Menschen ausschlaggebend - während sie in Wirklichkeit das größte Übel dafür darstellt. Dieses aber wegen der Arroganz der sie Betreibenden nie wahrhaben, geschweige denn zugeben würde.**

**Bleibt zu sagen: Die UrTherapie, die sanfteste Naturheilkunde zur Genesung all Deiner Gebrechen, sie rät nicht etwa deshalb zur UrErnährung wegen des Basenüberschusses oder der vielen Vitamine in der UrKost. Sie rät auch nicht zum Ur-Bewegungskreisen im Schultergelenk am Ast, um ein nächtliches Einschlafen der Hände zu verhindern. Nein.**

**Die UrTherapie rät allein deshalb zur UrKost und UrBewegung (die richtige seelische Einstellung folgt dadurch zwangsläufig), weil diese UrTherapie das von der Schöpfung bestimmte artgerechte Verhalten wieder in das Leben des Menschen einführt.**

**Die UrTherapie sieht in der Entdeckung der Vitamine vor Jahren und in der Neuentdeckung der Enzyme heute wie in der letzten Erforschung der Biophotonenverbindung aller Körperzellen untereinander (®Rz769) nicht mehr als den nachträglichen Erweis längst behaupteter, nur auf dem gesunden Menschenverstand aufbauenden Thesen der Klassischen Naturheilkunde. Nämlich, daß die Natur eine harmonische Ganzheit darstellt, in der alles vollkommen eingerichtet wurde. Weshalb es nur richtig sein kann, ihren Gesetzen zu folgen. Vitamine sind notwendig, Enzyme sind äußerst wichtig, Biophotonenverbindungen sind Voraussetzung für ein artgerechtes Leben aller Geschöpfe der Natur.**

**Sie sind so erforderlich, wie all die noch unbekanntes, noch der Entdeckung durch die Wissenschaft harrenden Lebensstoffe und Funktionen der belebten Natur und ihrer Lebewesen.**

UrGesundheitsgesetz der Natur:

**Alle künftigen Ergebnisse der Forschung werden nach und nach die Lehren der wahren Klassischen Naturheilkunde und der sie in die Praxis umsetzenden Erkenntnisse der UrTherapie nur bestätigen können. Sofern dies zur Zeit noch nicht der Fall ist, sind sie unrichtig und werden bald wieder überholt sein.**

(Wie z.B. die Thesen der Höherwertigkeit des tierischen Eiweiß', der Giftigkeit des Huflattichs, der Schädlichkeit des oxalsäurehaltigen Rhabarbers, der Verantwortlichkeit der HI-Viren für AIDS oder der Hepatitis-C-Erreger für chronische Leberleiden.)

Denn die UrTherapie als die wahre Naturheilkunde folgt nicht menschlichen Ansichten. Sie folgt dem Willen der Schöpfung: Daß nur das Natürliche dem Menschen bestimmt und für ihn gut sei.

Gefordert wird nicht Spinat wegen seines hohen Eisengehalts oder Möhren wegen ihres beträchtlichen A-Vitamins. Zu empfehlen sind nicht Zusatzvitamine oder Ballaststoffe - gefordert wird einzig und allein die naturbestimmte Ernährung. Und die unbedingt dazu gehörige naturbestimmte Bewegungsart: die UrBewegung. Und weiter das Urgeföhle-Erwecken als Seelentherapie.

**Denn die von der Schöpfung geschaffene UrNahrung ist jeder anderen von der Wissenschaft erdachten Diätform und jedem künstlichen Vitamin überlegen. Weshalb alle Einwendungen gegen die Verträglichkeit der UrKost oder das Begründetsein der UrBewegung nur als Verunglimpfung aus rein menschlichen Motiven zu verstehen sind.**

**Du erkennst nun:**

**Klassische Naturheilkunde bedeutet: Gesunden allein nur durch natürliche Wirkfaktoren: UrKost, UrBewegung, reine Luft, Licht und Rückführen der Seele zu ihren Urgründen.**

Wenn ich Dich als Schwerkranken wieder hinkriegen will, dann brauche ich Deine zähe Mitarbeit, Deine Härte gegen Deinen verweichlichten Organismus, Deine Abkehr vom Massendenken und das radikale Befreien von Einflüsterungen aller »Es-nur-gut-mit-Dir-Meinenden«.

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = [externe Datei](#) · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/7/21.html> - **Update: 13.01.2000 16:06**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a>                      × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> -                      <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# 7. Kapitel. Lerne: Dir endlich selbst zu helfen

## 7.3 Schreckliche Gefahren beim Essen von UrKost?

»Du rätst mir zum Essen aus Wald und Feld - weißt Du aber auch, daß Du mich wegen der dort überall herumwehenden Eier des Fuchsbandwurms einer gewaltigen Gefahr aussetzt?! Die Presse war voll von Warnungen, deshalb etwas aus der Natur zu essen!« So sagst Du.

Richtig, das ist jedes Jahr das gleiche Thema in den Gesundheitsspalten, ausgehend vom Veterinäramt Memmingen. Das verkündete es amtlich:

Die Gefahr ist gewaltig: Wer sich durch die Eier des Fuchsbandwurmes infiziert, kann möglicherweise elend zugrunde gehen. Das Veterinäramt warnt eindringlich: keine Waldfrüchte roh verzehren.

Nun habe ich Dir doch bereits zu den Viren und Bakterien klargemacht, warum die Schöpfung sie unsichtbar für unsere Augen machte. Denk doch weiter, wenn Du solche Meldungen liest: Das gilt auch für alle anderen Keime. Und ebenfalls auch die Fuchsbandwurmeier, die Gott winzig hielt, damit wir Menschen sie nicht wahrnehmen können und uns nicht darum kümmern müssen. Und es war gut so.

Wie kannst du nach all dem, was Du bis jetzt hier gelesen hast, noch immer der Wissenschaft hörig sein? Die nichts um den eigenen *gesunden Menschenverstand* gibt? Begreife, daß wissenschaftliches Denken krankhaftes, zerstörerisches Denken bedeutet. Die Schöpfung wollte eine einfache Sicht der Welt. Sie will ihre Geschöpfe nicht ständig verwirrt und hin- und hergestoßen zwischen verschiedenen Ansichten sehen. Und glaubst Du, wenn ein Gott dahintersteckt, daß dieser den Menschen Schlechtes zumuten wollte?

**Wissenschaftliches Denken hat die Schöpfung nicht für ihre Geschöpfe vorgesehen. Sie hat für alle ihre Lebewesen nur einfache, unverbildete, also natürliche Denkweisen eingeplant.**

Wobei schon zu verstehen ist, daß hier meine Behauptungen bei intellektuell veranlagten Lesern oft auf Protest stößt. Ich meine dagegen:

Gott wollte sein grandioses Werk, die Natur, ohne Auflehnung angenommen und nicht bezweifelt, bekrittelt, seziert oder verändert sehen. Die Schöpfung wollte eine einfache Sicht der Welt.

Sie wollte, daß ihre Geschöpfe unbeschwert und gesund das ihnen geschenkte Leben natürlich leben und das, was für sie als Speise vorgesehen war, unverfälscht und ohne kleinliche Bedenken zu sich nehmen. So wie das alle 700.000 Lebewesenarten ebenfalls tun - außer dem Menschen.

Was Du auch daran erkennen magst, daß Wissenschaftsdenken auf die Vernichtung der Menschen und der Erde hinausläuft, was nicht Sinn der Schöpfung sein kann. Und wenn Du nicht an einen Sinn der Schöpfung glaubst, dann solltest Du sehen: Analysierendes, die Lebensgeheimnisse erforschendes und mit der uns eigenen menschlichen Kurzsichtigkeit daraus Folgerungen und Maßnahmen ergreifendes Denken ist *gegen die Natur gerichtetes Denken*.

**Noch immer ist das, was die Wissenschaft weiß, ein Tropfen - und was sie nicht weiß, ein Ozean. Und vor allem: Mit dem Wissen wächst das Nichtwissen in unendliche Höhen!**

Die angebliche tödliche Gefahr durch Fuchsbandwurmeier ist nichts anderes als eine derzeitige wissenschaftliche Erkenntnis und damit: *Irrtum auf dem neuesten Stand.*

Solches Denken ist nur auf den Menschen bezogen. Es sieht nicht die große, allumfassende Zweckhaftigkeit im Wirken der Natur, die mehr als das ist, wozu wir sie heute zu degradieren suchen: bloße Umwelt. Es ist letztlich ein gegen uns selbst gerichtetes Denken - auch wenn es uns angeblich gegen tödliche Gefahren schützen soll.

Gefahren für Erde und Mensch entstehen nicht aus natürlichen Vorgängen, sondern aus menschlichem Denken und den daraus entstehenden widernatürlichen Handlungen der Menschen.

»Ich rutsche bei Deinen letzten Gedanken schon ganz unruhig auf dem Stuhl umher. Aber jetzt muß ich widersprechen: Bedeuten etwa Vulkanausbrüche, Erdbeben, Lawinen und Überschwemmungen keine Gefahr für den Menschen?«

Du mußt das richtig sehen: Wer weit genug von einem Vulkan lebt, dem tut er nichts. Die tote Erde im weiten Umkreis um den Vulkan warnt bereits: Lebewesen haltet Euch fern – hier ist kein Platz für Euch. Wer nicht in widernatürlichen Beton- und Steinhäusern lebt, kann von ihnen bei einem Erdbeben auch nicht erschlagen werden. Wenn keine Deiche gebaut werden, die plötzlich brechen, kann sich jeder vor dem langsam ansteigenden Wasser retten. Und in Eis und Schnee im Hochgebirge hat der Mensch nichts zu suchen. Wenn er dort umkommt, trägt nicht die Natur daran die Schuld, sondern sein Leichtsin. Die Natur will den Menschen nur dort sehen, wo er genügend Grün für sich findet, und es für ihn als »nackten Affen« warm genug ist. Doch zurück zu den bösen Kleinstlebewesen: Wenn die Natur Bakterien, Viren, Pilzen, Sporen und Fuchsbandwurmeiern zum Leben und Überdauern verhilft, dann hat das einen Zweck.

**Gesundheitsgesetz der Natur:**

**Alles, alles was die Schöpfung hervorbringt, ist zweckhaft und gut.**



**Der Organismus eines Menschen schützt sich grundsätzlich selbst gegen natürliche äußere Einflüsse, von denen verwissenschaftlichtes Denken annimmt, daß sie ihm schaden könnten.**

Mit der Angstmache vor der Natur und allem was völlig natürlich ist, wollen sich beamtete Ärzte, deren Denken nicht weiter als zur Kante ihres Schreibtisches reicht, wichtig machen und auf ihre »unentbehrlichen« Aufgaben hinweisen und so tun, als seien sie um die Gesundheit der Menschen besorgte Wächter. Merke :

Gefährliche natürliche Kleinstlebewesen gibt es nicht für denjenigen, der natürlich lebt.

So gewinnen die Menschen in den Tropenzonen, die seit Millionen Jahren von den Anopheles-Mücken gestochen werden, ihre Immunität gegen die Malariaerreger: Weil sie sich eben den Mücken nicht entzogen haben. Und die Menschen in Europa, denen seit Jahrtausenden der Wind Fuchsbandwurmeier um die Nase weht, bildeten *Antikörper* gegen den Echinococcus multilocularis. Weil sie ihn nie wahrgenommen hatten und lustig drauflos Futterten, was ihnen fuchsbewohnte Wälder und Felder boten, und es noch keine sich aufplustern wollende Veterinärärzte gab. Natürlich, wer seine Abwehrkräfte mit Drogen, Medikamenten, Junkfood und Chemie kaputt macht, der könnte unter solchen Mikroorganismen zu leiden haben. (Und dann ist das naturgewollt, damit er wieder auf den richtigen Weg findet.) Doch selbst dies wären große Ausnahmefälle. Denn alljährlich im Spätsommer nehmen Zigtausende die auf den Märkten in Körbchen angebotenen Waldbeeren ungewaschen zu sich, ohne daß man auch nur einmal von jemandem gehört hätte, der daran elendiglich zugrunde gegangen wäre.<sup>9448</sup>

Ein halbwegs gesund lebender Mensch kann sich vor natürlichen Mikroorganismen *ganz gut selbst schützen*. Weil eben durch die beständige Reizung mit diesen die Abwehrkräfte gestärkt werden. Ja - die Mikroorganismen sind sogar bitter nötig, um das natürliche Immunsystem in Gang zu halten (siehst Du, da hast Du noch einen Grund (@Rz.799), weshalb Urpflanzen stets ungewaschen gegessen werden sollten). Doch was meint das Amt? Es schlägt Unglaubliches vor: Es sei am besten, alle Füchse abzuschießen.



Was um Himmelswillen geht nur in Kopf und Gemüt solcher Herrenmenschen vor, die da kalten Blutes eine der schönsten Tierarten der Schöpfung, denen der Bandwurm nachweislich keinen Schaden zufügt, so einfach zum Abschluß freigeben und ausrotten lassen wollen? Nur, weil der Mensch entgegen dem erklärten Willen der Schöpfung unnatürlich und ungesund leben und auf das Stärken seiner Immunkräfte verzichten will! Bedarf es für uns noch eines eindeutigeren Beweises für die Gnadenlosigkeit der Wissenschaft gegenüber der Kreatur und ihrer Enttarnung als treibende Kraft zur Vernichtung des Lebens auf dieser Erde? Entscheide

Dich: Wohin willst Du Dich stellen? Auf die Seite der Natur oder die der Wissenschaft? Siehst Du: Allein das ist ein Grund, daß wir wieder natürlich denken lernen sollten. Weshalb ich Dir dieses Denken hier so stark zu vermitteln versuche: Damit diesem selbstsüchtigen, typisch menschlich-destruktiven Denken endlich Einhalt geboten wird.

Gehst Du den Argumenten noch weiter auf den Grund, so vermagst Du aus der Literatur zu erkennen, daß die alveoläre und die zystische Echinokokkose *äußert schwer nachweisbar* ist, und erst in den letzten Jahren dafür ein spezifischer Test (Em-2-ELIZA) entwickelt werden konnte.<sup>9449</sup> Im wissenschaftlichen Schrifttum sind für den langen Zeitraum von 1852 bis 1989 bisher nur 315 Krankheitsfälle dieser Parasitose zugeschrieben worden. (Die zudem eben wegen fehlender Nachweismöglichkeit äußerst zweifelhaft sind.) 315 Fuchsbandwurmeier-Erkrankungen gegen etwa zehn Milliarden Krebsfälle in dieser Zeit - welche eine Relation! Also:

*Gegen wirklich gefährliche Krankheiten gilt es, sich zu schützen! Und das geht am besten dadurch, daß man besonders Waldfrüchte und am Waldrand wachsende Wildpflanzen - weil vom Gift der Menschen noch am weitgehendsten verschont - ißt!*

Und das geht nicht dadurch, daß man, den Ratschlägen der Wissenschaftler folgend, Waldfrüchte *nicht ißt!*

### **Gesundheitsgesetz der Natur:**

**Wer der Natur vertraut, hat es nicht nötig, sich von den nicht auf die Natur Vertrauenden auch nur im geringsten belehren zu lassen.**

Einer meiner Leser entsetzte sich über den Gedanken, daß die im Mai bereits vorzüglich schmeckenden jungen Blätter und im Herbst die Früchte Wald- und Preiselbeeren von einem Wildschwein, einem Reh oder Mäuslein bepinkelt sein könnten. Wenn's dann ein gütiger Regen nicht längst ins Erdreich abgespült hat: Ich meine, daß ein paar Tröpfchen verbleibenden Urins von einem Waldtier weniger gefährlich sind, als die Giftbrühennebel, die der Landwirt von heute über unsere Gemüse und Salatköpfe sprüht.

Daß Dir als UrzeitKöstler nichts, aber auch gar nichts durch eine Infektion oder vom Fuchs verbreiteten *E. multilocularis* passieren kann, beweist auch die Tatsache, daß die Ärzte durch ihr Fachblatt angewiesen werden, bei Verdacht sofort Antibiotika zu verabreichen. Vom Penicillin hast Du aber (im Gegensatz zu den Normal- oder Nur-Früchte-Essern) so viel im Körper, daß ein Teil davon sogar im Urin ausgeschieden wird.<sup>9448</sup>

Bei Wanderungen in den Wäldern liebe ich es, Wald-, Moos- und Preiselbeeren zu pflücken und an Ort und Stelle zu verzehren. Und Sauerklee. Und jungen Farn. Von den meist an Waldrändern wuchernden Brombeeren und Hagebutten nasche ich gerne und oft. Und wie himmlisch schmecken die kleinen Waldhimbeeren!

Ein Wunder, daß ich noch lebe? Und auch nicht an einer durch die dort beheimateten Zecken

9928, 9939 verursachten Meningitis erkrankt bin? Waldpilze werden von Sammlern ohne Schutzhandschuhe angefaßt. Und mit den gleichen Händen werden später die Butterbrote verzehrt und somit auch die durch den Wind überall hingetragenen Eier des Fuchsbandwurms... Sind all diese der Natur vertrauenden Sammler und Kinder bisher elendiglich umgekommen? Oder all die Jäger, Förster und Spaziergänger, deren Hunde durchs Dickicht streifen und denen somit im Pelz Tausende Eier des Echinococcus multilocularis anhaften, die sie dann beim Heimkommen und Herumtollen auf dem Teppich im Hause verbreiten ...?

Stoßen Füchse inzwischen nicht bereits in Kleinstädte und in die Schrebergärten vor? Muß nun jedes Salatblatt, jede Frucht und jeder Weißkohl gründlichst chemisch desinfiziert werden? Und wie sieht es bei den die Füchse ausweidenden oder den Balg abziehenden Jägern aus, über die sich wahre Schwaden von Fuchsbandwurmeiern ergießen? Oder bei den Metzgern, die das geschossene Wild mit den im Fell anhaftenden Fuchsbandwurmeiern verarbeiten? Gehen sie alle elendiglich zugrunde, wie uns dies die Veterinärmediziner glauben machen wollen?

Nur weiter so mit der Hysterie vor allem Natürlichen, und bald wird uns die Pharmaindustrie den Kauf von Sprühdosen zur Vernichtung der gefährlichen Fuchsbandwurmeier für nötig erklären.

Die ärztlichen Panikmacher vom Dienst und im Dienst der sie finanzierenden Industrie wollen mit diesen Veröffentlichungen angeblich »die Sorge der Schulmedizin um das Wohl der Bevölkerung« kundtun. Ihren größten Coup konnten sie vor kurzem landen, als sie mit der nicht existierenden Krankheit AIDS für sich und die Pharmazie Milliarden kassierten und weiter kassieren und die Menschen in Hysterie stürzten. Wann sitzt es endlich tief in Dir fest, was die der Römer schon formulierten: Mundus vult de cipi - die Welt will betrogen sein!

Sollte der Körper gesundheitsbewußt lebender Menschen nicht auch mit dem Echinococcus multilocularis fertigwerden? Und sollten wir uns nicht daran erinnern, daß eine Menge von Säugetieren - mit gleichartigem Organismus wie wir Menschen - angefangen von der Pipitropfen vergebenden Waldmaus bis zum Reh - täglich Tausende Fuchsbandwurmeier mitverzehren. Aber keines von ihnen daran erkrankt oder deswegen verendet? Kommt hinzu: Die Eier des Fuchsbandwurms können sich in keinem Lebewesen zu Finnen entwickeln. Warum sollte das beim Menschen möglich sein? Ich jedenfalls lasse mir den Appetit auf diese herrlichen Gaben der Natur doch nicht von sich mit ihrem derzeitigen Wissen wichtig tuenden, aber engstirnigen Bürokratenseelen verderben. Und hoffe: Du auch nicht!

Wie sagte mir ein renommierter Tierarzt: Ein Veterinärmediziner ist ein erfolgloser Arzttrottel, der es grade noch fertigbringt zu kontrollieren, ob die Stempel auf einem Fleischstück vorschriftsmäßig gesetzt sind. Nicht zu fassen ist, daß nun auch noch die angeblich so naturnahen Förster in Vorträgen davor warnen, Brombeeren vom Strauch zu essen...

»Na schön, ich bin froh zu wissen, daß ich wieder unbesorgt Brombeeren, Vogel- und Waldbeeren essen kann. Es gibt in Wäldern aber auch noch die Zecken, die sich heimtückisch aus den Bäumen auf uns fallen lassen. Deren Biß führt bekanntlich zu

Hirnhautentzündungen...«

Du weißt doch: Die UrzeitTherapie fragt nur: *Ist es natürlich, was ich da tue? Hier: Liegt das Gehen in den Wald im Sinne der Natur?* Und wenn das zu bejahen ist, dann mußt Du nicht mehr groß weiter fragen. Dann kannst Du es ohne Gefahr für die Gesundheit tun. Besser noch: Dann solltest Du es zum Vorteil für Deine Gesundheit tun. Waldfrüchte essen ist natürliches Tun. Dazu muß man in den Wald! Also ist das Gehen im Wald natürlich und deshalb bestens für eine gesunde Seele und einen gesunden Körper.

Weil die Urmenschen früher nackt durch die Wälder gestreift sind, wurden sie häufiger von den Zecken gebissen, als uns das passiert. Wobei es ein Märchen ist, daß Zecken nur auf uns warten, um sich heimtückisch aus den Bäumen auf uns fallen zu lassen. (Wir streifen sie im Vorbeigehen von den Blättern ab.) So einen Zeckenbiß halte ich, wie das Verschlucken der Fuchsbandwurmeierchen, sogar ab und wann für notwendig. Einmal, weil er die Abwehrkräfte des Körpers intakt und auf Trab hält. Zum anderen, weil er - wenigstens in der uns prägenden Urzeit - das soziale Verhalten des Menschen über Jahrmillionen förderte.<sup>9617, 9939, 0766f, 9910, 9929</sup>

Wenn so eine Zecke irgendwo am Rücken juckte, mußte einer meiner Urahnen das kleine, harmlose Tierchen aus der Haut puhlen - Du erinnerst Dich an den hängengebliebenen Zeckenkopf meiner Nachbarin! - ähnlich dem bekannten »Lausen« (das in Wirklichkeit nur das Abpiddeln von Blutkrusten oder Verhornungen ist) unter den Affen, das für den Zusammenhalt einer Gruppe und den Abbau von Aggressionen äußerst wichtig ist.<sup>4002</sup> Wann werden wir endlich die Angst vor der Natur verlieren, die alles bestens für uns Menschen eingerichtet hat? Angst dagegen sollten wir vor allem haben, was künstlich oder chemisch ist:

Besonders auch vor den Impfstoffen. Denn: Von 1978 bis 1984 haben nach der medizinischen Fachliteratur ganze 299 Personen angeblich nach einem Zeckenbiß Unwohlsein verspürt. Bei 209 davon kam es zu einer stillen Feiung ohne Symptome. Bei 70 Personen verlief die Infektion wie nach einer kurzen Grippe. Von den 20 ernstlich Erkrankten heilte die virale Meningitis bei 12 Personen wieder völlig aus. Bei 7 bestand eine Meningo-Enzephalitis und nur ein einziger litt an der gefährlichen Meningo-Myelo-Enzephalitis, bei der Schäden zurückbleiben können.

Von 60 Millionen Deutschen erkrankte also in sechs Jahren nur ein einziger ernstlich durch einen angeblichen Zeckenbiß.

Und das konnte wohl auch nur deshalb passieren, weil der Betroffene seine Abwehrkräfte durch eine schlimme Lebensführung zerstört hatte. Dagegen werden jährlich etwa 240 Personen mit dem Impfstoff gegen Zecken zu Krüppeln geimpft. 1440 Impfgeschädigte in sechs Jahren gegen einen einzigen, angeblich durch Zeckenbiß Geschädigten!<sup>0700f, 0758ff, 2443, 2448</sup> Wieder mal sage ich: welch eine Relation!

Auch die Borrelien-Infektion (Lyme-Borreliose)<sup>1916, 9939</sup> schiebt man den Zecken in die Schuhe. Wir - die wir an die Maximen der Medizinwissenschaftler nicht glauben - wissen, daß

auch daran nur die mangelnden Abwehrkräfte der heutigen degenerierten Menschheit die Schuld tragen. Schon eine Handvoll Urpflanzen täglich (frische Kresse genügt auch!) erzeugt in einem innerlich sauberen Menschen soviel natürliches Penicillin, daß es die von der Natur (zur Immunstärkung) gewollt uns beigebrachten kleinen Infektionen sofort (meist nicht mal von uns bemerkt) niederhält.<sup>9771</sup>

»Und wie erklärt sich diese Angstmachungskampagne der Mediziner gegen die Natur, die gleiche fast wie die Furchteinflößung im Falle der Fuchsbandwurmeier?«

So, lieber Leser:

### **Gefährlicher als die Zecken? - Impfstoff in der Diskussion - 0767, 0773**

Im vergangenen Frühjahr wurde vor Viren gewarnt, die durch Zecken übertragen werden und eine bestimmte Form der Hirnhautentzündung verursachen können - die Frühsommer-Meningoenzephalitis (FSME). So viele ließen sich impfen, daß die Herstellfirma des Impfstoffes, die Heidelberger Immuno GmbH, mit der Produktion kaum nachkam; 1,4 Millionen Dosen von FSME-IMMUN wurden im vergangenen Jahr verkauft, und knapp eine halbe Million Bundesbürger wurde geimpft. (Die Zeit vom 24.2.1989) <sup>9854, 9910</sup>

Das bedeutet bei einer Vergütung von 17,- DM bei jeder Injektion für die Ärzte eine Einnahme von ca. 24 Millionen DM, für den Hersteller (und die daran beteiligten Wissenschaftler, die sich mittels solcher Forschungen scheinbar unentbehrlich machen) von 42 Millionen DM, der zugleich - Welch ein Zufall! - Erfinder des Impfstoffes ist.

**Erkennst Du nicht immer deutlicher, daß die medizinische Wissenschaft eine Verschwörung gegen die Menschen und die Natur darstellt? Mit dem Ziel, die Profitmaximierung für alle daran Beteiligten zu sichern. Die Gierigen sind es, die diese Erde in ein Jammertal verwandeln.**

O wundersame Duplizität der Zeckenpuhl-Ergebnisse:

Bei meinen Wildpflanzen-Wanderungen gebe ich jedem Gelegenheit, kurz mit mir allein über seine Probleme zu reden. Die noch junge Stefanie nimmt mich beiseite: »Als wir gestern durch den Wald gingen, hat sich doch eine Zecke in mich eingeschlichen. Genau unter meiner linken Brust hat sie sich festgebissen. Weil ich weiß, daß Du Naturist bist und schon viele Mädchen nackt gesehen hast, bist Du der einzige, den ich fragen kann, ob er mir das schreckliche Vieh wegmachen kann. Ich ekle mich ja soo davor! Die ist schon ein bißchen dick! Und gehirnkrank soll man davon auch werden!«

»Aber doch nicht als UrKöstlerin«, antworte ich, »Du hast doch massige Urabwehrkräfte in Dir. Wenn wir wieder zurück sind, gibst Du etwas von Deinem Nagellack darüber. Und bei der Nachmittagswanderung bring' ich 'ne Pinzette mit, dann werden wir der Sache schon Herr.«

Welcher Mann würde da an meiner Stelle, gerade an dieser Stelle nicht gerne helfen wollen, besonders wenn jemand so hübsch ist wie Stefanie. So lassen wir nachmittags die Gruppe etwas vorgehen und treten hinter ein Gebüsch. Die anderen müssen meine uneigennützigte Hilfsaktion ja nicht gerade mitbekommen. Stefanie zieht Bluse und Büstenhalter aus, hält ihren reizvollen Busen mit den Händen hoch, und ich puhle ihr die Zecke kunstvoll unter der linken Brustfalte bedächtig, sehr bedächtig... heraus. Damit wir unsere Gruppe schnell wieder erreichen, reiche ich ihr den Büstenhalter, hake ihn ein, streife ihr die Bluse über, knüpfe sie zu und dann eilen wir rasch der Gruppe nach.

Plötzlich bleibt sie stehen, lächelt und sagt doch tatsächlich zu mir: »Schönen Dank für Deine Hilfe! Das will ich Dir sagen: Mich haben schon viele Männer ausgezogen. Aber wieder angezogen hat mich noch keiner...«

O, diese Frauen! Und ich stand einen Moment etwas perplex da, nicht wissend, ob ich das als Kompliment oder als Achtungserweis meines ziemlich fortgeschrittenen Alters auffassen sollte...

»Womit ich nicht klarkomme in diesem Zusammenhang ist dies: Die Urmenschen haben sicherlich Unmengen von Waldfrüchten verzehrt und damit ja auch Fuchsbandwurmeier in Massen mitgeschluckt. Wie Du sagst, konnte dies ja nur deren Immunkräfte gegen körperliche Schäden und Krankheiten stärken. Doch widerspricht dem nicht die Tatsache, daß die Urmenschen auch schon krank waren? Ja, sogar von Karies befallene Zähne hat man bei ihnen gefunden! Wohlgermerkt, nicht bei Menschen, die schon mit Honig ihre Speisen süßten und Brot aßen - nein. Das stellte man an Skeletten von Menschen fest, die vor einer Million Jahre gelebt haben.«

Du weißt doch inzwischen, was von so manchen Wissenschaftlern zu halten ist und was sie sich so alles zurechtlegen. Die Nachricht »Ein gesundes Skelett aus der Zeit des Tertiär gefunden«, das ist doch kalter Kaffee.

**Einen Bericht an eine Zeitung zu verkaufen und seinen Forschernamen erwähnt zu sehen, das gelingt schon eher mit der Schlagzeile: »Unter Karies, Krebs, Rheuma usw. litten schon die Menschen vor der Zivilisation!« Das sagt so viel wie: Du kannst nicht vermeiden, krank zu werden. Wenn die Urmenschen schon darunter litten, dann muß man sich mit seinem Schicksal eben abfinden. Iß also beruhigt weiter alles, was Dir die Fabrikanten anbieten, damit die Wirtschaft sich weiter dreht, und nimm anschließend die Ärzte in Anspruch, damit auch die ihren Lebensstandard halten können. Wer in dem Sinne schreibt, der ist bei allen gut gelitten, der kriegt alle seine Artikel verkauft und wird dafür auch noch bestens bezahlt.**

Laß Dir nichts vormachen! Jeder versucht, von sich reden zu machen. Nur die Natur will keiner mehr sprechen lassen. So ein Skelett wird ja nicht gottbestimmungsgemäß wieder zu Staub, es verändert sich dabei auch. Mechanische Kräfte, Auswaschungen, chemische Einwirkungen, tierische und pflanzliche Angriffe verbinden sich in unbegrenzter Zahl an ihm. Sie rufen Veränderungen hervor, die jeden Paläontologen und Archäologen überfordern, das richtig zu deuten. Postmortale Veränderungen sind nicht von vormals eventuell krankhaften unterscheidbar - wenigstens nicht nach diesen langen Zeiträumen. Die »Karies« in den Zähnen der Urmenschen z.B. wird ganz einfach durch Erdschwämme erzeugt...0565Magazine, Illustrierte geben sich - außer vielleicht dem SPIEGEL und DIE ZEIT - kaum weiteren, eingehenden Recherchen hin, bevor sie den so gut beleumundeten, so seriös auftretenden Wissenschaftlern von Universitätsinstituten den so gut in die Zeit passenden Bericht abkaufen. Und selbst diese Redakteure lassen sich hereinlegen. (@Rz649ff und die vielen Beispiele im Literaturverzeichnis)

Genau so binden Dir manchmal die in Illustrierten schreibenden Tierbeobachter dicke Bären auf. Das sind alles Menschen. Du muß immer selbst denken. Da heißt es z.B. zu den Salztümpeln: Verwundete Tiere suchen sie auf, damit ihre Blessuren besser heilen. Das wird von allen Lesern ohne weiteres geschluckt, nicht wahr? Dabei brauchst Du nur an eine kleine Verletzung bei Dir selbst zu denken: wie schlecht die heilte, wenn Du in den Ferien im Meer gebadet hast... Na, hab´ ich Deinen gesunden Menschenverstand wieder ein wenig aufpäppeln können?

# 7. Kapitel. Lerne: Dir endlich selbst zu helfen

## 7.4 Wie? Dein Befinden bessert sich nicht trotz UrTherapie?

Obwohl Du vorher gefastet hast? Dich viel draußen aufhältst, die toten Zähne in irgendeinem Kästchen von Dir gesammelt wurden und auch das Quecksilber aus den Zähnen wieder ausgefräst ist? Obwohl Du allen Chemie- und Kunststoffdreck, alles Styropor, alle Spanplatten und die daraus gefertigten Möbel aus Deiner Wohnung entfernst und keine Kleider mehr trägst, die chemisch behandelt worden sind?<sup>9662/5/7, 9633/6, 9649, 9676</sup>

»Dann können daran nur noch Erdstrahlen schuld sein«, meinst Du. <sup>9916</sup>

Ja, ja, die böse Erde mit ihren bösen Bazillen und jetzt auch noch den bösen Erdstrahlen...<sup>8207</sup>

**Mensch und Tier sind zig Millionen Jahre Erdstrahlen ausgesetzt gewesen und gesund geblieben! Wenn es die Erdstrahlen überhaupt gibt, dann - so meine ich! - braucht der Mensch sie sogar! Wie sollen diese Strahlen, die so schwach sind, daß sie nicht mal nachweis- und meßbar sind, z.B. Betongeschoßdecken durchdringen?**

»Wenn sich unterirdisch aber zwei Wasseradern kreuzen, dann entstehen besonders gefährliche Strahlungen und - wenn ich es jetzt einmal auf die immer gesunden Affenmenschen beziehe: Die werden deshalb von Erdstrahlen nicht krank, weil sie jede Nacht an einem anderen Platz schlafen. Und daher deren Wirkungen nicht so beständig ausgesetzt sind, wie ein Mensch, dessen Bett stets an der gleichen Stelle steht.«

**In Gottes Namen, wechsle doch Deine Bettstelle, wenn es Dich selig macht!**

Das Argument, eine schwache Strahlung könne schädigen,<sup>9916</sup> wenn man ihr jahrelang ausgesetzt sei, ist ebenfalls nicht stichhaltig genug, wenn man in einem Haus wohnt, wo es Beton, Fundamente und Decken gibt, die keine Strahlen durchlassen. Ob Ärzte von Killerstrahlen gegen Krebs sprechen oder ob es Rutengänger sind, die von aus der Erde kommenden Killerstrahlen sprechen, beide wollen Dich von der Verantwortung für Deine Leiden oder Deine Schlaflosigkeit freisprechen. Und wollen bösen oder mysteriösen Mächten daran die Schuld geben, damit sie an Dir verdienen können. Beide - Mediziner und Naturärzte sind nicht ernst zu nehmen, das hast Du doch inzwischen klar sehen können. Nicht abstreiten will ich, daß einige besonders feinfühlig Menschen in der Lage sind, mittels Ruten unterirdische Wasserläufe zu ermitteln, aber das ist auch schon alles.

**Wenn es tatsächlich jemandem besser ging, der sein Bett wegen angeblicher Erdstrahlen**

**versetzte, dann lag das nicht an der von der Schöpfung für ihre Lebewesen vorgesehenen (noch nicht einmal meßbaren) Abstrahlung aus dem Erdinneren, sondern an den Elektroleitungen, in deren Nähe er schlief.**

Laß Dir erklären:

Du hast inzwischen gesehen, daß fast alles, was nicht aus der Urzeit des Menschen stammt, daß vieles, was die Zivilisation hervorgebracht hat, einen Haken hat. Und daß sich das meiste davon auf unsere Gesundheit und auf unser Wohlbefinden nachteilig auswirkt.<sup>9486, 9647</sup> Elektrizität macht da keine Ausnahme. Alle Lebewesen sind empfindlich gegen elektromagnetische Felder. Und diese werden nun mal durch Freileitungen, in Wänden liegende Kabel, in Steckdosen und Lichtschaltern und in jedem Elektrogerät erzeugt und abgestrahlt.<sup>9637/9, 9641</sup>

Vielleicht ist Dir bereits bekannt, daß Menschen, die in der Nähe von Hochspannungsleitungen leben, besonders unter Depressionen, Kopfschmerzen, Augenschäden, Schwindel, Bluthochdruck, Impotenz, Hautausschlägen, Herzflattern und Unwohlsein leiden. Schläft Dein Kind unruhig, hat es Angstträume, Lernschwierigkeiten, schreckt es nachts plötzlich auf, bleibt es ein Bettnässer? Dann ist es gut möglich, daß es in der Nähe eines Elektroboilers oder eines anderen Elektrogerätes schläft. Merke: Elektrosmog irritiert vor allem das Nervensystem!

Droht Deiner Partnerin eine Fehlgeburt? Die kann dadurch bedingt sein, daß sie mit einem Heizkissen oder einer Heizdecke schläft, oder sich fleißig zu den Ultraschalluntersuchungen auf den Arzttisch legt.

Hast Du mit Muskelverkrampfungen zu tun, mit Verdauungsstörungen, Drüsenschäden oder chronischer Müdigkeit?

Nein - das rührt nicht von Strahlen aus der Erde, das sind vielleicht die Abstrahlungen aus einem Nachtstromheizgerät oder dem Computer, den Du glaubst, benutzen zu müssen.<sup>9642, 9645</sup>

Bist Du übernervös, hast Du Kreislaufstörungen, ist Dein Herz nicht in Ordnung, kannst Du Dich schlecht konzentrieren, schmeckt es Dir nicht richtig, bist Du reizbar? Vielleicht schläfst Du zu nahe an einem Kühlschrankschrank oder an einer Kühltruhe. Oder neben einem Radio. Oder unter einer Bettlampe.<sup>9666ff</sup> Deshalb zieh aus allen Geräten stets - wenigstens nachts! - die Stecker raus. Denn die senden auch ausgeschaltet elektrische Wellen aus, wenn Du keinen Freischalter hast.

Es gilt die Faustregel: Je kurzwelliger die Strahlen, desto energiereicher sind sie. Dabei werden die Strahlen ab einer gewissen Wellenlänge für den Körper schädlich, weil sie die Moleküle und Atome im Gewebe elektrisch leitfähig machen (ionisieren) und die biochemischen Prozesse durcheinander bringen. Aber auch die langwelligen Strahlen, die nicht ionisierenden, sind nicht frei von Risiken. Denn elektrische Vorgänge spielen eine wichtige Rolle in lebenden Organismen. <sup>9861f</sup>



**Und wenn diese Vorgänge gestört werden, kann dies das Entstehen von Krankheiten begünstigen. (Die immense menschengemachte Strahlungsbelastung von den Sendemasten und dergleichen soll sogar Anteil am Baumsterben haben.) Alles Leben wird von Strahlung beeinflusst. Selbst von den Körperzellen werden UV-Strahlen und Photonen abgegeben. Und ich halte die Kraft einer guten Immunabwehr auch davon abhängig, wieviel kosmische Strahlung der Mensch täglich mitbekommt<sup>9861f</sup> (®Rz.896).**

Wer diese entbehrt, kann sich nicht so wohlfühlen wie ein Mensch, der sich viel im Freien aufhält.

Wie wir bis jetzt genau wissen, sind alle Pflanzen und Lebewesen auch vom magnetischen Erdfeld stärkstens beeinflusst. Und da das schon seit Jahrmilliarden so geschieht, muß es sein Gutes haben! Und wenn Du der Schöpfung keinen Sinn des Guten unterlegen willst, dann haben sich die Lebewesen inzwischen so sehr an die stets gleichen Abläufe angepaßt, daß es inzwischen nötig für sie ist, sich diesen auszusetzen.

Aber: Dieses Erdmagnetfeld kann durch ferromagnetisches Material in Deiner Wohnung oder in Deinem Haus derart verzerrt werden,<sup>9668ff</sup> daß Du Dir allein schon durch das Liegen auf einer eisernen Federkernmatratze Asthma, Kopfschmerzen, Schwindel, Hautreizungen oder Depressionen holen kannst. Noch bedenklicher ist die Strahlung aus so einem Handy.

**Also: Schlaf in Zukunft nur noch auf einer Naturmatratze und schmeiß alle Kunststoff- und Metallgegenstände (wirken als Antenne) aus Deiner Wohnung, da sich diese aufladen können.**

Wußtest Du, daß Kindermatratzen aus PVC ausgasen und Ursache für ein krankes Kind sein können? Also ebenfalls raus mit dem Kunststoff-Fußbodenbelag, den Du ja sowieso jeden Tag zu desinfizieren hast - wegen möglich eingeschleppter Fuchsbandwurmeier...

Und wenn Du keine Penunzen für Vollholzmöbel hast: Schlag Dir lieber aus Apfelsinenkisten vom Markt ein paar Schränke zusammen, als das Chemiegift der Industrie länger einzuatmen.

Wenn Du schon in einem Betonkasten wohnst, so bedenke:

Die äußere Bausubstanz hat dabei große Bedeutung, aber auch die Innenausstattung Deiner Wohnung. Da Du auf die Bausubstanz Deines Zuhauses meist keinen Einfluß hast, bleibt Dir nur, die Schaumstoffplatten an der Decke runterzureißen, die Kunststofftapeten oder Acrylfarben an den Wänden abzukratzen und den Polyester-Teppichboden schnellstens durch einen aus Naturmaterial oder Kork zu ersetzen, der nicht, wie alle Kunststoffteppiche mit dem Mottengift Permethrin getränkt ist, das Dir in ein paar Jahren zu Nervenschäden verhilft, während die Motten Jahrhunderte brauchen, um Deinen Teppich aufzufressen. Vermeide vor allem größere, glatte Flächen in Deiner Wohnung, die sich elektrostatisch aufladen und das Raumklima nachteilig verändern.<sup>1113</sup>

Statt Formaldehyd verwenden sie jetzt für die Spanplatten die noch giftigeren Isocyanate, die sich in krebsverdächtige Diamine umwandeln. Erkenne erneut: Nur Natürliches - an welchem Ort auch immer! - ist gut für Dich! (® Rz 980[7])

Heute enthalten so gut wie alle Baustoffe<sup>9640</sup> und Farben chemische Weichmacher, Härter, Kleber, Pestizide, Konservierungslösungen, die oft jahrzehntelang in die Räume ausgasen und Deine Gesundheit schleichend angreifen. Und das doppelt so stark wie früher; denn die Wärmedämmung ist üblich, und der Luftaustausch wird damit stark unterdrückt.<sup>9684</sup> Auch hier: Es ist wie bei neuen Medikamenten und Behandlungsmethoden der Mediziner: Überall gibt's einen Pferdefuß. Alles Künstliche ist schädlich. Die einzige Lösung: Reine Natur für Deinen Körper. Für Deine Wohnung: Vollholz. Ebenfalls für ein neues Haus: Nur aus unbehandeltem Holz, (Blockhaus <sup>9881</sup>), Lehm- oder Tonziegelsteinen. (®Rz980) Mein bester rat zum Bauen: Schlafräum unter der Dachschräge und dort unter einem offenen Schiebefenster sich der kosmischen Strahlung darbieten!

Wer weiß heute noch von dem alten Aber(?)glauben, daß ein neues Haus dem ersten Bewohner Krankheit und frühen Tod bringe? Deshalb bau rein biologisch. Naturmaterialien wie Holz<sup>9880</sup> und Naturfasern können aufgrund ihrer kapillaren Leitfähigkeit Schwankungen der Raumluftfeuchte ausgleichen, ja sogar Schadstoffe binden.

»Ich schlafe auf einer Naturkautschuk-Matratze, echt Latex!«

Auch von Naturwarenversandhändlern darfst Du Dich nicht einwickeln lassen. Mit der Testfrage »Ist das urzeitlich oder natürlich?« bist Du jedem Fachmann haushoch überlegen. Latex kann neben Hautjucken, Nesselsucht und anderen Hautentzündungen auch anaphylaktischen Schock auslösen. Merke Dir zu Deinen Anschaffungen: Alles, was länger als fünf Jahre halten soll, muß von höchster Qualität und schönster Natürlichkeit sein! Die Betten, Möbel, der Partner. Laß es Dich ruhig was kosten - es zahlt sich aus!

Es gibt in jedem Haushalt Möglichkeiten, Naturmaterialien gesundheitsfördernd zu verwenden, sei es in Form von Holzmöbeln, Holzfußböden, Wand- und Deckenverkleidungen (mit offenporiger Oberfläche), Teppichböden aus Schurwolle, Sisal, Kokos oder natürlichen Vorhangstoffen.

Kauf Dir vor allem die besten Vollholz-Bio-Möbel, die es gibt. <sup>980[7], 9677, 9883</sup> Wirf allen furnierten Plunder raus. Laß Dich nicht in Deiner eigenen Wohnung vergiften!

Und sieh zu, daß unter, neben oder über Deinem Schlafplatz keine Installationsrohre und Elektroleitungen verlaufen.<sup>9682</sup> Dem Elektrostreß kannst Du weitgehend entgehen, wenn Du einen Bio-Freischalter in Deine Wohnung einfügst.<sup>9880, 9661</sup> Dieser Schalter bewirkt, daß kein laufender Strom mehr in den Dich umgebenden Leitungen fließt, wenn kein Elektrogerät eingeschaltet ist. Ich besitze ihn selbst auch - Du gewinnst ein ganz anderes Lebensgefühl, besonders, wenn Du dann noch in einem biologisch gebauten Holz-, Ziegel- oder Lehmhaus wohnst.<sup>9881</sup> In Betonklötzen zu leben, das deprimiert mit der Zeit, Du fühlst Dich einfach nicht wohl darin und wirst anfällig für Krankheiten.<sup>9646</sup>

Nur nichts wie raus aus den Lärmkloaken der Stadt!

Aber mit so einem Blockhaus hat das auch seine Tücken. Meines ist wegen der Bauauflagen nicht sehr groß. Aber immerhin ist es die teuerste Bauweise überhaupt, und ich bin immer ein bißchen stolz auf seine Urigkeit. Es ist ja auch ganz herrlich, im harzigen Duft der Blockbohlen zu wohnen. Die ich allerdings mit dunkler Erdfarbe von außen gestrichen habe.

Als es meine philippinische Frau - frisch vom Flugplatz - zum ersten Mal von weitem wahrnahm, sah sie das allerdings mit etwas anderen Augen:

»Oh, you didn't write me any words about a pigsty on your property...« (Oh, Du hast mir nie etwas darüber geschrieben, daß sich auch ein Schweinestall auf Deinem Grundstück befindet!)

Doch der schlimmere Schock stand ihr ja noch bevor, als es ans Essen ging. Da war sie nun nach Deutschland gekommen, um auch mal »was Gutes« zu essen und dann gab's bei mir nur Unkraut und Obst. Erst nach Jahren hat sie mir gestanden, daß sie nachts manchmal heimlich darüber geweint hat. Doch am Tag gilt für die auf dem Land in den alten Traditionen erzogenen Mädchen: immer nur lächeln. Erst als sie dann ihre vielen Krankheiten verlor, und die schlimmen Schmerzen bei der Menstruation schlagartig aufhörten, da zog die Einsicht im Verstand nach.<sup>6039</sup> Heute, völlig gesund, ißt sie tagsüber mit mir Urkost, macht sich abends aber schon mal etwas Reis mit Gemüse oder Pilzen. Vergiß es nie:

### **Kauf nichts, wo Chemie drin ist!**

In Bophal entwich nur ein kleines Gaswölkchen aus der amerikanischen Chemifabrik Union Carbide: 7.000 Menschen erblindeten, 20.000 starben und weitere sterben heute noch daran - hast Du's schon vergessen?

Selbst Kleider machen Leute krank: Leinen, Baumwolle und Seide werden mit chemischen Zusätzen besprüht, bevor sie als Hosen, Röcke und Hemden im Geschäft verkauft werden.

<sup>9631/4/6</sup> 8.000 verschiedene Giftstoffe stellt die chemische Industrie dafür inzwischen her!

Gefährlich ist alles, was gebleicht, bügelfrei und mit Weichmachern behandelt ist.<sup>9665</sup>

Vermeide: 1 Billigprodukte zum Beispiel aus Argentinien, Marokko und Korea. Sie sind häufig mit gefährlichsten Chemikalien belastet.

1 Wasche jedes neue Kleidungsstück zweimal, bevor Du es anziehst! So gelangen Chemikalien nicht auf die Haut. Als Mann trage möglichst keine Unterhosen. Dafür lange Hemden, die Dein Gemächt bedecken. Und wenn, dann nicht nur Deiner Potenz zuliebe. Du glaubst nicht wie wohl Du Dich dabei fühlst - vorausgesetzt Du gehst in reiner Wolle bzw. Baumwolle.

1 Vermeide jegliche chemische Reinigung. Vermeide alle Arten von Rohstoff- und Energieverschwendung. Kauf Dir nicht ständig, wegen Modewechsels, neue, mit Chemie vollgestopfte Kleidung, sondern bevorzuge lieber alte, gewaschene Sachen, sofern Dein Beruf nichts anderes verlangt. Äußere Werte belasten nur, Dein Glück und Dein Erfolg hängen davon nicht ab. Ziehe Ungefärbte oder ganz leichte Naturfarben vor. In jeder alternativen

Zeitung findest Du genügend Angebote von Firmen die sie herstellen.

! Bügele neue Kleidungsstücke immer bei offenem Fenster!

! Kaufe Kindern keine Kunststoff-Puppen! Und wenn sie noch so schön sind! Nach einer Greenpeace-Untersuchung sind sie voller Formaldehyd, Blei , Cadmium und Vinylchlorid - oder willst Du Dein Kind vergiften? Kauf ihm nur noch Baum- und Wollkleidung aus einem Second-hand-Shop.

Begreife: Dein Körper muß Dir das Wichtigste sein - nicht Deine Bekleidung. Die ältesten Klamotten sind, weil schon oft gewaschen, am wenigsten giftig. Mit jedem neuen Stück, das Du Dir kaufst, verschwendest Du Energie, treibst Du Erdzerstörung weiter und vernichtest mehr Zukunft unserer Kinder. Dein Körper soll Dir ein langes Leben dienen und es sichern. Du tust also gut daran, ihn - nein, nicht zu »pflegen« - sondern zu kräftigen, ihn beweglich und innerlich sauber zu halten. Statt von Geschäft zu Geschäft Dir schmerzende Beine zu erlaufen, um wieder »was Neues« zum Anziehen in den Kleiderschrank hängen, um dafür »was Altes« sinnlos fortwerfen zu können, nutzt Du besser die Zeit mit einem Parklauf oder einem Gang in ein Fitneßstudio.



Gesundheitsgesetz der Natur:

**Die Natur hält nichts Schlechtes für ihre Lebewesen bereit.**

**Deshalb: Hinaus mit Dir - auch als Schwerkranker - in die freie Natur mit ihrer für alles Leben auf der Erde so wichtigen Strahlung aus dem Kosmos.**

**Und das so oft und so viel Du kannst. Wohnungen und Häuser halten Dich krank und lebensschwach.**

Merke: Formaldehyd-Dämpfe aus Möbeln und Kunststoffen sind in fast allen Wohnungen vorhanden, aber leider für die Nase kaum wahrnehmbar.

**Der beste Dauerluftreiniger ist das Farnkraut. Eine Topfpflanze pro 20 Quadratmeter brauchst Du. Stelle sie vor allem im Schlafzimmer auf. (Mitteilungen der Nasa-Forschung.) Beim nächsten Waldspaziergang nimmst Du ein kleines Schüffelchen und eine feuchte Zeitung mit und gräbst vorsichtig ein kleines Pflänzlein aus, dort wo viele stehen, aber nimm keines einer geschützten Art. (Die Merkmale des nicht geschützten Adlerfarns findest Du unter LV 9735)**

---

# 7. Kapitel. Lerne: Dir endlich selbst zu helfen

## 7.5 Später zurück zur Zivilisationskost?

»Kann ich wenigstens später wieder Schlechtkost essen?«<sup>6004, 6132</sup>

Wenn Du diesen Satz Dir noch mal bewußt werdend wiederholst, dann kannst Du Dir die Antwort eigentlich schon selbst geben.

Nach meinen Erfahrungen mit Tausenden von Kranken kann ich Dir nur abraten. Du willst doch schließlich nicht nur für kurze Zeit, sondern für immer gesundbleiben. Aber Du kannst ja mal das Experiment machen. Und wirst dabei feststellen, wie Deine alten Krankheiten zurückkommen...

Nein - in den alten Trott zurück, das geht nicht mehr. Aber:

Du hast unter der UrzeitTherapie ja das Gefühl des unendlichen Wohlbefindens kennengelernt: Wenn Du Dich dann wenigstens zu einer gemäßigten UrKost entschließt (d.h. etwa Stufe drei bis vier ® Rz.770), dann würde ich es an Deiner Stelle so lange genießen, bis Du dieses wunderbare Urgefühl des Sich-toll-Fühlens wieder einbüßt. Vielleicht bist Du die regelbestätigende Ausnahme, und Du fühlst Dich auch mit der Halb-UrKost immer noch top. Wenn nicht, solltest Du schnell kehrt machen und wieder volle UrKost praktizieren. Denn der Verlust des urigen Wohlfühlens bedeutet nach meiner Erfahrung: Der Ausbruch alter oder neuer Krankheit steht Dir kurz bevor.

**Aber: Alle die an einer schweren, lebensbedrohenden Krankheit gelitten und sich mit der UrzeitTherapie gesund gemacht haben, können nicht mehr zurück, wenn ihnen ihr Leben lieb ist. Jeder kleinste Verstoß gegen die eisernen Gesundheitsgesetze dieses Buches kommt sie teuer zu stehen. Ich weiß dies aus Erfahrung mit den vielen Leidenden, die an den Krankheiten Krebs, Multiple Sklerose, Morbus Crohn, Asthma, chronische Polyarthrititis und Arthrose gelitten haben. (®Rz.974/1-56)**

Besser ist es natürlich, Du experimentierst erst gar nicht.

Denke schließlich daran, daß Du älter wirst und daß sich die Zivilisationsköstler dann fast alle mit den schlimmsten Krankheiten (z.B. Kreislauf, Diabetes, Arterienverkalkung, Prostata- und Frauenleiden) herumzuschlagen haben. Zeig den Frauen, die Männer ab 50 als Wracks bezeichnen, die man vergessen kann, daß Du als UrMethodiker nicht dazuzurechnen bist.

Und laß Dich als älter werdende Frau von Deinen männlichen Freunden und Bekannten (Frauen bringen das nicht fertig) - dank Deines blühenden Aussehens durch weitere Befolgung

der Gesundheitsgesetze - ständig bewundern, beneiden und beglückwünschen: »Ach, Gerda! Du siehst von Tag zu Tag jünger aus! Wie machst Du das nur!«<sup>9962</sup>

Siehst Du, so wird Dir das Älterwerden zur Freude. Während es für die anderen schlimm wird. Und mit am schlimmsten, daß sie dann auch noch auf ihre Kinder hören sollen...<sup>9962</sup>

**Du willst als Mann mit 60 doch nicht diese schreckliche Plackerei mit der Prostata bekommen, oder? 70% aller Männer über 60 haben bereits diesen Krebs. Oder als Frau den Brustkrebs. Und Du willst wohl auch nicht plötzlich in den besten Jahren tot umfallen! Und Du willst doch ebenfalls noch mit 70 oder 80 Jahren Skilaufen und wandern können, an Reisen Freude haben! Du hast schließlich Dein ganzes Leben arbeiten müssen. Wofür - wenn Du als Rentner von Demenz, Alzheimer und Siechtum geplagt wirst? Dann ist alle Lebensfreude dahin - selbst die leckerste Zivilisationskost schmeckt Dir bei schwerer Krankheit nicht mehr.<sup>1004, 9694, 9697, 9875</sup> Als Kranker wirst Du unleidlich. Jedes im Wege liegende Blättchen stört Dich!**

Bedenke: Jeder Wechsel zurück zur Zivilisationskost macht es Deiner Willenskraft doppelt schwer, die UrKost weiter anzunehmen und deren Eigen-geschmack zu schätzen, an den Du Dich jetzt schon gewöhnt hast.

Schließlich muß Du auch bedenken, daß die Gewißheit, nun Dein Leben endlich richtig und schöpfungskonform zu führen, immer tiefer in Dein Unterbewußtsein dringt. Das führt dann zu kaum erklärbaren und überraschenden Reaktionen, wie mir viele Leser mitteilen:

Leser Korte: »Habe mich gestern nach langer Zeit zu einem warmen Essen verführen lassen - zwei Stunden später bekam ich Magenschmerzen, die ich vorher nie gekannt hatte...«

Leserin Schütz: »...habe ich seit einiger Zeit wieder etwas Zukost zur rohen Nahrung gegessen - jetzt habe ich meine längst verloren geglaubten Asthmaanfälle wieder bekommen.« -

Leser Gerstner läßt mich wissen: »...habe ich vorige Woche mal ganz bewußt (und mit viel Lust) einen dicken Hamburger bei McDonalds gegen Abend verzehrt. Doch der hat die ganze Nacht mit mir gesprochen und mir keine Ruhe gelassen.«

Leserin Schultheß schreibt: »Zu Ostern gestanden wir Helmut zwei Scheibchen Ei zu. Am nächsten Morgen war der kleine Kerl wieder mit seinem Ekzem behaftet.«

Seminarteilnehmer Sven sagte: »Als ich mal wieder schwach geworden und Chinesisch-Essen gegangen war, habe ich nach einem ekeligen Völlegefühl rückblickend gedacht: Verdammt noch mal, das hättest Du eigentlich gar nicht nötig gehabt...«

**Warum willst Du überhaupt zurück zu diesem Essen, wo Du doch so viele andere Vorteile der UrKost kennenlerntest: Unabhängigkeit von Essenszeiten, kein mühevoll Zubereiten und Kochen, Mithilfe am Erhalt der Erde, finanzielle Besserstellung, Liebesgewinn, gesteigertes Aktivsein, hinzugewonnene Attraktivität, sich wohl und leicht**

## **fühlen und, und, und.**

Nun ja, wir alle können nicht immer nein sagen, wenn vor uns die früheren Köstlichkeiten aufgefahren werden. Wer da schon mal zugreift, den trifft es meist auch nicht so schlimm, falls er wenig anfällig für Krankheiten ist. Wer aber z.B. etwas mit Rheuma, Magen oder Darm zu tun hat, bei dem meldet sich der Körper von selbst immer schnell mit Schmerzen oder Unwohlsein.

Sagt mir meine Nachbarin: »Sobald meine drei Knubbel an den Handgelenken wieder dicker werden, weiß ich, daß ich mal wieder meiner Lust auf Brötchen mit Butter zu sehr nachgegeben habe...« Nicht Deinen Gelüsten nachgeben solltest Du vor allem bei Arthrose. Bei arthritischen Leiden ist die Zerstörung der Gelenke nämlich später kaum noch rückgängig zu machen.

»Aber ich will doch gar nicht zu dieser teuflisch gut schmeckenden Kost zurück, wo ich doch jetzt weiß, wie die mir schadet bzw. mal schaden wird. Ich werde wie von selbst immer wieder zu ihr zurückgezogen«, sagst Du.

Ja, Du hast recht. Es ist die vorkindliche Prägung auf die Schlechtkost, die hier immer wieder durchbricht. (*©Rz.965, Moeller erklärt das in seinem Buch ausgezeichnet. Er stellt dar, daß es wegen unserer langen Abhängigkeit von ihr keine intensivere Macht als die der Mutter gebe, die uns das schlechte Essen mit besten Absichten einschiebe. So sei die Ernährung stets auch eine Tröstung, auf die wir nun verzichten müßten.*)

Ich mache Dir nun mal nichts vor wie die Ärzte. Die - geben sie wirklich mal eine ihrer lächerlichen Diätvorschriften - ihre Patienten damit trösten, daß sie ja bald wieder zu ihrem geliebten Steak zurückkehren könnten. Selbst so ein ehrlicher Arzt wie Julius Hackethal kneift da. Als Grund dafür, daß er seinen Kranken auch weiterhin die Genußgifte und die Mangelkost bietet, führt er an, jeder habe ein Recht auf Lebensfreude.

Nun, auf die Lebensfreude werden wir in Kapitel 9 noch zu sprechen kommen. Ich will Dir aufgrund meiner Erfahrung aber klar sagen: Sehr viele, denen es wieder gut geht, möchten neben der wiedergewonnenen Gesundheit bald auch wieder ein Zipfelchen der Kulturkost zurückhaben. Ich vermag da ganz genau eine Parallele zu den Alkoholikern zu ziehen. Auch die machen meist den Entzug, weil ihnen im Hinterkopf der Gedanke herumspukt, daß sie, nachdem sie trocken sind, bald darauf wieder »kontrolliert« trinken können. Was dann ja fast immer schief geht...

Frage Dich einfach immer:



**Wie wäre es, wenn ich vor einer Million Jahren gelebt hätte? Was hätte ich dann tun können? Was dann getan, wenn es kein Salz und Zucker für mich gegeben hätte? Und keine Flaschen, gefüllt mit Alkohol...**

Ich meine: Sieh Dich doch einmal um. Wo sind die Verhaltensweisen der Lebewesen zueinander und deren Umwelt noch in guter Ordnung? Dort, wo wir Menschen uns seßhaft gemacht

haben, oder bei den Primaten im Regenwald?

Für Kranke bedeutet die Rückkehr zur ungesunden Lebensweise schlimmere Leiden als vorher. Für dicke Menschen bedeutet es ein noch heftigeres Auffüllen der Fettdepots.

Je älter Du wirst, desto eher kann Dir das passieren:

**Damit hast Du am meisten zu kämpfen: Dein Verstand sagt Dir, daß es keinen anderen Weg gibt, sich von Krankheiten dauerhaft zu befreien und vorzeitigen Tod zu vermeiden, als nah den Grundsätzen der UrTherapie zu leben. Die Süchte in Dir sagen: Lächerlich. Suche nach einem Kompromiß, damit Du uns weiter genießen kannst. Der Verstand antwortet: Entweder - oder. Du kannst nicht beides haben. Schließlich gibt der Verstand klein bei. Das alte Leid mit Deinen Krankheiten beginnt von vorne.**

*»Die Nahrung soll euer Heilmittel,*

*die Heilmittel sollen eure Nahrung sein.« (Hippokrates)*

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) (Important note!) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/7/5.html> - **Update: 13.01.2000 16:08**



# 7. Kapitel. Lerne: Dir endlich selbst zu helfen

## 7.6 Hilfe, ich bin freßsüchtig und werde von der UrKost nicht satt!

»Bis jetzt eß ich ja noch alles roh. Aber ich muß Dir sagen, so gegen Nachmittag bricht plötzlich etwas in mir auf, und ich fange an, wie wild Unmengen von Obst oder Gemüse zu essen. Das passiert mir auch oft vor dem Schlafengehen. Ich esse so viel, daß ich meine, mir platzt der Bauch. Und dann renne ich natürlich die ganze Nacht zum Wasserlassen auf die Toilette. Ich denke auch immer wieder, ich müßte Disziplin wahren, mich zusammennehmen - aber so fest ich mir das auch vornehme: Wenn die Freßsucht in mir aufbricht, dann muß ich einfach Unmengen in mich reinstopfen.«

Wisse zuerst mal, daß es sich dabei nicht um die krankhafte Bulimie handelt, die durch UrKost endlich auch ausgemerzt werden kann. In den Freßattacken der darunter leidenden Mädchen wollen die Psychologen Ersatzbefriedigung für psychosoziale Defizite, mangelnde Kontakte und Beziehungen erkennen. Mag schon sein. Ich meine: Die Mädchen besitzen daneben auch ein ausgeprägtes ästhetisches Empfinden. Die wollen den Genuß des schönen Essens, aber nicht dessen Folgen: dick und damit unattraktiv, ungeliebt und im stillen verachtet werden. Ihr Pech, daß sie aber damit übertreiben (müssen) und diesmal wegen ihrer Hippigkeit wieder einsam bleiben.

Mit UrKost könnten sie so viel essen, wie sie wollen - ohne dick oder zu dünn zu werden.

**Du tust recht daran zu essen, bis Dich kein Hunger mehr plagt. Wie Du weißt, habe ich Dir bereits am Anfang gesagt, daß Du Dich bei der UrzeitTherapie stets sattessen und so viel von der UrKost zu Dir nehmen kannst, wie Du willst. Dein Körper zeigt Dir doch an, daß er noch etwas nötig hat, wenn er nach Essen verlangt. Hunger ist ein natürliches Verlangen und will gestillt werden. Und - wenn der Hunger *natürlich* ist, muß er auch *natürlich* befriedigt werden.**

Früchte sind natürliche Nahrung, klar, aber Gemüse nicht! Auch wenn es roh und biologisch gezogen ist. Wenn Du also an diesem Heißhunger leidest, dann mußst Du ganz einfach Urpflanzen (oder im Winter Gras) nehmen! Darin ist das sättigende Eiweiß in genügender Menge enthalten.

Wie Du am besten auf einen (volumenmäßigen) Grünanteil von 20% Deiner Kost kommst, hab´ ich Dir unter Rz.774 und 791 erklärt. Tüchtige Bewegung hält nachweislich die Freßsucht klein, weil so Dein Körper die Nahrung viel besser ausnutzt. Doch wenn Du erst mal richtig an die UrKost gewöhnt bist, wirst Du Dich wundern, wie wenig Du ißt - und Dich trotzdem völlig

satt fühlst!

Und warum ißt Du nach dem Erdfasten und dem Übergang zur UrKost so viel weniger - obwohl letztere ja nur ein Bruchteil der Kalorien besitzt, die Du zuvor gefuttert hast? Weil Du Deine Därme, die ja mit ihren Zotten die aufgespaltenen Nährwerte in Blut und Gewebe überleiten, durch das Erdfasten von allem Dreck freigemacht hast. Nun können die wenigen, aber um so lebensstoffreicheren Stoffe leicht die Darmscheiden durchdringen und ihre Energien in den Körper leiten.

Sollte trotzdem in Dir noch immer der Hunger hochsteigen, dann versuch's mal damit: Schluck einen kleinen Klumpen Erde und lege dann den Daumen unter die Nasenspitze, den Zeigefinger drüber. Und nun drück zu und zähle bis 20. Dann soll der Nerv blockiert sein, der Deinem Gehirn das Eßverlangen meldet. Bei vielen klappt das. Bei Dir auch? Dann schreib es mir! In der Nächstaufgabe kann ich zum Wohl der anderen Leser dann noch genauer darüber berichten.

Andererseits: Keiner wird so leicht freßsüchtig, wenn er vor dem Übergang zur UrzeitKost genügend lang erdgefastet hat. Warum? Die vorher genossene Zivilisationskost war weich und forderte die Muskulatur des Magens und des Darms nicht genügend. So konnte sie schlaff werden.

Die gutbürgerliche Kost verleitet nun mal dazu, zuviel davon in sich hinein zu stopfen. So werden Magen und Darm zu stark geweitet. Wie mir die Pathologen sagen, ist so bei vielen die normale Darmweite von fünf bis acht cm auf unglaubliche 30 cm ausgedehnt. Kein Wunder, daß sich ein Leeregefühl meldet, wenn der Magen dann mit der UrKost plötzlich viel weniger bekommt - weil man sich mit Früchten nicht so vollschlagen kann. Zudem ist UrKost viel leichter verdaulich und wird schneller aus dem Magen transportiert. Das Fasten gibt Magen und Darm jedoch Gelegenheit, wieder auf ein rechtes, natürliches Maß zu schrumpfen. Und die harte UrzeitNahrung trainiert später die Muskulatur und Peristaltik. Doch es dauert einige Zeit, bis sich alles gekräftigt hat.

Dein Heißhunger unter der ersten Zeit der UrTherapie bedeutet nichts anderes als Sucht nach der alten Suchtkost: Dieses Gefühl hat nichts mit dem Hungertrieb zu tun, der von einem leeren Magen herrührt. Nein - dieser Heißhunger kommt aus allen Ecken und Enden Deines Körpers und dringt in Deine Geschmacksnerven im Mund und bohrt sich da und im entsprechenden Gehirnabschnitt fest.

Wenn Du glaubst, freßsüchtig zu sein, halt den Magen in Arbeit. Du überfrißt Dich meist nur dann, wenn Du Dich an den gewöhnlichen unsinnigen Drei-Mahlzeiten-Rhythmus hältst. Iß besser alle Stunde etwas und immer dann, wenn Du hungrig bist. So bekommst Du nur kleinere Portionen in den Leib, und die Verdauungsorgane normalisieren sich schnell. Das ständige Futtern tagsüber ist den Friedsäugetieren gemäß, oder soll man sogar sagen angeboren? Die Raubtiere dagegen essen vielleicht einmal in der Woche und schlafen und dösen danach oft tagelang.

Die Affenmenschen z.B. siehst Du den ganzen Tag futtern. Daran solltest Du Dich auch halten. Denn sonst deckt die für uns Menschen richtige, aber kalorienarme UrKost nicht den Energiebedarf. Zugleich überstehst Du die Suchtgefühle nach der lustvollen Sirenenkochkost viel leichter.

»Also, allmählich nervst Du mich aber mit dem beständigen Vorhalten der äffischen Gesellschaft. Ich finde das ja fast beschämend... Zudem: Weißt Du, daß Du damit den biblischen Schöpfungsbericht nicht ernst nimmst?!«

Warum die UrzeitTherapie so hartnäckig die Affenmenschen zu Rate zieht, wenn es um wesentliche Fragen der Ernährung, der Lebensführung und der Zukunft der Menschen geht, das will ich Dir sagen:

**Wir Lebewesen Menschen können nicht von Menschen, sondern nur von den uns überlegenen, weil besser die Erde für ihre Nachkommen erhaltenden Lebewesen, den Tieren, lernen.**

Wenn Du als eventuell überzeugter Bibelanhänger nicht die Abstammung des Menschen und des Affenmenschen von einem gemeinsamen Stammvater akzeptierst - gut!

Glaube doch einfach an die Natur als eine Schöpfung Gottes. Und iß dann nur das, was aus der Hand Gottes stammt. Und das ist genau das, was Dir die Natur anbietet. Und iß nichts, was aus der Hand wenig gottesfürchtiger Menschen stammt. Dann mußt Du Dir die ja ebenfalls von Gott geschaffenen Affen gar nicht zum Vorbild nehmen und gelangst doch zum gleichen Ergebnis wie ich:

### Gesundheitsgesetz

**Allein das Natürliche ist für den Menschen gut. Allein das Natürliche führt ihn auf den richtigen Weg seines Denkens und Handelns.**

Wenn Du an den biblischen Gott glaubst, dann mußt Du aber auch sein Gebot »Du sollst nicht töten« ernstnehmen - das sich auf *alle* Lebewesen - und nicht nur auf das Töten von Menschenhand bezieht. Und mußt Dir sagen, daß es Gotteslästerung bedeutet, wenn Du Dir anmaßt, etwas Besseres schaffen zu können als die von ihm für Dich geschaffene göttliche UrNahrung. Sagen müßtest Du Dir auch, daß Du gegen das Gebot Gottes - ihn zu achten und zu ehren und seinen Namen zu preisen - verstößt, wenn Du die von ihm Dir zugedachte Nahrung<sup>0644, 7010, 9828</sup> täglich aufs neue zerkochst, mit den Giften Salz und Zucker mischst, durch Zusätze verfälschst und damit Deinen Körper in einen übelriechenden, von innen verfaulenden, unästhetischen und monströsen Muschelsack verwandelst. Oder steht Dir Gott derartig mies vor Augen, der Du Dich als Christ ja als sein Ebenbild ansiehst...?

Was ihnen als harte Wahrheiten nicht in den Kram paßt, das unterschlagen Dir auch die Kirchen. Das steht nicht im Katechismus für die Kinder, das hütet sich auch der bibelbelesendste Pfarrer Dir zu predigen:

Sehet da, ich habe euch gegeben allerlei Kraut, das sich besamt auf der ganzen Erde und allerlei fruchtbare Bäume, die sich besamen, zu eurer Speise. - 1. Mose 1,29 -

... und sollst das Kraut auf dem Felde essen. - 1. Mose 3,18 -

... und Jesus sprach weiter: Gott gebot euren Vorvätern: Du sollst nicht töten. Doch ihre Herzen waren hart und sie töteten...

Ich aber sage euch: Tötet weder Menschen noch Tiere, ja, nicht einmal die Nahrung, die ihr in euren Mund führt.

Denn eßt ihr lebendige Nahrung, so wird sie euch beleben; doch tötet ihr eure Nahrung, so wird die tote Nahrung auch euch töten...

Eßt daher nichts, was durch Feuer, Frost oder Wasser zerstört wurde.

Denn erhitzte, erstarrte und faule Nährstoffe werden auch euren Leib erhitzen und zu Erstarrung und Fäulnis bringen.<sup>6301, 6312/7, 6327ff</sup>

Und das ist schon eher eine Vergeltungsdrohung denn eine Warnung:

Wer vor dem Schöpfer sündigt, der falle einem Arzt in die Hände. (Jesus Sirach 38:15 Übers. von Riessler/Storr)

**Die grenzenlose Überschätzung des Menschen, die sich uns neben den wunderbaren und besinnlichen Worten wie etwa der Bergpredigt leider auch in der Bibel offenbart, führt zu einem ungerechtfertigten Herabsehen auf die Tiere, von denen man wohl sagen darf, sieht man auf den Zustand der von uns untertan gemachten Erde, daß sie die besseren und wertvolleren Geschöpfe Gottes sind, und daß wir Menschen allen Grund haben, auf jegliche Überheblichkeit zu verzichten.**

**Im Gegensatz zum, die Tiere nicht nur achtenden, sondern sie sogar verehrenden, Buddhismus besitzt das zwar Liebe predigende, aber Andersgläubige abwertende und verfolgende Christentum nicht einmal Mitleid mit unseren jährlich milliardenfach geschundenen und gefolterten Tierbrüdern. Glaubst Du, Gott hätte diese Verbrechen gewollt, als er diese herrlichen unschuldigen Geschöpfe schuf, welche die Menschen an ihnen begehen? Was ist das für ein Christengott, der seinen hartherzigen Stellvertretern auf Erden nicht ein einziges Wort zu sagen aufgibt, Tiermord und Tierfolter einzustellen, ja das sogar billig! Und was ist das für ein gefühlloser alter Mann, der Geschiedenen das Einanderlieben mit Sündhaftmachung verleidet. Und was ist das für ein starrköpfiger Gottstellvertreter, der nur aus Machterhalt der übervölkerten Dritten Welt das ständige Kinderkriegen aufbürdet und sie damit dem Hungertod ausliefert. (40.000 Kinder sterben dort täglich - wegen Unterernährung.) Wie willst du seelisch gesund werden, bleiben und Dich gut fühlen, als Mitglied in einer solch unbarmherzigen, nur sich und**

**ihrem Prunk dienenden Organisation? Da bist Du als religiöser und hoffentlich tierliebender Mensch doch besser im buddhistischen Glauben aufgehoben. Da kriegt Dein Leben wenigstens einen Sinn - und nicht Dein Tod.**

**Die unsere eigene Arroganz stärkende, biologisch und zoologisch völlig unbegründete Unterscheidung zwischen Mensch und Tier führt auch zu der Fehldeutung, wir wären Ausnahmegeschöpfe und dürften uns anmaßen und erlauben, unsere Nahrung nach unserem eigenen Gutdünken zusammenzustellen.**

**Und wir vermöchten nach unserem seit Kindheit fehlgeleiteten und verdorbenen Geschmacksempfinden zu wählen, was wir alles essen dürfen. Damit es sich Dir für immer im Gehirn festsetzt:**

**Die Nahrung des Menschen ist ihm genauestens vorbestimmt. Von Gott, von der Natur, von der Evolution - gleich wie wir die höhere Macht über uns bezeichnen. Und das sind: Früchte, Beeren, Wildpflanzen, Blätter, Wurzeln, Sprossen im rohen, lebensfrischen Zustand. Nicht einmal die Anteile an den einzelnen Nahrungsarten sind beliebig von uns wählbar!**

Zufrieden, lieber Leser? Nein, sicherlich nicht. Denn diese einzig mögliche, einzig richtige Folgerung paßt Dir ja nicht, schmeckt Dir ja nicht! Denn wer glaubt schon gern an das, was ihm zuwider ist oder was er sich nicht wünscht! Zuwider ist den meisten Menschen auch der Gedanke, daß nach ihrem Erdendasein alles mit ihnen zu Ende ist. Deshalb machen sich die Menschen auch so gern ein Weiterleben nach dem Tod in einem wunderschönen Himmel oder ein Rebirthing in einem interessanten anderen Lebewesen und die Existenz einer Seele vor.

»Du hältst die Natur also immer für das Beste, was dem Menschen passieren kann. Weißt Du denn nicht, daß 200 Millionen Menschen (im Nahen Osten und in Afrika) unter der Wurmseuche Bilharziose leiden, weil die Saugwürmer die Immunabwehr überlisten? Ich sehe da keinen Zusammenhang mit einer etwa unnatürlichen Lebensweise der Menschen dort. Wenn die Natur doch sonst nicht schadet: Wie erklärst Du Dir denn, daß Würmer in den Körper dieser Menschen eindringen?«

Du willst mit anderen Worten sagen, Natur kann also doch dem Menschen Böses zufügen?

Wer in Afrika in Bäche und Flüsse tritt, dem bohren sich winzig kleine Würmer in die Haut, dringen in alle Körperteile ein und verursachen schlimme Schäden.<sup>9759</sup> Du solltest an allem zweifeln, was von Menschen kommt - aber nicht an dem, was die Natur in Milliarden von Jahren in höchster Vollendung und Zweckhaftigkeit für alle Lebewesen der Erde geschaffen hat. Unter der Voraussetzung, daß in diesen Gleichklang niemand Mißtöne hineinbringt.

**Dann nämlich bedeutet Natur ein harmonisches Zusammenspiel aller, darauf ausgerichtet, das Leben auf unserem Planeten gesund zu erhalten - es weitertragen zu lassen von allen Lebewesen, die, wie von der Schöpfung gewollt, der Natur gemäß leben.**

Die Saugwürmer der Gattung Schistosoma können nur durch eine aufgeweichte Fußsohlenhaut in den menschlichen Körper eindringen und sich bei schwacher Immunabwehr bis in die Gewebe und Organe - vor allem in Leber und Blase - weiterarbeiten. Sie können sich nur über die Schnecken als Zwischenwirte verbreiten. Letztere finden in den Bach- und Flußläufen sowie den bewässerten Reisfeldern eine Lebensgrundlage, weil diese von Fäkalien und anderen Abfällen verunreinigt sind.

Die Natur hat den Menschen nicht wie die Huftiere mit den für Würmer undurchdringbaren Hornschichten an den Füßen oder mit den zähen Knorpelhäuten der Enten ausgestattet, die damit auf ein längeres Verweilen in fußhohem Wasser eingerichtet sind. Wenn der Mensch mit nackten Füßen auf der natürlich belassenen Erde bleibt, können ihm selbst bei Regen keine Trematoden in die Haut eindringen. Dort, wo er hingehört, nämlich mit beiden Beinen fest auf die Erde, gibt es zwar auch Würmchen en masse, aber keine einzige Art, die es wagen würde, seiner Herrlichkeit, dem Menschen, unter die Haut zu fahren.

Erkenne: Wenn wir Menschen die Erde mehr in ihrem Naturzustand lassen und nicht ihre Fäkalien in die Flüsse und künstlich angelegten Reisfelder geben würden, in welchen die Zwischenwirte der Würmer - die Schnecken - sich deshalb so stark verbreiten können, ersparten wir uns diese und ähnliche Probleme.

Die Affenmenschen jedenfalls ersparen sie sich: auf einfachste (und deshalb auch auf klügste) Weise... Indem sie nicht im Wasser stehend fischen oder Reis aussäen.

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer / Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/7/6.html> - **Update: 13.01.2000 16:08**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

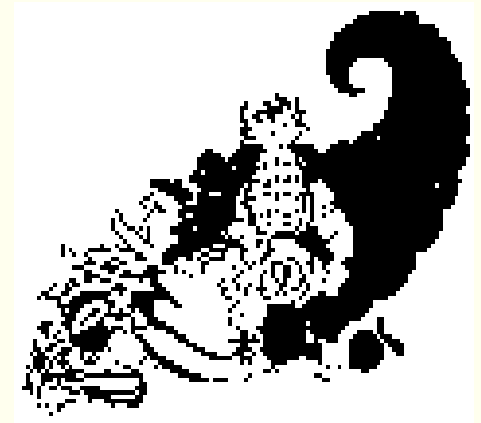
<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a>                      × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> -                      <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# 7. Kapitel. Lerne: Dir endlich selbst zu helfen

## 7.61 Gegen den Hunger Disziplin einsetzen?

»Vielleicht fällt es mir nur schwer, Essensdisziplin zu halten...«

Die Natur hält nichts von Disziplin! Sie überläßt es jedem Lebewesen selbst, wieviel es essen will von dem, was sie ihm zur Verfügung stellt. Auf Zurückhaltung beim Essen bist Du jedenfalls nicht programmiert. Der Nahrungstrieb ist nun mal der gewaltigste Urtrieb.



**Es wäre völlig unnatürlich, seine Hungergefühle disziplinieren oder mit Willenskraft unterdrücken<sup>6133</sup> zu wollen. Gegen Gefühle ist der Mensch - zum Glück! - machtlos!**

Die UrzeitTherapie setzt voll auf die Natur. Alles, was gegen die Natur und das Urzeitverhalten spricht, lehnt sie ab, auch das Hungern.

Mit den Hungergefühlen unter der UrKost ist das so: Die durch die Schöpfung geschaffene Kombination von Mineralien, Vitaminen und Lebensstoffen ist so ideal in den Wildkräutern versammelt, daß sie uns wach und leichtfüßig hält und keine Hungergefühle aufkommen läßt. Der Beweis: Kennst Du ein Wildtier, das hungert oder so aussieht?

Aber: Nimm Dir ein Beispiel an den Tieren. Früchte- und Pflanzenesser schlingen nie wie Fleischesser. Sie essen langsam und bedächtig, nehmen sich Zeit zum Essen und so zum Bereitstellen und genügenden Fließen der erforderlichen Sekrete und Enzyme. Du solltest ausgeglichen sein, wenn Du ißt. Dir fehlt Ausgeglichenheit, wenn Du eifersüchtig, ungeduldig, deprimiert, ängstlich, nervös oder aufgeregt bist. Wichtig ist, daß Du Dich voll auf die Nahrung konzentrierst. Dich nicht zu viel dabei unterhältst oder gar Zeitung dabei liest. Iß so langsam wie möglich:

**Wenn Du schlingst, ißt Du mehr als Dir gut tut - denn das Gehirn braucht 20 Minuten, bis es während des Essens Sättigung registriert.**

Wenn Du Dich ein bißchen psychologisch darauf einzustellen vermagst, gelingt es Dir übrigens leichter. Das hat man ermittelt: Der Blutzuckerspiegel sinkt jeweils kurze Zeit für 12 Minuten ab, bevor Du Hunger bekommst. Das kommt mehrmals am Tage vor und ist unabhängig davon, ob Du etwa ißt oder nicht. Das bedeutet für Dich:

Du mußt Deinem Hunger nicht unbedingt nachgeben, Du kannst das Gefühl »aussitzen«, indem Du Dich sofort etwas anderem zuwendest, um Dich abzulenken. So magst Du Dich mit irgendeinem Hobby beschäftigen oder einfach ein Buch lesen - und darüber einschlafen. Denn erst beim nächsten Absinken des Blutzuckerspiegels keimt wieder Hungergefühl in Dir auf. Dauert es Dir zu lange, so beruhigt ein Löffel Heilerde aber auch bestens das Hungergefühl in Dir. Nur zu Obst darfst Du nicht greifen - sein Fruchtzucker regt den Appetit wieder an. Gegen den allgemeinen Hunger auf etwas Süßes stellst Du Deinen urköstlich essenden Kindern immer eine kleine Schüssel, voll mit Maulbeeren, Rosinen, Korinthen oder getrockneten Mangoschnitzeln, bereit.

»Ich kann mir aber beim besten Willen nicht vorstellen, wie ich von Blättern und Obst sattwerden soll! Da sind doch fast nur Ballaststoffe drin!«

Du meinst die wegen Fehlens von eigenen Verdauungsenzymen als unverdaulich und unverwertbar angesehenen Zellulosen und Pektine: Faserstoffe, die man fälschlich stets als »Ballaststoffe« bezeichnet hatte. Erst jetzt entdeckte man, daß dies mal wieder nicht stimmte:

**Die Ernährungswissenschaftler hatten schlicht übersehen, daß in uns auch noch eine Darmflora beheimatet ist, die Essig-, Propion- und Buttersäuren abbaut und sie in Kalorien umwandelt.**

Daneben gibt es aber einige Menschen, die immer schon zuviel aßen, die sich jetzt trotz genügendem Essen von Wildgrün nicht gesättigt fühlen und längere Zeit als üblich zur Anpassung nötig haben. Und die geraten dann leicht in Gefahr, ziemlich frustriert wieder zur Zivilisationskost überzugehen.

Ehe ich da tatenlos zusehe, will ich von ihnen lieber meine Meinung übers Getreide weniger streng aufgefaßt sehen. Denn letztendlich: Die UrzeitTherapie muß praktikabel sein! Auf rohe Nahrung überzugehen, das ist schon schwer genug. Wenn Du dazu aber auch noch mit knurrendem Magen herumlaufen sollst, kündigst Du mir schnellstens die Gefolgschaft.

Ich muß auch an all die Städter denken, die sich nicht jeden Tag Urpflanzen aus unverseuchter Erde beschaffen können und folglich dann von Obst, Wurzeln und Bio-Salaten nicht völlig satt werden, weil der Eiweißgehalt zum Sattwerden nicht ausreicht.

Ich will die UrMethode, die uns und die Erde wieder gesundmachen und gesunderhalten kann, nicht deshalb scheitern sehen, weil sie vielen zu schwerfällt.

Und wenn wir noch nicht so der Urzeit angenähert leben können, wie das angebracht wäre für das Wohl des Menschen und der Erde, dann müssen wir uns darauf halt mit kleineren Kompromissen einstellen und das Beste daraus machen.

Ich glaube zudem - wenn ich an all die Übergewichtigen bei uns denke, die da so unbekümmert und oft lange Jahre unbestraft ungesundeste Nahrung zu sich nehmen, daß kleinere Zugeständnisse zur UrKost halb so wild sein können (was natürlich nur für denjenigen



gilt, der sich mit der UrKost bereits völlig gesund machte). Mal sehen, wie wir da einen Weg für die Schwachen finden...

Wenn Du also tagsüber reichlich dem lang sattmachenden wilden Grün, den Früchten, Knollen, frischen Nüssen und den Samen zugesprochen hast, und wenn dann so gegen Abend hin der brave Dr. Hyde in Dir sich zu einem Dr. Jekyll verwandelt und nach etwas Deftigem oder richtig Sattmachendem seine Krallen wetzt - nun, dann helfe ich mir damit, schnellstens die Schuhe zum Jogging aus dem Schrank zu holen. Stößt Dir danach noch immer so eine gierige Schlange mit weit aufgerissenem Maul aus dem Magenloch in den Gaumen hoch, dann greife ich zu einem Buch. Womit ich mich abseits aller Verführungen und Ablenkungen zurückziehe, mit nichts anderem bewaffnet als mit einer Stange Manna, dem Brot des Himmels also. (Richtiger als Kassia zu bezeichnen.) Dann knabberere ich ein schwarzes Pastillchen nach dem anderen, entsprechend dem Rat von G. C. Burger. Nutzt das nichts, faucht die elendige Schlange noch immer, dann hole ich mir ein Stängelchen Süßholz und kaue daran. Dann zieht sich das Biest meist so langsam zurück. Wenn nicht, dann greife ich zu frischen Nüssen oder Mandeln. Oder zu einer Handvoll Rosinen, die ich langsam und bedächtig beim Lesen genieße. Oder zu einer Melone (die schnell verdaut ist und gut den Hunger stillt), Johannisbrot, oder ein paar getrockneten Datteln oder eingeweichten Feigen). Oder ich greife zu Möhren oder Topinambur. Oder einem Kolben Bio-Mais. Beide sättigen schnell. Und der Drang verliert sich dann ziemlich rasch. Auch Birnen belasten am Abend nicht, wenn Du nicht mehr als zwei davon ißt. Die sind in einer halben Stunde verdaut und Dein Tiefschlaf wird nicht gestört. Wenn Du - was mir am harmlosesten erscheint - zu den folgenden »Beruhigungsmitteln« greifst, dann glaube ich, daß ein wieder gesunder Körper das schon ab und zu verkraften kann: 1 Ein Schälchen des getreideähnlichen Samen *Quinoa*<sup>9860</sup>, der nach 6 - 8 Stunden Einweichzeit in warmem Wasser leicht keimt, stark sättigt und auch noch gut schmeckt.

1 Gib eine Tasse Sprießkornhafer in eine Thermosflasche, die Du mit einer halben Tasse 40 - 50°C warmen Wassers auffüllst und mindestens sechs Stunden stehen läßt. Du kannst aber auch den Sprießkornhafer in ein Schüsselchen Wasser geben und in den Backofen schieben, den Du auf 40°C eingestellt hast, und dort für sechs Stunden belassen. Du nimmst zwei Handvoll des etwa acht Stunden eingeweichten, unerhitzten und dann mit einer Nudelrolle oder Presse zu Haferflocken gewalzten *Sprießkornhafers*, der dann mit etwas Wasser zu einem Brei angerührt und eventuell mit ein paar Korinthen schmackhafter gemacht wird.

1 Hin und wieder ein bis zwei *Pellkartoffeln* zum Wildsalat gegessen oder dort eingeknetet, um selbigen angenehmer rutschen lassen.

1 Mal ab und zu etwas gedämpften Bio-Blumenkohl, Bio-Brockoli oder Bohnensalat.

1 Als Einschlafhäppchen bei Hungergefühl haben sich Maulbeeren oder ein paar getrocknete Mangoschnitzel am besten bewährt - und wer sie so spät noch verträgt: getrocknete Durianstückchen.

**Doch zuvor probiere es mal so:**

**Einer weichschaligen Avocado die Schale abziehen bis etwa 3cm vor dem unteren Ende (nicht tiefer, sonst flutscht sie Dir weg) und in die rechte Hand nehmen. Die Topinambur oder eine andere Wurzel nimmst Du in die linke Hand. Dann nur noch wechselseitig zubeißen. Sollst Du mal sehn, wie dicke satt Du Dich danach fühlst!**

Ich hab' übrigens immer so um die 10 bis 15 Fuerte, Hass, Ettinger oder Pinkerton - Avocados zu Hause, teils im Kühlen, teils in Papier gewickelt im Warmen liegen und kann mir so durch Fingerdruck an der Spitze gleich die richtige zur Hand nehmen. Merke Dir: Lagere noch nicht ganz reife nicht unter 15°C, sonst werden sie von innen schwarz, was Du ihnen von außen nicht ansiehst. Sind sie aber richtig reif, dann kannst Du das Schwarzwerden für ein paar Tage aufhalten, wenn Du sie ins obere Kühlschrankfach bei 4°C gibst. Am schnellsten reifen sie nach, wenn Du sie in eine Schüssel mit Mehl legst oder in Papier eingewickelt in einem warmen Zimmer aufbewahrst. Lege sie sonst nie in einen Kühlschrank.

Ich möchte insgeheim glauben, daß wir uns viel eher leichtere Sünden beim Essen erlauben können, wenn wir die Kräfte der rohen Wildpflanzen intus haben - und nicht vergessen, diese immer wieder zu uns zu nehmen. Und daß etwas gekochte Biokost nicht groß Schaden anrichtet.

**Ich glaube das aber nur, was heißt: ich weiß es nicht, ich bin mir nicht sicher. Das Gekochte könnte gerade für Dich heimtückisch sein. Für den Noch-Kranken ist es das auf jeden Fall.**

Sicher bin ich mir nur, daß allein reine UrKost gesund macht. Nur das ist klar bewiesen.

Schließlich hat Dich ja irgendetwas in Deiner bisherigen Nahrung krankgemacht. Weißt Du, ob es nur der Zucker war, das Salz, das Bratfett, das durch den Kochvorgang denaturierte Eiweiß, der dadurch bedingte Vitaminverlust? Wer an etwas Zukost von Kartoffeln oder Gemüse hängt, der erhitzt solches wenigstens schonend, ohne daß die Stärke verkleistert. (©Rz.980/10)

**All das Gedöne hast Du aber nicht nötig, wenn Du als letztes Essen (so um 18 Uhr) noch zwei Handvoll Wildpflanzen mit Obst ißt. Danach kriegst Du unter Garantie keine Hungergefühle mehr!**

Noch ein Wort zum Getreide:

Fertig gekaufte Haferflocken sind zweifach erhitzt, die Spelzen werden mit heißem Wasserdampf entfernt, anschließend werden sie mit trockener Hitze haltbar gemacht und gedörnt. Bio-Haferkerne (nicht Sprießkornhafer, das ist eine spelzenfreie Züchtung) sind zum Entspelzen ebenfalls mit Wasserdampf behandelt - verwende sie nicht. Am besten ist der aus kontrolliert-biologischem Anbau stammende Sprießkornhafer der Donath-Mühle, den Du nur im Reformhaus bekommst.

Wenn Dir der Geschmack zu bitter ist, dann kannst Du ein paar süße Früchte, Kokosflocken, Weinbeeren oder Korinthen darüber geben. Aber an das Bittere hast Du Dich schnell gewöhnt - wie beim Löwenzahn. Ich sehe in diesem Falle für die ewigen Hungrigbleiber den Hafer ein bißchen als vergrößerten Grassamen an, so wie man veredeltes Obst als vergrößerte Urzeitfrüchte ansehen kann. Durch das Einweichen nähert Du ihn dann wieder seinem Frischezustand an. Aber nagele mich nicht fest. Denn ich bin mir über die völlige Unschädlichkeit nicht sicher. Diesmal ist das keine 100%ig korrekte Feststellung, die Du sonst von mir zu hören gewohnt bist.

Du kannst den Sprießkornhafer auch drei bis sechs Stunden vorher in ein Schüsselchen geben, eben mit Wasser bedecken und dann abgetrocknet mit einer kleinen Walze zu Haferflocken pressen.<sup>9894</sup> (Etwas mühsamer geht's mit einer Nudelrolle.) Wer mag, kann dann dazu etwas Volvic-oder Vitel-Wasser geben. Doch gibt es auch eine Schnellpresse, mit der Du Dir sofort Haferflocken auswalzen kannst. (®Rz.980/9)

Bedenke: Wenn schon etwas Kulturgetreide, dann darfst Du es immer nur roh essen!

Und nur für sich allein. Vergiß aber nicht: Nur abends davon essen und nur wenig: zwei Tassen höchstens. Je mehr sättigendes Getreide Du isst, desto weniger isst Du von dem, was Dein Körper tatsächlich braucht und was Dir guttut.

»Ich kann ja wieder zur Nur-UrzeitNahrung zurückkehren, wenn ich merke, daß mir diese etwas naturfremde Zukost nicht bekommt«, meinst Du.

Gut, aber wer merkt das schon? Ich selbst besitze - fast hätte ich gesagt zum Glück - einen äußerst anfälligen, empfindlichen Magen wegen meines früheren Magenkrebsleidens, der mir schon spätestens nach einer Viertelstunde kundtut, wenn ihm etwas nicht bekommt. So steigt in mir nach einer halben Stunde bereits schwaches Sodbrennen hoch, wenn ich nur z.B. eine angebotene, mit Sirup gesoßte Dattel gegessen habe. Aber wie ist das bei Dir? Ich fürchte, eine negative Reaktion auf den so herrlich mundenden Leckerfraß der Zivilisation macht sich bei den meisten so prompt und so direkt nicht bemerkbar. Wer bekommt denn schon mit, daß sich bei einer auch nur geringfügig unnatürlichen Lebensweise seine Adern zusetzen oder die Knochen langsam auflösen? Oder Gehirnzellen absterben? Oder sich ein Tumor bildet?

Dem einen macht zudem etwas fremde Zusatzkost nur wenig aus, dem anderen dagegen macht sie das Durchhalten der Naturkost so schwer, daß er diese bald ganz aufgibt. So ist das. 90% aller durch die UrMedizin Gesundgewordenen denken: Ach, jetzt hab' ich meine Krankheit ja besiegt. Jetzt kann ich ruhig wieder all das essen, was mir gefällt. Oder: Die Hälfte an UrKost tut's sicher auch. Oder so ähnlich. Und sie denken nicht nur so, sie tun es meist auch!

Ich habe eine äußerst liebevolle und gastfreundliche asiatische Verwandtschaft. Wenn ich von ihnen zu einer Hochzeit oder einem Fest eingeladen werde und an deren mit soviel Liebe und Mühe hergerichteten Reistafel nicht teilnehmen würde - meine Frau und ich würden ein Leben lang nicht mehr geachtet sein. Ich aß dann zwar - meiner Frau zuliebe - immer von den 17 exotischen Köstlichkeiten, aber längst nicht mehr mit dem gleichen Vergnügen wie früher,

weil sich mein Geschmack lange schon auf UrKost eingestellt hatte, aber immerhin - ich hätte wieder Gefallen daran gefunden... Aber: Vielleicht liegt es bei mir daran, daß ich schon sehr lange der UrKost treu bin, vielleicht liegt es an meinem schlechten Gewissen nach solch einem Sündenfall - jedenfalls drängt dieses genüßliche Mahl spätestens fünf Minuten nach seiner Einnahme in mir den Weg zurück, auf dem es hineingekommen ist. Aber inzwischen pfeif' ich auf solche Kompromisse und schere mich einen Schlechtkost-Dreck darum, was man alles angeblich zu tun und zu lassen hat. Nun füll' ich provokativ meinen Teller hoch auf mit Wildkräutern und esse Bio-Obst dazu. So stärke ich meine Immunkräfte und errege oft auch noch die Neugier der wissenwollenden Klugen, die nicht gleich innerlich mit dem Kopf schütteln und damit nur beweisen, wie vorurteilsbeladen ihr Denken noch immer ist.

Trotzdem: Ich will aus der UrMedizin keine neue Religion machen. Jeder muß selbst wissen, wie gesund er sein will. (@Kap.6.25, Rz770)

»Na, Du bist mir einer! Wenn 90% Deiner Leser, sobald sie gesund geworden sind, doch wieder zu dieser herrlich schmeckenden Schlechtkost zurückkehren, weshalb soll *ich* dann die UrKost überhaupt erst aufnehmen? Das muß Du mir erst mal erklären«, sagst Du.

Erstens: Ich habe dieses Buch ja nicht für dumme Leser geschrieben, sondern für so kluge Leser wie Dich. Das ist kein billiges Kompliment. Wer sich bis zu dieser Seite durchgearbeitet hat, in dem muß schon eine gute Portion an Intelligenz und Aufgeschlossenheit stecken. Ich persönlich halte Dich für so intelligent, daß Du eine wenigstens gemäßigte UrKost weiter durchhältst und Du deshalb zu denen zählst, die tun, was sie als richtig erkannten. Klar, daß ich nur das Positive von meinem Gesprächspartner annehme und Dich zu den 10% Durchhaltenden rechne. Und zwar so lange, bis Du Dich vollkommen an sie gewöhnt hast. Aus dem Wissen heraus, daß Dir was Besseres für Deine Gesunderhaltung, Dein Wohlbefinden und dem Erreichen eines hohen Lebensalters nicht über den Weg laufen konnte.

Zweitens: Auch die 90 %, die sich mehr oder weniger oft vom Gaumenkitzel übermannen lassen, bemerken sehr schnell, wie schlecht Ihnen die Schlechtkost nun bekommt. Und deshalb werden die Abstände zwischen den Rückfällen bei ihnen immer länger. Der Mensch ist ein Gewohnheitstier. Und er vermag es auch, sich langsam umzugewöhnen - selbst an das Gute und Vernünftige, das er möglichst gleich aufnehmen sollte.

Denke also daran - wenn Du den sofortigen Übergang zur UrKost nicht schaffst: Iß von der Nahrung am meisten, auf die Du zuerst übergehen willst, z.B. Obst.<sup>6406</sup> Je mehr Du davon ißt, desto mehr magst Du sie nach einer Zeit: »Wer immer strebend sich bemüht, den können wir erlösen!«

»Du setzt so vollkommen auf die Natur. Aber wenn die alles richtig machen würde, dürfte es bei uns doch nicht zur Überbevölkerung kommen. Also müssen wir hier *künstliche* Mittel wie die Pille oder Kondome zu Hilfe nehmen, um das in Griff zu bekommen«, sagst Du.

Das urzeitliche Leben regelte die Nachwuchsfrage auf eine noch geheimnisvolle Weise zum Besten der Gesamtheit alles Lebenden. Die einzelnen Populationen der Lebewesen paßten sich

vollkommen einander an, so wie das heute noch in der Wildnis der Fall ist. Die Raubtiere nehmen nie so stark überhand, daß alle Friedtiere ausgerottet und sie sich damit ihre Lebensgrundlage entziehen würden. Viele Millionen Jahre lebten auch die Menschen in vollkommen der Natur angepaßten Gruppen auf dieser Erde, ohne zu deren Plage zu werden. Erst nachdem sie sich nicht mehr urzeitlich verhielten, nachdem sie entgegen ihrer Bestimmung als Friedtiere andere Lebewesen bejagten und deren Fleisch aßen und als einzige Spezies in der Natur ihre Nahrung durch Hitze veränderten, wirkten die alten Regelmechanismen nicht mehr. Mit der Zivilisation begann die sich potenzierende Bevölkerungsexplosion, die schlimmste Gefahr für unseren Planeten. Die dem Menschen nicht von der Natur (bzw. Gott) bestimmten Fremdproteine (Fleisch, Fisch, Eier, Käse) und die durch Kochen und Braten entstehenden Giftstoffe bringen ihm nicht nur Krankheiten, sondern in der Jugend auch ein exzessives Triebleben, das dann jedoch später schnell (und in unserer Zeit immer früher) in Impotenz umschlägt. Wer nur UrNahrung zu sich nimmt, der weiß es, der spürt es bereits an sich:

**Der Trieb ist da, aber die Keimdrüsen stehen unter keinem Fleischgiftüberdruck. Man kann, aber man muß nicht mehr! (Ist es Dir mal zu wenig, nimm das Konz'sche Viagra à Rz 800, 866)**

Das erklärt nicht alles. Aber eins darfst Du glauben: Lebten wir weiterhin so natürlich wie in der Urzeit, bestünde das Problem der Bevölkerungsexplosion nicht.

Ich wage sogar zu behaupten: Keinen UrMethodiker wird der Sexualtrieb so stark übermannen, daß er dadurch zu einer Vergewaltigung hingezogen würde.

»Eins wirst Du trotz aller schönen Argumente nicht beantworten können: Wie soll ich zufrieden und glücklich unter Deiner UrzeitMethodik werden, wenn ich auf soviel zu verzichten habe?!«

Frag nicht lange, fang an und Du wirst sehen. Am glücklichsten macht dich immer nur die Erfüllung dessen, worum Du hart hast kämpfen müssen. So geht es Dir auch hier: Zuerst Dein Einsatz, dann der Verdienst. Sigmund Freud formulierte es so:

*Glück ist ein Kontrasterlebnis.* Nur wer zuerst die Schwierigkeiten gemeistert hat, empfindet es.

Um auf Deine Sorge um Deine Gefühle von Zufriedensein zurückzukommen. Die gleiche Befürchtung gab mir noch kürzlich ein Mediziner:

»Natürlich, Du hast ja recht mit dem, was Du sagst«, so sagte er mir bei einem Seminar. »Wir Ärzte haben aber auch einen Grund, unsere Patienten nicht zu einer Änderung ihrer Lebensweise zu drängen.« »Und der wäre?« fragte ich zurück. »Deine UrzeitTherapie klammert völlig die Glücksgefühle und Lebensfreude des kranken Menschen aus. Ein gewichtiger Faktor, den Du bei der Heilung völlig außer acht läßt... Wie kann ich gesund werden, wenn die Seele leidet?!« Ich gab zurück: »Wie schrecklich, ich dachte bislang immer,

eine Seele leidet durch seelische Kränkungen, Frust, Verlassensein, böse Worte - aber nun auch schon durchs Essen? Mir bricht das Herz! Durch gesundes Essen können, rein physiologisch gesehen, doch nur Zunge und Gaumen leiden...«

**Also, ich weiß nicht: Ob Seele oder Gefühle - sehen die Ärzte ihre Patienten alle für so primitiv an, daß sie an nichts anderes als an's Fressen und Saufen denken? Sollten sie nicht wissen, daß einem schwerkranken Menschen nicht mal mehr sein Lieblingsgericht Spaß machen kann? Und er nur aus lauter Verzweiflung über seine Krankheit oder seine Probleme und nicht aus Gewinn an Lebensfreude dem Alkohol zuspricht?**

Nein, ich meine das Gegenteil ist der Fall: Gefühle leiden keine Not - falls Du Deiner Wehleidigkeit nicht nachgibst. Im Gegenteil: Du wirst stark, bekommst mehr Selbstbewußtsein, weil Du Dich überwinden kannst und weißt, daß das andere nicht fertigbringen. Und:

Wer sehr krank ist, der hat seine Lebensfreude längst verloren. Die gewinnt er erst wieder zurück, wenn er gesund geworden ist! Wie Lebensfreude unter der UrzeitTherapie verwirklicht werden kann, darauf kommen wir später noch zu sprechen.

Meine Gefühle jedenfalls werden nicht vom Essen strapaziert, sondern mehr von den Sorgen anderer:

Da hat mich seit einigen Monaten ein Mitglied meines Vereins ein paar Monate auf Trab gehalten! Immer wieder habe ich nachgefragt, ob sie auch wirklich 100%ig die UrzeitTherapie praktiziere, weil sich ihr offenes Bein nicht schließen und die roten Hautflecken nicht verschwinden wollten - während sie ihre übrigen Krankheiten alle mit der UrMedizin weggebracht hatte:

»Essen Sie auch wirklich Wildpflanzen zu ihren Früchten mit 25 prozentigem Anteil?«

»Aber ja!« war die Antwort, »wir leben hier in Spanien auf dem Land, wir finden genügend Wildpflanzen, hier fahren kaum Autos und die Bauern lassen schon lange ihre Felder brachliegen! Umweltgifte gibt es also auch so gut wie keine!«

»Verschaffen Sie sich auch genügend Sauerstoff durch viel Bewegung?«

»Sie können sich darauf verlassen: Wir gehen jeden Tag ein paar Stunden wandern.«

»Bedrücken Sie etwa unausgeräumte seelische Probleme?«

»Nicht im geringsten. Mich quält nur eins: Daß sich mein Bein nicht schließen will, wo die UrMedizin doch aller übrigen Leiden Herr geworden ist.«

Ich zermartete mir das Gehirn - bis eines Tages die Lösung kam. Nicht von mir, sondern durch einen Brief der Spanierin: »Lieber Herr Konz, ich kann Ihnen die freudige Mitteilung

machen, daß sich mein Bein geschlossen hat und alle rote Flecken verschwunden sind. Seitdem ich statt der salzigen Erdnüsse aus der Dose nunmehr Paranüsse esse.«

Bums. Das war also des Pudels Kern. So'ne Klitzekleinigkeit! Mir fiel ein Stein vom Herzen. Andererseits: Ich weiß schon, warum ich hier in diesem Buch keine Erdnüsse als UrNahrung aufgenommen habe. Zumal sie auf riesigen, vielfach begifteten Feldern angebaut werden. Und wer mag sie schon roh, ungeröstet und vor allem ungesalzen knabbern?

Begreife: Ich kann bei Dir nicht jeder Kleinigkeit nachgehen, ob Du alle Forderungen der UrzeitTherapie beim Angeben evntuell verbliebener Leiden erfüllt hast. Klag mich nicht an, wenn Du Dein Leiden nicht quitt kriegst.

Du arbeitest vielleicht den ganzen Tag in Räumen mit Kunstlicht und nach Feierabend geht's wieder in eine Betonwabe. Und dann bist Du darüber enttäuscht, daß Du Dich trotz UrMedizin noch immer nicht wohl fühlst. Du hast dann stets *Dich* - nicht *mich* - zu fragen, wo es bei Dir noch an urzeitlicher Annäherung hapert. Z.B. könnte es hier der Mangel an noch nicht definierten Lebensstoffen sein. Etwa die von Insekten (Rz 391). Oder an Sonnenlicht. Du kriegst vielleicht täglich höchstens 1000 Lux. Du brauchst aber mindestens 3000 Lux, um Dein Immunsystem auf Vordermann zu bringen. Selbst an einem Regentag herrschen draußen noch 4000 Lux. Also raus mit Dir! Aber nicht in die Dunstglocke einer Stadt, ist doch klar! Eine Checkliste über mögliche Fehler habe ich Dir auf Seite 1454 bereit gestellt.

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × »[Der Große GESUNDHEITS-KONZ](#)« × »[Natürlich Leben](#)«  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service** : [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen** :

**Kontakt** : [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL** : <http://www.bfgev.de/dggk/7/61.html> - **Update: 13.01.2000 16:08**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a>	× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr
--	---

# 7. Kapitel. Lerne: Dir endlich selbst zu helfen

## 7.7 Ist die UrTherapie überhaupt einem Kranken zumutbar?

Zugegeben: Diese Therapie ist schwer, aber sie ist nicht *zu* schwer!

»Ich kann sie meinem schwerkranken Partner nicht zumuten, ich würde ihn damit nur quälen«, ließ mich eine Leserin wissen.

Wenn das auch für Deinen Partner irgendwann einmal zutreffen sollte: Entscheide das nicht allein. Du solltest den Kranken wählen lassen. Sag diesem klipp und klar: Hier ist eine Medizin, die Dich gesundmachen wird. Aber es ist keine Wundermedizin. Und es ist in der ersten Zeit recht mühsam, sie zu nehmen. Du mußt auf Dein gewohntes Essen verzichten und nur harte, rohe Kost essen.

**Du mußt Dich entscheiden, ob Du die Qual Deiner Krankheit und einen frühen Tod lieber erdulden willst als die Qual der Medizin. Was ist Dir mehr wert: Siechtum und Tod oder Gesundheit und Leben? Entscheide Dich!**

Kommt hinzu: Die Energie, die Du in das Gesundwerden mit der UrzeitTherapie steckst, geht Dir nicht verloren! Sie gibt Dir außerdem Kraft für Deinen Beruf und Deine Partnerschaft.

Hilfe hast Du dabei von niemandem zu erwarten, darüber sei Dir klar. Von keinem! Kein einziges Buch außer meinem, kein einziger Artikel aus der Presse muntert Dich zu einer konsequenten, gesunden Lebensweise auf oder sagt Positives dazu. Ganz im Gegenteil:

Was stark ist, das sucht man hinunterzuziehen zur eigenen Schwachheit: So kannst Du als Kranker, der gesund werden will, kein Verständnis von einer gewissen Sorte Menschen, wie Salonlöwen oder aus der Schickeria, erwarten, die jedes eigene Bemühen um Gesundsein verhöhnen und es Dir miesmachen wollen. Sie qualmen vielleicht den ganzen Tag, pumpen sich zuzufolge ihres hektischen Tätigseins oft mit Tabletten und Alkohol voll und besitzen, sich heimlich ihres ungesunden Lebenswandel bewußt, daher tiefsitzende Aversionen gegen alles, was der Gesundheit dient. (So mancher einflußreiche Journalist gehört leider auch dazu.) Das drücken sie dadurch aus, »daß sie sich Angenehmeres vorstellen können als die Schweißausdünstungen von nebenherlaufenden Joggern zu ertragen...« Oder zu sagen: »Als ob es in der Welt nichts Besseres zu tun gäbe, als sich Muskeln anzuzüchten«, wenn einer ein bißchen auf sich hält und ab und zu mal in ein Fitneßstudio geht. Oder daß sie verächtlich meinen: »Was der sich wohl davon verspricht, wenn er von der Wiese futtert...« Du siehst, Du stehst ziemlich allein, aber so ist das immer im Leben:



## **Der Vernünftiger wird nicht nur beneidet, man neidet ihm auch sein Vernünftigsein.**

»Ja - ich stehe schon einige Zeit vor der Frage, ob ich mit dem gesunden Leben ernst machen soll, habe mich aber noch nicht dazu aufrufen können«, sagst Du.

Komm doch mal zu unseren großen Gesundheitskongressen und sprich mit all den Menschen dort. Oder iß da einfach mit. Sprich sie ruhig an, alle sind dort freundlich, aufgeschlossen, hilfsbereit, alles andere als Sektierer in wallenden Gewändern. Und die Vortragenden sind Spitze. Voriges Jahr sprachen dort u.a.: Prof. Moeller von der Universität Frankfurt, Dr. Franz Alt vom Fernsehen, Prof. Altmüller aus der Schweiz, die Diamonds aus den USA, der Strahlenforscher Prof. Popp, Prof. Hackethal und und. Tausende leben sehr gut von roher Nahrung!

Ich für meinen Teil möchte nicht ohne Liebe leben. Und will geliebt werden. Dazu muß ich lieben können. Und dafür muß ich die feinen Blutäderchen in der Umgebung und im Phallus selbst sauber und elastisch und die großen zuführenden Adern des Unterleibs frei von Cholesterin und Kalkablagerungen halten. Was heißt, daß ich allein schon aus diesem Grund die Genüsse des Gaumens denjenigen des Liebeslebens hintanstelle. Zwar führt die Fleischkost bei manchen eine Zeitlang zu übersteigertem Sex, zufolge der darin enthaltenen aufputschenden Stoffe der tierischen Produkte. Bis dann die Cholesterine für immer Impotenz bringen. Es ist Deine Sache, was Du vorziehst:

Den Gaumenkitzel oder Deine Liebesfähigkeit, Gesundheit plus ein langes Leben zu gewinnen oder klapprig, dement und siech zu werden. Deshalb liegt mir nichts daran, wieder so zu leben wie Du. Wer von uns beiden besser dran ist, das kannst Du aber doch nur dann entscheiden, wenn Du mal eine Zeitlang so gelebt hast wie ich. Mir bedeutet Liebe geben zu können das Höchste.

*Du kannst aus eigener Kraft mit Hilfe dieses Buches Deine Ketten abwerfen. Wenn Du das nicht willst, mußt Du sie eben tragen. Das ist Deine Entscheidung! Keiner kann sie Dir abnehmen.*

Aus meiner Erfahrung sage ich Dir:

Die meisten Kranken müssen zuerst durch die Hölle ihrer Schmerzen und Nöte gegangen sein, ehe sie sich für ein »Nicht-mehr-weiter-So!« entschließen. Es geht ihnen wie den Trinkern, die erst in der Gosse gelandet sein müssen, ehe sie sich ihrer Sucht zu entledigen und den ersten Schritt in die rettende Richtung zu tun wünschen. Es liegt allein an Dir, Dir das zu ersparen. (®Rz502)

Du mußt wissen: Du bist so zucker- oder/und salzsüchtig, wie ein Säufer alkoholsüchtig ist! Ja, mein lieber Leser, Du mußt in diesem Buch einiges von mir schlucken.

»Du schmeißt ja alles um! Machst ja alles schlecht, was die Menschen geschaffen haben.«

Aber das ist doch nur zu logisch! Nahezu alles, was sie bisher mit ihrem Verstand hervorbrachten, hat sich als schlecht erwiesen; als so schlecht, daß wir uns in Kürze bald selbst vernichtet haben werden.

»Wir sind zu Kulturmenschen geworden und müssen uns mit den Mitteln der Kultur helfen lassen.«

Das ist wirklich zu lächerlich! Diese mordende, kaputte, selbstsüchtige Gesellschaft als Kulturmenschen zu bezeichnen. Na, weißt Du!

»Ich fühle aus diesem Buch einen gewissen Unterton heraus, der mir gar nicht recht behagt. Nämlich den, Du wärest im alleinigen Besitz der Wahrheit... Könnte das sein?«

**Die vollkommene Wahrheit hält nur der Schöpfer in seiner Hand. Doch ich meine, wir sind seiner Wahrheit sehr nahe: Weil wir uns hier so sehr darum bemühen, seiner Schöpfung, der Natur, so nahe zu kommen.**

Merke: Das Buch will Dich nicht bevormunden. Es steht Dir völlig frei, von meinen Erfahrungen zu profitieren - oder es sein zu lassen. Oder Dich als kluger Mensch wenigstens ein bißchen in die naturbestimmte Richtung zu orientieren. Hm?

Nun kommen wir bald zur zweiten Säule der UrzeitTherapie, zur UrBewegung. Dazu sage ich Dir jetzt schon vorab:

Das Kapitel über das UrTraining ist in meinen Augen noch wichtiger als das über die UrKost! Ich empfangen von meinen Lesern hunderte Briefe über alle möglichen Gesundheitsprobleme, meine Hörer bohren mir nach meinen Vorträgen Löcher in den Bauch über Nahrungsfragen - aber niemand, wirklich niemand hat mir bisher auch nur eine einzige Frage zu dem folgenden Kapitel der UrzeitBewegungen gestellt. Hier ist das Interesse gleich null. Diese Abschnitte werden von 99% meiner Leser einfach nicht wahrgenommen! Fast möchte ich sagen:

**Gestatte Dir lieber zwei Kompromisse bei der UrKost, denn einen beim UrTraining! Beide sind natürlich unverzichtbar wichtig. Aber das Tüpfelchen auf dem i Deiner Gesundheit ist die täglich harte und ausreichende Bewegung.**

Nimm Dir ein Beispiel am Kind, das nie stillsitzen oder stillstehen kann. Bei ihm ist noch das Naturgesetz der gesunderhaltenden Bewegung intakt.

Leider machen die meisten Mütter den Fehler, ihr Kind zum Stillsitzen und Stillstehen zu erziehen. Und töten damit die natürliche Schwingung im Kind. So lange Kinder in dieser natürlichen Schwingung leben, sind sie munter, fröhlich und bezaubernd. Wenn man's recht bedenkt, gibt es nur lachende, wunderbare Kinder. Wo kommen nur diese vielen leidenden, vergrämten, verkrümmten Erwachsenen her?

Mein innigster Wunsch für Dich, mein Leser:

Auf dass Du Dich nicht von Menschen, sondern von Gott behandeln lassen mögest! Das ist kein verstiegener Wunsch. Denn wenn die Natur göttlich ist, wenn Gott in der Natur wohnt, dann nimmst Du Gott mit seinen von ihm geschaffenen Urpflanzen in Dich auf, wenn Du diese zu Dir nimmst. Auf dass ER so in Dir wirke. Und niemand sonst und nichts sonst.

**Der Franz Konz ist selbst als Ehevermittler gefragt!**



**Eine meiner früheren Seminarteilnehmerinnen, die Monika, klagt mir ihre Appetitlosigkeit. Selbst die schönsten Tropenfrüchte würden sie nicht zum Essen reizen können. Ich schickte ihr ein Gläschen gemahlene Ginseng und sagte ihr: »Das möbelt Deine Vitalkräfte wieder auf. Versuch es mal damit, Du wirst sehen!« Nach zwei Wochen ruft sie mich an: »Also, erstens ist mir das Zeug zu bitter und zweitens**

**hab' ich dadurch noch immer nicht mehr Appetit bekommen. Ich schick' es Dir wieder zurück.«**

**»Nö«, antworte ich, »ist nicht nötig. Behalte es. Wenn Du mal merkst, daß sich Dein Mann für die Liebe nicht so richtig fit fühlt, dann gib' ihm das zum Einnehmen. Dreimal täglich einen halben Teelöffel, das genügt schon.«**

**Monika meinte darauf trocken: »Ok, wenn Du mir schnell einen Mann besorgst, werd' ich ihm auch das Ginseng geben. Dann aber einen ganzen Teelöffel sechsmal am Tag.«**

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) (Important note!) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ☒ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/7/7.html> - **Update: 13.01.2000 16:09**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

# 7. Kapitel. Lerne: Dir endlich selbst zu helfen

## 7.8 Beschreibung der wichtigsten Urpflanzen Europas

### Abkürzungen Urpflanzenübersicht

A	Anfang	ge	gelb	oh	ohne	St	Stengel
an	angenehm	gf	gefurcht	öl	ölig	sü	süß
ar	aromatisch	gh	gehöhlt	pe	pelzig	sw	schwarz
art.	artig	gr	grün	pr	prickelnd	T	Todesgefahr
ät	ätzend	gu	gut	rh	rauh	tr	trocken
Bt	Blatt	ha	hart	ro	rot	un	unangenehm
Bl	Blüte	ka	kantig	sa	saftig	vi	violett
bi	bitter	kn	knackig	Sa	Samen	vw	verwenden
bn	braun	kr	kräftig	sä	säuerlich	Wu	Wurzel
br	brennend	le	leicht	se	sehr	we	weiß
E	Ende	li	lieblich	sf	scharf	wi	windend
ei	eigenartig	M	Mitte	sg	schleimig	wü	würzig
fa	fad	mi	mild	sk	stickig	za	zart
fl	fleischig	me	mehlig	Sp	Sporen	zä	zäh
Fr	Frucht	ne	neutral	sp.	sparsam	zz	zusammenziehend
G	Geschmack	ni	niederliegend	st	stark		

### Erläuterungen Urpflanzen

<b>Berg</b>	Berge, Hügel, Höhen	<b>Wasser</b>	Feuchtgebiete u. -wiesen, Moore, Tümpel, Bachränder, Ufer, Sümpfe
<b>Garten</b>	Garten, Acker, Nutzpflanzen-Anbaugelbiete, Unkrautfluren, Bahndämme, Schuttplätze, Wegränder, Ödland	<b>Sand</b>	Sandgebiete, Dünen, Meernähe, Geröll, steinige Hänge, Felsen, Schotter, Mauern
<b>Weg</b>	Wegränder, Waldränder	<b>Gefährlich</b>	Gefährlichere Pflanzenart, Nur sparsam verwenden
<b>Wiese</b>	Wiesen, Weiden, Triften, Rasen, Raine, Matten	<b>Tödlich</b>	Tödliche giftige Pflanzen: Eisenhut- u. Germerwurzel, Knollenblätterpilz, Herbstzeitlose, Schierlingssamen-Extrakt
<b>Wald</b>	Wälder, Gebüschel, Hecken, Waldsäume, Kahlschläge, Forste		

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
 × [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
 Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) (Important note!) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/7/8.html> - **Update: 13.01.2000 16:09**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der  <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch        × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a>        - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a>        Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
--	--

# 7. Kapitel. Lerne: Dir endlich selbst zu helfen

## 7.81 Gefährliche Pflanzenarten in Europa

(Bildtafel ® Buchende)

Nr	Wildpflanzen- Name	blüht Farbe	von bis	Verfügbar von-bis	Wo?	Geschmack von				Besonderes	
						Blatt	Blüte	Stengel	Frucht		Wurzel
1	Aronstab	rot	III-V	M/III- E/V	Wiese	ät	ät	ät	ät	ät	rote Früchte  Mund verätzend
2	Bilsenkraut  Schwarzes u.gelbes	ge/wvi	V-X	M/IV- E/V	Garten	bi	ne	bi	bi		starke  Schlafwirkung
3	Eisenhut  Blauer Eisenhut	blau	VI- VIII	M/V M/IX	Garten Berg	bi	sü	ha		br	5 Gramm Wurzeln aus  Berg: tödlich
4	Fingerhut	rot	VI- VIII	E/V- A/II	Wald	sf	st	st		st bi	bis 10 Blätter  ungefährlich
5	Fliegenpilz	Sporen	A/VII- E/XI	A/IX- E/X	Wald				ne		nur Rauschwirkung  bei 2 Pilzen
6	Germer  Weißer Germer	gelb/gr	VI- VIII	V- M/IX	Berg	un	un	un			1000-2700 m, 3g  Wurzel: tödlich

7	Goldregen	ge	V-VI	A/V- E/Vi	Weg	bi	le sü	le sü			Samen besonders gefährlich
8	Heckenkirsche	we/ rot	IV- VI	A/VIII- M/VIII	Wald	ne	ne		un bi		rote Beeren gefährlich
9	Herbstzeitlose	grün	VII- IX	E/VIII- M/x	Wiese	le bi	le bi			bi	Blüten u.Samen  besonders gefährlich
10	Hundspetersilie	weiß	VI-X	A/V- E/XI	Wiese Garten	un sk	un sk	ha sk	ar sk	zä	dumpf  Mäusegeruch
11	Knollenblätterpilz	we/ge grün	VIII- XI	A/VII E/X	Wald				ne sa		30-50 g (mittelgroßer Pilz): tödlich
12	Kuhschelle Küchenschelle	violett	VI-II	A/I- E/XII	Weg	ät	st	ät	tr	ät	wenig Gefahr, da brennend
13	Liguster	weiß	VI- VII	A/I- E/XII	Weg	bi	sü bi		bi		schwarze Beeren  gefährlich
14	Osterluzei	gelb	V- VI	A/V- E/VII	Wald	bi	bi	bi		bi	wenige Blätter:  Abwehrkraft stärkend
15	Nachtschatten Bittersüßer N.	violett	IV- VIII	A/V- M/IX	Wald Weg	ne	sü	ha	sü		unreife Beeren gefährlich

16	Pfaffenhütchen	rot	V-VI	A/V- A/VII	Weg	ha	bi	ha	le		abführend brechreizend
17	Schierling gefleckter Sch.	weiß	VI- XII	A/V- E/X	Wiese Garten	un	ne	ha	un	zä	Samen-Extrakt: tödlich
18	Schöllkraut Großes Schöllkr.	gelb	IV-X	A/IV- E/XI	Weg Garten	le	ne	bi			gelber Milchsaft unangenehmer Geschmack
19	Seidelbast Gemeiner S:	rot	V-VI	A/I- E/XII	Weg Wald	le	le	le	bi		Ab 12 Beeren giftig
20	Stechapfel Weißer Stechapfel	weiß	VII- X	E/V- M/IX	Weg Sand	un	zz	bi	bi		durchdringend bitter
21	Stechpalme, Ilex	weiß	V-VI	A/I- E/XII	Wald		le		un		Früchte gefährlich
22	Tollkirsche	violett	VI- VII	M/V- M/X	Wald Weg	ne	ne		bi		ab 10 Früchte gefährlich
23	Wolfsmilch	gelb/gr	IV- VI	M/III- E/XI	Garten Wiese	le	le	le			viele Arten: alle ähnlich brechreizend
24	Zaunrübe	gelb	VI-IX	A/VIII- E/X	Weg	ne	ne	ne	ne	bi	Samen gefährlich

**Alle Giftpflanzen gut einprägen! Mit diesen leicht verwechselbare Pflanzen nicht essen! Eventuell probieren.** (Bildtafel ©Buchende)



Merke: Schierling und Wolfsmilch brennen leicht im Gaumen und unterscheidet sich von ähnlich aussehenden eßbaren Pflanzen (wilde Möhre, Wiesen-Kümmel, Kerbel, Bärwurz, Silau, Kälberkropf) vor allem durch seine doppelte bis dreifache Höhe. Wurmfarne und Zwergmispel meiden - sie führen zu Durchfall. Hundspetersilienblätter glänzen nicht und riechen unangenehm nach Knoblauch.

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × »[Der Große GESUNDHEITS-KONZ](#)« × »[Natürlich Leben](#)«  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** e-mail : [Report an Webmaster](#) ☒ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/7/81.html> - **Update: 13.01.2000 16:10**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---



**Bund für Gesundheit e.V.**

• gemeinnützig • besonders förderungswürdig

Talstraße 34-44, D-52525 Heinsberg

• Tel: 02452-22678 • Fax: 101078

• Homepage: [www.BFGeV.de](http://www.BFGeV.de)

• e-mail: [BFGeV@t-online.de](mailto:BFGeV@t-online.de)

× Spendenkonto:

Postbank Köln, BLZ 370 100 50, Kto 443905-503

**Franz Konz: Der Große Gesundheits-KONZ**

4. neu bearbeitete und aktualisierte Auflage April 1999  
© Franz Konz 1999, alle Rechte vorbehalten

Ein kostenloser Service des [Bund für Gesundheit e.V.](http://www.BFGeV.de)  
in Zusammenarbeit mit [Antivivisektion e.V.](http://www.Antivivisektion.de) / [Tierversuchsgegner Rhein-Ruhr](http://www.Tierversuchsgegner.de)

× [mit Navigation laden](#) × [ohne Navigation laden](#) × [Buch bestellen](#)

**7. Kapitel. Lerne: Dir endlich selbst zu helfen**

**7.82 Weit verbreitete, eßbare Urpflanzen**

(Bildtafel ©Buchende)

Dafür laufe *ich* meilenweit:

Nr	Wildpflanzen-Name	blüht Farbe	von bis	Verfügbar von-bis	Wo?	Geschmack von					Besonderes
						Blatt	Blüte	Stengel	Frucht	Wurzel	
1	Ampferknöterich	we/rot	VI- XI	M/VIII- E/VII	Wald  Feld	an	an	an	ne		Samen sehr lecker

2	Aster, Bergaster	violett	VIII- XI	A/VIII- A/XII	Weg	sa	za	ha			gut eßbare Blüten
3	Bachbunge, Bach-Ehrenpreis	blau	V- VIII	A/V- E/IV	Wasser	mi	ne	kn		sa	wäßriger Geschmack
4	Bärenklau  Wiesen- Bärenklau	weiß	VI-X	E/III- E/X	Wiese	pe	wü	sa wü	un		Blütenstengel eßbar
5	Bärlauch	weiß	IV- VI	A/IV- A/VII	Wald	wü	wü	wü		wü	Knoblauch- Geschmack  sparsam verwenden
6	Beinwell  Comfrey	viol/ge	V-XI	M/IV- A/X	Weg	sg	sä	sg			nicht mehr als 1 kleines Blatt  alle zwei Tage essen
7	Brennessel	grün	V- VII	AIV-EVII	Feld  Garten	ne	ne	ha	mi	sg	nur obere Spitzen nehmen
8	Boretsch (als Beispiel für Gartenpflanzen zugefügt)	grün	VII- XI	E/IV- A/VII	Garten	pe	sü	sa			haariger, angenehmer  Geschmack
9	Ehrenpreis  Acker- Ehrenpreis	blau	III-X	A/II- E/XII	Wiese	ne	mi	ne			milder Geschmack
10	Engelwurz	grün	VI- VIII	M/IV- A/XI	Wald	ha wü		wü		wü	sellerieartiger, leicht  pfeffriger Geschmack
11	Frauenmantel	grün	V-X	A/V- M/X	Wiese	zä ne		ne			trockener Geschmack  mit anderen mischen
12	Gänseblümchen	we/rot	III-X	A/I- E/II	Wiese	li	sü	sü			Blüte und Rosette verwendbar

13	Giersch Zaun-Giersch	gelb/gr	VI- VII	A/I- E/XII	Wiese Weg	wü	sü	wü			sellerieartiger Geschmack  stets nachwachsend
14	Gundermann Gundelrebe	blau/vi	III- VI	A/I- E/XII	Weg	pe wü	le bi	wü			äußerst  eigenartiger Geschmack
15	Hahnenfuß Kriechender H.	gelb	V- VIII	A/I- E/XII	Wiese	le bi	le bi	le bi			pelziger Geschmack, im  Sommer sparsam verwenden
16	Hederich	we/ge	V-IX	E/IV- A/X	Garten	st	st	st			Rettich- Geschmack
17	Guter Heinrich	braun/weiß	V- VII	A/V- E/IX	Felder	ne	ne	ne	ne		alte Gemüsepflanze
18	Huflattich	gelb	III- IV	E/III- A/X	Wald Wiese	pe ne	ne	sa			lappiger,  pelziger Geschmack
19	Hundsrose, Frucht: Hagebutte	we/rot	VI- VII	M/XII- M/II	Weg Wald		le ar		sü		nach Frost: Frucht  geschmackvoll
20	Kamille, Echte K.  o- Hunds-K.	weiß	V- VIII	E/V- E/VI	Garten	bi ar	bi ar	ha			sparsam verwenden
21	Kartoffelrose	rot	VIII- IX	M/VIII- E/IX	Weg				sg sü		Frucht auch getrocknet  verwendbar
22	Klee, Wald- Sauerklee	weiß	IV-V	E/III- A/XI	Wald		sä	mi	sä		was Feines!
23	Knoblauchrauke	weiß	V-VI	M/V- A/XII	Wiese Weg	wü	wü	wü			Geschmack wie Name

24	Knopfkraut, Kleinblüt. K.	we/ge	V-X	A/V- E/XI	Garten Weg	an	ne	ha			zarter Geschmack
25	Krokus	violett	II-IV	A/III- E/IV	Wiese Berg	ne	za sü	ne			duftiger Geschmack
26	Labkraut	weiß	VI-X	E/V- E/XII	Wiese	ne	ne	ne			jung verwenden, mit anderen Pflanzen mischen
27	Löwenzahn Kuhblume	gelb	IV- VI	A/III- A/XII	Wiese Garten	bi	bi				Bitterkeit, die man nie leid wird
<b>Nr</b>	<b>Wildpflanzen- Name</b>	<b>blüht Farbe</b>	<b>von bis</b>	<b>verfügbar von-bis</b>	<b>Wo?</b>	<b>Geschmack von</b>					<b>Besonderes</b>
						<b>Blatt Blüte Stengel Frucht Wurz.</b>					
28	Malve, Moschus-Malve	rot	VII- IX	A/VI- E/XI	Weg Wiese	sg	sü	ha	sü		angenehm zu essen,  leicht schleimig
29	Malve, Weg-Malve	rot	VI- IX	E/XI	Weg	sg	sü	ne			ganz vorzüglich
30	Melde, Spieß-Miere	grün	VII- X	A/VI- M/XI	Garten	ne	ne	ne	ne		lappiger Geschmack
31	Miere, Vogelmiere	weiß	III-X	A/I- E/XII	Wiese Wald	za ne	za ne	za ne			zart, leicht, eigenartig
32	Milzkraut	gelb	III- VII	AI-EXII	Wasser	ne	ne	ne			an Quellfluren und nassen Stellen
33	Pfennigkraut, Gilbweiderich	gelb	VI- VII	E/V- M/XII	Weg	fl	sü	an			lieblich
34	Quecke, (Grasart)  Acker-Quecke	grün	VI- IX	A/I- E/XII	Wiese	sü	ne	ha	zä	sü	im Winter zu Salaten verwenden

35	Sauerampfer	rot	III-IX	A/III- E/XI	Wiese	sä	sä	sä	ne		mit weniger schmackhaftem Grün mischen!
36	Scharbockskraut,  Frühlings- Scharbockskraut, Feigwurz	gelb	III-V	A/II-  M/V	Wiese  Weg  Wald	ne	ne	ne	wü	wü	massig auftretend  neutraler Geschmack
37	Schaumkraut,  Wiesen- Schaumkr.		IV-V	M/IV-  M/VI	Wiese	sf	le	sf			senfartiger Geschmack
38	Schlüsselblume,  Große Schl.Blume	gelb	III-IV	E/III-  M/V	Wiese  Berg	za	li	an			nur eine Blüte nehmen: schutzwürdig!
39	Spitzwegerich	rot	VII-X	A/VII-  M/XI	Wiese	tr	ne	ha	sü		faserig- trockener Geschmack
40	Springkraut,  Drüsiges Springkr.	rot/we	VII-X	  M/XI	Wald  Wasser	un	we	ne	an		nur Blüten und Samen eßbar
41	Stiefmütterchen,  Ackerveilchen	gelb/bl	IV-XI	A/IV-  M/XI	Wiese  Berg	sa	sü	sü			leichter  Parfüm- Geschmack
42	Taubnessel,  Weiße u. goldene	weiß	IV-X	A/I-  E/XII	Wald  Weg	pe	za	sa			mit anderen mischen  leicht pelziger Geschmack
43	Waldmeister	weiß	V-VI	E/IV-  E/X	Weg  Wald	za	ne	ne			Geschmack entäuschend:  trocken
44	Wegerich,  Breit-Wegerich	grün/br	VI-X	A/IV	Weg  Wiese	ne	we	ha	sü		faserig, ziemlich hart
45	Weidenröschen,  Kleinblütiges W.	rot	VI-VIII	M/V-  M/IX	Wald  Garten	li	sü	ha			viele Arten eßbar  feiner Geschmack

46	Weißdorn, zweigiffl. Weißd.	weiß	V-VI	M/VIII- E/X	Weg Wald			ne			ab September Beeren weich
47	Winde, Zaun- u. Ackerwi.	weiß	VI-X	A/V- E/X	Weg Garten	we ne	sü	ne			mit anderen Pflanzen essen  Blüten: köstlich!

Solltest Du mal wirklich an eine nicht eßbare Pflanze geraten sein, wie etwa die Wolfsmilcharten, Holunder oder Maiglöckchen, die leichten Brechreiz erzeugen, dann nimmst Du schnell ein paar Teelöffel Erde und die Sache ist im Nu vergessen!

Verwerfe gleich, wenn mit Fremdworten, schwierigen Texten und Formeln ein sofortiges Verstehen bei Dir eingenebelt wird. Denn Du bist so mehr oder weniger gezwungen, diesem Verfasser zu glauben. Besonders, wenn eine (angebliche) Autorität den Text verfaßt hat, und wenn sich das Gesagte zwar als nicht erkennbar falsch, aber doch als nicht plausibel herausstellt. Sei Dir über die Erkenntnis Spinozas klar:

"Der Mensch glaubt zunächst alles, um es zu begreifen. Hinterher kann er es bezweifeln."

### Entscheide Dich! So oder so!

- Werde Dir klar darüber, ob Du ein gesundes und erfolgreiches oder ein von Leid geplagtes

Leben führen willst.

- Entscheide Dich, ob Du den Preis dafür zu zahlen bereit bist, wofür Du Dich entschieden hast.

- Zahle diesen Preis.

»He, Du vergißt doch nicht, mir zu sagen, wieso es so lustig im Krankenhaus für mich wird (in dem Du mich als UrKöstler natürlich nur bei einem Unfall wiederfinden wirst), wenn mir der Besuch statt des Blumenstrauß' vom Gärtner einen von der Wiese mitbringt.«

Weil der Wiesenblumenstrauß nicht mit holländischen Giften vollgepumpt ist. Und Du da meist unbesorgt zugreifen kannst. Was für eine Gaudi, wenn Du den vor den Augen Deiner, wohl mehr einer lästigen Pflicht genügen wollenden Freunde, Kegelbrüder oder Kollegen eine Wildblume nach der anderen, ja selbst die dekorativen Grashalme, in den Mund steckst - und aufißt. Bei den ersten zwei Blümchen denken die noch, Du spielst da ein bißchen dran rum, bis denen dann aufgeht, daß Du sie auch tatsächlich runterschluckst: »Mein Gott - Was machst *Du* denn da?!« wirst Du hören. Oder: »Dir hat der Arzt doch hoffentlich nicht die falschen Tabletten gegeben?«

Das absolut sicherste Heilprogramm, das ich Dir von der Mutter Natur vermittele:

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#) × [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)

Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ☞ = [externe Datei](#) · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/7/82.html> - **Update:** 13.01.2000 16:11

# 7. Kapitel. Lerne: Dir endlich selbst zu helfen

## 7.9 So machst Du Dich in kürzester Zeit gesund!<sup>9711</sup>

- Beginne so die UrTherapie: Iß zwei Tage nur Früchte, Beeren und Wildpflanzen. Am Abend Trockenfeigen und Heilerde. Unterziehe Dich der Hydro-Kolon-Therapie.
- Faste, bis der Körper seine Fettpölsterchen los ist - mindestens vierzehn Tage. Trinke dabei nur gutes Wasser. Brich das Fasten mit dem Essen von Erde und ein wenig Obst. Kaue alles gründlich. Nimm dann die Urmedizin regelmäßig.
- Umgib Dich nicht mit zu vielen Sachen, jedes zusätzliche Ding bringt nur Belastendes.<sup>9025</sup> Sokrates ging über den Markt und freute sich über alles, was er *nicht* brauchte.
- Geh früh schlafen, steh früh auf. Schlafe bei offenem Fenster, unter natürlicher Zudecke und auf reinen Naturmaterialien. Schlafe möglichst nach Einbruch der Dunkelheit bis zum Hellwerden (Urzeitschlaf). Dusche mindestens einmal täglich kalt im warmen Raum - zu jeder Jahreszeit!
- Meide alle Drogen, Medikamente und Genußmittel. Nimm fünfmal am Tag Deine UrMedizin. Behandle äußerliche Leiden nur mit Erde. Nimm täglich einen Teelöffel Erde zu Dir.
- Bewege Dich täglich mindestens eine Stunde lang - möglichst unbekleidet - in der Art Deiner urzeitlichen Vorfahren. Halte Dich stets kerzengerade, auch im Sitzen. Trage nur natürliche Stoffe auf Deinem Körper. Wisse, daß Du von Tieren viel lernen kannst.
- Frage Dich, ob Du in etwa urzeitgerecht wohnst, das heißt frei von Giftstoffen, Metall, Plastik und Chemie. Du kannst nicht gesund werden, wenn Deine Wohnung aus allen Ecken Chemie ausdünstet.
- Rein in die Natur, raus aus der Stadt, raus aus dem Beton für mindestens drei Stunden täglich! Such Dir ein friedliches Zuhause und ein Heim in Ziegel- oder Holzbauweise mit viel Natur um Dich herum.
- Laß Dich wegen einer Krankheit nie mehr von einem Arzt behandeln.
- Suche Deinen inneren Frieden, und trenne Dich von allem, was Dich unglücklich macht - wenn es sein muß, auch von Menschen. Suche schnell nach einem echten Partner.

Suche Dein Glück nicht nur bei anderen oder draußen, sondern vor allem in Dir selbst. Du *selbst* bist für Deine seelische Gesundheit - wie auch für die körperliche - verantwortlich. Dein Schicksal liegt nur in Deiner Hand! Übertrage es nicht auf andere.

- Suche Dir einen anderen Job, wenn der jetzige Deine Gesundheit gefährdet (etwa durch chemische Dämpfe, Asbest, Formaldehyd, Glasfiber, Stein- oder Holzstaub; Hetze, schlechtes Betriebsklima, Raucherkollegen usw.).
- Laß ab von jedem Fanatismus im Vertreten Deiner Ansichten. Sei gegenüber Deinen Mitmenschen tolerant, und enthalte Dich aller Aggressionen. Denke, wie schnell Du



Dein Leben hinter Dir lassen muß. Nimm Dich nicht zu ernst.

- Finde etwas, was Dir täglich ein wenig Spaß macht. Gönn Dir viele harmlose Freuden: Gespräche mit anderen, Spiele und Sport in einer Gruppe, Sportkegeln, Musik und Schwimmen mit Freunden, Gartenarbeit, Hobby. Der Mensch ist als Gemeinschaftswesen geschaffen. Sondere Dich nicht ab, aber wähle sorgsam Deinen Freundeskreis aus Gleichgesinnten.

Schließe Dich Naturfreunden oder Naturisten an, damit Licht und Luft an Deinen Körper gelangt. Laß UV-lichtdurchlässige Fenster einbauen, wenn Du nicht genug draußen sein kannst. Nur das Natürliche und die Natur befriedigen den tief in jedem Menschen schlummernden Schönheitssinn am meisten. Halte Dich und Deinen Partner dazu an, füreinander ansehnlich zu bleiben. Nach Deiner Gesundheit wandelt sich die UrTherapie in die UrMethodik, die schlank und fit hält! Gönn Dir täglich mindestens zwei Stunden Umgang mit einem lieben Menschen.

- Suche Dir befriedigende Arbeit und ein festes Lebensziel, auf das Du hinwirkst. Wer durch eigene Schaffenskraft etwas erreicht, erlangt tiefe Befriedigung - doch vermeide dabei jeden Streß und jede Habgier. Glück ist Arbeit oder der Stolz darauf, etwas geleistet zu haben. Sagte Gandhi. Lache viel. Wer lacht, hat sich in der Gewalt.
- Du fühlst Dich nur wohl, wenn Du von anderen geliebt und geschätzt wirst. Liebe und Wertschätzung erlangst Du, wenn Du die andern achtest und wertschätzt. Mach ihnen Deine Achtung unmißverständlich durch Worte und Taten klar. Aber fühle Dich nicht verpflichtet gegenüber Menschen, die Dir die Zeit mit Geschwätz stehlen. Suche Dir die Menschen selbst aus, mit denen Du zu tun haben willst. Lobe nur noch oder schweige - wissend, wie fehlerhaft Du selbst bist. Wen Du lobst, der lobt Dich. Suche nur Gutes zu tun.
- Habe Geduld, Nachsicht mit den Schwächen der anderen und Frieden in Deiner Stimme. Aber schlag auch hart auf den Tisch, wo nötig. Du wirst sehen: *Du* gewinnst das meiste dabei. Füttere Dich auch geistig täglich mit noblen Gedanken aus guten Büchern. Singe, so oft Du kannst. Sage alles in liebevollem Ton zu anderen, vor allem zu Deinem Partner. Streichle ihn, sooft Du kannst. Sieh nur seine Stärken, und trage seine Not mit ihm zusammen. Nimm Dir stets Zeit für ihn, und höre ihm wirklich zu. Dafür muß Du Dich ihm öffnen.

Trage Deinem Partner nie etwas nach, und tue Du stets den ersten Schritt zur Versöhnung - spätestens am Abend nach der Auseinandersetzung. Sei ohne Vorurteile, und gib Moralansichten nicht Vorrang vor einem gemeinsamen Liebesglück oder einem Leben in Freiheit.

- Schalte sofort allen aufkommenden Ärger und Haß, alle emporsteigenden Befürchtungen und Sorgen in Dir aus. Denke in solchen Situationen sofort an etwas Erfreuliches. Wenn Dir das nicht gelingt, mach Dich auf zu einem Naturlauf. Treib Spiele und UrzeitTraining, oder lege Dir einen Garten zu. Oder suche nach einem Hobby, das Dir Spaß macht.
- Laß Deinen Fernseher länger kalt. Laß nicht Fremde für Dich singen, tanzen, spielen oder lieben. Entwickle alle Deine Fähigkeiten. Sei *Du* aktiv - und überlaß dies nicht den anderen, damit Du Dich auch über Dich freuen kannst.
- Tue alles dafür, Dein eigenes Leben natürlich zu leben. Das Leben gehört nur Dir -

nicht Deinen Kindern, Deinen Eltern oder Deinen Verwandten. Deshalb lebe ganz bewußt!

- Verliere Dich nicht selbst in den Ansprüchen der anderen an Dich. Nimm Deine Ahnungen ernst. Warte nicht auf Rettung durch andere. Hänge Dich nicht an andere, und laß andere nicht an Dir hängen. Nur wenn Du unabhängig bist, kannst Du tun, was Dir gefällt. Doch nichts sollte Dir gefallen, was Deine Gesundheit ruiniert - auf daß Dir die Natur und alles Natürliche noch lange Gefallen bereiten und Freude schenken kann.
- Lache mehr und das aus vollem Herzen. Es löst den Druck und den Kummer in Dir, mit dem jeder zu tun hat. Sende nur positive Energie an Deine Mitmenschen. Je mehr, desto mehr empfängst Du zurück. Es ist so leicht, andere glücklich zu machen: Nimm Dir nur etwas Zeit für den, der es wert ist, schenk ihm ein Lächeln, sag ihm etwas Liebes, das von Herzen kommt.
- Du bist das, was Deine Gedanken aus Dir machen. Denke Gutes, und Du wirst gut handeln und Gutes empfangen. Denke positiv, und Du wirst positive Ergebnisse erhalten.
- Schiebe nichts mehr auf die lange Bank, was wichtig für Dich ist. Beginne noch heute, ein neuer Mensch zu werden. Du bist jedoch nicht verpflichtet, andere glücklich zu machen. Die anderen sind aber auch nicht dazu da, Dich glücklich zu machen.
- Sieh Dein Leben als eine Herausforderung an. Sei neugierig auf das, was Dich erwartet, wenn Du ihm eine neue Wendung gibst. Wenn Du Dich nur immer als armes Schwein, als Opfer widriger Umstände, durchgemachter Krankheiten, böser Viren und Bakterien, häßlicher Menschen oder eines schlimmen Schicksals siehst, dann kann ich Dir hier nicht helfen. Mach's Dir wenigstens aber mal richtig klar in Deinem Kopf: Angst davor haben, mal einige Zeit wie Trillionen Menschen vor Dir bereits nur von der Natur zu leben, Angst davor zu haben, vollkommen gesund zu leben - ja, das ist doch wirklich zu dumm, wenn Du Dich deshalb von der UrTherapie abhalten läßt.
- Das verwirkliche bei Dir:
  - Arbeite jeden Tag ein wenig daran, Dein Ziel zu erreichen.
  - Schaff Dir jeden Tag einen Ausgleich zu Deinem beruflichen Tun oder der Alltagsarbeit.
  - Bereite Deinem Partner, Deinem Kind oder einem Dritten jeden Tag eine Freude.
  - Bereite Dir selbst jeden Tag eine Freude. Am einfachsten geht das unter dem Prinzip: Tu Gutes, und es geht Dir selbst besser.
  - Singe jeden Tag mindestens zwei Volkslieder.

»Was die seelische Lebensführung betrifft, so rätst Du mir hier besonders zu Toleranz und Friedfertigkeit. Hast Du noch nichts von der Untersuchung gehört, daß besonders nachgiebige und stille Menschen von Krebs heimgesucht werden - aggressive dagegen nicht?« meinst Du.

Ja, ist Dir das denn nicht klar? Die Streitsüchtigen sind, bevor sie Krebs bekommen können, schon längst von ihren Partnern alle kaltgemacht worden.... Nun, Charakter mit Auffälligkeiten für bestimmte Krankheiten verbinden zu wollen, da wäre noch viel zu prüfen. Daß ich dagegen durch die UrTherapie ganz bedeutend und positiv den Charakter geformt sehe - denk nur einmal an die in ihrem Sinne erzogenen Kinder - das kannst Du Dir ja denken. Nur will ich mich mit Ausführungen dazu noch etwas zurückhalten, solange die vielen strapazierenden

Neuigkeiten dieses Buches von den Menschen noch nicht alle geschluckt und verdaut worden sind...<sup>9024/5</sup>

Die Menschen sind nun mal so: Sie sehen zwar völlig ein, was richtig für sie wäre - handeln aber nicht danach. Es gibt auch viele, die sich innerhalb der Familie nicht mit der praktizierenden UrTherapie durchsetzen können. So manche sind an einen Partner gebunden, der nur sich und seine Bequemlichkeit sieht und für die Krankheit des Lebensgefährten keine anderen Worte findet als: »Damit mußt Du zum Arzt gehen!«

Ich hoffe und wünsche Dir jedenfalls, daß Du zu den Erlesenen zählst. Und als Zweifler oder wenig willensstarker Mensch solltest Du Dir ein paar Gedanken über die Doppelbedeutung des Wortes »Erlesen« machen, ehe Du resignierst.

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) (Important note!) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ⌘ = externe Datei · [Disclaimer / Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/7/9.html> - **Update: 13.01.2000 16:11**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# 7. Kapitel. Lerne: Dir endlich selbst zu helfen

## 7.91 So wird Dein Körper in den einzelnen Lebensabschnitten beschaffen sein:

Als UrMethodiker:



Als »normaler Mensch«

(falls Du nicht krank wirst):



20 bis 30 jährig

- Die Ausdauer ist stark
- Die Belastbarkeit ist groß
- Die Muskelmassen vergrößern sich weiter
- Die Haut wirkt frisch und gut durchblutet
- Nach Anstrengung geht der Pulsschlag rasch auf Normalwerte zurück
- Mögliche Liegestütze: 100, Klimmzüge: 30

- Herzbelastbarkeit läßt um 5% nach
- Muskulaturfestigkeit schwindet
- Körper zeigt erste Aufschwemmzeichen
- Lungenvolumen verringert sich
- Die Haut wirkt ungesund
- Erste Haarverluste
- Mehr und mehr Zahnschäden
- Mögliche Liegestütze: 10, Klimmzüge: 6

• Kräftesteigerung: 20 Prozent

• Krafteinbuße: 20 Prozent

30 bis 40 jährig

- Keine Anzeichen von Glatzenbildung
- Muskulatur kann Höchstwerte erreichen
- Die Haltung ist selbstbewußt
- Der Gang ist schnell, schwingend und elastisch
- Paradontose und Karies an den Zähnen sind unbekannt
- Die Brust bei Frauen bleibt straff
- Die Reaktionsfähigkeit ist präzise
- Mögliche Liegestütze: 80, Klimmzüge: 20
- Die Kräfte: sind gleichbleibend
- Der Blutdruck bleibt gleich

- Die Fettpolster vergrößern sich. Frau: Hängebusen
- Das Gehen wirkt leicht lahm
- Bei Männern schwindet die Haarpracht
- Hüftspeckrollen setzen sich fest und sind auch durch Diäten nicht wegzubekommen
- Der Arzt wird häufiger beansprucht
- Bei jeder Belastung schwitzt der Körper bereits stark
- Mögliche Liegestütze: 8, Klimmzüge: 5
- Krafteinbuße: 30 Prozent
- Blutdruck steigt um 15%
- Es wird 5% weniger Blut in den Kreislauf gepumpt

40 bis 50 jährig

- Bei Frauen bleiben die Brüste weiter ansehnlich
- Das Gesicht zeigt stärkere Faltenbildung
- Der Bauch bleibt flach, die Figur attraktiv trotz langsam hängendem Po
- Alte Verletzungen machen sich ab und zu durch Stiche oder Steifigkeit bemerkbar
- Mögliche Liegestütze: 70, Klimmzüge: 15
- Krafteinbuße: 10 Prozent

- Die vernachlässigte Muskulatur führt zu Rückenschmerzen. Als Frau: Ausfluß
- Das Treppensteigen fällt bereits schwer
- Die Schultern sacken ab
- Gesicht wird fett, Doppelkinnbildung verstärkt sich
- Der Gang zum Arzt und Zahnarzt wird üblich, bei Frauen darüberhinaus der Gang zum Gynäkologen
- Mögliche Liegestütze: 6, Klimmzüge: 4

- Die Haltung ist gerade und aufrecht
- Der Blutdruck bleibt gleich
- Deine geistige Klarheit macht Dich anderen überlegen

- Kraftereinbuße: 50 Prozent
- Nach etwas mehr Bewegung stellt sich Muskelkater ein
- Blutdruck steigt um 20%
- Es wird 10% weniger Blut in den Kreislauf gepumpt

### 50 bis 60 jährig

- Die Gesichtshaut hängt mehr durch, der Hals wird fleischloser
- Die Gelenke machen noch alles problemlos mit
- Auch nach starkem oder länger unterlassenen Training oder Aufnehmen neuer Bewegungsarten (Skilanglauf, Radfahren) stellt sich kein Muskelkater ein
- Die Haare werden lichter und dünner
- Krankheitszeichen treten an keinem Körperteil auf
- Streß belastet nicht im geringsten
- Mögliche Liegestütze: 60, Klimmzüge: 10
- Der Blutdruck bleibt gleich
- Gehirnleistung ungebrochen

- Bei Männer beugt sich die Haltung
- Bei Frauen: erste Anzeichen für einen krummen Rücken
- Erste Schwierigkeiten mit dem Harnlassen zeigen sich
- Der Bauchumfang ist stark angewachsen
- In den Gelenken macht sich Steifheit breit
- Unterleibsschwierigkeiten sind bei den Frauen »normal«
- Jede Anstrengung macht schlapp
- Hitze und Streß machen fertig
- Der Penis wird kraftlos, die Vagina wird trocken
- Liegestütze und Klimmzüge: 1 bis 2
- Blutdruck steigt um 25%, Frau: trockene Scheide
- Es wird 15% weniger Blut in den Kreislauf gepumpt
- Gehirnleistung vermindert

---

Wenn Du doch genau weißt, daß Du für alles, was Du im Leben erreichen willst, etwas leisten mußt - Wie kannst Du dann annehmen, daß dies für Deine Gesundheit nicht gilt?

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer / Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/7/91.html> - **Update: 13.01.2000 16:11**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a>                      × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> -                      <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# 7. Kapitel. Lerne: Dir endlich selbst zu helfen

## 7.92 Das wolltest Du eigentlich schon immer wissen, hast aber nie danach zu fragen gewagt:

### Wie forscht man nach neuen Medikamenten?

Du glaubst, die Medizinforscher nehmen sich eine Krankheit vor und entwickeln in gezielter, mühseliger Arbeit ein spezielles Mittel dagegen? Hab' ich bislang auch immer geglaubt...

Du denkst, da nimmt sich ein Idealist jetzt vor, z.B. etwas gegen die afrikanische Schlafkrankheit zu tun? Oder er beabsichtigt umgekehrt, etwas gegen das Nicht-einschlafen-Können bedauernswerter Menschen zu schaffen, die nachts Stunden um Stunden wach liegen. Du nimmst sicher an, das wickelt sich alles streng planerisch und besonnen ab, so als wenn Mercedes ein neues Auto entwirft. Ich zeig Dir mal am Beispiel eines Schlafmittels, wie das bei den Pharmafabriken so abläuft:

Beim Herumexperimentieren mit chemischen Substanzen war den Chemikern Keller und Kunz eine neue chemische Verbindung untergekommen, nämlich X-Phtalimidoglutarimid. Da sie nichts damit anzufangen wußten, reichten sie das Zeug an die Seifenfirma Dalli-Werke weiter. Die nannte das weiße Pulver K17 und gab es ihrem Laborleiter Dr. Mückler. Der sollte mal sehen, ob es nicht doch für irgend einen bösen Zweck gut oder für einen guten Zweck böse sei. Vielleicht war es zum Erzielen eines weißeren Weiß in einem Waschmittel, oder zum Vernichten von Kopfläusen für die so nach und nach aus russischer Gefangenschaft Zurückkehrenden zu gebrauchen. Der stäubte nun Kaninchen damit ein, gab es Versuchshunden ins Essen, injizierte es Mäusen, usw. usw., darauf hoffend, daß sich irgendeine Wirkung zeigen würde. Aber es zeigte sich nichts.

Dr. Mückler testete weiter an Ratten, an Katzen und Ziegen, an kranken wie an gesunden Tieren, an Bakterien wie an Insekten. Aber es war einfach nichts Auffälliges an der chemischen Substanz Thalidomid zu entdecken. Schließlich gab er es einem Meerschweinchen ein und sperrte es in ein Laufrad, damit sich die Substanz schneller wieder bei ihm abbaute. Daneben stand zufällig noch ein weiteres Tier im Laufrad, dem man kein K17 ins Futter gestreut hatte. Aber das war seltsam: Dieses Tierchen hatte viel mehr Freude am Rennen als sein Nachbar, der viel früher mit dem Laufen aufhörte.





»Ei«, sagte sich der Dr. Mückler, er war Pfälzer, »das Zeug scheint schneller müde zu machen! Verkaufen wir es also als neues, bromfreies Schlafmittel. Das keine so bösen Nebenwirkungen erzeugt wie die bromhaltigen: Delirien, Stottern, spätere schlimmere Schlaflosigkeit oder Verwirrtheitszustände. Preisen wir es als ein Wundermittel an.

Man kann nämlich im Gegensatz zu anderen Chemiepülverchen so viel den Versuchstieren eintrichtern wie man will: keines stirbt davon! Also ran! Geben wir K17 gegen gutes Honorar unseren mitspielenden Ärzten. Die sollen das mal bei ihren Patienten (»Hier hab' ich was besonders Gutes für Sie!«) ausprobieren.«

Was auch geschah. Da von den Medizinern auch einige positiv zu sehende Berichte zurückkamen, gab man das mit »Contergan« benannte Wundermittel alsbald in den Handel...

Was das Teufelszeug alles an Wundern im Körper bei denen anrichtete, die es schluckten, und was für Krankheiten sie im Alter deswegen einmal entwickeln, das weiß bis heute noch keiner ganz genau. Nur werdende Mütter erfuhren es an ihren Kindern, die dann ohne Arme, aber mit Händen, ohne Beine, aber mit Füßen auf die Welt kamen.

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)

Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/7/92.html> - **Update: 13.01.2000 16:12**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

Der Domainname ist  
eine Spende der  
[Transmedia GmbH](#)

× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch  
× [Antivivisektion e.V.](#)                      × [Für Vegetarismus!](#)  
- [Gegen Tierversuche](#) -                      [Vegi-Büro Schweiz](#)  
Tierversuchsgegner Rhein Ruhr

# 8. Kapitel. Lerne, Dich wieder richtig zu bewegen: urzeitgemäß!

## 8.1 Sorge nicht nur für Deine inneren Organe - auch Dein Aussehen ist wichtig

*Krankheiten sind die Versuche des Körpers, sich von den*

*Unreinheiten und Entartungen seiner Säfte zu befreien. (Hippokrates).*

»Ich soll also auch noch etwas für mein Äußeres tun - eigentlich finde ich mich ganz annehmbar«, meinst Du.

Wer findet sich selbst nicht als Prachtstück! Aber ich meine es etwas anders. Sieh mal: Man merkt jedem Menschen an, wenn sein Körper durchtrainiert ist. Solche Menschen sehen einfach besser aus - auch im Alter. Nicht nur das! Sie wirken jünger, elastischer, drahtiger und haben viel mehr Erfolg beim anderen Geschlecht, selbst wenn sie keine besonders schön geschnittenen Gesichtszüge ihr eigen nennen.

»Sag mal, willst Du aus mir etwa einen Spitzensportler machen? Ich hab' dafür gar nichts übrig.«

Da sind wir beide einer Meinung! Verrückt, dieses Immer-Schneller, Immer-Höher, Immer-Weiter. Vor dieser Art von Sport warne ich Dich sogar. Die Urzeitmenschen haben sich natürlich viel bewegt. Aber sicher nicht damit übertrieben. Wir wollen keinen Sport betreiben. Sport heißt Wettkampf, heißt am Ende, daß sich der eine über den anderen erheben will, wozu jedes Mittel recht erscheint - auch das unfaire. Denk nur mal ans Doping! Sport heißt zumeist: unnatürlicher oder übertriebener Körpereinsatz und einseitige Belastung, nicht aber ganzheitliches Training aller Organe und Muskeln. Und darauf kommt es nur an.

»Fein, streichen wir also alles, was körperlich anstrengt. Ich hab mit dem urzeitgemäßen Essen schon genug um die Ohren!«

Halt - so war das nicht gedacht. Man kann auch vernünftig Sport betreiben. Aber wenn Du nicht sportlich veranlagt bist - ich will Dich gar nicht dazu bringen. Daß Sport nicht das geringste mit der krankheitsbeseitigenden und gesunderhaltenden UrBewegung zu tun hat, beweist sich allein aus der Tatsache, daß pro Saison acht von zehn professionellen Akteuren schwere Verletzungen davontragen.<sup>8104</sup> Was hauptsächlich auf das Festspritzen der Sportärzte zurückzuführen ist. UrBewegungen bringen Dir keine Verletzungen - machen aber dafür gesund! Du solltest Dir nur sagen:

Die Urzeitmenschen waren ständig draußen und bewegten sich viel. Also habe ich mich möglichst auch so zu verhalten.

Gutes Gesundheitsgesetz der Natur.

**Wachstum, Entwicklung, Kräfte und Reife von Körper und Geist verdanken wir nur dem Ausüben von Urbewegungen.**

Und weiter: Ich komme nicht umhin, auch etwas für mein Äußeres zu tun, wenn ich schon dabei bin, mein Körperinneres in Ordnung zu bringen. Sonst wäre das nur etwas Halbes. Ergo:

Schenke also zukünftig Deiner Figur etwas mehr Beachtung. Laß sie nicht mehr verkommen, wenn Du sie mit der UrKost wieder in die Reihe bekommen hast.

Apropos Figur:

Auf einer längeren Wildpflanzenwanderung<sup>8110</sup> an einem heißen Augusttag begegnete meiner Gruppe eine blonde Schöne mit herrlich langen, wohlgeformten Beinen in einer Jeansshort, der nur äußerst knapp einen strammen Popo bedeckte. Mein neben mir gehender Teilnehmer Kurt hatte wohl seine Frau vergessen, die auf der anderen Straßenseite marschierte. Der aber nicht entging, wie ihr Mann - und der nicht allein - sich den Hals nach dem Mädchen verrenkte. Sie holte ihn schnell aus seinen aufsteigenden Fantasien mit den laut für die ganze Gruppe hörbaren Worten zurück: »He, Kurt, der Franz Konz hat uns zwar gesagt, wir sollten besonders auf die Figur achten, aber auf die eigene - und nicht auf die fremder Mädchen!«



Die Frauen lachten laut los, die sich davon angesprochen fühlenden Herren der Schöpfung - ich nicht ausgeschlossen - brachten dagegen nur ein besseres Grinsen zustande ...

**Wisse: Mit dem Gedankengut der UrMedizin im Sinn empfindest Du das UrTraining nie als lästige Pflicht, sondern vielmehr als ein »Muß-nun-mal-Sein«, wie etwa das Sparen vor dem Eigenheimbesitz.**

**Wenn es Dir aber absolut keinen Spaß macht, höre Musik dabei, dann bekommen wenigstens Deine Ohren etwas für Dich Erfreuliches ab.**

»Also - auch fürs allzuviele Bewegen bin ich nicht sehr zu haben. Warum auch? Schließlich werde ich alle meine Leiden durch die UrMedizin los, einzig der Rücken schmerzt öfter.«



Vielleicht fährst Du noch zu viel Auto. Es sind die Vibrationen, denen zum Beispiel auch Piloten ausgesetzt sind.<sup>8015</sup> Sie verursachen auf Dauer Schäden an der Wirbelsäule. Die UrMedizin ist nur für das Gesunde des Körpergewebes und der Blutgefäße verantwortlich. Stärken kann Deinen Körper nur die variationsreiche UrBewegung, welche auch die Rückenmuskulatur kräftigt - den Wirbeln so Halt und Elastizität verschafft und damit die

Schmerzen nimmt. Auch hier brauchst Du nichts anderes als nur das Natürliche zu tun, also keinen Sport zu treiben.

Die Frage ist nur: Nimmst Du Dir die Zeit dafür?

Was jedoch wichtig für Deinen Rücken ist:

Schläfst Du auch nach Art der Affen? Auf harter Unterlage?

Nein? Dann hast Du keine Chance, den Rückenschmerzen je zu entkommen. In den Naturwarenversandhäusern gibt es Stroh- und Kapokmatratzen. Als erstes also: Raus mit den Schaumstoff- oder Federkernmatratzen. (siehe Kap. 9.76)

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ☒ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/8/1.html> - **Update: 13.01.2000 17:44**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

# 8. Kapitel. Lerne, Dich wieder richtig zu bewegen: urzeitgemäß!

## 8.2 Der äußere Körper muß den inneren unterstützen!

Merke Dir jetzt: Du *lebst* noch nicht urzeitgemäß. Du *ißt* höchstens urzeitgemäß (wenn Du aus den Vorkapiteln die praktischen Konsequenzen gezogen haben solltest). Das ist ein Unterschied. Denn ich sehe Dich als einziges Stück aus Fleisch und Blut vor mir, das seinem Körperinneren das Beste zuführt, was es ihm zuführen kann, nämlich zumindest urzeitähnliche Nahrung.

Ich sehe aber noch nicht, daß Du Deinem Körperäußeren ebenfalls das Beste zukommen läßt. Und ich sehe nicht, daß Dein äußerer Körper mithilft, den inneren Körper beim Verarbeiten dessen tatkräftig zu unterstützen, was ihm innerlich zugeführt wird. Denn:

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Die inneren Organe des Körpers waren stets gewohnt, bei ihrem Tätigsein kräftig unterstützt zu werden, und zwar durch die großen Körperglieder. Dieser Mitwirkung bedürfen sie ständig ohne geringsten Unterlaß, wenn Du gesund bist.** <sup>8109</sup>

Denk nur an Deine Verdauung, wenn Du mal einen Tag Auto gefahren bist, bettlägerig warst oder eine längere Flugreise hinter Dich brachtest! Daran erkennst Du, wie der äußere Körper mit Hilfe der Bewegungen fördernd auf die inneren Teile einwirkt und wie nötig die inneren Organe eine kräftige, durchtrainierte Muskulatur haben. <sup>8025</sup>

Das ist doch ein Wahnsinn: Ein Leben lang träumst Du davon, schön, schlank und jugendlich zu sein und zu bleiben, siehst gutaussehenden Menschen neidvoll oder bewundernd nach und wirst traurig darüber, daß Du nicht ebenfalls so attraktiv bist. Du haderst mit Deinem Schicksal, und Dir kommt es einfach nicht in den Kopf, daß Du genau so gut aussehen und selbst sehr viel hinsichtlich Deines eigenen Körpers aus Dir machen kannst. <sup>8025</sup>

In einem Kurzseminar gehe ich immer gleich in die Vollen:

»Und warum haben Sie Ihre vollschlanke Figur noch nicht halbschlank gebracht, damit sie sich hier in dem engen Stahlrohrsessel ab und zu etwas bewegen können?«

Die mehr als korpulente Dame errötete leicht: »Ich hatte noch keine richtige Zeit dafür...«

Ich antwortete laut in mein Mikrofon: »Ihr seht's mal wieder. Wir Männer sind unseren Damen

unterlegen: Eine Frau hat 'ne Entschuldigung schneller zur Hand als ein paar Joggingsschuhe oder 'ne Handvoll Wildpflanzen.«

Merke: Laß Dich als junger Mann oder junges Mädchen nicht vom übertriebenen Fütterungstrieb der Mütter mästen. Auch Du als Ehemann bist oft genug davon betroffen: Durch eine Frau, die gut kochen als Hauptaufgabe in einer Familie ansieht. Du hast ein Recht auf einen schönen und elastischen Körper.

Bleiches, unansehnliches Mädchen: Laß doch mal wenigstens für eine Zeit Milch, Fett, Fleisch und Süßes aus Deinem Speiseplan verschwinden. Du wirst sehen, welch feine Haut, welch frisches Aussehen und welch duftiges Haar Du schon allein dadurch bekommst.

Herziges Pummelchen: <sup>9026</sup>Ich weiß, Du fühlst Dich gar nicht so wohl in Deiner Haut, wie Du nach außen hin tapfer tust. Es gibt nur wenige Männer, die mit Dir ausgehen möchten. Sie fürchten leider alle, sie würden sich mit Dir vor ihren Freunden blamieren. Du kriegst aber Schönheit nicht geschenkt, so wie Du auch Gesundheit nicht einfach in der Apotheke kaufen kannst. Und die da schlank und rank im Rampenlicht stehen, arbeiten hart an sich, um sich ihre Attraktivität zu erhalten.<sup>6315, 8017, 8103, 9026</sup> Also:

**Du mußt nicht fürchten, wegen Deiner Fettfülle blöde, häßliche oder Mißgeburten-Kinder zu kriegen.<sup>9439c</sup> Du mußt nicht nachts die Kissen vollheulen, weil Du Dich häßlich fühlst und weil Dich vielleicht niemand liebt und je lieben wird. Oder weil Dich die Männer, trotz all Deiner Beteuerungen, stolz auf jedes Pfund zu sein, was Du auf den Hüften trägst, nicht reizvoll finden:**

In wenigen Wochen schon kannst Du Dich mit Hilfe der UrTherapie für immer attraktiv, schlank und so auch Deine wunde Seele gesund machen. Wenn Dich allerdings Ballonbrüste quälen, mußt Du etwas mehr Geduld aufbringen - denn die sind möglicherweise durch einen Abkömmling des Penicillins verursacht, das die Ärzte gern gegen entzündliches Rheuma spritzen.<sup>3853</sup>

Hör auf mit den ständigen Diäten! Du mußt verrückt sein, Dich immer wieder darauf einzulassen, obwohl Du genau weißt, daß Du danach doch wieder dick wirst. Und was das für eine Qual ist, sich wochenlang immer nur halbsatt zu fühlen, das hast Du doch oft genug mitgemacht! Und Dir zu kleine Brüste laß Dir um Himmelswillen nie für die Kerle mit Silikon aufpumpen. Sollen die doch unters Messer und sich die Hände verkürzen lassen!

Mit der UrTherapie bleibst Du dagegen ein Leben lang schlank und begehrenswert, wirst beneidet und mußt so Liebe nicht vermissen. Ein sicher nicht auf alle zutreffender, leider im Materiellen verhafteter Spruch lautet: Frauen können nie schlank genug - Männer nie reich genug sein, wenn sie Erfolg beim anderen Geschlecht haben wollen. Aber er trifft nun mal ziemlich die Wirklichkeit. Und die ist, Gott sei's geklagt, leider äußerst materialistisch eingestellt. (Die UrTherapie leistet ihren Teil, die Menschen von diesem verhängnisvollen Weg abzubringen.) Leider werden nun mal dicke Menschen nicht so respektiert, wie es eigentlich sein sollte. Ich hoffe also sehr, daß Du diesmal alles tust, um endlich schlank zu

werden!

»Aber ja! Ab sofort werde ich nicht mal mehr das Fettgedruckte in Deinem Buch lesen.«

Na, zum Glück hast Du Dir wenigstens Deinen Humor durch meine Annotzerei hier nicht nehmen lassen. Aber das Schönheitsempfinden des Mannes ist nun mal in seinen Genen programmiert. Wenn er in der Urzeit immer nur schlanke Frauen erblickte, ist alles in seiner Erbmasse darauf eingestellt, das Idealbild der Frau schlank zu sehen. Das ist urzeitgeprägt. Frauen mögen ja auch gesunde, gepflegte, durchtrainierte Männer, die klug und zärtlich sind und ihnen Geborgenheit schenken. Männer bewundern - mit Ausnahme einiger Primitivlinge - schlanke, sportliche Frauen - danach drehen sie sich jedenfalls um, die bringen ihr Blut in Wallung - besonders das in der unteren Region. Und das immer wieder aufs Neue. Und bei UrzeitKost würde und wird nie eine Frau zuviel zunehmen. Merke Dir als Pummelchen:

**Du wirst dick bleiben, solange Du unnatürlich lebst. Ganz einfach: Lebe natürlich, und Du wirst wieder attraktiv und damit auch begehrenswert. Und ich sage Dir, was »natürlich« ist.**

Und wenn Dir das Leben als schlanke Maid wieder so richtig Spaß macht, schreib mir mal. Ich freue mich schon auf Deinen stolzen Brief. Frauen sind für mich das Liebste auf der Welt, und ich schätze sie mehr als meine UrKost und lasse dafür manche Fünf gerade sein. Ich möchte die herrlichsten Geschöpfe dieser Welt alle strahlend, unbeschwert, zufrieden und glücklich sehen. Und wünsche jedem Mann die Krätze an den Hals, der dem nicht zustimmt. (Und ihm dann so kurze Arme, daß er sich nicht kratzen kann.)

Und was ist mit Dir, Du stolzer Träger eines stattlichen Bierbauchs?

Merke Dir: Je mehr Pfunde Du auf die Waage bringst, desto früher steigst Du in die Kiste! Schon allein um Dich finanziell besser zu stellen, solltest Du schlank sein: Wenn dicke Menschen mit den Chefs ihr Gehalt aushandeln, wird ihnen leider bedeutend weniger zugestanden als schlanken. In drei Wochen schon kannst Du das Schlanksein für immer geschafft haben mit der UrTherapie. Wäre das nicht schön, mal wieder so richtig Chancen bei den Damen zu bekommen?<sup>9038</sup>

Ich war selbst in jungen Jahren dick und fett. Bis ich merkte: In diesem Zustand liebt Dich keine Frau heiß und innig. Da sagte ich mir: Ehe Du innerlich eingehst, lauf lieber äußerlich ein bißchen mehr ein. Und ich habe es nie bereut, mich schlank gemacht und schlank gehalten zu haben. Denn nie geliebt haben und nie geliebt worden zu sein heißt: nie gelebt zu haben.

Carpe diem hieß es bei den Römern. Nutze den Tag. Nutze ihn mit der UrMethodik! Schaff Dir in kurzer Zeit einen neuen, besseren, ansehnlicheren Körper!

Es ist doch so einfach:

**1 Das Fett bringst Du weg, indem Du zwei bis drei Wochen erdfastest.**

**1 Erneuten Fettansatz vermeidest Du durch Essen der reinen fett- und süßfreien UrKost.**

**1 Die bleiche, kranke Hautfarbe wandelst Du in eine frische und gesunde, indem Du nur noch UrKost zu Dir nimmst und viel Sonne und Luft tankst.**

- **Deine Figur verbesserst Du durch Aufbau von Muskulatur und Unterhautfettgewebe, wobei sich bei Dir als Frau durch Ausschwemmung dieser häßlichen Zellulitis noch ein Doppeleffekt ergibt.**
- **Hör endlich auf damit, Dein eigener Feind zu sein!**

Mit der UrTherapie wird in Kürze jedem, der sie aufgreift, ein strahlendes Aussehen gegeben. Und nach zwei Jahren UrzeitBewegung und Fitneßtraining unter UrKost hast Du Dir sogar einen attraktiven Körper verschafft. Du kannst ganz andere Ansprüche an zukünftige Partner stellen. Schöne Menschen werden umworben. Schöne Menschen sind rank und schlank. Dafür lohnt es sich doch, auch mal für 12 Wochen in Deinem Leben etwas Schwerfallendes zu tun, oder?

(Manchmal ist die Ursache dafür, daß Du keinen Partner findest, übler Mundgeruch. Davon befreist Du Dich mit der UrMedizin ebenfalls schnellstens. Denn in Deinen Magen gelangt nur noch gut zu verdauende, nicht mehr verfaulende Nahrung, und Deine Mundbakterienflora normalisiert sich bald. Der überreichliche Chlorophyllgehalt des Wildgrüns tut ein übriges.)

Natürlich darfst Du nicht immer Ausreden für Dich erfinden. Eine alte Bekannte, die mir vor einem Jahr fest zugesagt hat, mittels UrKost ihrem beginnenden Hüftspeck zu begegnen, traf ich kürzlich mit verdoppeltem Umfang wieder. Ich begrüße sie, habe noch kein persönliches Wort an sie gerichtet, als es aus ihr losbricht: »Keine Vorwürfe bitte! Da ist nur all der Kummerspeck hinzugekommen, weil mir meine ständigen Vorsätze, endlich Deine UrKost aufzunehmen, so viele Nöte bereiteten...« - »Tja, das ist Pech!«, antwortete ich. »Der einzige Weg, schlank zu werden und zu bleiben, besteht für die erste Zeit darin, soviel zu essen, wie Du willst: Aber nur von allem, was Dir nicht schmeckt.«

Noch raffinierter bringen es die intelligenten, aber zu Fülle neigenden Mädchen fertig, scheinbar überzeugende Gründe für ihr gegen sie selbst gerichtetes Handeln zu finden: »Morgens Obst? Nein, nein - ich fang den Tag fröhlich an. Ich würde mich todunglücklich fühlen, wenn ich nicht nach dem Make-up gleich meine Schokoladen-Krispies einwerfen kann! Was nützt es mir, wenn es meinem Körper vielleicht etwas besser geht - meine Seele aber leidet. Das kann für den Körper dann doch nur noch schlechter sein!«

Du bist bereit, dieser Argumentation zuzustimmen? Wie sehr unsinnig sie ist, das entlarvst Du schnell, wenn Du statt des Wortes »Schokoladen-Krispies« das Wort »Heroin« setzt.

Das ist die Wahrheit:

Eine Sekretärin aus Remseck war 30 Jahre lang dick. Sie sagt: »Dicksein ist die Hölle. Du bist



verzweifelt. Du bist allein.« (BRIGITTE vom 17.5.1992)

Wer etwas anderes behauptet, der macht sich was vor - auch wenn die Dickmadams noch so viele Clubs bilden, sich auf die Malerei von Rubens berufen oder in den Medien behaupten, stolz auf ihre Massen zu sein. Oder sich vormachen, so würden sie wenigstens nicht »zu Sexualobjekten degradiert«. Das ist in Wahrheit nichts anderes als der verzweifelte Versuch, die innere Not in äußeren Optimismus zu verwandeln.<sup>9518</sup>

Willst Du ein ganzes Leben in einem Gefängnis von Fett verbringen? Und soviel an Übergewicht ständig mit Dir rumschleppen? Was zeigt die Waage denn bei Dir an?

»Ach weißt Du, mit deren Gewichtsangabe kann ich mich ganz gut abfinden. Nur mein Taillenumfang macht mir Sorge...«, sagst Du.

**Ich sage: Du denkst, Schlankheit und Gesundheit beginnen dort, wo Bauch und Hüfte anfangen. Weit gefehlt! Beide beginnen dort, wo Du es am wenigsten vermutest: in Deinem Kopf. Schlank und gesund sein bedeutet, zuerst in Deinem Denken eine zwingendere Einstellung in Dir aufzubauen, Dich für das unbedingte Gesundsein zu entscheiden. Und diese dann in Dein Verhalten umzusetzen. Dieses Denken in Dir zu verfestigen - dazu ist dieses Buch da.**

**Verzeih mir aber, wenn ich Dir als wohlbeleibtem Zeitgenossen hier schon mal starken Tobak zugemutet habe. Das geschah nur, weil ich Dir helfen will. Ich muß Dich einfach mit manchen Provokationen aus Deinen Träumen hochreißen. Ist es doch heute üblich, jedem nach dem Mund zu reden, um nirgendwo anzuecken. Man verteilt nur noch Schmeicheleien. Die aber helfen Dir nicht bei dem wichtigsten was es für Dich im Leben gibt: ansehnlich und gesund zu sein!**

**Findest Du es als Mann nicht Deiner unwürdig, Dir mit solchen Sprüchen etwas über Deinen Bauch vorzumachen:**

**»Hab' ich 20 Jahre schwer dran gearbeitet.« Oder: »Ein Mann ohne Bauch ist wie ein Land ohne Fahne.« Oder: »Ich mag jedes Pfund Fleisch von mir.« Oder: »Lieber 'nen Bauch vom Saufen als 'nen Buckel vom Arbeiten.« Oder: »Eine meiner erogenen Zonen.« Oder: »Mein Markenzeichen.«**

**Doch denk daran: Wie es über Deinem Bauch ausschaut, so erfreulich oder schrecklich sieht es auch darunter aus. Mindestens so wichtig wie Dein Geist ist Dein Körper! Dein Geist kann nur gut arbeiten, wenn Dein Körper gut drauf ist.**

**Was ich leider immer wieder beobachte: Viele geistig sehr tätige Menschen glauben offensichtlich, sich zu schade dafür zu sein, in die ihrer Ansicht nach niederen Gefilde körperlichen Bewegens hinabzusteigen. Sie bauen in ihrem Kopf eine richtige Sperre dagegen auf: harte Bewegung, unästhetisches Schwitzen - igittigitt, das ist doch nichts für intellektuell so Hochstehende wie sie...**

**Hippokrates jedenfalls hielt körperliches Fitsein für unumgänglich.<sup>0573</sup>**

**Merke: Wenn Du eine sitzende Tätigkeit ausübst, mußt Du Dich zusätzlich zum UrzeitTraining mindestens jede Stunde aufrappeln, 20 Kniebeugen machen, ein paar Treppen hoch und runter laufen, Dich an einer Tür oder einem Heizungsrohr im Keller mal aushängen, sonst hast Du eher Dickdarmkrebs als andere, die einer körperlichen Arbeit nachgehen.**

### **Gesundheitsgesetz der Natur:**

**UrBewegung ist unabdingbar dafür, daß die UrMedizin ihre gesundmachende Wirkung entfalten kann.**

Denke auch daran, daß die UrBewegung neue Kapillaren bildet. So viele alte hast Du Dir mit Deiner schlimmen Lebensweise bereits zugesetzt. Jetzt ist Gelegenheit, das zu ändern. Du darfst nur nicht unter einer täglichen Trainingszeit von 45 Minuten bleiben, sonst dehnen sich die Blutgefäße nicht. Und je mehr freie Du davon besitzt, desto besser können sie die Körperteile mit Blut versorgen. Dazu gehören auch die Geschlechtsorgane.

»Und da Du mir nun klarmachtetest, daß die äußeren Körperteile ohne die Mithilfe der inneren nicht viel leisten können«, wirfst Du ein, »verlangst Du, daß ich wie verrückt rumturne.«<sup>8000ff</sup>

Das sagt Dir doch der gesunde Menschenverstand, daß zur Unterstützung der Verbrennungsvorgänge genügend Sauerstoff im Körper vorhanden sein muß. Beim Eisensog<sup>220/1</sup> hab' ich es Dir schon deutlich gemacht: Du kannst noch so urzeitgemäß essen - wenn Du Deine Beine nicht täglich so auf Trab bringst, daß sie das Herz veranlassen, kräftig Blut bis in die feinsten Äderchen Deiner Zehen zu pumpen, dann darfst Du nicht erwarten ...

»Daß ich abends warme Füße habe«, meinst Du. »Also jeden Tag eine Stunde laufen - darauf läuft's hinaus, ich hör's schon.«

Sagen wir 'ne halbe Stunde. Ich glaube kaum, daß unsere Vorfahren insgesamt am Tage mehr gelaufen sind. Aber viel geklettert sind sie bestimmt. All diese Mindestzeiten gelten natürlich nicht für die auf das Vielfache an Bewegungszeit programmierten Kinder! Die müssen schon doppelt und dreifach so lange draußen rumtollen.

Bereits nach den ersten tausend Metern hat sich so viel an Schleim - den der Körper schon lange abstoßen wollte, aber dessen er sich mangels Gelegenheit nie entledigen konnte - auf die äußeren Schleimhäute abgesetzt, daß er mit einem Mal leicht abzuhusten oder auszuscheiden ist: Kopf zur Seite, ein Nasenloch zuhalten und kräftig schneuzen. Was für ein wunderbares Gefühl, eine völlig freie Nase zu haben!

**Doch werde erst mal schlank, dann machen Dir Laufen und alle UrBewegungen keine Mühe. Du läufst dann wie ein junger Gott! Und Du rennst auch mit mehr Lust, weil Du**

**Dich, im Gegensatz zu früher, nach dem Essen sehr leicht fühlst. Bei der UrTherapie greift eins ins andere über - wie in einem Räderwerk.**

Vergiß nicht, viele UrzeitBewegungen bei Deinem Lauf einzubauen - dann ist das ein Aufwasch. Zum Beispiel das Fingerdehnen, das Händeschütteln, Schulterkreisen, Hände-hinter-den-Rücken-Schlagen, Knieanheben, Gesichtsgrimassen, mit angehobenen Knien laufen usw. So wird dann der Lauf zum wirklichen UrzeitLauf.

Mit Mißverständnissen mußt Du allerdings schon mal rechnen. Wenn es bei mir und meiner Frau mit dem Laufen schon mal später wird, dann begegnen wir sonntags oft Spaziergängern mit Hunden im Wald. Einmal haben die uns schon angegriffen. Zum Schutz dagegen nehme ich einen kleinen Knüppel mit. Wird der Weg eng, laufe ich kurz hinter meiner Frau her. Zufällig spaziert mein Nachbar den gleichen Weg und blickt entgeistert auf mich, mir nachrufend: »Ihre Frau hat mir ja schon immer wegen ihres verrückten Essens leid getan! Aber daß Sie zu so was fähig sind, hätte ich nie von Ihnen gedacht!« Tja, so ist das: Wer nicht ganz nach den Vorstellungen der Massenmenschen lebt, dem traut man zuerst mal Böses zu.

»Nun betonst Du auch hier wieder, man könne nur dann für immer gesund werden, wenn keiner der vier Pfeiler der UrMethodik außer acht gelassen wird. Gilt das auch dann, wenn's sich um meine alte Oma handelt, die schon arg wackelig auf ihren krampfadergeplagten Beinen steht? Oder gar für die würdigen älteren Damen aus den vornehmen Großstadtcafes?«

Warum soll sich Deine alte Oma morgens nicht zu etwas UrzeitTraining bequemen, um ihren Körper wieder besser kontrollieren zu können?<sup>8021, 8101/5</sup>. Gerade sie hat doch genug Zeit dafür! Sieh mal, wir beide möchten eins, nämlich daß es Deiner Oma besser geht und sie nicht mehr so rumkränkt. Natürlich wollen wir bei alten Menschen bezüglich der UrBewegung viel nachsichtiger sein. Daß die nicht mehr alles so hundertprozentig schaffen, ist doch klar. Wenn Du Deiner alten Oma aber noch ein paar schöne Jahre verschaffen willst, dann versuche wenigstens, sie viel ans Wandern oder zum Spaziergehen in die Natur zu bekommen - das ist immerhin schon etwas. Vielleicht kriegt sie sogar noch zur morgendlichen Aufmunterung einen halben Kopfstand hin, der ihr das schädliche Kännchen Kaffee ersetzen kann. So kommt sie wenigstens auf gesundem Weg zu einer besseren Gehirndurchblutung. Wisse:

**Menschliches Wohlbefinden wurde vor allem durch UrBewegung geprägt. Bewegst Du Dich heute nicht genügend urzeitlich, dann wird in Dir auch kein natürliches Wohlgefühl ausgelöst. Ist Dir dies, wie Deiner Oma, wirklich mit allen Fasern Deines Verstandes klar geworden, dann ist die Motivation zum Sich-Bewegen eine ganz andere. Eine viel stärkere, weil sie ja von innen heraus kommt. Und so bedeutet das tägliche UrTraining keine Mühe mehr. Sondern nur noch Freude.**

**Alle Bewegung aber nutzt nichts, wenn Du z.B. Raucher bleibst - wodurch Dein Körper u. a. daran gehindert wird, Kalzium aufzunehmen. Knochenschwund und Knochenbrüche kommen dann irgendwann auf Dich zu!<sup>9519</sup>Das gleiche gilt für Alkoholiker und Kaffeetrinker. Die UrBewegung vermag es dann auch nicht, Dich von Deinen Rückenschmerzen zu befreien. Denn Rauchen hat einen äußerst negativen**

**Einfluß gerade auf den Stoffwechsel der Bandscheiben und degeneriert sie unaufhaltsam.**<sup>5316ff, 5321f</sup>

Übrigens gewöhnst Du Dir das Rauchen um so schneller ab, je mehr Du täglich läufst. Und wenn Du dann nur noch UrKost isst, wird's noch einfacher. Denn das nach Mehr fordernde Nikotin in Deinem Blut wird so in kürzester Zeit abgebaut. Probier's nur mal, Du wirst sehen, wie recht ich habe.<sup>5315</sup>

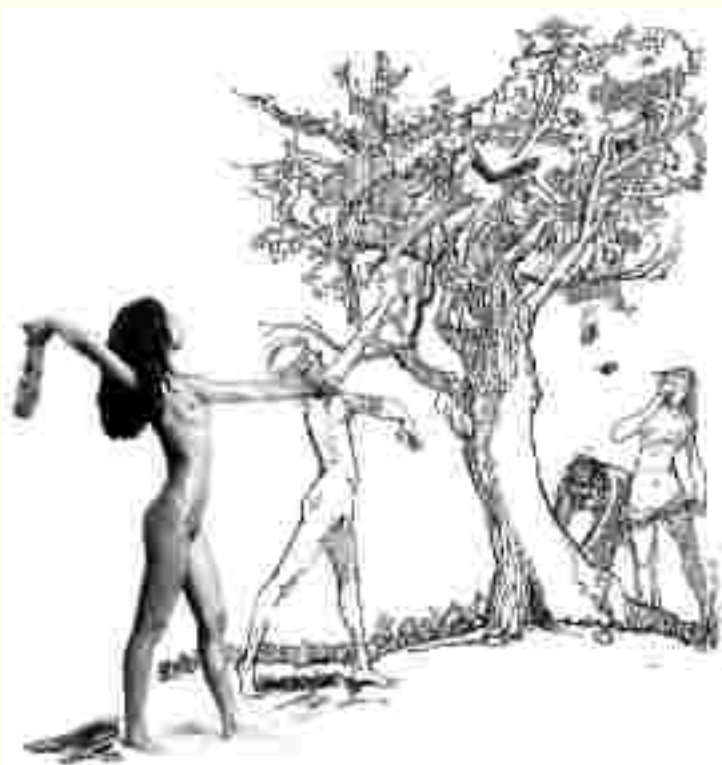
Den Halbkopfstand halte ich für Noch-Versteifte und sehr alte Menschen bestens geeignet, und der geht so: Du kniest Dich vor eine Wand, beugst den Kopf auf eine zweifach zusammengefaltete Decke, setzt die vordere Stirn darauf auf, gibst die Hände eng am Körper im rechten Winkel nach hinten auf den Boden. Dann gehst Du mit den Füßen immer weiter nach vorn, bis der Po die Wand berührt, während Du gleichzeitig die Knie auf die Ellbogen aufsetzt und nun bequem so verharren kannst.

»Aber mich willst Du weiterhin in die Bäume jagen.«

Nicht doch! Es gibt schließlich auch Turnhallen. Sonst tut's auch Dein Zuhause.

Du stellst Dir einfach vor, wie Deine Vorfahren im Baum herumgeturnt sind, und versuchst, das mit den dort vorhandenen oder von Dir schnell zu schaffenden Möglichkeiten nachzumachen.

»Also: Wenn ich mir sagen muß, daß meine Ahnen sich ihre Früchte vielleicht mit einem Wurfwolz aus dem Baum holten, dann werde ich mich hinstellen und meine Arme so kräftig vom Körper wegschleudern, als würde ich ein solches gerade werfen.« So etwa hab' ich's mir gedacht:



»Nackte in diesem Buch?« tust Du entsetzt. Aber liebe Leserin, ist Dir denn nicht schon längst aufgegangen, daß ich dieses Buch nicht für Kleingeistige und Spießbürger schrieb...?

Viele Frauen neigen im Alter dazu, viel zu sitzen und es sich oft gemütlich zu machen...

**Was meinst Du, wie wichtig daher die Erschütterungen der inneren Muskulatur durch Springen, Hopsen und Laufen gerade für eine Frau sind!**  
(©Rz759, Herzbild)

Diese Muskeln empfangen so ständig neue

Reize und werden angeregt, sich mehr und mehr zu kräftigen. Kommen sie dann meinen UrBewegungsvorschlägen nach, dann erspart es ihnen später schmerzhaftes Frauenkrankheiten und die Wegnahme wichtiger Organe oder sogar eine Totaloperation. <sup>9911</sup>

Und ohne Erschütterung des Körpers wirkt auch die UrMedizin bei Verdauungsschwierigkeiten, der Beckenboden-Schwäche und bei anderen Leiden nur halb.

Als Frau solltest Du wissen: Intensives UrTraining verringert bereits das Risiko, an Unterleibskrebs zu erkranken um das Zweieinhalbfache. Bei Brustkrebs um das Doppelte. <sup>8000, 1211, 1215</sup>

Als Mann hast Du durch UrBewegung ein wesentlich vermindertes allgemeines Krebsrisiko.

»Sag mal, ich bin mittlerweile in einem Alter, da läuft man nicht mehr gerne. Warum läßt Du mich statt dessen nicht einen Spaziergang machen?« sagst Du. »Ich würde beim Spazierengehen auch ziemlich hart ausschreiten. Und jeden Tag mindestens zwei Stunden... Immerhin wäre das ein erheblicher Fortschritt - früher hab' ich nicht mal das getan. Da saß ich immer zu Hause rum und kam nie an die frische Luft.«

**Der Lauf gehört dazu, wenn Du gesund werden willst. Es genügt nicht, daß Du frische Luft bloß einatmest. Sie *muß* mindestens einmal täglich - und das erreichst Du nur durchs Laufen - bis tief nach unten in die Lungenspitzen getrieben werden. Und auch die eben besprochenen inneren Muskelanreize sind nur damit zu erreichen.**

(Alle Lungenkrankheiten fangen in schlecht durchatmeten Lungenspitzen an.)

Nur wenn Dir Laufen wirklich nicht möglich ist, magst Du es durch Schwimmen oder forsche, dreistündige Spaziergänge ersetzen.

Und wenn Du wegen schlimmen Regens mal nicht vor die Tür kommst, machst Du zehn Minuten Seilchenspringen. Auf diese Weise klappt es dann auch an diesem Tag mit Deiner Verdauung!

Damit Du mehr Spaß daran findest, tu Dich dabei mit einem oder mehreren Partnern zusammen. Wenn Du den richtigen Lebenspartner hast, wird *er* es natürlich sein, der mit Dir rennt. Du kannst aber auch mit Gleichgesinnten oder Bekannten eine kleine Gemeinschaft gründen, die sich zum Lauf oder lustigen Laufspielen regelmäßig zusammenfindet. Du meinst:

»Es klingt vielleicht komisch - aber viele würde das Feixen oder blöde Anstieren meiner Nachbarn hinter deren Fenster stören. Oder wenn ich ihnen auf meinem Laufweg begegnen würde... Wobei ich sicher auf einen nach Antreiben aussehenden Knüppel verzichtete.«

Ich weiß ja: Um sich vor dem Laufen zu drücken, haben die meisten eine gute Ausrede schneller zur Hand als ein Paar Laufschuhe... Und wenn sie sich schon über Dich amüsieren!

Du solltest doch längst über solchen kleinen Geistern stehen. Dafür lächelst *Du* aber dann - natürlich nur ganz verstohlen, das tut man schließlich nicht! - über sie, wenn diese Lacher später einmal auf Stöcke gestützt oder ständig nach Luft schnappend an Dir vorbei schleichen.

Schon vor über 2.300 Jahren meinte Laotse: »*Der Unwissende, der nichts versteht, lacht leicht.*«

»Ich finde es schrecklich, daß Du mir zumutest, jeden Tag zu laufen. Und zudem noch dabei die armen Hunde der Spaziergänger zu erschrecken.«

Ich weiß schon, daß meine Vorschläge heute nicht so recht ankommen. Sieh mal, ich hab' das doch alles am eigenen Leib ausprobiert und biete Dir damit das Nonplusultra meiner Erfahrungen.

Ob Du die aufgreifst, ist Deine Sache. Wer nur dann läuft, wenn es ihm paßt, der läßt bald wieder ganz die Füße davon. Wenn Du nur einen Tag damit aussetzt, dann fällt Dir das Hochheben der Beine am übernächsten Tag schon viel schwerer.

Es geht einfach darum, eine feste Gewohnheit bei Dir zu bilden. Dann wird der Gedanke ans Laufen nicht mehr groß im Kopf herumgewälzt, mit einem Soll-Ich oder Soll-ich-Nicht, dann weißt Du einfach: Jetzt ist 7.30 Uhr - das ist meine Laufzeit. Und greifst zu Deinen Laufschuhen. Dann ist das wie beim Schwimmen am Meer, wenn das Wasser noch kalt ist: Nur der Anfang ist schwer. Danach wird's zum Spaß. Wie alles, was mit Bewegung zu tun hat. War Dir bewußt, daß Deine Lungenflügel ebenfalls durch eine innere Muskulatur zum Atmen bewegt werden? Damit diese im Alter nicht erschlafft, will sie täglich gefordert sein. Und das geht nun mal nur über harte körperliche Bewegung - am einfachsten durch Laufen. Damit wird auch der Herzmuskel gestärkt, der Dir sonst immer mühsamer Dein Blut durch den Körper treibt. Oder ist es Dir lieber, später mal einen Herzschrittmacher in den Leib eingepflanzt zu bekommen, der ewig als Fremdkörper dort stört?

Und noch etwas kommt hinzu:

**Wie sollst Du denn anders als durch ein bißchen Härte gegen Dich selbst Deinen Willen stärken, um die UrKost durchzuhalten und um Deiner Familie ein gutes Vorbild zu sein? Merkst Du denn nicht, wie alles bei der UrTherapie verzahnt ist und eins ins andere übergreift? Bei dieser Ganzheitsmethode bedingt eins das andere. Sei doch froh, daß alles aus einem Guß besteht - so wird Dir der volle Erfolg zur Gewißheit.**

Mal laufen, mal UrBewegung machen, mal UrKost essen, wenn es sich gerade so ergibt: das gibst Du schnell wieder auf, und bald ist alles wieder beim alten, verderblichen Trott.

Orientierungsläufe, Schnitzeljagd, Seilspringen, Ballspiele, zusammen mit anderen - das macht viel Spaß. (Organisiere die, so oft Du kannst!) Das brauchst Du als Kranker besonders. Und wie gut und erleichternd, daß sich dabei auch festsitzende Winde lockern. Ich bin mal mit meinem Söhnchen und meinem zu Besuch weilenden fleischliebenden Freund zum zweiten

Mal zu einem Lauf aufgebrochen. An die schmalen Pfade bei uns im Wald denkend, meinte mein Kleiner zu ihm: »Onkel Herbert! Du läufst aber diemal *hinter* uns. Weißt Du, Deine Fürzchen gestern haben mir das letzte Mal ganz schön den Atem genommen!« Merke:

UrzeitBewegung ersetzen die unnatürlichen Sportbewegungsarten, die zu vielen Verletzungen (Zerrungen, Muskelrissen, Brüchen, Meniskus- und Sehnenverletzungen) führen.



Mindestens zu Anfang springen, gehen oder laufen wir nur auf Wiesen- oder Waldböden. Warum? Weil sich möglicherweise bei zu harten Böden ein durchhängender Darm durch die ungenügende Abfederung noch mehr aus den Haltebändern und der Haltemuskulatur lösen könnte. (® Rz 981[3]) Hältst Du den Naturlauf Dein Leben lang durch, so kannst Du sogar des öfteren beim Essen sündigen – Du wirst nie mehr dick. Warum? Durch täglich mäßiges Naturlaufen steigt die Zahl der fettabbauenden Enzyme im Körper von 10% auf 80%. Deine Muskelmasse nimmt zu, Dein Fett schmilzt weg. In der ersten Laufwoche verbrennst Du 0,1 g Fett in 30 Minuten. In der 12. Woche 25 g, die Anzahl der Fettabbauer vervielfacht sich. Dein Körper verbrennt sein Fett jetzt rund um die Uhr – auch nachts. Im Schlaf bis zu 90 kcal pro Stunde. Du mußt Deine Fettverbrennungsmaschinerie nur jeden

Tag neu starten. Putz Dir nicht erst die Zähne oder rasier Dich. Denn das kostet zwölf Minuten. Und in dieser Zeit fallen Dir garantiert 17 und 4 Ausreden ein, warum Du gerade heute ausnahmsweise keine Zeit zum Laufen hast. Es geht für Dich darum in den ersten vier Wochen dieses Negativdenken abzustellen und loszulaufen. In der Winterzeit ist das oft schwer, vor allem wenn es draußen regnet oder schneit. Nach vier Wochen aber wird es Dir einfach! Es wächst ein solches Verlangen, ein Wollen, ein Träumen, ein Genießen: Laufen wird zur guten Sucht bei Dir.

Vergiß nie: Natürlich laufen heißt mit Freude, entspannt, leicht und locker laufen: Die anderen anlachend oder singend. Wer einen schöpferischen Beruf hat, dem fliegen dabei die besten Gedanken nur so zu. Klar: das Gehirn wird 100% mehr durchblutet als sonst. Also: immer ein kleines Aufnahmemikrofon oder Notizbuch mitnehmen.

»Laufen - ist das nicht eigentlich zu gefährlich für Kranke? Starb nicht da vor einigen Jahren sogar ein bekannter Läufer, der ein berühmtes Buch über den Wert des Laufens geschrieben hatte, ausgerechnet bei einem Lauf?« sorgst Du Dich.

Menschenskind - wann hörst Du mit Deiner Entschuldigungssuche auf? Die Menschen sterben im Bett, vor dem Fernseher, auf dem Klo, beim Einkaufen - warum nicht auch beim Laufen? Die meisten bekommen gerade dann einen Herzinfarkt, wenn sie sich *nicht* groß angestrengt

haben - beim Stehen, Sitzen oder Liegen. Merke Dir:

Bei der UrMethodik kann Dich der Tod nicht ereilen, während Du läufst! Du läufst ihm nämlich im wörtlichen Sinn davon. Denn durch Dein Erdfasten verstopft Dir kein Dreck mehr die Adern, sind Deine Organe bereits auf dem Weg der Erholung! Und die UrMedizin leistet den Rest zu einem leistungsfähigen Körper mit cholesterinfreien Blutgefäßen.

Wer weiß, was dieser Lauf-Autor alles an Schlechtkost in sich hineingeschlaucht hat! Der kannte damals keine UrKost. Dir kann das ja nicht passieren, mein Freund!

Aufpassen beim Laufen solltest Du allerdings auf Druck und Engegefühl in der Brust, besonders wenn die Beschwerden auch in den linken Arm ausstrahlen. Sie können Zeichen für einen bedrohlichen Mangel in der Sauerstoffversorgung des Herzmuskels sein. In einem solchen Fall solltest Du das Lauftraining etwas langsamer angehen. Die Schimpansen laufen mehrmals am Tag, aber immer nur kurze Strecken.

Überlege mit mir: Somit ist nur Kurzstreckenlaufen urzeitliches Bewegten. Wir laufen nur deshalb länger als die Urzeitmenschen es wahrscheinlich hielten, weil wir deren zeitaufwendige Wanderungen nicht mit unseren langen Arbeitszeiten am Tag vereinbaren können. Und weil uns deren anstrengendes Herumklettern in den Bäumen nicht möglich ist - dieses Außer-Puste-Geraten uns also fehlt.

**Wir sprachen bereits über die feine Innenmuskulatur im Körper der Frau: Es geht darum, daß die durchs Laufen hervorgebrachten Erschütterungen Dein inneres, durch UrKost gesundes Gewebe gut durchbluten und seine feinen Ligamente zugleich kräftigen. Dann können sich bei Dir als Mann erst gar keine Prostatageschwülste bilden oder Herzinfarkte passieren (@Bild Rz759) .**

Solltest Du mal beim Laufen unter Wadenkrämpfen leiden, so erzeugst Du am besten eine Gegenspannung durch Dehnen, indem Du bei gestreckten Beinen die Fußspitze zu Dir ziehst. Anschließend schüttelst Du die Muskulatur locker aus.

Laufe viel über unebenen Grasflächen ohne Schuhwerk - eine bessere Fußsohlen-Reflexmassage kannst Du Dir nicht wünschen! Asphalt oder Pflaster ist zu hart und schadet Deinen Gelenken, selbst mit weich besohlenen Laufschuhen. Und es ist wohl klar, daß Du nie in der Nähe von vielbefahrenen Straßen läufst. Wisse auch: Richtig und damit schmerz- und verletzungsfrei natürlich laufen lernst Du nur barfüßig (1a). (Du knickst nämlich nur deshalb beim Laufen um, weil der Boden des Schuhs Deine Fußsohle unnatürlich verbreitert und so bei unebenen Stellen die Hebelwirkung verstärkt.) Nur Barfußlaufen ermöglicht die vollendete Haltung der Wirbelsäule und den federnd-elastischen Ausgleich der Bodenunebenheiten.

Wenn du mehr barfuß läufst, über Stock und Stein, über Gestrüpp, Äste und hohe Pflanzen, so gelangst Du langsam zu einem Laufstil, den man als natürlich bezeichnen kann. Du bringst dann nämlich Deine Zehen und Ballen etwas früher auf den Boden als den ganzen Fuß bzw. Deine Ferse.



Dadurch nimmst Du alle Unebenheiten des Bodens schneller wahr. Denn diese fangen den Druck des Körpers federnd auf und sind in der Lage, Unebenheiten besser auszugleichen als die Fersenknochen. Letztere sind zum Abfedern von Stößen völlig ungeeignet. Und wenn Du dann mal längere Zeit mit nackten Füßen gelaufen bist, setzen sich diese ganz von selbst gerade hintereinander bei leicht nach innen gerichteten Zehen, so wie das ideal wäre. Schon etwas festere Schuhe begünstigen stets das Aufsetzen auf der Ferse. Der richtige Ablauf des Laufens ist demnach: Zehen, Ballen-Außenkante. Trage deshalb in der Stadt nur leichte Mokassins oder gut abgefederte Laufschuhe und für den Sport oder das UrTraining ganz dünne Sportschuhe aus Stoff und Gummi, wenn Du ihn nicht barfuß ausüben kannst oder magst. Vor allem im vorderen Fußballbereich müssen die Schuhe sehr flexibel sein und sich leicht fast bis zu den Schnürsenkeln durchbiegen lassen. Und für zu Hause bevorzuge nur das Barfuß- oder Auf-Strümpfen-Gehen.

Falls ich Dich hier wirklich nicht zum Laufen bringen kann, dann geh regelmäßig schwimmen oder fahr mit dem Rad ins Grüne! Oder schließ Dich einem Sportverein an. Einmal dabei, wirst Du es später nicht mehr missen wollen. Oder mach dafür das *Intensivgehen*. Das ist ein Gehen mit kräftigem Armeinsatz. Wenn Du das praktizierst, genügt eine Stunde täglich, das für Dich erforderliche UrBewegungspensum hinter Dich zu bringen. Dazu ist ein Gehschritt nötig, der es Dir einfach macht, das schnelle Gehen durchzuhalten. Dessen natürliche Länge testest Du aus, indem Du Dich bis zum Umfallen vorbeugst: Der Schritt, der dies verhindert, das ist die richtige Länge (1b).

Dann kann es losgehen: Die Füße immer gerade hinstellen, nicht nach innen, nicht nach außen drehen. Und immer ans Abrollen denken. Der ganze Fuß muß umgekehrt wie beim Laufen abgerollt werden, von der Ferse bis zum dicken Zeh. Auch die Arme gehen hoch, sanft sind alle Muskeln tätig. Merke: Der Armschwung (mit angewinkelten Armen zur rechten und linken Seite) wird sehr aktiv ausgeführt. Er ist wichtig, um eine gute Schnelligkeit zu gewinnen und den ganzen Körper - wie beim Laufen - durchzuarbeiten.

So steigst Du ein, damit Du keinen Muskelkater bekommst, der übrigens nicht nur von der vermehrten Stoffwechselschlacken- und Milchsäureausscheidung im Körper herrührt, sondern auch von kleinen Geweberissen:

110 Schritte pro Minute: für Einsteiger und Untrainierte, 122 Schritte pro Minute: für »Fortgeschrittene«, 134 Schritte pro Minute: das Ziel: Übergang zum Intensivgang.

(Du denkst doch auch hier daran, stets so zu gehen, als hätte man Dich an einem Zopf hochgehängt?!)

Wer noch mit den Gelenken Schwierigkeiten hat: Die Belastung der Sehnen und Gelenke beim verschärften Gehen ist gering! Während ein Läufer - er hebt während des Laufens seinen gesamten Körper vom Boden ab - bei jedem Schritt mit dem Drei- bis Vierfachen seines Körpergewichts landet, bringt der Intensivgeher pro Fuß nur sein eigenes Körpergewicht auf den Boden.

Damit Deine inneren Muskeln aber die nötigen, sie kräftigenden Erschütterungen mitbekommen, hüpfе zwischendurch ab und zu wenigstens mal auf weichem Boden.

Wenn Du in schlechter körperlicher Verfassung bist, kann schon eine Gehgeschwindigkeit von viereinhalb Kilometern in der Stunde nach 15 bis 30 Minuten einen Trainingseffekt haben. Wer sich dagegen in ausgezeichneter Verfassung fühlt, sollte schon etwa 30 bis 40 Minuten lang eine Geschwindigkeit von sechs bis acht Kilometern pro Stunde beim Gehen beibehalten. Das bedeutet ein flottes Wandern. Ich habe für die bequemen Geher eine besondere Gangart für zwischendurch, die den Hüftspeck wegbringt. Die sieht zugegeben etwas verrückt aus, aber was soll's!

Ich will es mal als ein Gehen mit über Kreuz zu setzenden Beinen bezeichnen. Also: Du setzt zuerst den linken Fuß seitlich vor Deinen rechten. Wenn Du Deine beiden Arme angewinkelt nach links schlägst, treibt es das linke Bein fast von selbst nach rechts über das andere Bein. Auf diese Weise läufst Du über Kreuz, was Deine Beweglichkeit schult und jedesmal einen kleinen Schlag in Dein Hüftspeck treibt (@Rz 924 Ende UrBewegung 34 o). Wenn der Fuß nach hinten schwingt, läßt Du bewußt die Zehen nach unten hängen.

Eine 16-Kilometer-Wanderung senkt Deinen Cholesterinspiegel bereits um sechs Prozent! Aber kürzeres Laufen und Intensiv-Gehen wirken gleich gut, verkürzen nur den Zeitaufwand. Warum? Weil die Lymphbahnen dadurch den Dreck abtransportieren können.<sup>9612, 910</sup> Hinzu kommt: Du schwitzt dabei nur wenig, weil Du ja nicht mehr trinkst! Du sollst mal sehen, was das allein für eine Erleichterung für Dich bedeutet! Vielleicht hat Dich gerade dieses unangenehme Schwitzen früher vom Laufen oder Marschieren abgehalten.

Und wenn es warm ist, lauf wenigstens bei einer Wanderung mal mit freiem Oberkörper oder als Frau in kurzer Hose herum, damit Deine Zellen viel Bioenergie aus der Natur tanken können.

Und allen feinen, würdigen, älteren Damen rate ich, sich nicht über meine Anforderungen zu ärgern, sondern einer Wandergruppe <sup>8108, 982 [4]</sup> oder einem Tanzkurs beizutreten. Um statt des Laufens tanzen zu gehen oder zu wandern. Gönnst Euch doch mal diese zigarettenrauchfreie Abwechslung! Na, sind wir uns wieder gut?

Ich rate allen Kranken und Bettlägerigen, die nicht zum Laufen kommen, besonders Asthmatikern, Bronchitikern, Lungenkranken, Rauchern: Blast mindestens 50mal täglich einen Luftballon auf.

»Verflixt noch mal«, meinst Du, »besteht denn der einzige Weg, gesund zu bleiben, darin, daß ich esse, was ich nicht mag, daß ich gesundheitsbewußt denke, was ich nicht schätze, und daß ich mich körperlich abquäle, was ich hasse?«

Ich fürchte, mit »Ja« antworten zu müssen. Ich wiederhole: Es gibt keinen Vorteil, ohne dafür Nachteile in Kauf nehmen zu müssen. Doch ich vermag Dich gleichzeitig zu trösten: Du erhältst dafür auch etwas, um das andere Dich beneiden:



**Du mußt keinen frühen Herzinfarkt oder Tod befürchten. Du kannst Dein Leben immer angenehm genießen, Du bist weniger müde und fühlst Dich stets wohl und fit. Du hast mehr Erfolg beim anderen Geschlecht, weil Du schlank und sportlich ausschaust. Dir ist es auch im späten Alter noch möglich zu lieben. Du vermagst Dir jederzeit Dein Essen selbst zuzubereiten - und das einmalig schnell und preisgünstig! Durch all das gewinnst Du ein völlig neues Lebensgefühl: Du bist nicht mehr abhängig und auf andere angewiesen! Dein Leben gewinnt plötzlich einen Sinn, weil Du den Absichten Deines Schöpfers folgst.**

Folgendes Lauftrainingsprogramm gilt für Anfänger:

Am besten läufst Du im Wald, auf Naturboden oder auf Feldwegen. Du beginnst zügig zu gehen, nach 5 Minuten läufst Du langsam 5 Minuten, dann gehst Du wieder im Wechsel mit Laufen. Alles insgesamt über 30 Minuten. Nach 4 Wochen täglichen Trainings beginnst Du wieder mit 5 Minuten zügigem Gehen, dann 10 Minuten Laufen, 5 Minuten Gehen, 10 Minuten Laufen und so fort.

Du läufst in den ersten acht Wochen im folgenden Tempo: vier Schritte ein-, vier Schritte ausatmen: eins-zwei-drei-vier, eins-zwei-drei-vier, eins... Später kannst Du auf drei Schritte ein-, drei Schritte ausatmen beschleunigen.

Wenn Du Dich nach weiteren vier Wochen Training gut fühlst, dann versuche gleich, 20 Minuten langsam zu laufen, was Du später auf 30 Minuten steigern kannst. Zum Einprägen wiederhole ich:

Gehörst Du zu den Laufnieten, so will ich Dich auf die Hauptfehler hinweisen: Steif und ungelenkt fallen die meisten mehr oder weniger plump in den Schritt hinein. Die Ferse dient ihnen zum Abpuffern - und genau das ist verkehrt. Denn die Laufstöße sollten nur gedämpft über Sprunggelenk, Knie und Hüfte bis in die Wirbelsäule weitergegeben werden, damit sie nicht zu muskulären Verspannungen führen. Also merk Dir: Das angehobene Bein setzt Du mit dem Vorfuß auf und federst ihn weich mit dem Sprunggelenk ab. **Schwerere können dann noch Ihren Fuß bis auf die Ferse abrollen lassen. Merke: Wie Du richtig läufst erkennst Du, wenn Du barfuß leicht bekleidet über eine weiche Wiese rennst.** Die Füße setzt Du parallel auf. Beim Abdrücken liegt die Hauptbelastung auf Deinen Großzehengrundgelenken. Denke daran: mach immer nur kleine Schritte. Tust Du's nicht, so muß Du Deinen Körperschwerpunkt zu hoch anheben. Das kostet Dich Kraft und belastet Deinen Bewegungsapparat zu stark. Der Impuls kommt - wie beim Gehen - stets nur aus der Hüfte. Und lauf nicht mit einem Buckel. Kopf und Brust hältst Du aufrecht, Deine Augen sehen geradeaus. Deine Schultern ziehst Du leicht zurück - so bleibst Du schön locker!

Übrigens, wenn Du Dich jetzt mehr auf die Socken machst: Bevorzuge den herausfordernden,

siegesgewissen Schritt, der Selbstvertrauen einflößt, auch wenn der Kopf sich anfangs sträubt. Du weißt ja: Der Körper kann halt dem Kopf befehlen und der Kopf dem Körper.

Bedenke: Das Ganze muß Dich fordern, es soll schon anstrengend sein. Andererseits darf es Dir nicht zur Qual werden. Sagt Dein Körper halt, dann gehst Du einfach ein Stück. Du bist nicht jeden Tag in Höchstform.

Im Wald unterwegs greif' ich mir stets einen Tannenzapfen auf und drücke immer wieder fest zu. Dann habe ich auch gleich meine Handmuskeln gekräftigt.

Wenn Du so nach dem Laufen - Dein Kind hast Du hoffentlich mitgenommen! - mit durch die Hormonausschüttungen ausgelöster freudiger Stimmung nach Hause gelangst, ist die Lust auf was Erfrischendes ganz von selbst besonders stark, sind Unlust und Frustgefühle in Dir wegen irgendwelcher Probleme schwach. Das erstere verlangt daher nach frischen Früchten oder Frischsalaten! Das letztere verhindert, daß Du Dir mal wieder Kummerspeck mit Schlechtkost oder Süßem anißt. Wieder mal greift unser UrMethodik-Räderwerk ineinander, merkst Du das?

Kehrst Du so gestärkt aus der Natur zurück, dann meldet sich bei Dir auch der Frust, der da oft tief in Deinem Herzen sitzt, kaum noch. Denn die Gefühle des mannigfachen Unbefriedigtseins in Dir - wegen Nichterfüllens urzeitlicher Prägungen - sind ja nun besänftigt.

### Gesundheitsgesetz

**Wenn Du Dich urzeitgewohnt genügend oft und kräftig bewegst, dann wird Dein Blut - der Träger der Nährstoffe - druckvoll durch die kleineren Blutgefäße getrieben. Dadurch kann es überall frische Energiestoffe bis in die letzten Winkel des Körpers tragen. Und auch die Lymphe - Wegträger von Abfallstoffen- fließt!** 8009, 8014, 8020, 8105ff, 9452

Herzleiden, Asthma und Heuschnupfen lassen sich oft schon durch regelmäßiges Laufen heilen. Besonders die Nieren brauchen »volle Pulle«, damit sie schnell die Harn- und Giftstoffe aus dem Körper ausscheiden. 3811, 8001ff, 8020, 8102 (®Rz346)

**Weil bei intensiv sportlich Tätigen in ziemlich natürlichen Disziplinen so die Ausscheidungsorgane stets auf vollen Touren gehalten werden, bleiben sie trotz schlechter Zivilisationskost vielfach lange von Krankheiten verschont. Weil bei denen wegen der vielen harten Bewegungsarbeit Lyphbahnenklappen und -drüsen mit Hochdruck pumpen.**

Es sei denn, sie lassen sich mit Ärzten ein, die ihnen Dopingmittel oder Fitmacher oder schmerzstillende Spritzen verpassen und somit zusätzlich die gefährlicheren chemischen Gifte in den Körper einbringen. Während der Organismus mit den Nahrungsgiften oft einige Zeit noch fertig wird, vermag er das mit den Chemiegiften nicht. Daher erklären sich die seltsamen Leistungsabfälle und Infekte, unter denen die Spitzensportler vielfach leiden. Und: Spitzensport zu machen, das fällt keinem Affen ein. Deshalb ist er unnatürlich und wirkt sich

später schädlich aus.

Wie schwer es mir selbst auch manchmal fällt, bei jedem Wetter loszulaufen - unterwegs sage ich mir dann immer: Dafür kriegst Du auch nie im Leben ein Lungen- oder Herzleiden. Oder Asthma! Allein der Gedanke, später mal nicht genug Luft zum Atmen zu bekommen - das läßt mich gleich froher und leichtfüßiger weitertraben.

Wenn Du Dich allein nur schwer zum Laufen aufrappeln kannst, dann höre mal bei den Krankenkassen nach. Die organisieren des öfteren Lauftreffs. Da lernst Du auch mal 'ne andere Sorte Menschen kennen. Nämlich solche, die erkannt haben, daß man aktiv sein und etwas für seinen Körper tun muß, um stets ein angenehmes Leben zu führen. Eines, das Freude macht.

Also auf jeden Fall Bewegung, Bewegung, Bewegung! Aber nur solche, zu der Du ohne Schmerz fähig bist; das sagt Dir schon der gesunde Menschenverstand. Solltest Du leidend sein, so wartest Du ab, bis Dir Erdfasten und die UrKost völlige Schmerzfreiheit erbracht haben.

Du bist so krank, daß Du im Bett liegen mußst?

Wenn Du Dich dann wenigstens alle Stunden nur hin- und herrollst, das Kreuz hochhebst, den Kopf drehst, die Arme für eine Zeit fest zusammendrückst oder kräftig an einem Handtuch ziehst, die Beine anhebst und hochhältst, solange Du kannst, die Füße gegeneinanderpreßt oder gegen das Bettende drückst - Dich also mindestens eine halbe Stunde urzeitlich bewegst, ist das bereits ein Erfolg. Am besten läßt Du Dir so einen kleinen Bügel über dem Bett anbringen, dann findest Du noch mehr Möglichkeiten, Dir selbst als Bettlägeriger genügend Bewegung zu verschaffen, und erfüllst einen sehr wichtigen Part, Deiner Leiden schneller Herr zu werden.<sup>8015ff, 8022, 8100</sup>

Zu Dir selbst sagst Du vielleicht in einer ehrlichen Minute: »Der Konz hat gut reden, den hält seine junge Frau immer auf Trab. Aber ich bin einfach zu faul und träge dafür, mich mehr als gerade nötig anzustrengen!«

**Da muß ich Dich diesmal in Schutz nehmen vor Deiner Eigenanklage. Du bist nicht zu faul! Du bist nur zu müde! Und Du bist deshalb zu müde, weil Dich Deine bisherige Schlechtkost schlapp gemacht hat und Dich bis heute noch schlapp hält. Warum?**

Weil Dein Organismus von der Schlechtkost so geschwächt ist, daß er gerade noch die Alltagsbewegungen schafft - aber nicht mehr. Siehst Du, das wird nach der Darmreinigung, dem Erdfasten und nach der ersten Zeit des Aufnehmens der UrMedizin nun ganz anders!

Jetzt wirst Du nämlich von neuen, frischen Energien beflügelt und empor getragen. Probier es aus: Du merkst sofort, wie leicht Dir plötzlich die neu aufgenommene Körperaktivität fällt - und wie gut sie Dir tut. Und was für neue Lebensgefühle Dich durchweben und zu welchen Freuden sie Dich führen! Nur ran! Nur der Anfang ist schwer...

Damit keine Unklarheiten aufkommen: Der Konz und seine Frau halten sich gegenseitig auf Trab!

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × »[Der Große GESUNDHEITS-KONZ](#)« × »[Natürlich Leben](#)«  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) (Important note!) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ☒ = externe Datei · [Disclaimer / Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/8/2.html> - **Update: 13.01.2000 17:44**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# 8. Kapitel. Lerne, Dich wieder richtig zu bewegen: urzeitgemäß!

## 8.3 So sitzt Du, ohne Dir einen steifen Rücken zu holen

Was nützt Dir die gute UrBewegung, wenn Du Dir durch falsches Sitzen stets wieder neue Rückenbeschwerden holst! Gibt es überhaupt eine urzeitgemäße Sitzweise?

Dies vorab: Das Sitzen auf unseren Stühlen und in den Sesseln ist alles andere als natürlich. Du wirst niemals einen Affen in dieser Position erleben, und wenn Du hundert Stühle um ihn herum stellst. Der wird sich immer darauf oder darunter *hinhocken*! Das nämlich ist die richtige urzeitliche Sitzposition. Und die gesündeste für das Kreuz. Es ist schon schwer genug, den Menschen schlechte Kost auszureden - aber das auf ihre Sitzmöbel auszudehnen, ich glaube, da nähme ich mir zuviel vor. Ich selbst habe es ja noch nicht geschafft, mich von meinem Schreibtischsessel ganz zu trennen (wenngleich ich auch auf einem arbeite, bei dem man auf die Knie rutschen kann).

So bleibt uns also nichts anderes übrig, als wenigstens die Schäden zu verhindern, die uns durch völlig falsches Sitzen entstehen. Darüber gibt's Aufklärung.<sup>8005f, 8010, 8015, 8022, 9858, 9888</sup> Du erkennst: Es läßt sich alles preiswert und wenig zeitaufwendig aus Büchern lernen. Überdies können sie auch noch Genuß - mal mein Buch hier ausgenommen - bereiten. Greife deshalb zu ihnen, statt zur Fernbedienung des die Probleme und Themen nie tiefgehend aufgreifen könnenden Fernsehens.

Noch am besten sitzt Du auf einem einfachen Hocker oder Holzstuhl. Je weiter Du Dich nach hinten setzt, desto mehr werden Deine inneren Organe zusammengequetscht, desto weniger gut kannst Du atmen und Deine Sitzknochen spüren. Also: Sitz nur auf der Stuhlkante!

Wenn Du jetzt die Pomuskeln zusammenkneifst, merkst Du, daß sie sich wie ein Polster unter Deine Sitzknochen schieben. Die Gesäßmuskulatur ist nämlich zum Bewegen da, nicht einfach nur zum Draufsitzen! Du wirst sie also immer wieder zwischendurch anspannen und lockerlassen. Weiter: Wenn Du Dir beim Sitzen vorstellst, daß Du die Füße in den Boden stemmst, merkst Du, wie sich die Oberschenkelmuskeln anspannen. Durch dieses Anspannen und Lockerlassen der Muskeln entsteht eine kaum merkliche Bewegung: das Schaukeln auf den Sitzknochen. Mit diesen Schwingungen wird jede Verkrampfung vermieden, und gleichzeitig werden Oberschenkel- und Pomuskeln, die wir zum Gehen, Hinsetzen und Aufstehen brauchen, trainiert und durchblutet. Das machst Du also möglichst mal alle zehn Minuten.

Beim Aufstehen stellst Du den einen Fuß leicht quer hinter den anderen, der vordere steht fest

auf dem Boden. Du konzentrierst Dich auf die Oberschenkel und denkst: »Oberschenkel, hebt mich!« So stehst Du auf, ohne dabei Deine Lendenwirbel zu schädigen. Und kräftigst gleichzeitig Deine Muskulatur. Wir haben zum Leben nun mal unsere Bewegungswerkzeuge bekommen. Der Oberschenkel ist der stärkste Muskel im Körper, und wir verwenden ihn bei der Zivilisationslebensmißweise viel zu wenig. Mit ihm sollten wir uns niedersetzen, mit ihm sollten wir aufstehen, sollten uns mit ihm bücken. Aber die Menschen setzen sich nicht nieder, sie plumpsen auf den Sessel und stöhnen dann in sich hinein, wenn sie aufstehen. Muskeln, die nicht mehr arbeiten, lagern Fett ein und degenerieren. Und nun weißt Du auch, warum so viele Frauen an den Hüften auseinanderfließen! Deine Muskeln sind da, um zu arbeiten, nicht um zu verkümmern.

Beim bequemen Sitzen auf dem Stuhl, besonders im Sessel, auf einer Couch oder beim Autofahren kippt sich Dein Becken nach vorne, krümmt sich Deine Wirbelsäule nach unten ab, während sie bei der aufrechten Sitzhaltung auf der Stuhlkante gerade bleibt.

Richtiges Sitzen heißt weiter: sich ständig auf dem Stuhl bewegen.

Statt mit den Muskeln der Lendenwirbelsäule, die dazu überhaupt nicht geschaffen sind, setz Dich also ab jetzt mit Hilfe der Oberschenkel hin. Das ist zwar zunächst umständlich, aber auf Dauer tut es gut: Stell Dich mit dem Rücken vor den Stuhl, die Füße sind dabei in Schrittstellung und leicht nach außen gedreht, mit einer Dir um den Hals gedachten Schlaufe hängst Du an der Decke, die Schultern hängen nach unten. Dann laß Dich gerade und majestätisch auf der Vorderkante des Stuhls nieder.

Vier rechte Winkel müssen sich bilden, wenn Du sitzt: Fuß-Unterschenkel, Unterschenkel-Oberschenkel, Oberschenkel-Hüfte und Hals-Kinn. Und vergiß nie: Halt stets beim Sitzen das Kreuz gerade und durchgedrückt! Ein guter Rat:

Schaff Dir ein Stehpult an, wenn Du sehr viel im Sitzen arbeiten muß. Oder lege Dir einen Schrägaufsatz oder eine Holzplatte im Winkel von 45 Grad auf den Schreibtisch. Nur vorne auf der Kante zu sitzen, das ist zu wenig für Dein Wohlbefinden. Deshalb erfrische Dich auf dem Stuhl ab und zu bei viel sitzender Tätigkeit durch diese Bewegungsarten, die kaum von anderen zu bemerken sind:

Wenn Du Übergewicht hast, wirst Du mit regelmäßiger körperlicher Betätigung in kurzer Zeit Dein Idealgewicht erreichen und es auch mühelos halten. Nach einem Dauerlauf von nur zwanzig Minuten ist der gesamte Stoffwechsel für zwölf bis vierundzwanzig Stunden beschleunigt. Das heißt, daß Du jede Menge essen kannst, ohne zuzunehmen. Außerdem verbrauchen die Muskeln, die man beim Sport aufbaut, mehr Kalorien: Muskelmasse verbrennt etwa doppelt so viel Energie wie anderes Körpergewebe. Wenn Du gut trainiert bist, nimmst Du daher auch beim Schlafen ab!

Ans Herz legen will ich Dir auch noch das Tanken von kosmischer Energie. Das vergessen die meisten und halten es für entbehrlich. Den Strahlen des Alls aussetzen kannst Du Dich nur draußen. Ein Buch oder die Zeitung lesen, Briefe schreiben, UrKost futtern - das alles kannst



Du genausogut draußen statt drinnen tun. Sind zwei Stunden täglich nicht drin, dann plane eben für das Wochenende mehr Aufenthalt in der freien Natur ein.

»Meinst Du wirklich, das sei nötig?« fragst Du.

Probiere es selbst. Es bringt Dir Wohlbefinden, guten Schlaf, feste Haut, beste Laune. Für viele Schwerkranke stellt es überdies die Voraussetzung für ihre Genesung mit der UrMethodik dar - besonders denen mit nervlich bedingten Leiden, zum Beispiel den an multipler Sklerose Erkrankten.

»Die sind doch meist Stubenhocker!« sagst Du.

**Siehst Du! Deshalb sollten gerade die einen Weg finden, viel draußen und in Bewegung zu sein. Sie werden dann nach einiger Zeit an sich feststellen, wie sehr sich ihr Zustand bessert. Und wie er sich sogleich verschlechtert, sobald sie sich wieder viel in Betonwaben aufhalten.**<sup>8016, 9941</sup>

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/8/3.html> - **Update: 13.01.2000 17:44**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# 8. Kapitel. Lerne, Dich wieder richtig zu bewegen: urzeitgemäß!

## 8.4 So gewinnst Du wieder eine gute Haltung und ein gelöstes Gehen

»Was hat denn eine gute Körperhaltung in einem Krankheitsbuch zu suchen?« fragst Du erstaunt.

Na, hör mal, Du hast Dich mit diesem Buch doch nicht unter die krankhaltenwollende Schulmedizin, sondern unter die Fittiche der alternativen, ganzheitlich behandelnden UrTherapie begeben. Die nicht auf kurzzeitige Erfolge aus ist, sondern Dich für die Dauer Deines Lebens schmerzfrei, fit, gesund und wohlgemut halten will. Und weil eine schlechte Körperhaltung sehr oft die Ursache für Rückenschmerzen ist, bring' ich Dir jetzt eine bessere bei. Einverstanden?

Die Muskeln des Körpers sind nicht nur Bewegler, sie erfüllen darüber hinaus die wichtige Aufgabe: den Körper in Form und die Organe an ihrem vorgesehenen Platz zu halten. Aufrechte, natürliche Haltung - das ist nicht bloßes Geradestehen, sondern das Ineinandergreifen Deiner Muskelketten - hat wesentlichen Anteil am Wohlbefinden und an der Gesundheit.

Ist es nicht verrückt, daß die meisten von uns auch wieder das natürliche Gehen lernen müssen? Auch hier hat die Zivilisation vor allem die Älteren von einem schwingenden Gehen aus einem gelösten Becken heraus entwöhnt. Die meisten gehen steif oder gekrümmt.<sup>8024</sup>

So stauen sich die sauren Zellabbaustoffe und die Kohlensäure in den Lymph- und Venengefäßen. Dir muß ganz klar werden, deshalb wiederhole ich es hier, daß die Lymphrohre für stoffliche Schlackenbeseitigung keine *Schlagmuskeln* wie die Arterien besitzen. Hier drücken nur die diese Rohre umgebenden Muskeln bei den UrBewegungen ständig gegen die Rohrwandungen. Wenn sie denn kräftig gefordert werden. Diese Lymphrohre besitzen an den Innenseiten klappenartige Taschen. Nur durch das ständige Lösen und Spannen unserer Muskeln wird zufolge dieser Bewegung das Lymphwasser in diesen Rohren mit seinen Abbaustoffen von Tasche zu Tasche zum Ausscheiden gedrückt. Erinnerst Du Dich an das Thema Diffusion im Chemieunterricht? Moleküle bewegen sich von einem Bereich höherer Konzentration in Bereiche mit niedrigerer Konzentration. Wenn Dein Blut durch die Rohkost dünner wird, werden toxische, unverdaute in der Lymphe festgehaltene Moleküle in den Blutstrom ausgeschüttet und von dort über die Nieren ausgefiltert und ausgeschieden. Was den natürlichen Gang betrifft:

**Die 24 Wirbelkörper gleiten bei schlechtem Gehen nicht, wie beim natürlichen Gehen**

**vorgesehen, auf den Bandscheiben hin und her. Dadurch werden die Nervenbahnen in und vor der Wirbelsäule sowie die Hormondrüsen zu wenig angeregt.**

»Halt Dich gerade!« ermahnen die Mütter oft ihre Kinder. Aber unter einer geraden Haltung verstehen sie, mit Hohlkreuz und mit Hohlnackern zu sitzen oder zu stehen - und gerade das ist nicht die ideale gerade Haltung, die wir anstreben sollten. Welche die natürlicher lebenden Menschen z.B. in den Tropen noch besitzen, die gelöst und schwingend ihre Körper bewegen - und die keine Rückenbeschwerden kennen.

Bei einem hohlen Kreuz klaffen die Wirbelkörper in den Krümmungen der Wirbelsäule zu stark auseinander, drücken zu hart und einseitig auf die Bandscheiben, weshalb Du nur aus einem gelösten Becken heraus natürlich leicht und unbeschwert gehen und laufen kannst, wobei Becken- und Schultergürtel gegeneinander schwingen sollten.

Damit Du ein Gefühl für eine natürlich gerade Haltung bekommst, stell Dich an eine Wand oder Tür, mit weichen leicht herunterhängenden Knien. Drücke nun das Kreuz und Deine Lenden gegen die Wand. Dann merkst Du, wie sich die Beckenschaufel waagrecht stellt. Nun drücke Deine Knie zum Aufrichten durch, und achte darauf, daß Deine Wirbelsäule noch an der Wand bleibt und sich Dein Becken nicht wieder nach vorne schiebt. Lehne auch den Hinterkopf gegen die Wand, und ziehe dabei das Kinn etwas nach unten und nach hinten, so daß sich auch Deine Halswirbel gerade stellen.

Jetzt löst Du Dich von der Wand und achtest beim Vorwärtsschreiten darauf, daß Du diese Haltung ein paar Schritte lang beibehältst.

Nun wieder zurück und das gleiche noch mal von vorne - das alles mit leichten, biegsamen Lauf-schuhen oder barfuß.



**Achte beim Vorwärtsgehen darauf, die Beine aus dem Becken heraus anzuheben und dabei die Füße leicht hängen zu lassen, um sie dann beim Schritt nach vorne nicht wie üblich auf der Ferse, sondern auf den vorderen Fußballen aufzusetzen. Du wirst feststellen: Das läßt sich nur weich und sanft bewerkstelligen.**

**So gehst Du leichtfüßig und natürlich:** <sup>8024</sup> 1 Gewöhne Dich an kleine Schritte, wenn Du klein bist.

1 Stelle Dir eine Schlaufe unter Deinem Kinn vor, mit der Du am Himmel über Dir an einer Rollschiene aufgehängt bist.

1 Geh aus der Hüfte heraus mit schwingenden Beinen, die Füße leicht hängend beim Vorwärtsbewegen.

1 Laß die Schultern nach unten hängen, als hingen sie wie eine Bluse über dem Bügel.

! Trage nur flache Schuhe, deren Sohlen so geschmeidig sind, daß der Fuß abrollen kann.

! Ziehe beim Gehen Deine Pomuskeln so zusammen, als wolltest Du darin einem Goldstück die Prägung flachdrücken. Du wirst merken, daß es Deine Kniegelenke entlastet. (Es genügt, wenn Du das hin und wieder bei längerem Gehen für einige Minuten durchhältst.)

Solltest Du bereits die Anlage für einen krummen Rücken besitzen, so hole Dir in einem Sanitätshaus einen »Geradehalter-Gurt«. Wenn Du den täglich einige Stunden beim Einkaufen, Wandern und Laufen trägst, kannst Du das wieder hinbiegen. Oder aber Du gehst wie aufgehängt (® Rz 888), was leider lebenslange Schreibtischhengste nach kurzer Zeit wieder vergessen.

Beschwingt wird Dein Gang, indem Du den Becken- gegen den Schultergürtel leicht anschwingst. Gewöhnst Du Dir dann noch das riechende, leicht ziehende Atmen zuerst in den Bauch beim Gehen an, dann löst sich Deine Brust- und Bauchmuskulatur mit der Folge, daß die Bauchorgane frei arbeiten können. Und auch die unteren seitlichen Lungenlappen können befreit atmen. So findest Du zur natürlichen Bauchatmung. Dabei füllen sich zuerst die unteren Teile der Lunge mit Luft, dann die seitlichen und erst zum Schluß füllt sich die Brust mit Luft, die Du schließlich verhauchend wieder von Dir gibst, damit Zwerchfell und Brustmuskulatur sich nochmals intensiv zusammenziehen. Nun können beim Einatmen die Plus- und Minus-Ionen der kosmischen Kräfte in alle Teile des dafür vorgesehenen Aufnahmeorgans Lunge einfließen, in Fülle zum Blutstrom gelangen und Deine Lebenskräfte auffrischen, die Nervenzellen enervieren und die Hormondrüsen zur vollen Abgabe ihrer Sekrete animieren. Das sind Endorphine und Enkephaline, sog. Glückshormone. Dazu T-Lymphozyten und Freßzellen – Makrophagen – eine Abwehrelite. Zusätzlich werden immunkraftstärkende Interleukine, Interferone und körpereigene, die Schmerzschwelle hebende Morphine gebildet. Die besonders beim Laufen Hochgefühle verursachen. Probier's nur – Du wirst es auch erleben!

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) (Important note!) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/8/4.html> - **Update: 13.01.2000 17:44**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

# 8. Kapitel. Lerne, Dich wieder richtig zu bewegen: urzeitgemäß!

## 8.5 Steigere als Frau Deine Empfindungen und die Deines Partners

Kräfte kannst Du auf keine andere Art erwerben, als daß Du sie Dir selbst schaffst. Probiere als Frau, ob die Muskulatur in Deiner Scheide noch richtig intakt ist:

Laß Deinen Partner in Dich eindringen. Konzentriere Dich nun darauf, mit aller Kraft Deiner Scheide, sein Glied fest zu umklammern. Antwortet Dein Muskel? Spürst Du ihn? Wenn Deine Beckenmuskulatur insgesamt stark ist, kannst Du die anhebende Wirkung wie einen Sog spüren. Es ist die Schlingenwirkung des Scheidenmuskels, der so reagiert. Spürst Du den Muskel nicht, dann wird es allerhöchste Zeit, dafür etwas zu tun. Du hast vier Möglichkeiten dazu. Die erste:

Führe eine Kerze oder einen Vibrator in die Scheide ein, kneife den Muskel zusammen und ziehe den Gegenstand langsam ein Stückchen heraus. Entspanne den Scheidenmuskel und gebe ihn wieder zurück. Das trainiere dreimal am Tage jeweils 10 Minuten. Du kannst es später auch beim Bügeln, im Flugzeug oder der Eisenbahn (ohne Kerze!) üben. (Grinse nicht, mein männlicher Leser, ich kenn' eine deutsche Sängerin, die würde das glatt den Mitreisenden vorführen.)

Die zweite:

Nutze jede Gelegenheit zum Training, wenn Deine Harnblase gefüllt ist. So z.B. früh morgens oder nach einer Obst Mahlzeit. Fühle zuerst, wo genau Du Deine Muskulatur entspannst, ehe Du den Harn läßt. So kannst Du die einzelnen Muskeln lokalisieren und bewußt erkennen, wann sie schlaff und wann sie gespannt sind. Wenn der Strahl dann kräftig fließt, zwickst Du ihn plötzlich ab. Dann läßt Du ihn wieder fließen und hältst ihn erneut an. (Das hilft auch gegen Harntröpfeln.) Die dritte:

Die beste, weil natürlichste Methode: Übe am lebenden Objekt, am Penis in Deiner Scheide. Wenn Du's beherrschst, bekommst Du ein schwaches Glied wieder stark. Allerdings: Du mußt zuerst schlank und rank sein. Dicke Frauen schaffen das nicht. Die vierte:

Setz Dich verkehrt herum auf einen harten Stuhl und rolle ein flaches Kissen oder ein Badetuch fest zusammen. Setz Dich rittlings quer über diese Rolle. Stelle Dir vor, Du öffnest die Schamlippen weit und dann preßt Du mit aller Kraft die Rolle damit zusammen. Halte dieses Pressen jeweils sieben Sekunden an. Dieses Training macht Dir auch die Geburt leichter und zu einem Tun, das Du dann klar beherrschst. Was Dich wieder von den Ärzten mit ihren

Kaiserschnitt-Messerchen und ihren vielen Fehlern bei der Geburt unabhängig macht.

»Bist Du überhaupt sicher, daß die Urzeitfrauen ihre Unterleibsmuskulatur gut im Griff hatten?« fragst Du.

Klar. Sonst wären diese Muskeln im Körper unserer Frauen doch gar nicht erst angelegt. Schon als Kinder mußten sich die Urzeitbabys fest mit dem Unterleib an ihre Mütter anklammern, wenn sie mit ihnen auf Nahrungssuche waren. Auch wenn sie später an den Lianen schaukelten, war der Unterleib zu einer kräftigen Greifbewegung gezwungen. Und das stärkte diese Muskeln immer wieder. Sind die Muskeln des Beckenbodens doch zusammen mit den Muskeln an der Innenseite der Schenkel gemeinsam an diesem Greifen beteiligt.

Und dann sind die Urzeitfrauen später selbst in den Baum geklettert, um Blätter und Früchte zu füttern. Und mußten so - bei jüngeren, schlanken Bäumen - fest ihre Schenkel zusammenpressen.

Was Dir jetzt wiederum genauer deutlich macht, daß es kein verrückter Spleen von mir war, Dir das Umarmen von Bäumen schmackhaft zu machen. Hinzu kommt: Die haben sich zum Pipimachen nicht bequem auf einen Sitz gesetzt, sondern auf den Boden gehockt. Oder haben in der Hocke gefuttert, Kräuter gesucht und sich so auch oft fortbewegt. Auch das stärkt ungemein den *Musculus pubococcygeus*, den *Musculus pobovaginalis* und den *Musculus puborectalis*. Was auch der Grund dafür ist, daß unsere Ahninnen nie etwas mit Unterleibsbeschwerden, Frauenkrankheiten, Harninkontinenz oder Gebärmuttersenkung zu schaffen hatten.

Wenn Du das also nach einer gewissen Zeit dosiert beherrscht, dann verschaffst Du als Frau überdies Deinem Partner einen besonders beglückenden Orgasmus.<sup>9919</sup> Er wird Dir so leicht keine andere Frau vorziehen. Merke:

**Liebe aus und mit den Gefühlen genügt nicht. Das Körperliche muß hinzu kommen: die Kraft und Intensität der Muskeln. Dann bist Du aktiv mit dabei.**

Und das, liebe Frauen, dieses *körperliche* Mitmachen führt zwangsläufig auch zum seelischen Mitmachen. Zu Mitgefühlen also - und so zum langsamen Verschwinden von Geschlechtsskälte, auch als Frigidität bezeichnet. Ist Dir der seelisch-körperliche Zusammenhang nun ein bißchen mehr bewußt geworden? Dann mußst Du Dir auch noch sagen:

Selbst während der Menstruation solltest Du Dich viel bewegen. Das entspannt, entkrampft, erwärmt und erleichtert das Abstoßen der Schleimhaut. Oder sage ich besser der Giftstoffe?

»Hast Du eine Ahnung, wie schlecht es da mancher Frau geht? Manche leiden unter ganz schlimmen Schmerzen dabei«, sagst Du. (®Rz 567)

Ich weiß, aber das trifft nur auf die Frauen zu, die noch all die Giftstoffe im Körper belassen haben. Eine Frau, die 12 Wochen UrTherapie hinter sich hat, die kennt keine

Menstruationsbeschwerden mehr! Wenn Dich als junges Mädchen Regelschmerzen plagen, hast Du unbereit folgende Möglichkeiten:

1. Jungfräulichkeit aufgeben
2. mehr Sex mit dem Partner treiben, sonst
3. öfters masturbieren
4. UrTherapie aufnehmen

Wenn sich das eine hübsche Frau bei mir erlauben würde: Mir wär's gar nicht so unangenehm.

Jeder Mensch hat Triebe. Bei dem einen machen sie sich stärker als beim anderen bemerkbar. Ob die UrTherapie hier erfolgreich im Mäßigen bei Busengrapschern und Föttchesföhlern sein kann, das weiß ich noch nicht. Auf unseren Gesundheitskongressen herrscht in den Pausen an den Bücherständen stets großes Gedränge. Meine Frau Delia steht in vorderster Reihe und blättert in einem kleinen Bändchen, als plötzlich ihr exotisch-knackiges Popöchen ziemlich fest von einer Männerhand ergriffen und geknetet wird. Sich umdrehend herrscht sie den unverschämten Kerl an: »Was erlauben Sie sich denn! Ich bin doch keine Prostituierte!«

»Schon gut, schon gut«, antwortet der, »ich wollte sie auch gar nicht bezahlen...« Worauf er sich schnell in der Menge verdrückt.

Und wie steigert der Mann seine Liebesfähigkeit? Und vor allem: wie erhält er sich diese?

Ganz einfach: indem er aktiv und gesund lebt. Was nichts anderes heißt, als die UrMethode zu praktizieren, welche die Körpersäfte zum Fließen bringt und ihnen freie Bahn in alle Blutgefäße verschafft. Und damit die Unterleibsregion bestens durchblutet. Denn die erektionshindernden Giftstoffe, vor allem das gefäßverengende Nikotin, sind (so hoffe ich doch!) weggefallen, und Alkohol kann Dich nicht mehr müde machen, weil Du ihn Dir jetzt aus dem Leib läßt. Die UrKost hat das Cholesterin aus dem Blut geschafft und zusammen mit dem ausdauerfördernden UrzeitTraining den als Erektionsbremse wirkenden zu hohen Blutdruck normalisiert. Jetzt gilt es nur noch, Deine Fähigkeit zu steigern, ein guter Liebhaber zu sein. Was meint, den eigenen Orgasmus hinauszuzögern, bis die Liebespartnerin den ihren hatte. Das machst Du so ähnlich, wie ich es hier oben für unsere geliebte Weiblichkeit beschrieben habe:

Die Muskulatur, mit der Du einen vorzeitigen Samenausstoß in den Griff kriegen kannst, ist die gleiche, die Dich in die Lage versetzt, den Harnstrahl beim Wasserlassen zu unterbrechen. Diese Muskeln sind also zu kräftigen. Und das tust Du ganz bewußt, indem Du dreimal den Harnfluß heftig stoppst und den letzten Urin unter kurzem Preßdruck weit hinauszuschleudern versuchst. So erhältst Du immer mehr Gefühl für diese Muskulatur und bist bald in der Lage, sie auch zwischendurch, beim Stehen oder Sitzen, anzuspannen. Und dann ein paar Wochen später siehst Du Dich bereits in der Lage, mittels des so durchgeführten Penis-Bodybuildings die Ejakulation zuzulassen - wenn Du es willst. Und damit das Liebesempfinden von Dir und Deiner Partnerin zu verschönern - und zu verlängern.

Als junger Mann wußte ich noch nichts davon, daß mir zur Vervollkommnung meiner

Liebesnächte ein solches Muskeltraining hätte besser helfen können. Besser nämlich als meine jeweilige Vorstellung bei Drohen eines vorzeitigen Orgasmus', ich liege im Sarg, sei auf dem Weg zum Grab und - sei scheintot.

Hatte mich doch an Casanovas "Erinnerungen" kein Satz mehr beeindruckt und geprägt als dieser: »9/10 meines Genusses verdanke ich dem Genuß meiner Partnerin...«

Fehlen Dir eigentlich nur noch die wichtigsten sexuellen Stimulierungspunkte, die Du mit Daumen oder Zeigefinger sanft massieren solltest. Punkt 1: Die Lendenwirbelsäule. Hier verlaufen alle Nerven zum Unterleib. Punkt 2: Der Bauch unterhalb des Nabels. Punkt 3: Beide Seiten des Beinansatzes, in Höhe der Hüften. Punkt 4: Auf der Innenseite der Unterschenkel, in der Mitte des Schienbeins. Punkt 5: Die großen Zehen. Punkt 6: Von der Innenseite des Unterarms bis zum Ansatz des Mittelfingers. Punkt 7: Von der Innenseite der Oberschenkel bis zur Spitze der Kniescheibe. Noch ein Rat an Dich als Frau: Tobe Dich aus! Schrei, stöhne laut und laß Deine Gefühle ohne Scheu zu. Das regt auch den Partner an und vermehrt die gemeinsame Lust und schafft tiefste Befriedigung: Urbefriedigung.

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/8/5.html> - **Update: 13.01.2000 17:44**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a>                      × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> -                      <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---



# 8. Kapitel. Lerne, Dich wieder richtig zu bewegen: urzeitgemäß!

## 8.6 Was tun, wenn Du den Harn nicht halten kannst?

Stell Dir nur den Wahnsinn vor, älteren Frauen einen Dauerkatheter in die Blase zu legen! Ständig Schmerzen, ständig Entzündungen! Da weiß ich Dir Besseres zu bieten:

Wenn Du als Frau Schwierigkeiten hast, den Harn zu halten, benötigst Du etwas Geduld, das auf natürliche Weise wieder in den Griff zu bekommen. Du nimmst folgende Zusatzübungen von täglich zehn Minuten ins UrBewegungsprogramm auf, die aber erst nach vier bis fünf Monaten Erfolg bringen: Lege Dich dazu auf den Rücken, schiebe Dir ein Kissen unter den Po, stemme das Becken nach oben, oder fahre mit den Beinen kräftig Rad. Dadurch werden die Druckverhältnisse in Bauch und Becken umgekehrt, die vielen Muskeln regenerieren sich auf diese Art wieder langsam. Nun kreuze im Stehen, Liegen oder Sitzen Deine Beine übereinander, und drücke kräftig die Fußaußenkanten gegeneinander.

Als nächstes lege Deine Oberschenkel aneinander, drücke mit beiden Händen die Knie zusammen, und versuche gegen den Druck der Hände diese zu öffnen. Beim Kaffeeklatsch - entschuldige, den hältst Du ja jetzt nicht mehr! -, aber beim Stricken, beim Lesen, beim Autofahren oder im Zug solltest Du ein zusätzliches, von anderen nicht zu bemerkendes Training nicht versäumen: das Zusammenziehen der inneren unteren Muskeln. Merke: Sitzen mit rundem Rücken erleichtert das Zusammenziehen der Anusmuskelregion. Sitzen mit hohlem Rücken erleichtert das Zusammenziehen der Muskeln um Harnröhre und Scheide. Im Stehen (Gewicht leicht auf den Fußspitzen) spannst Du Beckenboden- und Gesäßmuskulatur an. Immer fester, bis das Gesäß hart wird und dessen Muskeln zu zittern beginnen. Dann läßt Du locker.

Dies wiederholst Du 3 mal täglich 30mal. (Das ist beim Stehen im Bus oder auf dem Bahnhof, vor Einkaufsregalen und -kassen gut machbar.) Führe auch das nächste Training gewissenhaft aus: Setz Dich breitbeinig (im Reitsitz) auf einen Stuhl. Dann spanne die Schließmuskeln des Afters fest an, und zähle langsam bis 20. Nun entspanne Dich. Dann spannst Du die Muskeln rund um Harnröhre und Scheide ebenfalls an, zähle bis 20, und entspanne Dich. Dies wiederhole so oft wie möglich - mindestens morgens, mittags und abends. Und schon gewußt? Das Zusammenkneifen der Schließmuskulatur wirkt auf Deine Verdauung wie der Lockruf eines Vögeleins an seinen Partner.

Mit all den vorstehenden Übungen vermeidest Du auch eine möglicherweise auf Dich zukommende Totaloperation. Du solltest Dir auch darüber klar werden, daß Du als den Harn nicht halten könnende Frau später auch kein normales, befriedigendes Sexualleben mehr führen kannst. 34% aller inkontinenten Frauen schwimmen bei sexueller Erregung mit ihrem

meist entsetzten Partner im Urin. Die sich dann nicht nur wegen der durchnässten Matratzen schnell von der Inkontinenzleidenden trennen. Ein schweres Schicksal für diese Frauen, die sich meist völlig von Partnern zurückziehen oder jeden sexuellen Kontakt ängstlich vermeiden.

Ab dem 65. Lebensjahr können 5 bis 10% - besonders Frauen - auch ihren Stuhlgang nicht beherrschen. Die Folge: Sie werden ängstlich, sozial gehemmt, depressiv, trauen sich kaum aus dem Haus. Kein Arzt kann helfen - aber die UrTherapie kann es mit eben diesem Muskeltraining.

Zusätzlich solltest Du Dir als Frau vielleicht ein Kolpexin-Spezialpessar aus der Apotheke holen. Das gibst Du in die Scheide. Bei praktisch jeder Deiner Bewegungen setzt es Anreize für muskuläre Kontraktionen bzw. eine erhöhte muskuläre Spannung.

Männer machen ein analoges Training, aber dafür einen Doktor aufzusuchen ist sinnlos. Viele Ärzte führen das auch auf seelische Probleme zurück. Mein Freund ließ sich tatsächlich wegen seiner Inkontinenz zum Psychotherapeuten schicken.

»Und? Hat's was genutzt?«

Natürlich nicht. Nur: Jetzt macht er sich nichts mehr draus und läßt es einfach mit Befriedigung tröpfeln...

»Was mache ich aber, wenn ich ansonsten den Harn ganz gut halten kann, aber ganz dringend muß und ich im Stau oder in der Stadt stehe?«, fragst Du.

Gut, daß Du das Thema anschneidest. Denn unter der UrKost drückt Dich besonders oft die Blase. Daran erkennst Du, wie sauber und körpergerecht sie ist. Da verweilt nichts zu lange in den Organen, um Rückstände bilden oder absetzen zu können. Nun, das Problem kannst Du ganz flott dadurch lösen, daß Du einfach eine Fruchtsaftflasche mit großer Öffnung und Schraubdeckel im Wagen mitführst. Wenn Du eine Partnerin oder Kinder dabei hast, dann müssen es entsprechend mehr sein.

»Für 'ne Frau aber entsprechend schwierig, wenn Du deren Anatomie etwas näher kennen solltest«, wirfst Du ein.

Dann muß man halt zur Flasche noch einen Haushaltstrichter durch leichtes verschmälertes Zusammenpressen entsprechend anatomisch anpassen... Aber auch wenn Du zu faul bist, extra nachts aufzustehen, ist eine Saftflasche eine angenehme Hilfe.

»Und wie soll ich mich bei bettnässenden Kindern verhalten?« fragst Du. <sup>9125</sup>

Bei Kindern zwischen 4 und 15 Jahren liegt meist ein Drang-Harnabgang vor. Auch hier kann dem einnässenden Kind nur mit streng überwachtem Beckenboden-Training geholfen werden. Doch zwei Monate Geduld muß Du schon aufbringen. Zusätzlich ist ein Blasentraining

angebracht. Dazu stellst Du die bei Dir jetzt nutzlos herumstehende Eierschaltuhr für jeweils eine Stunde ein und schickst tagüber Dein Kind stündlich zur Toilette, um seinen normalen Entleerungsreflex zu trainieren. So wird die Blase entleert, bevor es zum Harndrang kommt: Dein Kind merkt so, daß es bei rechtzeitigem Entleeren seine Blase steuern kann.<sup>9857, 9874, 9907, 9914, 9931</sup>

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/8/6.html> - **Update: 13.01.2000 17:44**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# 8. Kapitel. Lerne, Dich wieder richtig zu bewegen: urzeitgemäß!

## 8.7 In welcher Art und Weise haben sich unsere Urahnen täglich bewegt?

*»Dem Menschen, der Nahrung zu sich nimmt,*

*kann es nicht gutgehen, wenn er nicht gleichzeitig*

*auch seinen Körper durch sportliche Ertüchtigung beansprucht.« (Hippokrates)*

Sie wanderten (1) viel, um sich Nahrung zu suchen. Dabei waren sie gezwungen, Gestrüpp und herabgefallene Äste und Bäume zu übersteigen (2) oder zu unterkriechen (3). Die Nahrung sammelten sie im Bücken oder Kriechen (3) und hockend (4) oder in der Hocke gehend (5) ein. Wenn ihnen Raubtiere zu nahe kamen, führten sie wilde Abschrecktänze (6) auf, hopsten (7) auf und ab, schlugen mit Zweigen auf und nieder, liefen weg (1) oder sprangen (8) an einen Ast, schwangen (9) sich daran hoch und kletterten (10) in den Baum hinein. Um im Baum Früchte und Blätter zu pflücken, mußten sie sich an den Ästen hochziehen (11), an ihnen entlang hangeln (12), daran in den Knien hängen (13) oder an Beinen und Armen baumeln (14), sich auf- und abstützen (15), im Baum drehen (16), die Beine spreizen (17) und nach allen Seiten strecken (18), auf den Ästen balancierend gehen (19). Vom Baum mußten sie auf die Erde hinabspringen (20), tieferhängende Zweige mit Früchten zogen sie herab (21) und reckten sich mit eingeklemmten Füßen nach entfernt hängenden Früchten (32). Sie mußten eßbare Wurzeln aus der Erde ziehen (22), harte Pflanzen auseinanderreißen (23), schnell vom Boden aufstehen (24), bei Gefahr gebückt und an Abhängen entlang laufen (25), Flüsse wie ein Hund durchschwimmen (26), Kinder beim Spielen hochheben (27), sich beobachtend hinter hohem Gras hochstemmen (28) und kriechend weiterbewegen (29), Nüsse drückten sie gegeneinander (30) auf, und für ihre Schlafstätten brachen sie sich Zweige (31) von den Bäumen ab.

**Wenn Du Dir die meisten dieser UrBewegungsarten jeden Tag verschaffst, erfüllst Du die Bedingungen der UrTherapie für das Gesundwerden und Gesundbleiben.**

Wenn Du eine dieser Bewegungsarten nicht schaffst, versuche sie trotzdem andeutungsweise. Doch versuche nicht, Bäume auszureißen, wenn Du bislang Deinen Hintern nie hochgekriegt hast. Überanstreng dich vor allem am Anfang nicht, solange Dein Körper noch nicht all den Dreck und die überflüssigen Pfunde losgeworden ist. Danach darfst Du Dir dann mehr zumuten. Führe alle Bewegungen langsam und gleichmäßig aus. Niemals ruckartig, bleib immer locker.

Wie Du alles zustande bringst, ist Deine Sache. Du magst das zu Hause, im Gymnastik- oder Aerobic-Club, im Bodystyling-Studio oder Fitneß-Zentrum tun. Trainierst Du im Fitneß-Studio alle Muskelgruppen durch, dann bringst Du's auf etwa 20 der 32 UrBewegungsarten! Diejenigen, die Du dort nicht machen kannst, holst Du zu Hause nach. Am besten führst Du das in Deinem eigenen Garten aus, den Du Dir bald anschaffen solltest. Oder auf einem FKK-Platz unbekleidet oder in leichter Turnkleidung, im Winter in der Wohnung bei offenem Fenster. Am zweckmäßigsten wäre es, wenn irgend möglich, Du schaffst Dir einige Geräte und Vorrichtungen selbst an. So kannst Du die UrBewegungen zu Hause jederzeit täglich als Nachahmbewegungen zu Deinem Wohl selbst durchführen. Kein Geld ist besser angelegt!

### Hauptbewegungsarten der Urzeitmenschen

1. Laufen und/oder Gehen (Wandern), und zwar ausdauernd, um Nahrung zu beschaffen
2. Übersteigen von Hindernissen und herabgefallenen Ästen (über Stühle, Bänke, Tische gehen)
3. Unterkriechen von niederhängenden Zweigen, umgestürzten Bäumen (Gebücktgehen)
4. Hinabbeugen nach allen Seiten auch mit hochgehobenem Bein (ein Bein, im Knie gebeugt, auf Stuhl oder Tisch legen)
5. Hocken, hockend gehen und auf dem Boden hopsen
6. Springen und tanzen auf unebenem Gelände (dazu Decken auf Boden geben). Ja, Tanzen ist eine UrBewegung!
7. Wie ein Gorilla auf allen Vieren gehen, auch mit dem Po nach unten
8. Springen an Ast (an Reck, Stange), über Hindernisse und kleine Bäche (weite Sprünge beim Laufen machen)
9. Schwingen am Ast (an Ringen, Turnreck oder ersatzweise stehend an Reck oder Wäschestange mit den Hüften kreisen). Auch einarmig im Schultergelenk drehend.
10. Hochklettern in Bäumen (an Stange, Leiter, Rohr in Form von Klimmzügen)
11. Hochziehen am Ast (an Ringen, Turnreck)
12. Hangeln an Ast (an Stange, in Ringen, an quergelegter Leiter)
13. Hängen in Knien an Ast (an Stange, Reck)
14. Aus dem Kreuz aufrichten im Geäst (Bauchmuskeltraining: auf Stuhl sitzend Oberkörper hinunterlehnen - Füße unter Schrank schieben)
15. Aufstützen mit Armen und Füßen im Geäst. Dabei auf- und niedergehen (Liegestütz an Stuhl, Tisch, Fensterbank, wo immer möglich)
16. Drehen in den Hüften im Liegen, im Knien und im Stehen, langsames Kopfdrehen, Abwehrhaltung gegen Angriffe
17. Körper, Beine, Arme und Hände dehnen in allen Lagen, auch im Baum (ein Fuß auf Tisch oder Stuhl setzen und federnd durchdrücken), Zungenwurzel durch Herausstrecken dehnen
18. Körper und Gliedmaßen nach allen Seiten strecken (wechselseitig Arme zur Decke und Seite strecken, stoßen, drücken), werfen von Aststücken in Fruchtbäum (ersatzweise Armkreisen, wechselseitig, windmühlenflügelartig, Arme über Kreuz weit nach hinten schlagen)
19. Balancieren des Körpers über Äste (auf Stange oder Holz, die am Boden liegen) zum Schulen des Gleichgewichtssinns.
20. Aufsteigen, Hinabspringen und Hinabsteigen von Bäumen (von Stuhl, Tisch, Hocker,

Bank)

21. Herabziehen von Zweigen (Gummiband als Ersatz nehmen, oder Stuhllehne federnd niederpressen)
22. Ziehen an Pflanzen (an Gummiband, Expander)
23. Reißen an Pflanzen (an Gummiband, Expander)
24. Schnell vom Boden aufstehen (öfter wiederholen)
25. Gebückt gehen und an Abhängen laufen (kann beim Joggen oder Warmlaufen in Gymnastikstunde gemacht werden; Turnmatten schräg gegen Turnbänke legen)
26. Schwimmen - wenn kein Natursee in der Nähe: auf Stuhl legen und wie ein Hund paddeln
27. Hochheben von Kindern und Gegenständen mit Händen oder Füßen (Gewichte, Steine)
28. Pressen, drücken und sich hochdrücken im Liegen und Stehen (gegen Wand, Partner oder Hantelarbeit)
29. Auf Bauch am Boden liegend, kriechend oder sich hochreckend
30. Hände gegeneinanderpressen zum Nüsse gegeneinander knacken (Stahlfeder, Fingerhantel), zornig aufstampfen
31. Arme gegen Widerstand zusammendrücken, um Äste abubrechen (große Stahlfeder, Butterfly-Gerät im Studio), und mit abgebrochenen Ästen wütend auf den Boden schlagen, um Aggressionen abzubauen.
32. Kniend sich unter Gebüsch schieben oder sich so beobachtend hin und herbewegen
33. Auf dem Rücken liegend, sich mit Kindern oder Gruppengenossen herumbalgen, sich erschreckt aufrichten
34. Willkürliche Bewegungen aus Spaß und in spielerischer Absicht (allein oder mit Partnern), in Gewässer springen, Purzelbäume schlagen, fliegender Engel machen, auf einem Bein stehen usw., verletzungsfreie Sportarten wie Tischtennis, Volleyball, Badminton, Ringtennis), Bewegungsarten gemeinsam mit Partnern
35. Urzeitnahe Bewegungen zum Verbessern erschlaffender Muskulatur, eingegrabener Schlechthaltung, Körpersteife und Unbeweglichkeit, z.B. zur Rückenstärkung

Laß Dich von Muskelkater, steifen Gliedern und anfänglicher Zerschlagenheit beim beginnen mit dem UrTraining nicht mürbe machen! Du schläfst herrlich danach!

**Verstehe mich recht! Du sollst Dich möglichst so bewegen und so anstrengen, wie es Deine Urahnen auch getan haben! Weil das damals zu ihrem Leben und ihrer Gesundheit dazugehörte, sozusagen in Dir programmiert ist, und deshalb auch heute noch so gehalten werden muß. Mit Sport hat das nichts zu tun! Dieses Bild soll es Dir deutlich machen:**



Urzeitmenschen als Beispiel für unsere Bewegungsart (25a)



UrBewegung Gebückt gehen (25b)



UrBewegung Baum hochklettern (10a)

Die Bewegung und Anstrengung der Urzeit auf bequeme Art ins Heute zu übertragen, das ist es.

Und weil ich Dir nicht zumute, einen Baum hochzuklettern(10a), wirst Du draußen im Freien, vielleicht in Deinem Garten mit einem Stuhl, oder in der Wohnung vor der Heizung so tun, als würdest Du in einen Baum klettern. Du preßt dazu z.B. fest Deine Oberschenkel und Hände gegen den Stuhl, Heizkörper, Balken oder was Dir sonst dazu geeignet erscheint (10b). Wobei ich sagen muß, daß es natürlich am besten ist, nicht nur zu imitieren, sondern möglichst in einer Turnhalle an einer Stange **oder einem Seil hochzuklettern (10c). Noch besser solltest Du es in einem Baum tun. Ich habe mir dazu einen halb abgesägten Baum in meiner Wohnung angebracht. Auch lasse ich es mir in meinem Alter nicht nehmen, bis in die Spitzen meiner Kirschbäume zu klettern - für mich ist das so wie ein Bier »Frisch-vom-Faß« für den Trinker. Aber mit nichts auf der Welt möchte ich mit ihm die »Frisch-vom-Baum« -Kirschen tauschen.**





Doch ich bin schon zufrieden, wenn Du zu Hause jeden Tag den Bewegungsweisen Deiner Urväter für eine knappe Stunde nachkommst. Aber alles ungezwungen und spielerisch - nie verbissen (34b)! Denk an die Tiere als Deine Vorbilder dafür.



Du kannst die einzelnen Bewegungen auch über den ganzen Tag verteilen. Aber das wird meistens nichts - eine feste Zeit dafür ist das beste.

Auf jeden Fall solltest Du jeden Morgen an die Ringe bzw. Stange oder Leiter: Dann daran schaukeln, Dich dehnen, mit den Knien rein und nach unten hängen, Dich daran hochziehen und daran schwingen, um Dich tagsüber wohlzufühlen.



Das UrzeitTraining übst Du so ausdauernd oder mit solcher Anstrengung aus, bis Du außer Atem gekommen und stark erwärmt bist. Dann ist Dein Kreislauf so angeregt, daß Du *kaltes* Duschen als erfrischend und angenehm empfindest.<sup>9940</sup> Hör nicht auf die Mär, das würde die Muskeln verhärten. Ich mach' das schon 50 Jahre und habe noch immer keine verhärteten Muskeln davon bekommen. Noch erfrischer fühlst Du Dich, wenn Du erhitzt vom Laufen zurückkommst und Dir die kalte Dusche bis dahin aufhebst.<sup>9940, 9944</sup>

**Die Haut besitzt Mineralstoffe und einen Säureschutzmantel. Warmes Duschen oder Baden entzieht ihr diese bzw. löst sie auf. Dabei ist es gleich, ob Du Tenside (Umwelt und den eigenen Körper langsam vergiftend!) oder Seife (Hautsäuremantel auflösend) benutzt. Warum ich Dich auch gern kalt duschen sehe: Schon bei einer Wassertemperatur von 24°C verbrennt Dein Körper binnen zwei Minuten 100 Kalorien. Also: Wer Schwierigkeiten mit dem Dünnwerden hat, der dusche dreimal täglich kalt! Und: Ein besseres Antidepressivmittel gibt es nicht!**

Klar, daß auch Dein Kind kalt duscht! Verwende Deine Badewanne nur noch als Wäschetresor (mit aufgelegter Abdeckung) oder als Regenwassersammelstelle für Deine Blumen und das Haarewaschen. Heiß duschen solltest Du allerdings, wenn Du vermutest, alter Schmutz sitzt abkratzfest auf Deiner Haut... Lernt das Kind nie warmes oder heißes Wasser kennen, wird ihm kaltes zur selbstverständlichen Gewohnheit. Weil ich aber die Mütter kenne, gebe ich dies nur als Vorschlag an sportliche Eltern weiter. Bringst Du das bei Dir oder Deinem Kind nicht übers Herz, dann dusche wenigstens abwechselnd warm und kalt.

**Gehörst Du zu den Wasserscheuen, dann solltest Du Dir wenigstens dreimal täglich einen kleinen, kräftigen Abhärtungsschock dadurch verschaffen, daß Du Dir nach dem Stuhlgang nicht nur die Hände, sondern auch Dein Hinterteil kalt abwäschst.<sup>0644</sup> Das kann Dir zu solch einem Bedürfnis werden, daß Du Dich ohne kalte Abwaschung nicht mehr sauber fühlst. (Schließlich säuberst Du Dir ja auch nicht Deine schmutzigen Hände, daß Du mit einem Stückchen trockenen Papier mal drüber wischst.)**

**Meinem hochgewachsenen, hier lebenden afrikanischen Freund, Oberarzt und Geheimanhänger der UrTherapie, war das bereits völlig in Fleisch und Blut übergegangen, so daß er diese Waschung auch außerhalb seiner Wohnung praktizierte. Auf Reisen führte er stets ein eigens dafür eingepacktes kleines Handtüchlein mit. Im Glauben, er sei für längere Zeit in einer kleinen Autobahntoilette allein, streckte er nach seinem »großen Geschäft« den Po über das im Vorraum befindliche Waschbecken, um das fließende Wasser an seinen Darmausgang zu leiten. Da ging plötzlich die Tür auf, und ein entsetzter Deutscher rief, verständnislos den Kopf schüttelnd: »Wie soll man da noch freundlich zu Ausländern sein, wenn die in unsere Waschbecken kacken!«**



Mit der kalten Morgendusche haben wir schon die erste Kneippsche Wasserkur hinter uns: eine gewaltige Stärkung unseres Immunsystems. Wenn Du Dir bei der Morgentoilette dreimal hintereinander kaltes Wasser in die Nase hochziehst und es dann wieder ausschnufst, behältst Du dazu stets eine freie Nase, und ein Schnupfen wird besser abgewehrt.

Die Muslime sind sogar gehalten, das dreimal täglich zu tun. (Weshalb man sie auch weniger in der Nase popeln sieht als bei unseren Männern.)

Und vergiß Deine Hände nicht. Nur mit voll beweglichen Fingern und Zehen fühlst Du Dich wohl. Du glaubst nicht, wie schnell sie Dir später steif werden. Sieh Dir in den Altersheimen mal die Füße der Insassen an. Da graust es Dich! Du willst doch mal nicht so traurig daherschleichen, oder?

Analog dehne die Handfläche, indem Du alle Finger gleichzeitig zurückbiegst (17c). Spreize die Finger und biege einen nach dem anderen zurück (17d). Ich mache dies z.B. während des Laufens - nicht nur um Zeit zu sparen, sondern auch, um mir dabei Abwechslung zu verschaffen. Dabei schüttele ich zusätzlich kräftig die Hände im Handgelenk nach unten und oben.

**Warum Du tunlichst auch die im folgenden dargestellten urzeitlichen Bewegungsarten statt Sport oder Gymnastik machen solltest: Letztere führen oft zu unnatürlichen Muskelanspannungen. Die Muskeln werden bei der Arbeit und im Privatleben zu nicht von der Evolution geprägten Bewegungen veranlaßt, was zu Beschwerden, Einseitigkeit und Beschränkungen führt. Verletzungen werden so leichter möglich <sup>8104</sup>.**

### **UrBewegung im Baum**

Nur die kräftige Muskelbewegung (27c,d) ist imstande, auf dem Reflexweg nach und nach alle bei Dir ermatteten Körperfunktionen wieder aufleben zu lassen und hilft so dem Herzen, das Blut zur Zentrale zurückzubringen. So wird durch starkes Zusammenziehen der Muskeln nicht nur ein besserer Transport der Nahrungsstoffe und Säfte ermöglicht, durch die bessere Zirkulation wird auch die Blutbildung angeregt.

Der arterielle Sauerstoff-Partialdruck wird damit ebenfalls angehoben und Deine verengten Blutkapillaren werden geweitet - was Deinen Energiestatus letztlich stark erhöht.

Diese UrBewegung ist einfach

mit Steinen nachzuahmen:

Oder so:

Zu Hause nehmen wir dazu Hanteln:

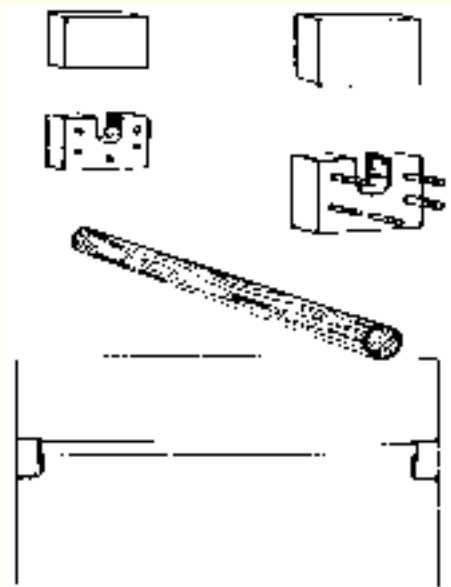
So ist es verkehrt:

Bei schweren Lasten

immer in die Knie gehen.

Oder auch einen Stuhl:

Denke dran: Arnold Schwarzenegger hat auch mal so angefangen! Heute steht er neben dem amerikanischen Präsidenten.



Am besten schaffst Du Dir ein Turnreck<sup>9942</sup> an, das man zwischen den Türrahmen spannen kann (gibt es in guten Sportfachgeschäften). Du kannst es Dir auch selbst aus Holz zurechtmachen, wie Du unten erkennst. (11b).

Wenn Du keine Klimmzüge in der ersten Schlappi-Zeit zustande bringst, kannst Du es aber wenigstens zum Dich-daran-Aushängen und Schwingen nutzen - was Balsam für Deinen Rücken ist. Ein fertiges Reck gibt`s preiswert zu beschaffen. Rz 980 (4)



Was mich betrifft, so habe ich mir in meinem Blockhaus für diese Bewegungsarten Seil und Ringe oben im Dachbalken anbringen lassen. Dazu eine Leiter, die ich senkrecht für Dehn-, Hock-, Kletter-, Streck- und Hängebewegungen nutzen und die ich dann anschließend über zwei hohe Schränke waagrecht legen kann, um daran zu hangeln, zu schwingen und Klimmzüge zu machen.



Wer eine Veranda hat, lege den Stiel einer Hacke über die Bretter. Der ist am besten als

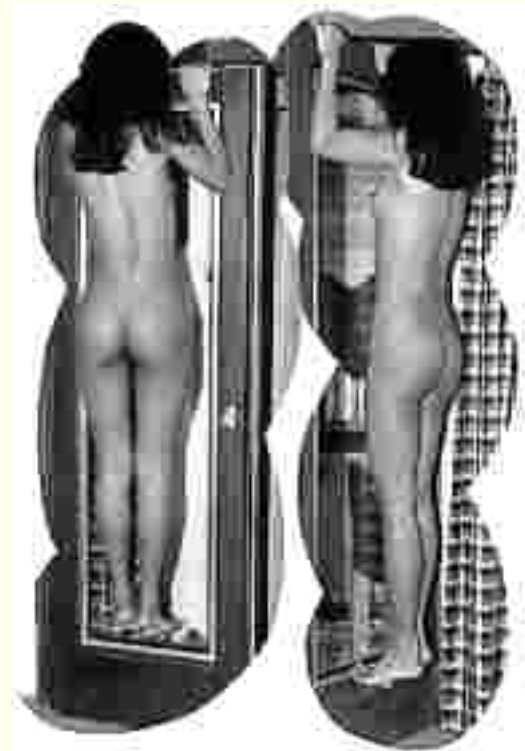
Klimmzugholz geeignet - auch anstelle des Rundholzes oben in der Zeichnung.

Wenn Dir das schwerfällt: Hänge Dich wenigstens an die Türoberkante, über die Du zuvor ein Handtuch doppelt gelegt hast. Schwinge nach rechts und links, versuch's auch mal einarmig, und drehe auch im Hängen die Schultern in beide Richtungen. Dann sieh mal, ob Du auch daran einen Klimmzug fertigbringst. Das kannst Du auch alles auf Reisen durchziehen - und trittst als Manager, Vertreter oder Chef morgens dann mit voller Spannkraft an den Verhandlungstisch...

Was, an der Tür oder an einem Reck schaffst Du es noch nicht? Wer es will, der ist erfinderisch: Leg Dich unter einen Tisch und probier's mal da. Mit aufgestützten Füßen geht es viel leichter (11c).

**Alle Bewegungsformen aus dem früheren Baumleben sind unerlässlich.**

**wird COLORSEITE**





Wenn Du ein Leichtgewicht bist, kannst Du Dir auch einen Besen- oder besser noch Hackenstiel über die leicht geöffneten Kleiderschranktüren legen und Dich daran hochziehen (11d). Das geht für 'ne Zeit, bis Du Dir eine Reckstange oder Ringe besorgt hast. (Die hängen bei mir an der Decke meines Arbeitszimmers! s. o.)



Muß ich mal im Hotel übernachten, wundern sich die Zimmerdamen immer, wo ihr Besen wieder stecken mag. Wer die UrBewegung »Hochziehen am Ast« nicht fertigbringt, der kann im Fitneßstudio auch durch einfaches Herunterziehen einer gewichtsbelasteten Stange den gleichen Effekt erzielen (11e). Falls es Dich betrifft:

*Besonders als Krebskranker, Herzleidender und von Depressionen Geplagter solltest Du täglich starkes körperliches Training absolvieren, das auch den Anteil an »Killerzellen« unter Deinen weißen Blutkörperchen vergrößert und deren Aktivität stark anregt.*<sup>9777</sup>



In jedem Falle solltest Du als solch ein Kranker die Mindestmenge der UrzeitBewegung *verdoppeln*. Also statt täglich 10 km in der Natur zu wandern, 20 km gehen. Oder statt einer halben Stunde eine ganze Stunde laufen. Merke Dir: Nur durch intensives, anstrengendes Bewegen Deiner Beine über eine längere Zeit bildet Dein Körper Kohlensäure. Was dazu führt, daß Du nur so genügend Sauerstoff aufnehmen kannst, den Du als Verkrebster in besonders hohem Maße benötigst!





60 Billionen Körperzellen brauchen jede Sekunde Sauerstoff. Verschaff ihnen diesen! Bekommen die 60 Billionen Zellen durch zu wenig Bewegung nur die Hälfte von dem, was sie an Sauerstoff brauchen, bleibst Du ein halbtoter Mann! Im Alter zwischen 40 - 90 Jahren tritt bei Langstreckenläufern der Krebs mit 0,89% auf - bei anderen Menschen unserer Zivilisation mit 20% ein.<sup>8001ff</sup> Laß Deine Lebensphilosophie also lauten: Aktiv bleiben! Auch wenn Du nicht verkrebst bist, dann merke Dir: Laß Dich vor allem nicht von den Ärzten zur »Schonung« bewegen.



Allein aus diesem Grunde ist es verkehrt, ins Krankenhaus zu gehen, weil man Dich da immer zuerst ins Bett steckt. Ist doch klar:

## Gesundheitsgesetz der Natur:

**Je kränker ein Organ ist, je mehr Nährstoffe, Durchblutung und besseren Abtransport der vorhandenen Giftstoffe durch die Lympflüssigkeit benötigt es. Und das ist nur durch ständige UrBewegung erreichbar. (à Rz 910c und LV 9612)**

Selbst wenn Du (außer einem Bruch) eine Gliederverletzung erlitten hast: Bleib immer in Bewegung, so weit es Dir möglich ist!

Natürlich wirst Du Dich hinlegen, wenn es Dir Dein Körper - nicht der Arzt! - sagt. Wie z.B. bei Grippe und schweren Verletzungen.



**Wie wichtig ist Sauerstoff! Fehlt er dem Gehirn nur für einige Minuten, ist Dir der Tod sicher!**

Magen, Darm, Leber, Niere, Blase und Geschlechtsorgane stehen in einer Schwebelage in der Bauchhöhle. Nur das Zusammenspiel der drei großen Muskelgruppen, die den Bauchraum begrenzen, lassen sie nicht auseinanderfallen. Vorausgesetzt, Du kräftigst diese Organe immer bestens! Dazu verhelfen Dir u.a. gerade diese UrBewegungen.

Die Gefahr, daß die Gebärmutter absinkt, besteht bereits, wenn sich ein ständiges ziehendes oder drückendes Gefühl nach unten bemerkbar macht, wenn die Schmerzen ins Kreuz abstrahlen oder der Harn bei Husten und Lachen nicht zurückgehalten werden kann.

Ausfluß und Stuhlverstopfung sind weitere Folgen. Letztere führt dann zur Bindegewebschwäche und die zum Gebärmuttervorfall. Oder zur Wanderniere.

Na, da macht's uns doch einer vor, wie Du Dich **im Baum lustig und mit Spaß bewegen kannst:**

Einen Baum mit nackten Füßen zu erklimmen suchen, daß macht Deine Zehen beweglich. Dessen Bioenergie vermag sich so auch Deinem Körper mitzuteilen und Gefühle des Wohlbefindens auszulösen.

Als Ersatz dafür solltest Du schon mal am Schreibtisch die Schuhe ausziehen und die Zehen fest an die Schreibtischwand pressen.

Das Kräftigen eines Beines - vielleicht, weil es geschwächt ist - und Schulen des Gleichgewichts läßt sich gut auf großen Steinen durchführen. Das fördert zudem die Beweglichkeit der Fuß- und Kniegelenke. Wenn Du willst, ist es auch eine Fußsohlenheilmassage ...

Bei dieser äußerst wichtigen, die Bauchmuskulatur kräftigenden Bewegungsart kann der Partner helfen.

Am Anfang mache man die Übungen vom Boden aus.

Nur Bewegung läßt die Funktionen im Körper richtig ablaufen. Nur unter dieser Bedingung kann er sich gesundmachen und gesunderhalten. All die kranken Menschen, denen diese potenzierte Ignoranz der Ärzte »Betruhe« und »Schonung« auferlegt, merkt Euch: Was lebt und leben will, das bewegt sich. Leben heißt Bewegung. Und Bewegung heißt Leben, viel Leben. Und je mehr Bewegung, umso mehr Leben und Lebenskraft wird geweckt!

Denk mal drüber nach, was mir ein Bauer sagte:

**»Das ganze Jahr über habe ich Rückenschmerzen - nur in der Zeit nicht, wo ich mit meinen Söhnen in die Bäume muß, um unser Obst zu pflücken...«**

Die Urmenschen mußten sich in Dickicht und Gebüsch viel auf allen Vieren bewegen. Laufe Du ebenfalls ein paar Minuten auf diese Weise herum. Nimm einmal dabei den Po hoch, und laufe mit gestreckten Beinen und mit zur Faust geballten Händen. Ein andermal mit eingeknickten Beinen.

Und dann vorne auf den eingeknickten zweiten Fingergliedern. Das mag Dich dann ein wenig an Deine äffische Verwandtschaft erinnern. Und nebenbei merkst Du, wie ganz anders Deine Schultermuskulatur dabei durchgearbeitet und gekräftigt wird...

Machst Du das mit den Kindern, sollst Du mal sehn, was sie für Spaß dabei haben! Und deren Spaß springt auf Dich über (25e). Alle möglichen Laufarten solltest Du probieren, damit Du Dir immer wieder Abwechslung verschaffst. Zum Beispiel das Seitwärts-Laufen (25f). Wer's so nicht fertig bringt, der macht es im Gehen.

»Wie ein Affe im Baum rumturnen oder auf allen Vieren laufen! Ich finde das einfach lächerlich und kindisch!«



Nun, dann lach doch dabei. Lachen und Spaß helfen zusätzlich, gesund zu werden. »Wenn ihr nicht werdet wie die Kinder...«, so hieß es schon in der Bibel. Sind die nicht immer ganz spontan glücklich? Und meinst Du nicht, es könnte auch etwas dran sein an dieser, meiner These?: Durch Nachvollziehen solch lang zurückliegender UrBewegungsarten steigen in Dir die in den Genen liegenden Urgefühle von Sorglosigkeit bei natürlichem Tun wieder auf, die Dein Herz mit Freude erfüllen: Glücksgefühle aus den Zeiten, in denen Du nicht als Sklave für andere zu schufteten und keinen Kummer damit hattest, die nächsten Abzahlungsraten aufzubringen...





»Und was hältst Du von regelmäßigen Atemübungen, morgens 10 Minuten vor dem offenen Fenster, wie das überall empfohlen wird?« fragst Du.

Sapere aude. Denke selbst! Ist das natürlich? Hast Du schon einmal einen Affen auf einem Baum Atemübungen machen sehen? Also! Tu das, was natürlich ist! Im Privatleben läßt sich das auch heute noch gut durchsetzen, beruflich geht das Natürlichsein ja leider bei den meisten nicht.

»Ich kann mich noch immer schlecht an diese Art von Argumentation gewöhnen«, sagst Du.

Ich weiß. Und es hört sich auch etwas kindisch an. Aber es zeigt nun mal den einfachsten Weg, Deine Lebensprobleme zu meistern. Warum willst Du Dir das Leben nur so komplizieren?

Probier es doch selbst aus: Du wirst sehen, daß Dir nach 10 tiefen Atemzügen schon schwindelig wird. Die Natur hat es so eingerichtet, daß automatisch so viel Atem in den Körper geschickt wird, wie er aufgrund seiner Haltung (Liegen, Sitzen, Stehen) oder seiner Bewegung (Gehen, Laufen, Klettern) benötigt. Bekommt er bei Nichtbewegung zu viel Atem, ist das so schlecht, als würde er bei starker Bewegung zu wenig erhalten.

**Atemübungen machen und sich dabei nicht kräftig bewegen ist folglich absurd und nicht artgerecht! Du siehst, die natürliche Argumentation mit dem gesunden Menschenverstand führt stets zu besseren Ergebnissen als die wissenschaftliche. Letztere führte ja dazu, daß Atemübungen gut und nützlich sein sollten.**

»Wenn ich mich so viel bewegen soll, dann schwitze ich viele Mineralien mit der Schweißflüssigkeit aus. Da scheint es doch angebracht, daß ich den Verlust mit isotonischen

Getränken ausgleiche«, meinst Du.

Wäre das natürlich? Nein! Profitiert einer davon? Ja!



**Dann mußt Du gar nicht länger fragen - dann weißt Du bereits: Von Menschen Hergestelltes kann nur schaden! Laß von allem die Finger, wo Menschen ihre Hand drin haben! Bald muß das aber bei Dir sitzen! Ich kann mich nicht ständig wiederholen. In den isotonischen Wässern kann nur Schädliches drin sein!<sup>6322</sup> Weil Menschen es für andere zwecks Profitmache herstellen. Iß Obst, wenn Du Durst hast! Dann ist der am schnellsten gestillt!**



Immer noch stelle ich fest, wie Du Dich von Sprüchen beeindrucken läßt. Was haben

»Gesundheitsgetränke«-Hersteller (Sparte: Isotonie) nicht alles für einen fremdwortgespickten Wust an wissenschaftlichen Gründen aufgebracht, um ihr Kühlwasser für Einfältige an den Mann zu kriegen! Warum der Körper unbedingt dieses Kunstgesöff brauche, um die »Elektrolyt-Verluste der Perspiration« zu ersetzen, damit er nach dem Training nicht gleich den Geist aufgeben müsse... O je!



Wenn Du so nach deren Argumenten lechzt, weil Dir meine zu simpel scheinen: Im Literaturverzeichnis findest Du auch zur UrBewegung die entsprechenden wissenschaftlichen Grundlagen.<sup>8019</sup>



»Wie erklärst Du, daß ich oft noch abends kalte Füße habe?«

Wie wär's denn, wenn Du bei kalten Füßen vor dem Schlafen noch mal kurz laufen würdest? (Zwecklos, wenn Du noch immer rauchst - das ist ein Hauptgrund für die schlechte Durchblutung.) Ersatz: Kräftig mit Sohlen und Zehen eine hölzerne Fußrolle über den Boden schieben!

**Das Barfußgehen ist das beste Mittel gegen chronisch-kalte Füße!** Das Frösteln kommt daher, daß Dein Lymphsystem noch nicht ganz sauber ist und Dein Körper den Sauerstoff noch nicht richtig transportieren kann. Ergo: Du mußt fasten und mehr grüne Wildpflanzen zur Dir nehmen! <sup>9612, 9621</sup>

Nur darin ist genügend Sauerstoff transportierendes Chlorophyll vorhanden. (®Rz764)<sup>9807</sup>

Und natürlich muß der Sauerstoff mittels Deiner Beinpumpen in Deinen Körper hereingebracht werden. Genauer: Nur viel Laufen und Gehen zwingt zum heftigen und tiefen Atmen. Und nur das bringt genügend Sauerstoff in Deinen Körper. Zudem treibt das den Fluß der Lymphe in den Lymphbahnen an, wie Du bereits weißt. (®Rz136, 897)

Warum wohl haben sich die großen Lymphdrüsen unter der Achsel und in der Leistenbeuge angesiedelt, bzw. warum sind sie vom Schöpfer dorthin plaziert worden? Ich will es Dir hier noch eindeutiger klarmachen:



Weil genau an diesen Stellen Dein Körper vom 30 Millionen jahrelangen gleichbleibenden Bewegungsverhalten unserer urzeitlichen Ahnen am meisten profitierte. Die Lymphknoten unter dem Arm wurden durch das Klettern im Baum zusammengepreßt und wieder entspannt. Wieder gepreßt und erneut gespannt. Die Lymphdrüsen unten in der Leiste wurden beim Auf- und Abklettern zusammengedrückt und wieder entlastet. Auf diese Weise wurde der Lymphstrom ständig in Fluß gehalten. Eben deshalb dränge ich Dich auch so, die Baumbewegungen nachzuvollziehen. <sup>9612</sup>



Beim Kopfdrehen stehst Du aufrecht, Füße hüftbreit auseinander (16). Nun senkst Du Deinen Kopf langsam aufs Brustbein. Noch viel langsamer nach links drehen, zur linken Schulter heben, Blick zur Decke richten, mit dem Kinn dem Blick folgen, dann streckst Du das Kinn so weit wie möglich über die Schulter zur Decke. Sehr langsam wandert jetzt Dein Kopf gerade nach rechts. Wieder Blick zur Decke, Kinn zur Decke strecken, langsam zur Mitte senken. Das wiederholst Du fünfmal nach links und fünfmal nach rechts.

Wußtest Du, daß die Kopfgelenke eine Schlüsselregion für dumpfen Kopfschmerz sind? Du löst daher mit dieser Übung auch die muskulären Verspannungen am Kopfnickermuskel, den kurzen Kopfgelenkstrecker Muskeln (16a, c, 18, 18b).

(Unverständlicherweise warnen einige moderne Gymnastikbücher vor diesem natürlichen Tun...)

Diesem Training (13b+c) solltest Du Dich unbedingt mindestens zweimal wöchentlich, als Rückenleidender aber täglich, für einige Minuten hingeben (13b). Du kannst Dich auch mit den Knien in eine Holzstange oder ein Reck einhängen.

Und wenn Du schon zu alt oder gebrechlich bist, gib Dein Geld nicht für Firlefanz oder Genußgifte aus, sondern kaufe Dir eine Kippschaukel.<sup>9895</sup> Da stellst Du Dich einfach rein und kippst Dich mit dem Kopf nach unten. Du glaubst nicht, wie schnell Du Erleichterung findest (13c).



»Diese Kippe ist doch ein technisches Gerät der Neuzeit«, sagst Du, »die kannten die Urmenschen doch nicht!«



**Ich weiß, was Du andeuten willst. Diese Kippschaukel der Vorseite hat natürlich nichts mit der Urzeit zu tun. Aber die damit ausgeübte Bewegung - das Herabhängen des Körpers in einem Baum -, das ist eine urzeitliche Bewegungsform.**



Sonst mußt Du Dich in einer Turnhalle an eine Reckstange oder an Turnringe hängen. Oder erkundige Dich in einem Fitneßstudio, ob die etwas Ähnliches zum »Aushängen der Wirbelsäule« anzubieten haben.<sup>9895</sup> Als Ersatz mach wenigstens täglich einen Kopfstand, mindestens zehn Minuten lang. Dabei versuche, Dich möglichst weit nach links und rechts in den Hüften zu drehen, wobei Du Dir zuerst mit den Füßen einen Halt an der Wand suchst.

Leichte Rückenschmerzen, wenn Du mal unter ihnen leiden solltest, bringst Du so schnell weg:



Lege Dich auf den Rücken. Winkele die Beine einzeln an. Drücke Deine Lendenwirbel fest auf den Boden. Bleibe 10 Sekunden in dieser Lage. Danach entspanne Dich wieder 10 Sekunden. Dies wiederhole fünfmal(35a). Weil das so gut tut, drückst Du Dich jetzt auch noch aus dem Rücken auf die Schultern hoch (35b) und hebst im Sitzen die Beine an (35c). Das Allerbeste für den Rücken, ach was sage ich, für den ganzen Körper sehe ich in einer Dehnungsbewegung (35d).

Das Beste für Dein Kreuz: flach auf den Rücken legen. Arme neben Kopf rechtwinklig ausstrecken. Linkes Bein anwinkeln, über das rechte Bein legen und mit auf dem Boden bleibenden Schultern das rechte Knie neben das linke Knie federnd nach unten stoßen. (©Rz920, Bild 33)



**Dir ist inzwischen ja völlig klar geworden, daß wir hier keinen Sport machen, sondern täglich notwendiges Urverhalten wiederholen.**



Als ich Seminarteilnehmern bei einem Waldlauf an einem Buchenast das an einem Arm hängende In-der-Schulter-Drehen als »Antirückenschmerzmittel« vormachte (®Rz 904/ 9b), rief eine Dame spontan:

»Weißt Du, Franz, bis jetzt stand ich noch immer kritisch Deiner These von der Uraffenabstammung gegenüber -, aber wenn ich Dich so im Baum sehe: Jetzt hast Du mich davon überzeugt!«

Unsere Vorfahren sind aber nicht nur in den Bäumen rumgeklettert. Sie sind erst mal an die Äste gesprungen. Und das mindestens zehnmal am Tag (8). Und dann haben sie sich an den Zweigen hin und her geschwungen, um leichter zu anderen Ästen zu gelangen (9).



»Das mit einem Arm am Ast zu hängen, bring ich trotz viel Übens nicht fertig«, sagst Du.

Wenn Du ungeübt und daher noch steif bist und obendrein nicht besonders kräftig, dann wirst Du hier meist passen wollen. Dennoch solltest Du in der Lage sein, Dein eigenes Gewicht eine Zeitlang aus eigener Kraft zu halten. Handelt es sich hierbei doch um eine der grundlegendsten UrBewegungen. Du darfst keinesfalls resignieren, wenn Du das nicht gleich auf Anhieb schaffst. Sprich so mit Dir: »Ich versuch's erst mal mit zwei Armen, damit sich die ungelinkten Bänder und Sehnen wieder einspielen können. Dann laß ich vorsichtig eine Hand los - Mist - ich sacke weg.



Besser ist es, wenn Du erst mal beide Füße auf dem Boden stehen läßt und Dich nur ein bißchen dehnt. Dann versuche langsam zu hängen. Bald wirst Du



in der Lage sein, das genau so mit einem Arm durchzuziehen.



Weißt Du auch, daß Du mit solchen Grundbewegungen alte Unfallfolgen, Versteifungen und Verspannungen am sichersten und besten wegbringst? Sport und krankengymnastische Übungen können wertvoll sein - ich jedenfalls habe meine langjährigen Schwierigkeiten wegen einer Schulterverletzung, die ich mir beim Judo zugezogen habe, erst mit dieser einfachen UrBewegung des einarmigen Hängens weggebracht.

Wenn Du wenigstens eine Stunde täglich mindestens die Hälfte Deines Körpers (am besten natürlich den ganzen) von März bis Oktober der Sonne oder dem Licht darbietest, kannst Du von dem so gewonnenen Vitamin-D-Vorrat auch noch im Winter zehren.

**Kranken mehr Sinnenfreude zu geben ist mir ein Anliegen. Die Fotos der nackten Körper wollen Beispiele geben, wie schön es ist, schlank und rank zu sein, wie leicht einem in einem solch natürlichen Zustand alles Bewegen fällt und wie ästhetisch das wirkt und wie fröhlich das macht.**





Es soll Dich ebenfalls anregen, Dein Naturtraining nackt zu absolvieren, teilweise möglichst vor einem Spiegel. Dann kannst Du täglich wahrnehmen, wie sich Deine Figur langsam aber sicher verbessert und Du immer attraktiver wirst.

**Urzeitmenschen liefen den ganzen Tag nackt herum. Du solltest wenigstens zeitweise zu dem Dir bestimmten paradiesischen Zustand finden. Allein deshalb, um das herrliche Gefühl von Freiheit und Befreitsein zu spüren, das Dich dann umfängt. Wie wunderbar, so zu erfahren, daß Du der Natur angehörst und soviel gedankliche Freiheit und weiten Horizont aufbrachtest, um Dich von den dummen und verkorksten moralischen Vorstellungen der Menschen zu befreien!**



Bei den Naturisten weist der maßgeschneiderte Anzug keinen millionenschweren Direktor aus, keine vier Sterne auf den Schultern den General... Und goldberingte Finger wirken in der freien Natur direkt lächerlich und weisen auf die Eitelkeit ihres männlichen Trägers bereits warnend hin.

In den Schwimmbädern werden Nacktbadezeiten angeboten. Nutze sie mal, und Du erkennst:

Du legst nicht nur ein Stückchen Stoff ab, sondern eine bedrückende, zentnerschwere Last der Zivilisation. Gönn es Dir, o Mensch, wenigstens für den Rest Deines Lebens: dieses beglückende Urgefühl des Nacktseins in der herrlichen Natur! Am meisten Spaß macht das Nacktbaden am Meer. Dort, wo es schön warm ist. Wie z.B. in Südfrankreich am Mittelmeer (@Rz982/7).

**Und dann: welche Genugtuung! Den höchstbezahltesten Männern des Staates, ob Bundeskanzler oder Ministerpräsident, bleibt ihr ganzes Leben lang versagt, was Du Dir jetzt genüßlich gönnst: Deinen nackten Hintern wohlig gegen die Sonne und im Geiste gegen den Finanzminister zu strecken...(@Rz936)**

Du stehst leicht gegrätscht und versuchst, Deinen Magen an Dein Rückgrat zu ziehen. Halte dabei den Atem mindestens für zehn Sekunden an. Trommele Dir dabei - wie das die Gorillas auch tun - mit beiden Fäusten auf und neben das Brustbein.

»Das ist mir nun wirklich zu blöd!« sagst Du.



Hast Du schon mal was von der Thymusdrüse gehört? Die sitzt unter dem Brustbein. Die Griechen sahen sie als Sitz des Gemüts an. Sie ist eine der wichtigsten Körperdrüsen und wird bei Zivilisationsköstlern mit 30 Jahren träge. Könnte es nicht sein, daß die Schläge sie zu neuerlicher Aktivität aufwecken oder anregen? Danach stößt Du ohne Baucheinziehen einen aus der ganzen Tiefe Deines Ichs kommenden Urschrei aus. (@Rz959)



Nimmst Du etwas Fremdes wahr und springst in eine Abwehrhaltung (16e). Der Eindringling kommt Dir zu nahe, und Du stößt Arme und Beine in seine Richtung, ihn abzuwehren (16f, 18.)

Meine Frau macht Dir das hier (16e) vor.

»Wie kannst Du nur eine so junge Frau heiraten? Ich finde das - «

Ich finde das nicht. Eine Frau ist gar nicht so sehr auf Schönheit fixiert wie wir Männer. Sie sucht vor allem den sicheren und verlässlichen Partner, der ihre und ihres Kindes Zukunft zu sichern vermag, der ihr Geborgenheit schenkt. Der ihr zuhört und auch scheinbar Unwichtiges oder für ihn Dummes ernst nimmt, weil er weiß, wieviel aus den Gefühlen einer Frau aufbricht. Und dazu ist der Mann erst ab einem gewissen Alter fähig. Weshalb viele Frauen sich zu älteren Männern mehr hingezogen fühlen, als zu jüngeren.

»Aber eine junge Frau möchte doch auch viel körperliche Liebe...«

Nun - für Vitalität sorgt die UrMethode doch allerbestens.



Zufrieden? Nein? Dann sieh es mal vom Standpunkt meiner Frau, die unter ihren Krankheiten so sehr litt und die bei mir plötzlich alle Leiden los wurde und täglich von meinem Wissen und meiner Erfahrung profitiert. Die keine Sorgen mehr haben muß und zu den echten Werten des Lebens gelangt. Und betrachte es auch aus meiner Sicht. Schließlich muß ich als Gesundheitsreformer strikt darauf halten, mit meiner ganzen Familie Vorbild für andere zu sein. Wie sollte ich das mit einer älteren deutschen Frau schaffen?



Glaubst Du, die liefe täglich mit mir den Berg hoch, würde mit mir die UrKost ohne Gezänk futtern? Nein. Ehepartner müssen eine Einheit sein. Kaum eine Frau unseres Kulturkreises kann mehr so denken oder handeln, wie es meine Frau als Asiatin ausdrückt:

Mein Mann umsorgt mich und tut alles für mich. Ich will deshalb zu seiner Freude da sein und nicht zu seinem Streß. Das Glück, das ich ihm schenke, fällt dann doppelt auf mich zurück...

Übrigens: Nur als älterer Mann überhaupt weiß man das herrlichste Wunder auf Erden, die Frau, erst wirklich zu schätzen und zu achten... Und sie zu ihrem Besten zu leiten.

Zwischendurch bei den einzelnen UrBewegungen stärke auch Deine Augenmuskulatur:

Folge mit dem Blick einer gedachten diagonalen Linie, ohne den Kopf zu bewegen, soweit sich Deine Augenmuskeln strecken lassen. Fünffmal machst Du das nach oben, dann nach unten. Dann bewegst Du sie in einer gedachten horizontalen und vertikalen Linie hin und her. Halte bei der horizontalen Linie jeweils neben die Augen einen Finger, auf den Du zu blicken versuchst. Nun rolle die Augen fünfmal in weitem Kreis rechtsherum, dann linksherum. Nach jeder fünffachen Übung blinzele schnell ein paarmal (35r). Schließlich rollst Du Deine Augen noch in einer liegenden Acht hin und her. Verlängere allmählich jede Übung bis zu fünfzehnmal.

Und schaue öfter mal kurz in die Sonne - aber ohne Brille! Ich habe daran während des Laufens meinen Spaß. Und mit schnellem Blinzeln in den Sonnenball – wie Kolibriflügelschläge vor einer Blüte, aus der er den Nektar saugt - wehe ich mir die Urkraft allen Lebens direkt in die Augen. Auf daß sie bis in den Solarplexus dringe.<sup>9456</sup>

*Augentraining* kannst Du auch zum Einschlafen und Aufwachen mit geschlossenen Augen

treiben. Damit Dein Kind später keine Brille nötig hat, mach das Augentraining mit ihm zusammen! Einfach die Augäpfel rollen, sie in die Ecken hin und her schieben, liegende Achten beschreiben. Wichtig ist auch das Anpeilen eines Gegenstandes. Hast Du allerdings Glasbausteine vor den Augen und willst Du das ändern, so mußt Du schon jede Stunde Deine Augenmuskulatur trainieren.

**Laß es nicht zu, daß Deinem Kind die erste Brille von einem Doktor verpaßt wird und er sich so einen Patienten heranzieht, der jedes Jahr eine neue, mit stärkeren Gläsern braucht! Am Anfang seiner Kurzsichtigkeit kann man mit dem eben geschilderten Augentraining noch viel erreichen. <sup>9607</sup>**

Gleiches gilt bei Fußsohlen-Einlagen, die alles noch schlimmer machen.<sup>3909</sup> Das Kind muß sofort konsequent zum Barfußgehen gebracht werden, falls sich erste Anzeichen für einen Senkfuß zeigen. Und das besonders oft auf Naturböden in Feld, Wald und Wiesen.



Sehr profitabel für die Mediziner ist bei Deinem Kind die Diagnose mit Namen Skoliose. Denn für die beginnende Wirbelsäulen-Verkrümmung verpassen die Könner ihm ein Korsett, das diese armen Geschöpfe mindestens 23 Stunden täglich zu tragen haben. Verantwortlich für die Drehkoliose machen die Ärzte eine geschwächte Erbmasse. Doch das UrBewegungstraining hält gemeinsam mit der UrMedizin auch dieses Leiden auf und heilt es oft aus, wenn die Skoliotiker frühzeitig genug damit beginnen.

Die Brille soll nach einem Lasereingriff neuerdings überflüssig werden, heißt es. Tatsache ist: Ein Bumerang-Effekt tritt ein: starke Schmerzen, Blendempfindlichkeit, Infektionen, Narbenbildung, Bulbusrupturen. Von einer leichten Kurzsichtigkeit (-2) kannst Du nach dem Eingriff eine Brille für plus 6,5 Dioptrien nötig haben! Ebenso vermindertes Kontrastsehen, Rückfälle in die alte Fehlsichtigkeit, selbst ein Erblinden ist dadurch möglich (Ärzte-Zeitung, 13.6.91).



Du mußt wissen, daß es im Auge keine Durchblutung gibt. (Würde es wie ein Muskel durchblutet, so würdest Du alles rot sehen.) Das hat leider den Nachteil, daß sich deshalb kleinere Schlacken im Auge gut absetzen können. Im Alter dringen diese Schlacken aus der Fehlernährung dann langsam auch ins Auge ein. So kommt es zur Bildung von Grauem Star (Augapfeltrübung) und späterem Blindsein. Wieso die Mediziner diesen überhaupt behandeln, wo es doch für sie keine Schlacken gibt! (@Rz649ff)





Das alles kann Dir nicht passieren, wenn Du vorher verhinderst, daß in Deinem Körper solche Schlacken und Giftstoffe entstehen.

Ich möchte noch mal auf den Satz von oben zurückkommen, es sei ein Nachteil, daß die fehlende Augendurchblutung das Bilden von Stoffwechselschlacken zulasse: **Die Natur (oder Gott) hat in ihren Lebewesen nichts Nachteiliges angelegt. Ließe sie es folgenlos zu, daß jeder Mensch schlechte Kost zu sich nehmen könnte, wäre der ungesund Lebende (und damit der die Natur Zerstörende) gegenüber demjenigen bevorzugt, der auf seine Gesundheit und die seiner Erde achtet. Deshalb sendet die Natur den Menschen auch Blindheit, auf daß wir sehend werden.**

Viele erkranken auch am Grünen Star, weil eine bestimmte, die Hornhaut und Linse versorgende Nährflüssigkeit nicht mehr über einen feinen Kanal abfließen kann. So schädigt der steigende Augendruck den Sehnerv mehr und mehr - was zur Erblindung führt. Die UrMedizin macht den Kanal wieder frei (falls er nicht bereits völlig verklebt ist).





**Willst Du beide Star-Arten vermeiden, dann achte auf eine gute Durchblutung der Augenregion mit dem Augentraining. Und laß so oft wie möglich die Brille von den Augen.**

Auch als Mutter eines Kindes mit Silberblick kannst Du auf einen Arzt und auf eine Operation mit ihren Gefahren verzichten. Laß Deinem Kind einfach von einem Optiker eine Brille fertigen, mit der wechselweise ein Auge abzudecken ist.

»Du hast gut reden, aber was mich betrifft, so bin ich viel zu steif für die folgenden UrBewegungen«, sagst Du.

Keine Sorge: 3 Wochen Erd-Fasten und 8 Wochen UrKost haben alle Schlacken, hinderndes Fett und die abgesetzten Harnsäurekristalle abgebaut. Du wirst sehen, wie leicht Dir plötzlich alle Bewegungsarten gelingen!



Denk doch auch mal daran: Wenn Du Deine Muskeln (und damit zwangsläufig verbunden) Dein Herz stärkst, altern beide viel langsamer. Und: Je besser Du von Tag zu Tag Deinen Körper beherrschst, desto mehr stärkst Du Dein Selbstvertrauen. Das heißt auch: Du mußt im Alter nicht auf Gnade und Barmherzigkeit Deiner Angehörigen angewiesen sein oder Dich von ihnen über den Tisch ziehen oder von ihnen mit einer Abschiebung ins Heim bedrohen lassen. Du traust Dir mehr zu, z.B., Dich ohne Arzt selbst gesund zu machen!

Wird Dir allmählich klar, daß ich Dir nichts von all dem guten Gewissens erlassen kann, was ich Dir zu tun vorschlage?

Dieser Vorteil tritt noch hinzu:

Je mehr Du trainierst, desto mehr verkürzen sich Deine geistigen Reaktionszeiten - weshalb Du Dich danach auch besser konzentrieren kannst.





Und das wiederum kommt Dir dabei zugute, Dir über noch bestehende Vorurteile gegen mein Buch klar zu werden und sie abzubauen. Und damit einer natürlichen Klugheit, die zu einem freien Leben voller Zufriedenheit und Wohlgefühl führt, eine Gasse zu bahnen.

Zu Hause springst Du am besten vom Stuhl auf eine weiche Unterlage. Jüngere können vom Tisch springen. Ältere probieren es vom Fußbänkchen. Ab 45 Jahren mußt Du damit aber vorsichtig sein, weil die UrMedizin erst langsam Deine Knochenmasse stabilisiert und wieder aufbaut. Nach acht Monaten durchgezogener UrKost allerdings kannst Du Dir wieder alles zutrauen.





Die ältere Dame mag, statt zu springen, nur etwas auf einem Bein hopsen. Hauptsache, sie gibt sich überhaupt einmal daran, wieder etwas beweglich und körperlich sicherer zu werden. Für sie gilt besonders: Der Muskel muß am Körper ziehen und ihn damit zur Zellerneuerung anregen, damit es nicht zum Knochenschwund (Osteoporose) kommt.<sup>1907, 2474, 6032, 6120, 9437, 9603</sup>



Mit diesen UrzeitBewegungen, die wieder nicht speziell ein einziges Leiden angehen, liegt es in Deiner Hand, diese schlimmen Folgen der Unbeweglichkeit zu vermeiden, die Dich sonst im Alter krummer ziehen. Dadurch verspannen sich schließlich Deine Muskeln immer mehr, sie schrumpfen ein, und dieser Prozeß führt zu bösen Schmerzen und einem qualvollen Leben. Ganz schlimm wird es, wenn Du übersäuert bist und wegen Sonnenmangels zu wenig Vitamin D im Körper hast. Dann holt der Körper sich nämlich seinen Kalziumbedarf zusätzlich aus dem Knochengewebe und den Zähnen.

Noch was Gutes für die Augen: Strecke den rechten Arm so weit aus, daß sich der rechteemporgestreckte Zeigefinger in Blickrichtung hinter dem linken Zeigefinger befindet. Richte den Blick abwechselnd auf den rechten und linken Zeigefinger. Und dann drehe mit den Augen eine liegende Acht. Diese Übung trainiert die haarfeinen Muskelbänder, die die Wölbung Deiner Linse mitbestimmen.



**Der Körper braucht, weil von der Urzeit her gewohnt, kräftige Stöße und Erschütterungen unten von der Fußseite her. Darauf ist er angelegt. Die inneren Muskeln, die anders nicht trainiert werden können, verkümmern sonst.**

Ich decke in diesem Buch erstmals diese Erkenntnis auf: Gebärmutterosenkungen und viele andere Frauenleiden sind so zu verhüten.

Dein Einwand als Hausfrau »Ich beweg' mich den ganzen Tag, bin dauernd auf den Beinen und hab' deshalb UrTraining nicht nötig«, bedeutet nichts anderes, als einen Vorwand von Dir, Du emsiges Hausmütterchen, um im alten Trott ungestört weiterarbeiten zu können. Na, ist's nicht so?



Die UrBewegung ist deshalb so enorm wichtig, weil beim Älterwerden mit Schlechtkost Deine Gelenke regelrecht verhungern. Ja, tatsächlich!

Du mußt Dir Deine Gelenkknorpel wie Schwämme vorstellen, die nur unter Druck Nährstoffe abgeben und wieder aufsaugen. Weil das Knorpelgewebe keine Blutgefäße besitzt, die es ernähren, ist es auf einen solchen Austausch von Nährflüssigkeit ständig angewiesen.



Verhungern die Zellen im Körper langsam, weil Du Dich nicht genug bewegst, dann werden auch Deine Muskeln und Gelenkbänder immer schlaffer und Deine Gelenke versteifen mehr und mehr.

**So, und nun geht es um Dich, werdende Mutti oder wollende Mutter eines doch so erwünschten, süßen Babys: Wie stellst Du sicher, daß einmal Dein Kindchen gesund und quietschfidel und ohne große Schwierigkeiten für Dich geboren wird? Und Du es in der richtigen Position und mit der nötigen Muskel- und Preßkraft dabei unterstützt?**

»Nun sag bloß noch, das bringt auch noch die UrzeitTherapie fertig«, meinst Du ungläubig.

Aber ja! Dank der richtigen UrKost bekommt Dein Baby in Deinem Bäuchlein nämlich nicht den heute so oft vorkommenden (durch den starken Zucker- und Süßwarenkonsum verursachten) zu dicken oder zu harten Kopf oder Leibumfang, der Geburtskomplikationen mit sich bringt.<sup>9101f, 9114</sup> Auf welche die Ärzte mit Kaiser- oder Dammschnitt, mit Vakuumsauger oder Zangen reagieren. Dank der UrBewegung hast Du auch genügend Muskulatur im Becken- und Bauchbereich, um Dein Baby beim Hinauswollen zu unterstützen, und dank der richtigen

Stellung beim Gebären ist das dann ein, na, ich will nicht gerade sagen ein Vergnügen, aber Du tust Dich doch um vieles leichter dabei. (©Rz995)



Gesundheitsgesetz der Natur:



**Die UrBewegung brauchst Du noch nötiger als die UrKost. Mangel an UrKost verzeiht Dir Dein Körper schon mal, Mangel an UrBewegung nie.**







Im Halbkniestand Kopf und Oberkörper soweit wie möglich nach hinten drehen kräftigt besonders die Rückenmuskulatur



Hier werden die äußeren -





und hier werden die inneren Beinmuskeln durch Armdruck und Gegendruck der Beinmuskulatur gekräftigt.



Hier ein paar Trainingseinheiten, die Spaß machen: (35)

**COLOR ( Kraftübungen ohne Geräte)**



Weitere Partnerübungen (34) **PM COLORSEITE**



**Zusätzliche Partnerübungen:**

**Zu zweit seine Kräfte und sein Können zu üben macht am meisten Spaß.**

## Colorseite Urkräftigungsgeräte HAEHN



»Vom Schwimmengehenden sprichst Du nicht viel«, bemerkst Du. »Das soll doch so gesund sein! Damit könnte ich mich schon eher befreunden.«



Schwimmen ist sicherlich gut für Dich, auch wenn es sich bei den Schwimmbewegungen nicht direkt um UrBewegungen handelt. Denn die Urmenschen tollten wohl viel in den Flüssen herum - haben aber sicher nicht die heutigen Schwimmstile beherrscht.

Sie hielten sich über Wasser, wie das die Tiere tun: Die strampeln tüchtig mit allen vieren und drücken den Kopf gegen den Nacken. Vergiß also diese Art nicht, wenn Du schwimmen gehst. Zu Hause kannst Du es auf einem Schemel praktizieren (26).

Ich rate besonders denen dazu, die unter einer schlechten Körperhaltung leiden. Es vermag diese ungemein zu bessern. Leider wird das Wasser in den Schwimmbädern ständig mit Chlorgas u.a. Chemiegiften verseucht. Giftstoffe, die auf Dauer weitaus schädigender wirken

als die Bakterien im Wasser, gegen die sie eingesetzt werden, es je sein können.

Wer hat je nachgeprüft, wieviel von dieser Chemie während einer Schwimmstunde durch die Poren und über die Atmung in unseren Organismus aufgenommen wird? In Teichen, Tümpeln, Baggerseen und Kiesgruben schwimmen zu gehen, das bleibt uns wohl nur noch übrig...

Tu auch was für Dein Kind. Du glaubst gar nicht, wieviel Freude UrBewegung Dir und ihm macht und wie aufgeschlossen es dafür ist. (Wußtest Du, wie ausdauernd und gut kleine Kinder laufen können?!) Bei den Läufen mit meinem Sohn konnte er stets mithalten. Unterwegs zeigte ich ihm dann alles, was eßbar war. Der hatte jedenfalls seinen großen Spaß dabei, wenn ich mit ihm die Augen wild rollte oder er mir zeigte, wieviel besser er an den Zweigen herumturnte als sein oller Paps! Und wenn er das von Jugend auf gewöhnt ist, wird er später gerne zum Leichtathletik oder zum Turnsport finden: vernünftige Sportarten. Merk's Dir mal:



Sportliche Kinder sind auch geistig und verstandesmäßig beweglicher als lahme, verfettete, bedauernswerte Kinder. Schon wenn sie anfangen, Speck anzusetzen, wird es Zeit, sie zur Bewegung anzuhalten. Erspare Deinem Kind den Gram des Fettseins, die grausame, sich zutiefst für immer eingrabende Schmach in seinem Herzen. Nie wird es später unbefangen einem möglichen Partner gegenüberreten, nie einen angemessenen finden, wenn Du es dick bleiben läßt. Heimlich wird es Dir vielleicht sogar vorwerfen, daß Du es dadurch für sein ganzes Leben unglücklich gemacht hast...

Beim Laufen schüttele auch kräftig die Hände in alle Richtungen aus. Ziehe dann Deine Schultern hoch, und laß sie wieder ruckartig fallen. Dann mach mal weite, federnde Schritte und hebe für eine Weile die Oberschenkel dabei so hoch Du kannst. Stärke die Beweglichkeit Deiner Hüfte, indem Du für kurze Zeit »über Kreuz« läufst, das linke Bein also über das rechte beim Laufen schiebst und umgekehrt (siehe Foto rechts).



Wann ist die beste Zeit für UrzeitTraining? Morgens ideal für alle, die sich gern davor drücken; mittags, wenn Du Dich von UrKost nicht satt fühlst - denn Laufen mindert den Appetit für spätere Stunden; abends gut für diejenigen, die Streß im Beruf haben und sich entspannen müssen. Merke: Je später, je schwerer!

Auch auf Deiner Arbeitsstelle kannst Du für Deinen Körper etwas tun und die nötigen UrBewegungen hinter Dich bringen:

Um 10 Uhr kräftigst Du Dein Herz mit zehn Kniebeugen auf dem WC.

Um 11 Uhr tust Du was für den Kreislauf und hängst Dich an eine starke Tür - vielleicht eine Feuertür im Keller -, baumelst Dich daran hängend aus, nachdem Du vorher ein paar Klimmzüge daran gemacht hast. Das regt Deinen Stoffwechsel an, so daß das kommende Essen besser vom Körper verwertet wird. Dein gegen Nachmittag absinkendes Energiepotential lädst Du schnellstens dadurch auf, daß Du (vielleicht irgendwo im Keller) herumhüpfst oder mit einem mitgebrachten Expander und dort herumstehenden Kisten oder Akten trainierst.

Vor dem Nachhausefahren (zum lässigen Überstehen der Staus) bringst Du Dein Blut in Wallung mit Drücken und Pressen Deiner Glieder gegen einen Türrahmen oder mit anderen isometrischen Übungen. (®Rz 920, Kraftübungen ohne Geräte)

Mußt Du an einem Computer arbeiten, so vermeide Sehnen- und Muskelschmerzen, indem Du 1 mindestens alle zwei Stunden ein paar Liegestütze machst und Dich für eine halbe Minute mit gestreckten Armen auf die Hände - Gesicht nach oben - und Fersen aufstützt,

1 öfter Deine Sitzhaltung veränderst oder den Schreibtischstuhl mit einem Kniesitz-Stuhl

tauschst,

! jede halbe Stunde Fingertraining machst plus Herabziehen der Daumen mit der anderen Hand.

**Was für Dich noch wichtig ist: Vor und bei Flugreisen und bei Schiffs- oder Zugfahrten, wenn Du also lange sitzt, nimmst Du alle zwei Stunden einen Teelöffel vom biologisch angebauten Leinsamen. Den zerkaust Du gründlich und kannst so später Deine Probleme mit der Verdauung vergessen. Nicht vergessen solltest Du, zwischendurch immer wieder auf den Gang zu gehen, um Dich dort den UrBewegungen von Zeit zu Zeit hinzugeben, soweit sie Dir in dieser Enge möglich sind.**

Wie beispielsweise: An den Türgriffen festhalten und die Knie 20mal beugen, Hände hinter den Rücken schlagen oder mit durchgedrückten Beinen auf dem Boden federn, auf der Stelle hüpfen, Knie ans Kinn ziehen und, und, und. Ich hab' immer ein Deuser-Gummiband dabei. Damit läßt sich noch mehr auf kleinstem Raum anfangen. Dumme oder erstaunte Blicke der anderen Fahrgäste sollten Dich nicht stören. Da stehst Du doch längst drüber! Ich lächle in die erstaunten Augen immer freundlich hinein und sage: «Vielleicht wollen Sie ein bißchen mitmachen! Sie glauben nicht, wie gut Ihnen das tun wird. Und wie wohl Sie sich danach in Ihrem Sitz fühlen!»

### Gesichtsverschönerungstraining

Die folgenden Gesichtsübungen kannst Du überall dazwischenschieben. Ich mache sie immer bei der Arbeit, beim Laufen und beim Warten auf meine Frau, wenn wir zum Tanzen ausgehen wollen. Oder auf Eisenbahnfahrten. Auf kleine Kinder achtet man im Zug ja nur, wenn sie mit den Füßen herumstrampeln und einem ständig die Ruhe nehmen. Daß sie besonders aufmerksame Beobachter sind, erfuhr ich, als mich so ein mitreisendes kleines Kerlchen laut fragte: »Du, Onkel, bist Du der Dumme August aus dem Zirkus?« »Nö«, antworte ich, »Ich schreib' Bücher. Warum meinst Du, daß ich ein Clown bin?« Der Kleine: »Ich denke, Du mußt das verrückte Fratzenschneiden für die Vorstellung heute abend üben...«

Tja, man macht schon einiges als UrMethodiker mit, wenn man sich einbildet, mit solchem Gesichtstraining dem Altwerden entgegen zu können...

Falls Du auch dieser Meinung bist: Es genügt eigentlich, wenn Du einfach viele Grimassen schneidest, die Augen weit öffnest und wieder fest schließt, die Unterlippe über die Zähne oder Oberlippe ziehst, die Oberlippe über die Unterlippe drückst, den Mund zu einem »O« spitzt, die Lippen nach vorne und die Mundwinkel nach links und rechts schiebst (35s):

Diese Gesichtsübungen lösen auch Verspannungen der Kaumuskelatur, die Kopfschmerzen verursachen können. Du siehst es kaum, und doch passiert es: Ab dreißig werden Deine Gesichtsmuskeln langsam müde. Nimm bis zum Alter von 60 Jahren nicht hin, daß die Haut anfängt zu erschlaffen. Fange sofort mit gezieltem Gesichtsmuskeltraining an. Jugendliches Aussehen ist wichtig für das Wohlfühlen! Du hast doch längst erfahren, daß Cremes nichts



nutzen!

Wichtig: Alle hier gezeigten Übungen müssen jeden Tag gemacht werden, damit die Gesichtsmuskeln in Schwung bleiben oder wieder in Schwung kommen. | Hast Du Energiefalten über der Nasenwurzel?

**Zuerst öffnest Du die Augen weit. Dann runzele die Stirn so kräftig wie möglich. Nun ziehe die Brauen fest zu den Augenlidern herab. Sodann ziehe die Brauen wieder hoch, und öffne gleichzeitig die Augen, soweit es geht. Wiederhole die Übung fünfmal.**

**| Deine Lider müssen in späteren Jahren nicht schwerer und die Augen nicht kleiner werden!**

**Schließe die Augen. Lege Daumen und Zeigefinger einer Hand sanft an die inneren Augenwinkel. Presse die inneren Augenwinkel jeweils gegen den aufgelegten Finger so intensiv wie nur möglich. Wenn Du das Gefühl hast, den Druck nicht mehr steigern zu können, verringere ihn langsam so lange, bis die Augenpartie wieder völlig entspannt ist. Das Ganze übe dreimal.**

**| Laß Krähenfüße nicht erst aufkommen!**

**Ziehe die Brauen so hoch, wie Du kannst. Gleichzeitig die oberen Lider. Dann senke die Oberlider langsam wieder, und ziehe zur gleichen Zeit die unteren Augenlider so hoch, daß sie die oberen berühren und Du blinzeln mußt. Schließlich öffne die Augen langsam wieder, und bringe dabei die Lider in die Ausgangsposition. Die Brauen bleiben bei der ganzen Übung hochgezogen. Fünfmal wiederholen.**

**| Tu was gegen Deine Nasenfalten zum Mundwinkel!**

**Lächele. Öffne dabei den Mund so weit wie möglich. Versuche zugleich die Mundwinkel nach oben zu ziehen. Verstärke das Lächeln. Übe dies fünfmal hintereinander. Verlange nichts Unmögliches; bereits vorhandene Falten können nicht völlig verschwinden.**

**| Dieses Training macht die Kieferpartie schön**

**Schließe den Mund, und beiße mit den oberen und hinteren Backenzähnen aufeinander. Danach öffne den Mund mit langgezogener Mundöffnung. Schließe den Mund, und drücke dabei - wie zuvor - die oberen und unteren Backenzähne gegeneinander. Das Ganze muß zehnmal hintereinander wiederholt werden, damit es Erfolg haben soll - was ich aber diesmal bei allen Übungen nicht versprechen kann.**

**| Deine Haut zwischen Nase und Kinn wird schlaff?**

**Lockere Deine Kiefermuskeln. Laß den Unterkiefer einfach fallen. Schürze in dieser Position die Lippen, ziehe die Nasenflügel zusammen und die geschürzten Lippen nach oben. Bring**

danach den Mund wieder in Normalstellung. Wiederhole dies fünfmal.

### **I Laß die Falten um den Mund nicht zu scharf werden!**

a) Ziehe die Oberlippe hoch und schürze sie. Schürze auch die Unterlippe, bis Dein Mund ein kleines O bildet. Das Bonobo-Baby macht es Dir auf dem nebenstehenden Foto vor: Bilde eine leicht geöffnete Schnute. Anschließend bringe den Mund langsam wieder in die Ausgangsstellung zurück. Trainiere fünfmal hintereinander. Und pruste öfter fest durch die leicht geschlossenen Lippen. Mach aber möglichst Deinen Partner nicht naß dabei.

b) Spitze den Mund zum Küssen. Dann lockere die Lippen langsam wieder und ziehe sie ein. Presse sie aufeinander, so als ob Du überflüssigen Lippenstift in einem Tuch abdrücken wolltest. Das belebt die gesamte Mundgegend und sollte fünfmal wiederholt werden.

c) Spitze den Mund, und stecke die Zungenspitze hindurch: Schiebe alles so weit als möglich nach vorn.



### **Laß ein Doppelkinn gar nicht erst aufkommen:**

Schiebe Deinen Unterkiefer kräftig nach vorne und halte ihn dort sieben Sekunden: Wenn Du so in 'ne Straßenbahn einsteigst, macht Dir jeder sofort seinen Sitzplatz frei! Stecke Deinen Zeigefinger in den Mund, und presse fest die Lippen dagegen. Ziehe den Finger langsam wieder aus dem Mund, und halte den kräftigen Preßdruck an. Dann gib die Zeigefinger an die Mundwinkel und versuche, letztere gegen deren Druck auseinanderzuziehen.

### **I Glätte Falten ums Kinn!**

a) Hebe Deine Unterlippe möglichst hoch über die Oberlippe, und presse sie fest an. Ziehe sie unter leichtem Preßdruck auf die Oberlippe wieder zurück.

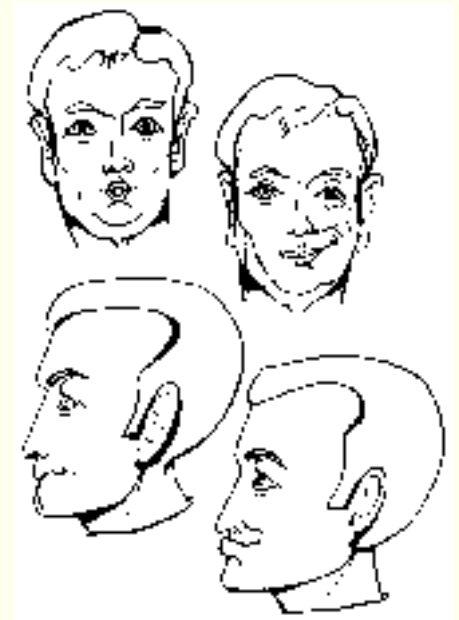
b) Ziehe die Oberlippe möglichst tief über die Unterlippe, presse sie fest dagegen, und ziehe sie unter Druck wieder nach oben.

### **I Glätte Stirnfalten!**

Ziehe mit dem ausgestreckten Zeigefinger am Haaransatz die Stirnhaut ein wenig an. Presse den Finger nun an, und ziehe mit der Kraft Deiner Augenbrauenmuskeln die Haut nach unten.

- **Trainiere Schlupflieder weg!**

Lege Deine Zeigefinger knapp unter Deine Augenbrauen. Halte hier Haut und Muskeln gut fest und lege die Daumen auf die Wangenknochen vor den Ohren. Jetzt schließe die Oberlider gegen den Widerstand der Zeigefinger 20mal. Dabei sollen nur die oberen Augenmuskeln arbeiten. Halte 3 Runden durch.



- **Mach Dir strahlende Augen!**

Blicke mit Deinen Augen, ohne dabei den Kopf zu bewegen, nach rechts, dann nach links, nach unten und nach oben. Fixiere dabei jedesmal einen Punkt, und führe die Augenbewegung in jede Richtung durch. Die Übung 6mal wiederholen. Das aktiviert die gesamte Augenmuskulatur!

- **Lächeln strafft die Haut**



Beiße die Zähne zusammen und öffne leicht die Lippen. Lächele erst 6mal nach rechts, Richtung Schläfe, indem Du die rechte Wangenmuskulatur fest zusammenziehst, dann 6mal nach links.

- **Trickse Augenfalten weg**

**Lege Diene Zeige-finger fest auf die äußeren Augen-winkel und ziehe die Haut ein wenig**

**nach außen, um Widerstand zu erzeugen. Nun blinzele 20mal kräftig gegen diesen Widerstand, um die seitlichen Muskeln der Augen zu trainieren. 3 Runden sind optimal.**

### **I Vermeide hängende Lider**

**a) Setze je drei Fingerspitzen auf die Augenbrauen. Ziehe die Brauen nach unten.**

**b) Setze drei Fingerspitzen neben dem Jochbein auf, und ziehe die Haut leicht nach unten. Ziehe nun die Haut mit der Augenmuskulatur wieder nach oben. I Trage Deine Nase stets hoch**

**Ohren und Nase wachsen das ganze Leben lang. Die Nasenspitze wird breiter und fällt mit dem Alter nach unten ab. Drücke mit dem Zeigefinger die Nasenspitze nach oben und halte sie dort. Ziehe die Nase nach unten, indem Du die Oberlippe nach unten gegen die Zähne preßt. Eine Sekunde lang halten, dann die Lippe entspannen. 50 mal wiederholen. Bei sorgfältiger Übung verbessern sie Blutzirkulation und Sauerstoffzufuhr in der Oberlippe und der Nase. Rötungen verschwinden so mit der Zeit.**

### **I Straffe Deinen Hals**

**Lege Daumen und Mittelfinger auf die Knochen des Schlüsselbeins und schiebe die Haut nach unten. Nun schiebe den Kopf langsam immer mehr in den Nacken. 30 mal wiederhole es.**

### **I Vermeide Dellen im Kinn**

**Presse die Oberlippe fest auf die Zähne. Nun hebe Dein Kinn nach oben, so hoch wie es geht. Nach dem 10. Male solltest Du ein Muskelziehen spüren.**

### **Gesundheitsgesetz der Natur:**

**Was Millionen Jahre hindurch Gewohnheit war, darauf kann und darf der Körper nicht verzichten, wenn er sich nicht selbst schädigen will.**

Denn alles an Dir ist auf das alte Tun schon zu sehr und zu lange eingespielt. Dein Herz wartet mit Sehnsucht darauf, wieder mal kräftig gefordert, Deine Lungen sehnen sich schon lange danach, endlich wieder bis in die Spitzen mit guter Luft vollgepumpt zu werden. Sollen denn einzelne Organe erschlaffen oder halb absterben, nur weil Du sie nicht ihrer Natur nach entsprechend nutzt?

»Bitte sieh mir genau zu: Welche Muskeln werden angestrengt, wenn ich auf einem Bein stehend den ‚Fliegenden Adler‘ mache« frage ich meine Frau.

»Meine Lachmuskeln«, meint sie zu meinem ziemlich wackeligen Bemühen, das hinzukriegen.

**Nur weil wir uns unser Essen nicht mehr selbst aus der Natur holen müssen, sind wir faul und träge geworden.** Nur ein Hund bringt die Menschen noch vor die Tür. So neigen wir dazu, nur zu tun, was bequem ist. Deshalb mach Dir Spaß bei dem, was nun mal nötig ist: Hör Musik oder singe beim Laufen (® Kap. 9.47). So genießt Du jede Minute Deines Lebens.  
Aber:

Dir eine Chemotherapie im Schwimmbad verpassen lassen, das vermeide tunlichst! 8113, 9632

»Die Luft unmittelbar über der Wasseroberfläche ist am saubersten, habe ich gehört«, sagst Du.

Das gilt aber nur für natürliche Gewässer. Statt staubfreier Luft kriegst Du in unseren Schwimmbädern beim Schwimmen stets eine ziemliche Portion Kampfstoff verpaßt. Denn gerade über der Wasseroberfläche ist die Chlorgaskonzentration am dichtesten. Verschlimmert wird das durch die oft stupiden Bademeister, die zuviel davon ins Wasser kippen. Bei einer Untersuchung durch die Uni Bremen (Prof.Thiemann) wurden bis zu 24 fach höhere Richtwerte festgestellt. Das freigesetzte Trihalomethan ist schwerstes Chemiegift und macht Nieren und Leber kaputt, bringt Krebs und führt zu Schäden an Deiner Erbmasse.<sup>9632</sup>

Mir fällt das Training oft genug genau so schwer wie Dir. Und manchmal durchzuckt mich auch schon mal der Gedanke, die eine oder andere mir schwerfallende UrBewegungsart zu schlabbern. Aber dann reiß ich mich wieder zusammen, indem ich mir sage: »Wenn Du einmal aussetzt, mein lieber Jolly, dann bist Du geneigt, das danach immer öfter zu machen. Und dann bringst Du Deine 80 Liegestütze vor Deinen Seminarteilnehmern nicht mehr zustande und blamierst Dich«. Und Du solltest denken: »Fang ich erst einmal mit Nachlässigkeit an, dann hab' ich bald überhaupt keine Lust mehr für alles. Also: Zieh das Ganze täglich durch, dann weißt Du es bald nicht mehr anders!«

wird COLORSEITE

Dem

**Umarmen eines Baumes**

gelten meine letzten

Anregungen zur UrBewegung.

Alle Primatentiere umfassen

die Bäume seit Jahrmillionen,

wenn sie sich Nahrung

beschaffen oder spielen.

Ihr Wohlbefinden im Geäst

ist dabei offensichtlich.

Da unsere Gene mit den ihren

fast identisch sind, gewinnen

wir durch nachahmendes Tun

fast gleiches Wohlgefühl.

UrBewegung Hochklettern. Arme und

Beine drücken fest den Stamm (10e).

Wer jünger als 60 Jahre ist, der kann zu einer

noch intensiveren Liebkosung eines Baumes gelangen,

die allerdings ein wenig anstrengender ausfällt (10f).

Merke: Fichten umarme nur, falls Du vorher nachgesehen hast, ob sie harzen. Das kriegst Du sonst nie mehr aus den Kleidern

Sollte die Annahme von einer Aura des Baumes ein Hirngespinnst der Menschen sein,

so gewinnst Du mit diesem Tun in jedem Fall ein Kräftigen Deiner Glieder- und Bauchmuskulatur, die sich bis zur Rückenmuskulatur fortsetzt, und Dir jetzt oder später diese verfluchten Schmerzen im Kreuz wegnimmt, unter denen Du so oft stöhnst.

Bevor Du mich statt der sachlichen Vorschläge hier im Buch bekittelst, will ich Dir verraten, daß ich nicht nur wegen der Kirschen in einem Baum herumklettere. Auf diese Weise stärke ich so auch im Alter meine Muskeln und erfülle mit dieser Kletterei auf vollkommenste Weise das in mir genetisch verankerte Urbewegungsarten-Programm. Weiter werden Bänder und Sehnen in der genau richtigen Dosierung gedehnt, um dann bis zur natürlich bedingten Ermüdung in Spannung gehalten zu werden - was keine Sportart bieten kann. Weil keine auf dem Gedankengut der einprogrammierten UrBewegung beruht. Das nur als förderlich für den Körper ansieht, was in der Urzeit viele Millionen Jahre gelebt wurde. Gleichzeitig wird so auch die Geschicklichkeit meiner Hände aufrechterhalten, wenn ich mich mit der einen am Ast festhalten muß, mit drei Fingern der anderen einen Zweig halte, während zwei Finger die Kirschen pflücken.

Diese Geschicklichkeit geht sodann, so hoffe ich, auf meine kleinen grauen Zellen über, sie veranlassend, noch bessere Bücher für Dich zu schreiben. Besonders deshalb zu erhoffen, weil gleichzeitig die Bioenergie des Baumes voll in mich eindringen kann. Was zusätzliche Wohlgefühle im Baum und später verschafft. **COLORSEITE**

Doch zurück zu den knackig-saftigen Cerises und Cherrys; Wörter, die von chérir, zärtlich lieben, herkommen könnten: Wer nicht merkt, was das auch für einen oralen Genuß bereitet, die frisch vom Baum zu essen, dem kann ich nicht helfen... Solltest Du es aber mal selbst ausprobieren wollen, und der Kirschenmonat Juli ist bereits vorbei, dann versuchs mal in einem Pflaumenbaum. Und halte das ab und zu ebenfalls mal wie ich: Iß mit den Früchten auch gleichzeitig die Blätter mit! Ist das nicht ein deutlicher Hinweis der Natur an Dich, die beides gemeinsam hat wachsen lassen?



Ehrensache, daß ich ohne Leiter in den Baum einsteige. Ich will entdecken und Urgefühle zurückgewinnen: Wie wohlig-anstrengend das Festhalten mit einer Hand am Ast z.B. in meinen Gelenken zieht, wenn ich mich ganz nach hinten zu einer Frucht strecke. Oder spüren, ob ich mit dem bloßen Fuß noch ein Stück weiter an einem Ast entlanggehen kann, ohne daß er abbricht. Ich will durch Abfedern spüren, ob ein Ast mich trägt oder nicht. Ich will wissen, wie mich im obersten Wipfel der Wind sanft schaukelt.

»Du hast vergessen zu sagen, daß aber schwangere Frauen all diese UrBewegungen nicht machen dürfen.«

Das kommt darauf an, im wievielten Monat sie ist. Bis zum dritten, vierten Monat macht das noch keine große Mühe.

»Wie? Da soll sie auch springen, laufen, hopsen? Weißt Du, daß sie dadurch leicht das Kind verlieren kann?« entsetzt Du Dich.

Woher hast Du denn diese Weisheit? Doch nur von den Medizinern, die bei angeblich drohender Frühgeburt den Frauen zur Schonung und zu viel Bettruhe raten. Und damit durch Schwachmachen der Frau eine solche geradezu heraufbeschwören. Wie fast immer bei ärztlichen Ratschlägen: Genau das Gegenteil ist richtig! Durch viel Bewegung, durch Laufen und Hopsen *kräftigen* sich die Bänder und die das Kind haltenden Gewebe. Durch vieles Liegen aber erschaffen sie! Haben wir nun richtig getan, an solche Fragen nicht auf medizinische, sondern auf Ratschläge unseres gesunden Menschenverstandes einzugehen?

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt : e-mail :** [Report an Webmaster](#) ☒ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/8/7.html> - **Update: 2.06.2000 00:53**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---



# 8. Kapitel. Lerne, Dich wieder richtig zu bewegen: urzeitgemäß!

## 8.8 Wann sind Massagen angebracht und nützlich?

Nach Unfällen und Verletzungen halte ich Massagen für wichtig und notwendig. Auch nach Operationen, wenn z.B. die Herren Chirurgen die Lymphdrüsen ausgeräumt haben, sind Lymphmassagen unverzichtbar. Nur: Wenn Massieren fehlende Bewegung ersetzen soll, dann ist davon nicht viel zu halten.<sup>1406</sup> Denn: **Intensives Eigenbewegen ist durch nichts zu ersetzen!**

Für sehr unbewegliche, versteifte alte Menschen, die sich bereits aufgegeben haben, mag es noch angehen, aber hast Du das denn noch nie an Dir bemerkt, wie steif Du danach von einem Massagetisch aufstehst?

**Das kommt daher, daß sich die Weisheit Deines Körpers gegen das ihm seit 30 Millionen Jahren nie mitgemachte Durchkneten wehrt und sich mit seiner Muskulatur dagegen anspannt: der will das nicht! Massagen bringen mehr Verspannung als Entspannung. (O je, jetzt sind mir als letztes auch noch die Masseuré böse!)**

»Was sagst Du zu dieser chinesisch Reflexzonenmassage, die vom Massieren des Fußes her auf die einzelnen Körperteile positiv einwirken soll.«<sup>8306</sup>

Die nackten Füße des Menschen haben - weil es Schuhwerk nicht verhinderte - bis vor etwa 15.000 Jahren ständig harte Massagen und Stöße vom Klettern auf Bäumen und Laufen auf unebenem Boden empfangen. Diese Stöße teilten sich den Organen mit, und diese könnten möglicherweise vermissen, was sie seit Urzeiten gewohnt waren. Mein Gott, wenn ich bei älteren Leuten auf die halb verkrüppelten Füße schaue! Warum tun die nix dagegen?. Nämlich sich durch Barfußgehen in Wald und Flur den guten Zustand wieder zu erwerben. Kommst Du nicht raus, dann hilfst Du Dir mit der hölzernen Fußrolle, über der Du Deine Füße kräftig drückend abrollst. Du bekommst sie in jedem Sanitätshaus. Ich hatte sie Dir schon zum Aufwärmen Deiner kalten Füße empfohlen.

Überdies: Menschenhänden ist es nicht möglich, den federnden Wiesen- oder Waldboden, die Weicheit des Moores und dessen bioenergetische Abstrahlung auf den Fuß, den Druck und Reiz von auf den Wegen liegenden Steinen und Hölzern zu vermitteln!

Also laufe, wie ich das tue. Im Böhmerwald-Seminar von mir läuft schon eine ganze Weile ein Glatzkopf in mittleren Jahren ausdauernd neben mir. Ich wende mich kurz zu ihm: »Alle Achtung! Für einen etwa 50jährigen bist Du noch toll in Form!« Er schnauft zurück: »Danke

für die Blumen, Franz. Aber ich bin gerade 31...«

Eine Sofortmassage ist nur nötig, wenn Du plötzlich auf einem Auge nichts mehr siehst und dabei keine Schmerzen hast. Mit großer Wahrscheinlichkeit ist das ein akuter Gefäßverschluß der Retina. Dann solltest Du sofort Deinen Augapfel massieren, wenn Du Dein Augenlicht retten willst.

Auch 'ne Art Massage... Meine Seminarteilnehmerin Helen hat großes Vertrauen zu mir gefaßt. Sie möchte unbedingt, daß ich nachsehe, ob nicht schon der Brustkrebs bei ihr einen Fuß in die Tür gesetzt hat. Ich gehe mit ihr auf's Zimmer und taste sorgfältig ihren Busen ab. »Ohne Befund«, sage ich lachend am Ende der Prozedur. »Danke, Franz«, antwortet mir Helen verträumt, »würde mich mein Mann auch nur so wunderbar streicheln können wie Du.«

»Wenn Du mir jetzt noch raten könntest, wie ich meinem Haarausfall begegnen könnte, dann machtest Du mich glücklich«, sagst Du.<sup>9600</sup> Merke:

Wenn Dein Haarausfall plötzlich, wie aus heiterem Himmel auftritt, tragen oft Hormonstörungen die Schuld daran. Tröstend ist, daß meist alle Haare wieder nachwachsen. Weil Kopfhare im Monat etwa einen Zentimeter wachsen, muß Du aber Geduld aufbringen. Unterstützt werden sollte das Haarwachstum auf jeden Fall mit viel pflanzlichem, organischem Eisen. Dies besonders dann, wenn sich die Haare langsam zu lichten beginnen. Die Wildpflanzen enthalten davon das meiste. Bei den Kulturpflanzen reichen Petersilie und Sellerie an deren Eisenwerte heran, sind aber leider mit vielen Schadstoffen belastet.

Dänische Wissenschaftler wollen jetzt festgestellt haben, Haarausfall liege an der mangelnden Durchblutung der Kopfhaut; andere hingegen behaupten, die Kopfhaut sei allgemein der am besten durchblutete Körperteil,<sup>9863</sup> und der Haarverlust sei mehr ein Problem der Haarwurzeln und Hormone. Genaues weiß keiner. Wenn vorzeitiger Haarausfall, besonders bei Männern, nicht genetisch programmiert ist und sofern Deine Haarwurzeln nicht unregenerierbar bereits abgestorben sind, so magst Du Dir sagen:

»Durch das Fasten wird meine verschwartete Kopfhaut entspeckt, die UrKost bringt die in ihr enthaltenen Haarlebens- und -wuchsstoffe vermehrt in den Körper. Das UrBewegungstraining - besonders mit den Füßen nach unten an Ast, Ringen oder Reck hängend oder als Ersatz dafür der Kopfstand - läßt die Blutgefäße am Haarboden stärker pulsieren, entspeckt sie damit und bringt die Wildnahrungs-Lebensstoffe, Vitamine und organisch gebundenen Mineralien unmittelbar in meine Kopfhaut. Und der Autor rät mir, täglich morgens und abends die Fingerspitzen beider Hände im Abstand von ca. 3 cm auf die Kopfhaut zu setzen und sie dann mit leichtem Druck (ohne die Finger über die Haut zu ziehen) hin und her zu schieben, die Kopfhaut dadurch leicht aufstülpend: Damit auf diese Weise ein Maximum an Durchblutung erreicht wird.«

Recht so, lieber Leser! Einverstanden. Fein, wenn einer so aktiv an seine Schwächen rangeht wie Du! **Und das solltest Du mir nachmachen: Bei sitzender Arbeit neben Dich einen Eierwecker stellen, der alle Stunde rasselt und Dich zu 20 Kniebeugen und einigen**

**anderen UrBewegungen auffordert.**

Ich spür's mal wieder: Für diese Worte bringen mir die Trägen und stets Ausflüchte Suchenden keine Sympathie entgegen. Ich muß gestehen: das beruht auf Gegenseitigkeit...

Alle wollen gerne zurück zur Natur.

Aber keiner zu Fuss.

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × »[Der Große GESUNDHEITS-KONZ](#)« × »[Natürlich Leben](#)«  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/8/8.html> - **Update: 13.01.2000 17:45**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# 8. Kapitel. Lerne, Dich wieder richtig zu bewegen: urzeitgemäß!

## 8.9 So wirst du alt und bleibst trotzdem beweglich

»Du tust ja gerade so, als könnte ich mit Deiner Methode das Altwerden aufhalten! Machen wir uns doch nichts vor: Ab einem gewissen Alter geht's mit jedem bergab!« So sagst Du leicht bekümmert.

**Altern kann niemand aufhalten. Aber aufhalten kannst Du das vermeintliche Schicksal des Menschen, mit dem Alter auch krank und schwach zu werden. Und vorzeitig um das Beste und Schönste zu kommen, das wir kennen: unsere Vitalität und Sexualität.**

»Aber es ist doch ganz schön, wenn man heute ein Lebensalter so um die 70 erreichen kann«, sagst Du, »älter möchte ich gar nicht werden.«<sup>6525</sup>

Du möchtest vielleicht deshalb nicht älter werden, weil Du weißt, wie hinfällig und krank Du in diesem Alter sein wirst.<sup>2224</sup> Mit der UrMethodik fühlst Du Dich mit 70 aber auch noch wie ein 40jähriger und hast mindestens noch 25 bis 30 Jahre vor Dir. *Ich* will die nicht verschenken! Besonders deshalb nicht, weil ich jetzt im Alter viel wacher und aufgeschlossener werde und das Leben, die Schönheit der Natur und das Beisammensein mit natürlichen Menschen überhaupt erst bewußt und damit weitaus mehr genieße, als das in der Jugend der Fall war. Und ich möchte, daß Du dieses tief beglückende Fühlen auch gewinnst und möglichst lange davon zehrst.

»Ich hab' doch für so was keine Zeit!«, so höre ich von den meisten Leuten, wenn ich sie frage, warum sie nichts für ihren Körper tun. In Wirklichkeit aber meinen sie: Körperliche Bewegung macht mir keinen Spaß. Bequemlichkeit ist mir lieber. Vielleicht ist das bei Dir auch so. Na, sei mal ehrlich! Wenn ja, mußt Du halt versuchen, Dir Bewegungslust zu machen. Muße dazu findest Du allemal, wenn Du etwas anderes dafür zurückstellst, das Dir bisher die meiste Zeit weggenommen hat. Vielleicht war es das Fernsehen (lohnt sich sowieso nicht), der Freund oder die Freundin (lohnt sich immer - und wenn es echte Freunde sind, kannst Du sie zum Mitmachen bewegen); vielleicht war es Dein Auto oder der Tresen. Es muß endlich in dich hinein:

**Etwas Wichtigeres als Deine Gesundheit gibt es nicht! Leider merkst Du erst dann, daß sie das Wertvollste überhaupt für Dein Leben ist, wenn Du sie eingebüßt hast.**

Versuche es doch zuerst einmal mit kleinen Schritten. Schaff Dir eine Tischtennisplatte an, und spiele im Keller mit Deinem Partner oder mit Freunden - dafür ist keiner zu alt. Und das

macht nach einer gewissen Zeit jedem Spaß. Du kannst auch einen Tanzkursus belegen und so mehr und mehr in die Welt des Sichbewegens hineinwachsen. Du wirst sehen, wieviel Freude Du plötzlich bekommst.

»Ich will Dir jetzt mal ehrlich was sagen: Wenn man jung ist, ist Dein UrTraining schrecklich langweilig«, sagst Du.

Geb' ich zu. Leider sind die Urbewegungen nun mal nötig. Aber ich schenk' sie Dir, erlaß sie Dir...

»Hätte ich nicht gedacht, daß Du auch mal großzügig sein kannst!«

...wenn Du Dich dafür einer Rock 'n' Roll-Tanzgruppe anschließt, die dreimal wöchentlich übt. Oder falls Du regelmäßig Gymnastik- und Aerobic-Kurse - die es auch auf Kassetten mit Musik gibt - besuchst. Die enthalten ja auch viele meiner Bewegungsvorschläge und bringen Dich mit aktiven Menschen zusammen. (Nur verzichte nie auf Baum-Nachahmbewegungen!) Sind Dir UrBewegungen zu eintönig, dann such' Dir eine gesunde Sportart aus. Der Verfasser war leider hier lange kein Vorbild für Dich. Vom Judo hielt er drei, vom alpinen Skilauf eine weitere Meniskusoperation nebst Schulterverletzungen und Muskelabrissen zurück...

Doch was Dir immer Spaß machen dürfte, das ist die Natur mit dem Fahrrad zu erleben.

Mach mit Freunden Ausflüge ins Grüne. Auch das Gehör braucht Urlaub. Ein Waldspaziergang in Ruhe kann Wunder fürs Ohr wirken. Bist Du allein, gibt es für Dich Wandervereine. Die Schaukelbewegungen dabei hast Du schon in der Mutter Bauch eingepägt bekommen: als Muster archaischen Glücks. Flirte mal ab und zu ein bißchen. Schreib wieder Briefe, bastele vielleicht, oder nähe selbst.

Älteren bietet ein Fitneßstudio ideale Trainingsbedingungen.<sup>8111</sup> Die Übungen an den Geräten sind bereits mit kleinsten Gewichten durchführbar, die Verletzungsgefahr ist gering. Du solltest Deine Vorurteile ablegen, denn dort gibt es nicht nur Muskelprotze, sondern auch schlanke Männer und Frauen, die einfach etwas für sich zu tun gedenken. Da findest Du zudem Menschen, die Körperbewußtsein haben - das ich Dir ja ständig als positiv und erforderlich darzustellen versuche. Und deshalb vielfach den richtigen Partner für Dich. Komm mir als Frau nur nicht mit der lächerlichen Entschuldigung: »Ich möchte mir keine unschönen Muskelberge antrainieren.« Für sichtbare Muskeln brauchst Du täglich härtestes Training von mindestens 6 Stunden. Aber für so verrückt, das zu tun, halte ich Dich nicht. Aber auf ein vernünftiges *Bodystyling* sollte kein schönheitsbewußter Mensch verzichten, oder einer, der sich nicht hängen lassen will.<sup>8111f</sup>

Auch wenn Du älter bist, darfst Du das In-Bewegung-Bleiben nicht aufgeben. Wenn Du nur herumschlurfst, erleidest Du jährlich einen Knochenschwund von zwei bis drei Prozent, und Du wächst mehr und mehr in den Boden! Allein mit mildem, täglichem UrBewegungstraining von einer dreiviertel Stunde kannst Du das schon aufhalten.<sup>8112</sup>

Und: keinen Alkohol! Du vergiftest Dir damit nicht nur die Leber, sondern auch die Knochen. Sag Dir bei jedem Schluck: Der kostet mich jetzt 0,1% der Leber und tausend Knochenzellen.

»Warum soll ich das Training so lange durchziehen? Andere halten fünf Minuten täglich für genug.«

Dann solltest Du wissen, daß sich in so kurzer Zeit die Blutgefäße gar nicht erst ausdehnen. Und ich möchte doch erreichen, daß sich auch viele neue Kapillaren bei Dir bilden. Fünf Minuten! Lächerlich! Wie will man da den ganzen Körper durcharbeiten! So was liest Du in Frauenzeitschriften von Journalistinnen, die vielleicht selbst nie über drei Kniebeugen rauskommen... Doch Du solltest wieder Spaß am eigenen Körper kriegen! Wahrscheinlich hast Du jahrelang nichts anderes getan als hin und wieder einen Aktenordner ins Regal gehoben...

»Du als Schriftsteller hast es einfach! Du kannst Dir den Tag einrichten, wie Du willst. Ich habe eine Familie und Verantwortung! Da muß ich zusehen, daß der Kamin schön weiterraucht!

Wenn ich meinem Arzt die Freundschaft aufkündige, dann bekomme ich schon nach sechs Wochen kein Krankengeld mehr. Dann heißt es: Wenn Sie sich der ärztlichen Behandlung widersetzen, so müssen wir annehmen, daß Sie nicht gesund werden wollen! So ist das.«

Mein Gott, Du wirst Dir wohl zu helfen wissen! Du kannst doch etwas diplomatischer vorgehen. **Und so tun, als würdest Du schön brav all die Medikamente schlucken, die er Dir verschreibt. Oder? COLORSEITE**

»Und was sagst Du denen, die wirklich keine Zeit finden für all das, was Du ihnen für ihre Gesundheit zu tun zumutest?« willst Du wissen. »Die da völlig geschlaucht nach einem langen Arbeitstag zurückkommen und dann auch noch ihren Haushalt in Ordnung bringen müssen!«

Wenn sie nur UrKost zu sich nehmen, dann müssen sie nicht mehr lange einkaufen, Essen vorbereiten, kochen und hinterher spülen. Und sich zwischendurch lange zum Essen hinsetzen. In einem guten Restaurant kann das einem mit Hin- und Rückfahrt drei, vier Stunden am Tag stehlen - Stunden fürs Krankmachen! UrKost kannst Du jederzeit zwischendurch futtern. Dadurch werden täglich genug Stunden frei. Für all das, was ich Dir da zumute...

Mehr als 1½ Stunden müssen es aber nicht sein. Auch ist bei jedem wohl eine halbe Stunde früher aufstehen nicht zuviel verlangt, wenn er nicht bis in die Nacht am Fernseher hängt. Zudem gibt es in jedem Betrieb eine Mittagspause. Und die vermag man als UrzeitKöstler voll zu nutzen: fürs Laufen oder zum UrzeitTraining. Irgendwo an einem Kinderspielplatz oder im Park oder in einem leeren Raum des Betriebes. Das ist deshalb drin, weil Du schon während der Arbeit Dein Grün oder Dein Obst essen konntest. Und so nicht in der Kantine oder im Restaurant zu Mittag essen muß. Na siehst Du!

Und wenn Du jetzt immer noch Ausreden auf Lager hast, das alles nicht machen zu können, nun, dann holst Du eben Dein Pensum am Wochenende nach und sagst alle Besuche, den

Frühschoppen, Sportveranstaltungen und Autoausflüge rigoros ab. Und widmest Dich dafür Dir selbst und Deinem Körper. Und wenn der Besuch bei Dir mitmachen will, ist er willkommen. Wenn nicht, so kann er Dir gestohlen bleiben!

**Da schenke ich Dir nun solch eine wertvolle Grundlage für ein Leben frei von Krankheit und Abhängigkeit, da habe ich die ideale Lebensweise für Dich gefunden und an Dich weitergegeben, da weise ich Dir den Weg, wie Du sorgenfrei und unbeschwert leben und ein hohes Alter in Klarsichtigkeit genießen kannst - Du aber hast bis zuletzt noch Einwände?**



**Laufen kann ich diesen Weg nicht auch noch für Dich.**

Sicher, der Pfad führt anfangs steil aufwärts, ist mühsam und beschwerlich - aber wer den höchsten Punkt erreicht hat, dem bietet sich die herrlichste Aussicht dar. Und danach geht das Weiterschreiten leicht und beschwingt. Gewöhn Dir ab zu sagen: Das kann ich nicht, das liegt mir nicht. Oder gar: Dazu hab ich keine Lust. Damit verbaust Du Dir von vornherein die Möglichkeit zu lernen. Du

wirst schon sehen: Die Lust kommt übers Tun!

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Bewege Dich, soviel Du kannst!**

**Sonst bewegt sich nichts oder nur alles halb in Deinem Körper zum Gesundwerden.**

Selbst die Mediziner glauben, daß die Hälfte aller Krankheiten durch Sauerstoffmangel entsteht.

Und Du, vergiß nicht: Wenn Du Dich mit der UrzeitTherapie gesund machst, dann verdankst Du das dem Wiederherstellen des Natürlichen in Dir! Zeige Dich dankbar: Setze Dich auch bei anderen dafür ein, das Wissen über die Natur und deren Heilkraft zu verbreiten. Und besonders solltest Du nicht in dem Bestreben nachlassen, für den Erhalt dieser Natur alles zu tun!



Gerade im Auto ist es wichtig, den Körper in Bewegung zu halten und die Muskulatur zu stärken. Und vor allem: um Rückenschmerzen vorzubeugen. Das vergiß nie: 1. Umschließe mit den Händen fest das Lenkrad und stemme Dich dagegen.

2. Versuche mit beiden Händen das Lenkrad seitlich zusammenzudrücken.

3. Versuche das gleiche von oben.

4. Versuche, das Lenkrad auseinanderzuziehen.

5. Halte das Lenkrad mit beiden Händen fest und dehne Deinen Körper nach links und rechts.

6. Halte auf einer ruhigen Fahrstrecke das Lenkrad mit einer Hand, und drücke Dich mit der anderen aus dem Sitz hoch. Wechsle.

7. Nimm in eine Hand ein kleines Händetrimmgerät, und kräftige Deine Handmuskulatur.



8. Auf einer einsamen Strecke lasse ab und zu mal Deinen Kopf kreisen.

9. Fahre jede Stunde bei längeren Strecken einen Parkplatz an, und mach ein paar UrBewegungen und einen kleinen Lauf. Dazu solltest Du stets Laufschuhe im Wagen haben.

10. Damit Deine Verdauung klappt und Du nicht müde wirst, iß nur Obst oder Wurzeln bei einer längeren Autofahrt.





Wenn Du das Auto so selten wie möglich benutzt, hast Du diese Bewegungen nicht nötig - und tust so das Allerbeste für unsere Natur.

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ☒ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/8/9.html> - **Update: 13.01.2000 17:45**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

Der Domainname ist  
eine Spende der  
[Transmedia GmbH](#)

× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch  
× [Antivivisektion e.V.](#)                      × [Für Vegetarismus!](#)  
[- Gegen Tierversuche -](#)                      [Vegi-Büro Schweiz](#)  
Tierversuchsgegner Rhein Ruhr

# 8. Kapitel. Lerne, Dich wieder richtig zu bewegen: urzeitgemäß!

## 8.91 Zeichnerische Übersicht über die nötigsten UrBewegungen

Bis Dir alle UrBewegungen in Fleisch und Blut übergegangen sind, daß Du keine mehr vergißt, gebe ich sie hier auf den Folgeseiten vereinfacht wieder. Ganz am Buchende habe ich diese nochmals eingefügt, damit Du sie dort abtrennen und an die Wand Deines Trainingsraums heften kannst.

**Merke: Das Ur-Trainings-Kurzprogramm läßt sich gut einprägen (Jede Bewegung führe mindestens zehnmal aus).**

### Im Stehen

- 1. Kopfkreisen bis tief ins Genick, Kopf zu den Seiten drehen, vorsichtiger nach hinten in den Nacken und nach vorne.**
- 2. Schultern hochziehen, dann nach hinten und vorne damit kreisen.**
- 3. Mit beiden Armen gleichzeitig nach hinten kreisen lassen, dann nach vorne.**
- 4. Beide Arme einzeln um den Körper, dann windmühlenflügelartig kreisen. Zum Schluß beide Arme über Kreuz klatschend an den Rücken schlagen.**
- 5. Hüfte mit leicht hochgeschobenen, angewinkelten Armen nach links und rechts drehen.**
- 6. Einen Arm über den Kopf heben, ihn seitlich nach unten stoßen, so daß die Hüfte stark nach innen eingeknickt wird. Arm wechseln.**
- 7. Hüfte nach vorne kippen. Mit gestreckten Armen bei gespreizten Beinen wechselseitig die Handrücken an die äußeren Fußleisten schlagen. Beine immer weiter spreizen.**
- 8. Füße wechselseitig so hoch wie möglich zur Seite spreizen.**
- 9. Bein aus der Hüfte heben, gegen imaginären Gegner stoßen.**

### In Rückenlage

**10. Beine wechselweise gestreckt hochheben.**

**11. Beine wechselweise gestreckt in weiten Bögen kreisen lassen.**

**12. Arme bleiben fest ausgestreckt am Boden. Das eingeknickte linke Bein legt sich über das rechte und versucht wippend mit dem Knie den Boden rechts neben dem rechten Oberschenkel zu erreichen. Gleiches versuche umgekehrt.**

**13. Kreuz hochheben und senken. Später den Körper mit hochgehobenen Schultern auf den Kopf schieben.**

**14. Mit den Beinen in alle Richtungen strampeln.**

**15. Beine hinter die Schultern stoßen. (Das aktiviert Rückenwirbel wie Schilddrüse!)**

**16. Arme und Beine hochheben: auf dem Rücken schaukeln, dann wechselweise Hände auf ein Knie legen und zum Kinn ziehen.**

#### **Im Sitzen**

**17. Oberkörper bei angezogenen Knien aufrichten. Anfangs Arme nach vorne stoßend zu Hilfe nehmen.**

**18. Arme zwischen ausgestreckten Beinen nach vorne schieben. Kopf bei gestreckten Beinen links und rechts auf die Knie pressen.**

**19. Mehrmals schnell über ein ausgestrecktes Bein aufstehen.**

#### **Im Knien.**

**20. Katzenbuckel machen, dann ins Kreuz fallen lassen.**

**21. Nach hinten so weit als möglich beugen, evtl. sich mit den Händen abstützen.**

**22. Affengang nur auf den Fingerknöcheln und Füßen.**

#### **In Bauchlage**

**23. Armbeugen bei aufgestützten Händen und Füßen - Schwächere gehen dazu auf Knien und heben die Füße an.**

**24. Tief am Boden vorwärts und zurück kriechen.**

**25. In Hocke wippen, dann hockend gehen.**

**26. Wie ein Hund auf Stuhl »schwimmen«.**

**27. Über ein Hindernis mit weitem Schritt steigen.**

### **Auf Tisch und Stuhl**

**28. Mit auf Stuhloberkante gelegten Händen kräftig nach unten im Kreuz wippen.**

**29. Auf Stuhl sitzend weit nach unten beugen und aufrichten.**

**30. Auf Stuhl steigen und herunterhüpfen mit Beinwechsel.**

**31. Ein Knie auf Tisch legen - tief nach unten beugen.**

**32. Körper an Händen hochziehen.**

### **Im Hängen**

**33. Körper frei schwingen.**

**34. An einem Arm hängen.**

**35. In Knien hängen (Kippwippe).**

**Bewegungen mit Geräten zum Kräftigen des Körpers, u.a.m.**

**36. Hanteln wechselseitig hochheben.**

**37. Hanteln wechselseitig hinter den Kopf heben und Arme seitlich strecken.**

**38. Hanteln im Liegen hinter Kopf und seitlich bringen.**

**39. Expander: Sich verschiedene Dehnbewegungen ausdenken.**

**40. Gummiband: Sich verschiedene Ziehbewegungen ausdenken.**

**41. Spiralfedergerät: Sich verschiedene Kräftigungsbewegungen ausdenken.**

**42. Hände hinter dem Rücken zusammenbringen, Körper dehnen.**

**43. Dehnen der Finger erhält deren Geschicklichkeit. Mache gleiches analog mit den**

## Zehen.

44. Beine, Füße und Hände tüchtig ausschütteln.

45. Anti-Gesichtsfalten-Training.

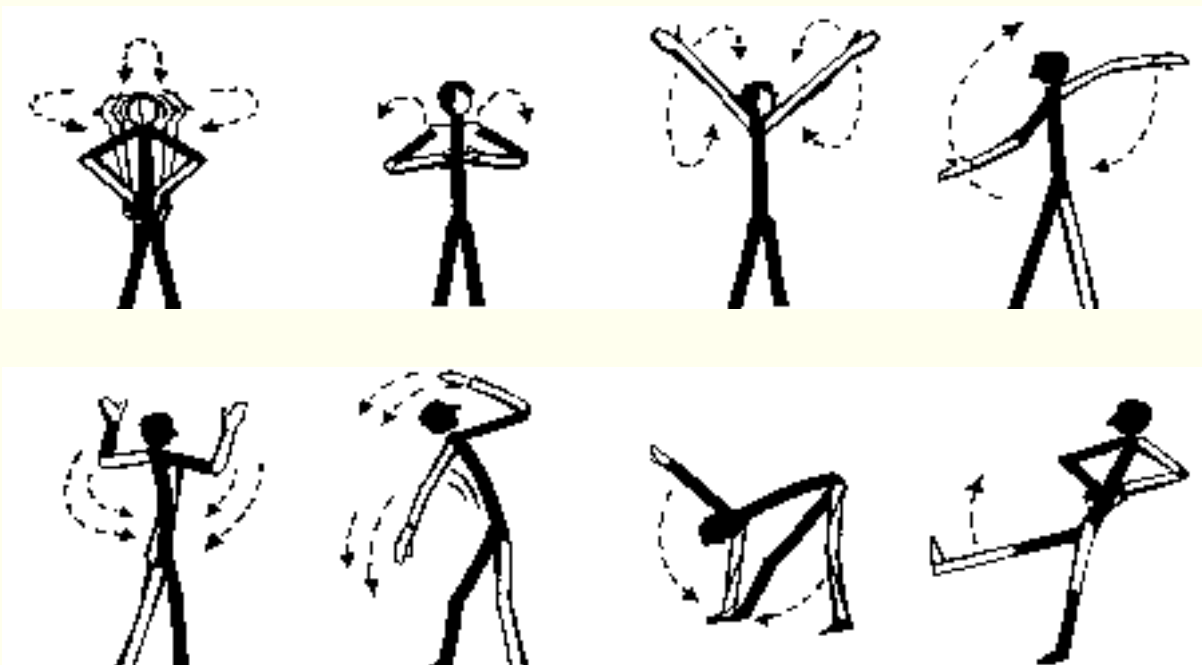
46. Partnerübungen, aber nicht nur eine, wie hier angegeben.

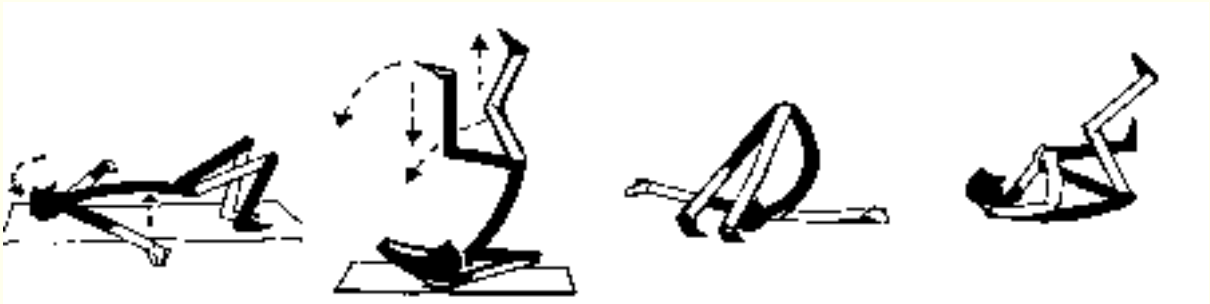
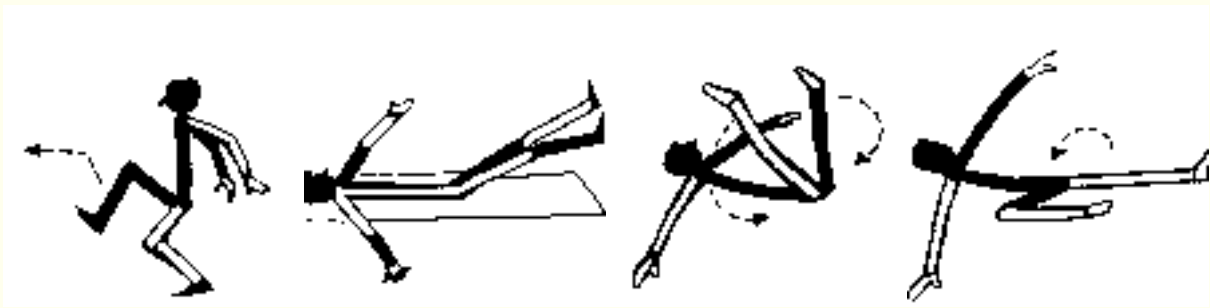
47. Als Ausklang des UrzeitTrainings belohnst Du Dich, falls Du noch Zeit dafür hast, mit Tanzen oder

48. Bewegungsspiele: Bist Du allein, spielst Du Tischtennis gegen die Wand. Mit Partnern machst Du Ball- oder Wurfspiele.

Anschließend nicht vergessen: Bewegungen im Baum nachahmen: Klimmzüge, Hängen, Schwingen, Drehen an einem Arm im Schultergelenk. Und zum Ausdauererfolg: Laufen oder Ausschreiten. Dabei Fingertraining nicht vergessen - das beugt bestens jeder Sehenscheidenentzündung vor!

So – und jetzt schalte schnell Deine Lieblingsmusik an, und auf geht's:





**Jeden Tag UrBewegung heißt: täglich uriges Wohlbefinden**





Im Büro was

**für die Beine tun!**

Im Büro kannst Du sogar im Sitzen Knie und Beinmuskulatur so kräftigen:

1. Klemm Dir ein dreifach gefaltetes Handtuch, ein Kissen oder ein Buch zwischen die Knie, und drück sie für 10 Sekunden zusammen.

2. Klemm Dir ein Telefonbuch zwischen die Innenkanten Deiner Füße und hebe die Beine 6 Sekunden lang hoch.
3. Stell die Füße in Höhe der Stuhlbeine nebeneinander, hebe und senke im Wechsel die Fußspitzen.
4. Hebe ein Bein hoch, beuge leicht ein Knie und drehe die Fußspitze kräftig mit angezogenen Fersen nach außen.
5. Hebe ein Bein vom Stuhl hoch und führe es in einer diagonalen Bewegung nach vorne und zur Mitte bei angezogenen Zehen.

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/8/91.html> - **Update: 13.01.2000 17:45**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a>	× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr
--	---



# 8. Kapitel. Lerne, Dich wieder richtig zu bewegen: urzeitgemäß!

## 8.92 Mit dem folgenden Zusatztraining kriegst Du Deine Rückenschmerzen in den Griff

Stehend

1. Arme ausgestreckt nach hinten federn.
2. Mit ausgebreiteten Armen federnd im Kreuz drehen.
3. In die Knie gehend, beide Arme gleichzeitig zur Seite schlagen.

Sitzend

4. Auf einer Pobacke oder kniend eine Hand auf den Boden so weit nach vorne schieben wie möglich.
5. Beine wechselweise hochschlagen, ohne den Boden zu berühren.
6. Zwischendurch: Mit hochgehobenen Beinen Füße in alle Richtungen drehen und dehnen als Entspannung.
7. Wechselweise die Arme zu den Körperraußenseiten schlagen.
8. Eine Hand zwischen den Beinen so weit wie möglich nach vorne schieben.



Auf dem Rücken liegend

9. Körper in der Sitzposition mit leicht gestrecktem Arm so weit wie möglich nach links und rechts drehen.
10. Mit einem angezogenen Knie wechselweise nach hinten sehen.
11. Knie wechselweise ans Kinn ziehen.
12. Wechselweise ein Bein über das andere schlagen, dabei beide Schultern fest auf dem Boden halten. Versuchen, mit dem übergeschlagenen Knie wippend auf das hintere stoßen.

## Auf dem Bauch liegend

**13. Linkes Bein ausstrecken, mit rechter Hand das rechts angewinkelte Bein nach unten federnd drücken.**

**14. Gegrätschte Beine an den Füßen zum Leib ziehen.**

**15. Gegrätschte Beine mit den Händen nach außen federnd spreizen.**

**16. Ausgestreckt liegend die Wirbelsäule hochheben und ein paar Sekunden schwebend halten.**

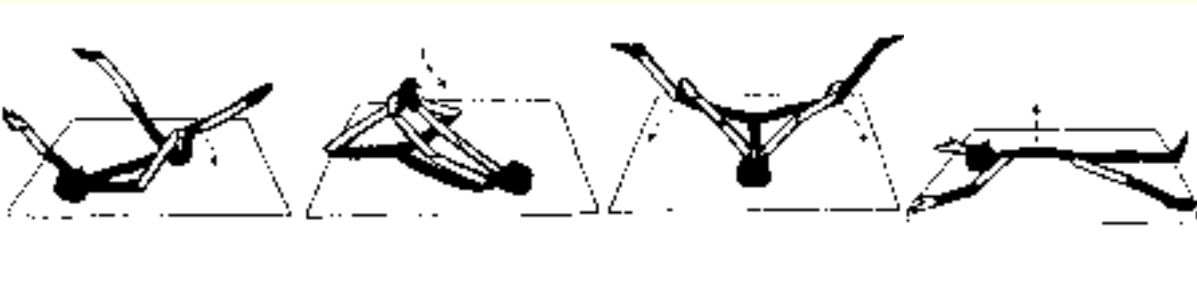
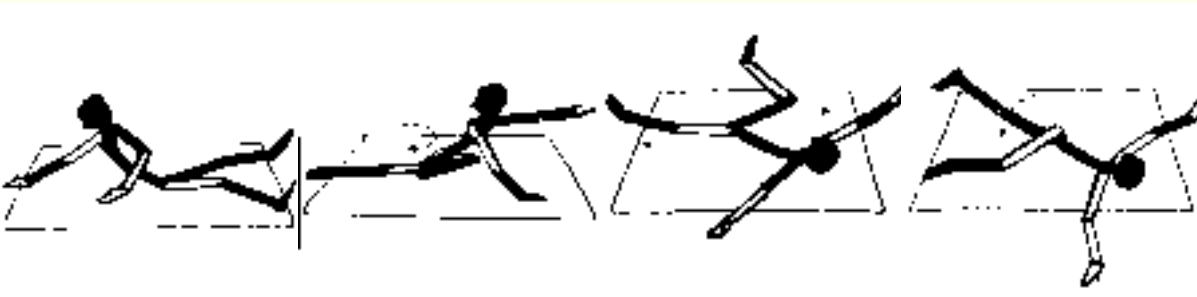
**17. Einen Arm angewinkelt aufstützen und damit den Körper federnd hochdrücken.**

**18. Entspannen, alle Glieder so weit ausstrecken, wie es geht.**

Es gibt keinen speziellen Rat für Eure Wehwehchen, somit auch keinen für die vielen Ursachen der Rückenschmerzen. Aber die Klassische Naturheilkunde sorgt allumfassend für die Gesundheit! Sie bereitet Dich durch gründliche Reinigung Deines Körpers zum Essen von Früchten vor und setzt Dich in die Lage, daß diese Dir bekommen und Du wertvolle Lebensstoffe zur Gesundung und Immunabwehr in Dich aufnehmen kannst. Dadurch bist Du nun auch in der Lage, die Sonne vertragen zu können. Die Sonnenstrahlen wiederum bilden in Dir das einzige, nicht mit der nahrung aufnehmbare Vitamin D Dieses wiederum ist für den Erhalt eines starken Knochenbaus unerläßlich. Gemeinsam mit der UrBewegung, zu der Du hier ebenfalls angehalten wirst, sorgt die damit angekurbelte Sauerstoffzufuhr und der nur so zum Fließende zu bringende Lymphfluß dafür, daß dieses Vitamin D und alle anderen Lebsnsstoffe an die Milliarden wartenden Körperzellen verbracht wird. Um diese natürlich zu kräftigen. Und täglich zwei Stunden UrBewegung sorgen dafür, die Schmerzen im Rücken zu beseitigen! Hauptursache ist in 99% aller Fälle eine zu schwache Rücken- und Bauchmuskulatur! So allein sieht eine sinnvolle Ganzheitsbehandlung unter der Klassischen Naturheilkunde aus.

Bei Rückenproblemen nimmst Du nach dem UrTraining einfach diese rückenmuskelstärkenden Bewegungsformen so lange hinzu, bis die Schmerzen nicht mehr auftreten.<sup>8015</sup>





**Wisse: Bück Dich für jedes Kraut und Du spürst das Kreuz des Friedens.  
(Gesangsbüchlein für Christen aus dem 17. Jahrhundert)**



× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/8/92.html> - **Update: 13.01.2000 17:45**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a>                    × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> -                    <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# 9. Kapitel. Lerne, zufrieden zu leben: einfach und urzeitnah!

## 9.1 Durch Erwecken der menschlichen Urgefühle gesundet Deine Seele: ersetze negative Gefühle durch positive Urgefühle 8214,9030,9036,9040,9739

*Wenn Du nicht bereit bist, Dein Leben zu ändern, kann Dir nicht geholfen werden*

*(Hippokrates, 460 - 377 v .d. Ztr.)*

»Das Kapitel kannst Du ruhig weglassen«, meinst Du, »ich bin weder seelisch krank, noch habe ich ein psychosomatisches Leiden. Ich bin ein ganz normaler Mensch.«

Das weißt Du doch gar nicht! Die meisten seelisch Kranken wissen das nicht. Und die meisten Ärzte kommen nicht dahinter. So was spürt man selbst nicht einmal. Und niemand merkt es, wenn es sich nicht um ausgesprochene Neurosen handelt. Deine Magenschmerzen oder Dein Asthma oder was immer Du auch haben magst, können durchaus auch durch seelische Gründe beeinflusst werden. Die Aggressionen des Magenkranken z.B. werden auf die Schleimhäute übertragen, deren Zellen dadurch in ihrer Schleimproduktion gestört und damit offen für die eigene Magensäure werden - so wird vermutet. Ich frage mich: Läßt sich ein organisch *gesunder* Magen in der Schleimproduktion beeinflussen? Und meine aber auch: Wer körperlich krank ist, ist auch »seelisch« krank!<sup>3674 b, 9010/2/3/5/8, 9031</sup>

Für mich gibt es keine allein seelischen Gründe für die Folgen unserer falschen Lebensführung. Sie sind alle seelisch-körperlicher Art, weil ich Seele und Körper als eine untrennbare Einheit ansehe. Bedenke: Selbst wenn Du nur rein körperlich krank sein solltest, leidet Deine »Seele« mit. Oder? Befindet die sich bei Krankheit etwa in einem Hoch? Du bist also immer seelisch-körperlich krank. Oder körperlich-seelisch.<sup>8214, 9023/9, 9741</sup>

Ich verwende den Begriff »Seele« im folgenden nur noch selten. Er ist mir zu religiös besetzt. Die meisten stellen sich darunter etwas in oder außerhalb von ihrem Körper Schwebendes vor. Schuld daran trägt vor allem die hybride Einbildung der Menschen, nach ihrem naturbedingten Zerfall zu Staub noch mit einem weiteren Leben beschenkt zu werden. Und das, nachdem sie Worte ihres Schöpfers »Du sollst nicht töten« durch Fleischessen und Kriege mißachtet und seine herrliche Erde in eine Schutthalde verwandelt haben.

Schuld daran haben auch überlieferte, ins Unterbewußtsein gedrungene Mythen und Redensarten wie »seine Seele dem Teufel verkaufen« oder »Tu was für Dein Seelenheil« usw.

Was glauben macht, man besitze mehr als nur seinen Körper. Daß diese »Seele« nach ihrem Tod in einem Tier weiterleben oder auf ewig ein eigenständiges Dasein in besseren Gefilden als denen der Erde führen könne, das gehört in den Bereich des Glaubens. (Der Philosoph Spinoza drückte es bereits vorsichtig aus: Die Existenz einer Seele ist nicht nachweisbar.) Wem dieser Gedanke tröstlich ist, weil sein Erdenleben tristlos war und ist, der mag ihn behalten, oder sein Leben mit Hilfe der UrTherapie in ein freudvolles wandeln. Viele kann die Reinkarnationstheorie aber auch zur Demut führen. Wie auch der Glaube an einen personifizierten Gott anderen wiederum Kraft zum Durchhalten der schweren UrTherapie vermittelt. Letztere kann sich jedoch nur an Nachweisbares halten. Sie will ihren Anhängern jetzt und hier auf der Erde Wohlbefinden und Zufriedenheit bringen und sie nicht auf einen Himmel oder auf ein ungewisses zweites Leben verweisen. Statt von einem »Seelen«leben werde ich deshalb hier des öfteren von einem Gemüts- oder Gefühlsleben sprechen. Um den innigen, untrennbaren Zusammenhang allen seelischen Lebens mit dem Körper herauszustellen. (Treffender als »Seele« wäre auch das Wort »Bewußtsein« gewesen. Aber das wiederum erschien mir zu kühl.)

Durch das Wort Gefühl wird Dir der Zusammenhang mit Deinem Körper deutlicher:

Gefühle der Angst führen bei den meisten zum Schwitzen der Hände und einer heftigen Peristaltik des Darms. Mit der Folge, daß Du meist schnellstens auf die Toilette mußt (weshalb Gehenkte in die Hose machen sollen - wie erzählt wird).

Gefühle von Trauer und Ergriffenheit führen zu einem Abfluß von Wasser aus dem Körper - auch Tränen genannt. Gefühle von Heiterkeit lassen unwillkürliche Laute und ein Schütteln des Körpers entstehen - das Lachen.

Nehmen wir das häufigste Gefühlsleiden, die Angst.<sup>9028</sup> Als UrMethodiker liegen dafür bei Dir keinerlei Gründe mehr vor. Sorgen wegen Krankheiten kennst Du nicht mehr. Befürchtungen, Du kommst mit dem Geld nicht zurecht, Ängste wegen der Partnerschaft - allem siehst Du jetzt gelassen entgegen. Das Leben ist für Dich einfach und leicht durchstehbar - ja, zur Lust geworden. Und bei Deinem neu gewonnenen fischen Aussehen und der Selbstsicherheit, die Du nun ausstrahlst, gewinnst Du auch den entsprechend mitziehenden Partner jederzeit.

Du hast gewonnen, was dieses Buch Dir vermitteln will:

**Urvertrauen! Sich in der Schöpfung wohl und geborgen fühlen.**

Angst äußert sich durch - oder kann ich Dir schon präziser sagen: Angst, das ist Atemnot, Herzschmerz, Beklemmung, Schwitzen, Gliederzittern, weiche Knie, Blutdruckabfall.

Nun frage ich Dich: Wenn Du durch regelmäßige, kräftige UrBewegung und ständiges tägliches Laufen die Lungen frei und Bronchien und Herz gekräftigt hast, wie wollen sich denn da Atemnot und Herzbeklemmung einstellen? Und wer ansonsten nicht mehr schwitzt, weil er kein Salz mehr zu sich nimmt, wer seinen Blutkreislauf nach der UrTherapie durch reines Blut

und wieder freie Gefäße so in Ordnung gebracht hat - dessen Blutdruck neigt in der Tat nicht mehr dazu, schnell abzusinken, weil in ihm vielleicht Angstgefühle hochsteigen könnten.

Konnte ich Dir so klarmachen, daß der von der heutigen Wissenschaft ins Geistige verlagerte Begriff »Angst« oder das, was als »seelische Not« bezeichnet wird, tatsächlich aus nicht viel anderem besteht als aus körperlichen Zuständen, die Du in Deinem Leib spürst?

Wie sehr Körper und Gefühl eine Einheit bilden, das merkst Du auch dann, wenn Du Dich vor etwas ekelst: das kann Dir den Magen umdrehen. Die Organe des Körpers, seine Drüsen, seine Muskeln, seine Empfindungen und sein Gewebe, seine Blutgefäße und seine Haut sind aneinander so eng gebunden und miteinander so innig verflochten, daß alles von außen Kommende oder von innen Aufsteigende auf eine Einheit trifft. (®Rz.769)

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Es gibt keine körperlichen Empfindungen oder Äußerungen ohne Widerklang auf die Gefühle. Alles kommt bei ihnen an - ob bewußt oder unbewußt - und hinterläßt seine Spuren. Umgekehrt gilt dies für die Empfindungen der Gefühle (Seele).**

Du brauchst Dir nur klar und fest zu sagen: Ich bin mein Körper - und all die Phantasmen über die Seele und deren Eigenleben verfliegen.

Dann spürst Du die Tatsache am eigenen Leib, daß Du keinen Körper *hast*, sondern Körper *bist*.<sup>9023, 9040, 9718, 9740f</sup>

Diese nüchterne Feststellung behagt vielen Religions- oder Esoterik-Verbundenen nicht - aber es ist nun mal so: Kein noch so scharfes Messer kann die Seele von Deinem Körper trennen - das vermögen nur Deine Phantasie und die daraus entstehenden Worte und Einbildungen.

Überwinde Du diese verhängnisvolle Körper-Seele-Trennung, die Schuld an der Anmaßung der Menschen und dem Entstehen der Glaubenslehren hat, die Deinen gesunden Menschenverstand untergraben und nach und nach ausschalten. Du wirst zugeben: Für Deine Gesundheit und dem Verstehen der damit verknüpften Zusammenhänge wird er unbedingt gebraucht. (®Unbedingt im Literaturverzeichnis nachsehen: 2021 und 9739ff.)

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

# 9. Kapitel. Lerne, zufrieden zu leben: einfach und urzeitnah!

## 9.2 Entgifte Deine Gefühle, so wie Du Deinen Körper entgiftet hast! 9006ff

Auch Deine Gefühle können vergiftet werden durch Beziehungen zu gemeinen oder kaltherzigen Menschen. Das können die nächsten Verwandten, das kann der eigene Partner, der Chef wie der Kollege sein. Laß keine Minute länger zu, daß seelisches Gift Deine nun dem Natürlichen geöffneten Gefühle erreicht. Suche Anschluß zu guten, strebenden Menschen. (In Abendschulen, Seminaren, Tanzklubs, Sportklubs, Vereinen, Selbsthilfegruppen usw. findest Du viele davon.) Menschen, die lieben und nicht streiten wollen. Denke daran, Du führst nur dann eine gute Partnerschaft, wenn Du Dir den Grundsatz »Vergib nach einer Stunde, und vergiß in zwei« mit auf die Fahne geschrieben hast, die Deinem Leben voranflattern soll. Besitzt Du überhaupt eine solche?

Bedenke: Deine erste Katharsis hast Du bereits durch Aufnahme der »UrTherapie« hinter Dich gebracht. Denn mit dem Erdfasten und der UrMedizin erholen und reinigen sich nicht nur Deine Gewebe, Deine Blutgefäße, Deine Lymphbahnen, sondern auch Deine Organe. Das Gehirn ist eines von letzteren - aber das am schwersten zugängliche für die gesundmachenden Lebensstoffe der UrMedizin. Wäre es nicht möglich, ist es da nicht fast selbstverständlich, daß diese Gesundmachungsstoffe auch zu gesunderen, klaren und erkenntnisreicheren Denkweisen führen?<sup>9033, 9447</sup>

**Ist nicht dann auch zu schließen, daß Du auch besser *im Sinne der Natur* zu denken, also naturgemäßere Gedanken fassen kannst und damit die UrTherapie so zu verstehen, daß sie tiefer in Dich eingeht und wirklich in Dir lebt? Und das besser als das heuer der Fall ist?**

Wie wollen Abgeordnete, Regierungen und deren Oberhäupter uns die Natur erhalten, wenn sie diese weder kennen noch erleben noch beglückend fühlen? Wenn sie für Saumagen und Weißwürste schwärmen, ihr Leben in Betonklötzen verbringen und nur selbstsüchtige und kurzsichtige Ziele im Auge haben? Nicht sie sind in der Lage, uns die Natur zu erhalten und die Erde zu schützen - nein, Du bist es. Du, den ich wieder an seine natürliche Herkunft erinnern und dem ich die Erhaltungswürdigkeit der Natur vor Augen führen will. Du, nur Du als noch Gutwilliger vollbringst das: durch Dein Beispiel, durch Dein konsequentes Handeln. (®Rz.915)

»Willst Du etwa behaupten, ich sei bisher im Oberstübchen nicht so ganz dagewesen?«

Nein, sonst hättest Du nicht zu diesem Buch gegriffen, aber Du wirst zugeben müssen, daß



Dein bisheriges Denken schon recht oberflächlich war, wenn Du offenen Auges, trotz aller abschreckenden Leiden und Krankheiten, die Du bei den vielen anderen Deiner Mitmenschen wahrgenommen hast, eine so Dich zerstörende Lebensweise bei Dir selbst aufrechterhalten hast.

**Lerne erkennen, daß Deine Krankheit eine Antwort auf Dein Verhalten und Deine persönliche Lebensführung darstellt. Es geht nicht darum, eine Krankheit schnellstens zu beheben, sondern auch zu verstehen, was sie einem für die Zukunft sagen will.**

Und meistens ist das eine Mahnung! Erwinnere Dich an das Gehörte: Die wichtigste Ursache für ein möglicherweise durch seelische Kränkung mitbedingtes Kranksein dürfte ein unerfülltes Leben sein, das an Dir nagt und zerrt. Du lebst unerfüllt, wenn Du nicht Deinem Wesen gemäß lebst. Dein Wesen ist aber von der Urzeit her geprägt zum Natürlich-Sein, zum Der-Natur-nahe-Sein. Gelangst Du nicht zu diesem Lebensziel, so wird Dir stets etwas fehlen. Du irrst in der Welt umher, suchst hier und dort, suchst bei Gurus, im esoterischen Bereich, im religiösen - und fühlst nach einiger Zeit Zweifel, fällst wieder ab und wunderst Dich, nirgendwo Erfüllung zu finden. Bis Du schließlich - solltest Du sehr sensibel sein - Dein Leben nicht mehr liebst und es als verfehlt betrachtest. Dann verlierst Du langsam den Lebensmut, läßt resigniert Krankheiten zu, willst schließlich nicht mehr leben.

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Die Natur in Dir duldet kein unerfülltes, ihr fremdes Leben. Sie läßt für den, der sich von ihr abwendet, kein Glück, kein tief innen verankertes Wohlfühl zu.**

Das gesamte Geschehen der Krankheit spielt sich in Deinem Leib ab. Dein eigener Körper kann nie Dein Feind sein. Deshalb darf alles, was in ihm geschieht und was Du in ihm empfindest, nie bekämpft oder künstlich niedergeschlagen werden.

**Gemütsleiden sind ohne Deinen Körper nicht denkbar. Deshalb dürfen auch sie weder beföhdet, noch unterdrückt, noch chemisch behandelt, also vom Arzt benebelt oder betäubt werden.**<sup>9447</sup>

Der einzig richtige Weg, sie in den Griff zu bekommen, besteht darin, die Gesundheit von Gemüt und Körper gemeinsam zu aktivieren und gesund zu leben. Und beide - Körper und Gemüt - vorher zu entgiften. Die körperliche Entgiftung hast Du durch Erdfasten bereits hinter Dich gebracht.

»Gifte, Schmutz und Schlacken im Körper, das kann ich mir schon vorstellen - aber wo sollen die in meiner Seele sitzen? Die ist doch nicht körperlich!«

Deshalb bat ich Dich, nur von Geföhlen zu sprechen, da ist das schon eher vorstellbar. Das Heimtückische an dieser Schlacke in Deinem Denken ist, daß Du sie nicht wahrnehmen kannst. Der ganze geistige Dreck, der da in Dich einfließt, der Ärger aus dem Berufsleben, aus dem Sumpf der Politik, aus den Medien, der Wahnsinn dieser Welt, der täglich aufs neue in

Dich eindringt, der befindet sich auch in Deinem Körper. Nämlich im Denkkapparat, der z.B. Erinnerungen speichert. Und wenn Du jemanden triffst, der Dir wehgetan hat und den Du haßt, steigen sie wieder in Dir hoch. Diese Haßgefühle, Neid- oder Rachedgedanken, diese zurückliegenden Verletzungen, Niederlagen und der unaufgelöste Ärger sind der Unrat in Deinem Gemüt. Es sind die festsitzenden Gifte, die sich in Deinen Denkweisen eingegraben haben und die nur darauf warten, es an jemand auszulassen. Bedenke doch, wie wenig sich unsere evolutionären Urgefühle in der heutigen Zivilisation auszuleben vermögen, wie sehr sie leiden und wieviel Verneinendes sie bedrückt.

**Und nun gehst Du hin und schüttest die negativen Gräben durch positive Gedanken zu. Du erinnerst Dich vor dem Einschlafen jetzt z.B. ein paar Tage lang z.B. an den Menschen, der Dich am meisten enttäuscht und verletzt hat und denkst: »Es war nicht schön, was Du mir angetan hast - aber nun kippe ich für immer das Gift des Hasses aus meinem Gefühlsleben. Ich verzeihe Dir. Jetzt und für immer. Ich bin Dir nicht mehr gram.« Und danach setzt Du Dich hin und schreibst einen Brief an ihn in diesem Sinne: Verzeih mir, daß ich Dich gehaßt habe. Nun ist es genug. Ich trage Dir nichts mehr nach. Was ich Dir auch vorgeworfen habe - ich besaß eine größere Schwäche: meinen Haß. So bringst Du friedliche Harmonie in Dein Leben. So und nicht anders! Wie? Mein Sagen überzeugt Dich Dickschädel immer noch nicht? Vielleicht kann es Oscar Wilde: Vergib stets Deinen Feinden. Nichts verdrießt sie so.**

**Und für den morgigen Tag und alle kommenden nimmst Du Dir fest vor (und kontrollierst dessen Einhaltung durch Eingabe in Deinen Terminkalender), irgend etwas zu finden (oder zu erfinden), womit Du Deinen Partner, Nachwuchs, Freund, Nachbarn, Verwandten, Bekannten, oder Mitarbeiter, vor allem aber Dein Kind loben kannst. So bist Du Dir der beste Psychotherapeut. Wenn Du Deinem Ärger ständig neue Nahrung gibst, isolierst Du Dich allmählich von Deiner sozialen Umwelt. Ich möchte Dich nicht in Verlegenheit bringen, und deshalb dringe ich erst gar nicht in Dich, ob in Deiner Ehe alles in Ordnung ist. Als ich darauf kürzlich meine 20 Jahre jüngere Schwiegermutter ansprach, antwortete sie: »Woher soll ich das denn wissen - ich spreche mit dem Kerl ja schon seit ein paar Monaten nicht mehr!«**

**Damit Du Dich aber auch auf Dauer im Denk- und Gefühlsleben entgiftest, schlage ich Dir aus meinem Erfahrungskästchen noch vor: Enthalte Dich der verderblichen Einflüsse der Zeit. Suche nach Ruhe! Konsumiere nicht alles, was die Zivilisation für Dich bereithält. Wähle nur Weniges und nur Wertvolles bewußt aus. Steige mal aus - wenigstens für eine Zeit! Suche anstelle des Dich-Betäubens den Weg nach innen. Laß Du Dich nicht länger vom Treiben der Zeit tyrannisieren.**

**Das bedeutet: Wirf neben dem Haß auch allen Ärger (wozu in diesem kurzen Leben!), alle Verdammungen, Verurteilungen, Beschuldigungen und jede Eifersucht wie den Haß von Dir. Und dann raus aus der Hetze. Trenne Dich von Dich kränkenden Partnern und undankbaren Kindern. Suche nach befriedigender Arbeit. Finde den Weg zur Natur. Laß klassische Musik und bewegendes Singen zu einem Teil Deiner Seele werden. Halte Distanz zu dummen Menschen und belastender Verwandtschaft. Halte Dich selbst endlich für wertvoll. Und wahrhaftig, das kannst Du, wenn Du die UrTherapie bei Dir**

**verwirklicht hast. Selbst wenn sie Dir auch nur zum Teil gelingen sollte.**

**Auch Schuldgefühle, die Du Dir nur selbst eingestehst, können Dich stark belasten. Schleppe sie nicht länger mit Dir rum. Befreie Dich auch davon. Ganz einfach dadurch, daß Du Dich entschuldigst bei allen, denen Du einmal ein Weh zufügtest. Tu's, solange Du noch Gelegenheit dazu hast.**

»Und wie heile ich meine wunde Seele, ich sage richtiger wohl: meine wunden Gefühle in mir am besten?«

Das mußt Du noch fragen? Ich laß Dir die Antwort diesmal durch einen Weisen geben, der da sagte: »Die Natur ist der beste Arzt der Kranken, und man erzielt nur dann einen Erfolg, wenn man ihre Wirkungen bevorzugt in Anspruch nimmt«. Und da Körper und Gemüt eine Ganzheit darstellen, gilt dieser Satz des Hippokrates auch für das Gefühlsleben.<sup>9620</sup>

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Körperliches und seelisches Erdfasten bringt Ruhe in Dich.**

**Die neue Ernährung stimmt Dich auf das Abfinden mit natürlichen Gegebenheiten ein und bereitet durch eine gründliche Entschlackung Deinen Körper auf klares, einfaches Denken und Wohlbefinden vor. Was auch unerläßlich für das Gesunden von Gemütsleiden ist. Die starken körperlichen Anstrengungen durch das urzeitliche Bewegungstraining, der tägliche Lauf sowie das Hinführen zu einer ausgefüllten, natürlicheren Lebensführung, der vermehrte Aufenthalt in der Natur, das Ausrichten der Gedanken auf ein aktives und sinnvolles Leben, die Hingabe an die Natur und an Wildpflanzen - all das wirkt äußerst beruhigend, befriedigend und befriedend auf die Psyche ein. Und tut ein übriges, Gefühls(=Seelen)krankheiten auszulöschen.**

Mit seelischem Erdfasten meine ich Dein Zurückfinden auch im Denken zum Schoß der Mutter Erde und die damit verbundene Ehrfurcht vor allem pflanzlichen und tierischen Leben. Eine Frage: Fühlst Du Dich eigentlich heimisch auf diesem Planeten? Wie kannst Du das, wenn Du im Gemäuer einer Stadt lebst. Das ständige Leben in den Betonwaben mauert auch Dein natürliches Denken zu.

Wenn Du Dich aber öfter in die Natur hinausbegibst, um Dir dort das Wiedererwecken der guten Urgefühle zu holen, dann hat dies auf Dein seelisches Gesundwerden und -bleiben starken und stärkenden Einfluß.

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Mit dem vermehrten Hinaus in die Natur erwachen mehr und mehr in Dir die Deine Seele gesundmachenden Urgefühle. Denn Deine Seele ist nicht auf die Zivilisation, auf Sensation und leere Freude und eine tote Religion geprägt, sondern allein auf Empfindungen, die Deine Ahnen millionenjahrelang in der Natur erlebten.**

In der Stille des Waldes und in der freien Natur findest Du am besten zu Dir zurück. Dort fällt von Dir ab, was diese schreckliche Zivilisation Dir ständig unerkannt und unbemerkt an Schäden zufügt. Erkennst Du nun schon besser all diese Zusammenhänge in der UrTherapie? Finde deshalb zurück zum Ursprünglichen. Versuche es stets aufs neue! Damit Du endlich in Deinem Leben Dein wahres Selbst kennenlernenst und fühlst, was Deine Bestimmung ist. Nämlich: *natürlich zu sein und natürlich zu leben!* Die meisten können das nur im Urlaub oder in den Ferien verwirklichen. Wie fein, wenn Du dann allein (oder mit Deinem mitmachenden Partner) an einen einsamen Platz ziehst und dort mitten in der Natur körperlich und geistig fastest und Dich nur dem Licht, der Luft und der Sonne öffnest. Und dort zu finden versuchst, was Goethe uns so ans Herz legte:

***Was kann der Mensch im Leben mehr gewinnen, als daß sich Gott-Natur ihm offenbare.***

**Wie befriedigend, befreiend und herrlich kann ein einfaches Leben sein! Ein Leben, das nur Dir selbst, Deinen Nächsten, Deinem Garten und der Natur gewidmet ist. Du wirst sehen, wie wenig der Mensch nötig hat, wenn er nur natürlich leben will. Überleg doch mal: Wozu dieses Abjagen, all die Mühe, all der Aufwand? Du weißt schon: letztlich nur für ein Leichenhemd. In das man Dich um so früher steckt, je mehr Du Dich abquälst und je mehr Du haben willst.**

**Nur der enge Kontakt mit der Natur bringt Dein Gefühlsleben wieder ins Lot. Denn nur in der Natur werden die in Dir schlummernden, genetisch verankerten, urzeitlich guten Gefühle wieder hochgetragen. Und von Dir als wohliges Geborgensein empfunden.**

Alle Sorgen und Nöte werden von Dir abfallen, wenn dann die Pflanzen und Früchte der reinen Natur von innen in Deinem Körper ihr gesundendes Wirken entfalten und die Abstrahlung (Rz 769) aller Pflanzen, Gesträuche und Bäume Frieden und Beruhigung von außen in Dich bringen. Nicht auf die Politiker, Mediziner, Wissenschaftler höre und auf deren von Macht- und Geldinteressen getragenen Meinungen. Meinungen, die in ein paar Jahren nicht mehr das Papier wert sind, auf dem sie gedruckt stehen. Meinungen von Menschen, die nur auf eine zerstörte Natur und Erde hinarbeiten. Höre auf unsere Dichter, die die Wahrheit empfanden: *Wenn die, so singen oder küssen, mehr als die Tiefgelehrten wissen...* (Novalis)

**Du findest Gott nicht in Deinem Leben? Ich begegne ihm täglich da draußen: im Wirken und Leben der Natur. Aber: Es gibt noch einen Grund, warum Du in die Natur gehen solltest:**

**Weil Du nur dort zum natürlichen Empfinden kommst. Allein durch Wald und Wiesen zu gehen - da stört Dich nichts, da drängt Dich nichts und keine Fremdstrahlung dringt in Dich, da lenkt Dich nichts vom ruhigen, besonnenen Überdenken ab. Da bist Du frei von Zorn, von Beschuldigungen, von Aggressionen. Die Abstrahlungen wirken besänftigend und stärkend zugleich und weisen Dir Wege, wie Du mit Besonnenheit Deine Probleme löst oder das Unabänderliche gelassen hinnimmst.**

**Nur wer sich in Demut zu einem kleinen Pflänzlein irgendwo in Wald und Flur neigt, um es zu pflücken und zu essen, dessen Einbildung und Überheblichkeit - die ja der Grund dafür sind, daß er Einfaches nicht mehr schätzt - vermindern sich schon einmal ganz erheblich. Denke nach: Hast Du Dich jemals mit Deinem Partner gestritten, wenn Du mit ihm im Wald zu einen Spaziergang unterwegs warst? Nein? Warum? Weil Urgefühle des Friedens dort in Dir aufgestiegen sind. Damit Dich die bioenergetische Ausstrahlung der Bäume über und neben Dir und die der Pflanzen unter Dir voll zu beleben vermag, bekleide Dich möglichst leicht und nur mit Stoffen natürlicher Art. Und wer ein bescheidenes Mahl isst, der erkennt, wie wenig er zum Gesund- und Glücklichein nötig hat - und verliert bald seine Sucht nach opulenten Mahlzeiten. Wie auch seine Arbeitswut. Denn Habgier und Unzufriedenheit sind die Hauptauslöser sogenannter Gefühlskrankheiten.**

**Ich spinne? Das hat man schon manchen Menschen vorgeworfen. Die bedeutendsten von ihnen waren Kopernikus und Galilei. Was meinst Du, was in den nächsten 200 Jahren alles an Neuem herausgefunden wird, das uns heute noch völlig unbekannt ist.**

### **Gesundheitsgesetz der Natur:**

**Ist die Seele von den Schadensinhalten Stolz, Haß und Angst befreit, so wird sie von Dir durch edle geistig-seelische Nahrung einer vollkommenen, bleibenden Gesundheit zugeführt: durch Meeresrauschen und Vogelgesang, klassische oder harmonische Volks- und Hausmusik, durch wertvolle Prosa und Poesie, Kunst und eigenes künstlerisches Gestalten, vor allem durch Singen. (®Kap. 9.89)**

**Und weiter alles, was auf der Linie »seelischer UrKost« liegt: liebevolle aber konsequente natürliche Kindererziehung, innige Partnerliebe, Vorbild- und Aktivsein im Bewahren unseres blauen Planeten Erde.**

**Wann endlich finden die Forscher heraus, daß alles Forschen unnötig ist? Daß nichts Besseres und Richtigeres gefunden werden kann als das, was die Natur längst geschaffen hat!**

Und wenn wir durch weniger Arbeit wieder mehr Zeit für die Familie und Kinder erhalten, dann finden wir die richtige Erholung und Freude für uns, die uns ein ausgeglichenes Gemütsleben zurückgeben, weil dieses Glück seit 30 Millionen Jahren in uns verankert liegt und wir nur auf diese Empfindungen programmiert sind: das Singen der Vögel, das Rauschen des Meeres, die blühende Pracht einer Gebirgswiese - nicht aber die Schießereien von Gangsterbanden, die Detonationen von in Flammen aufgehenden Autos, die blutigen Morde von Unmenschen im Fernsehen oder ohrenbetäubender Lärm knatternder Autos und Motorräder auf Rennpisten oder unseren Straßen.

Während ich dies niederschreibe, liege ich zwischen den harzig duftenden Arven und hohen, leise knarrenden Lärchen des Engadin. Ein kristallklares Bächlein gluckert leise neben mir, daneben leuchten mir die unzähligen Kelche des Enzians aus dem teilweise noch fahlen Gras

mit einem Blau entgegen, das mir fast den Atem nimmt. Nun esse ich langsam und bedächtig, zusammen mit ein paar mitgebrachten Mandeln, von den Blättern der Schafszunge, des Lungenkrauts und des etwas klebrigen Gebirgslöwenzahns.

Ich lege das Schreibzeug nieder und beuge mich über einen kleinen Bach. Ich denke an Diogenes, das große Vorbild aller Anspruchslosigkeit, der seinen Becher wegwarf, als er einen Knaben aus der Hand trinken sah. Nun schöpfe ich aus dem wundervollen Born des Lebens. Erquicke mein heißes Gesicht, kühler Bach, der Du gedacht bist, kristallklar vom Berg in die Ebene zu eilen, um den Lebewesen und Pflanzen dieser Erde Dein köstliches Naß zu schenken... Ja, was zappelt denn da? Ein kleiner Frosch, der mit kräftigen Beinstößen von mir wegstrebt und nun das Wasser hinabschwimmt. Hab' ich Dich gestört, kleiner Freund? Schwimm nur nicht zu weit, Fröschlein, weiter drunten beginnen die Menschen bereits damit, den hellen Bach mit ihrem Schmutz und ihren Giften zu verseuchen.

**Naturnähe bedeutet Gottesnähe. Naturnah sein heißt dem Sinn der Schöpfung und damit dem Sinn des Lebens nahe sein - das findest Du nicht in kalten, steinernen, dunklen Kirchenräumen, die der Mensch geschaffen hat, sondern in den Domen des Waldes und in den Lichtgärten der Natur.**

Also: Hinein mit Dir in die Düfte des Frühlings, laß sie Dir auf der Zunge schmecken, wenn der Wind mit Deinen Haaren tanzt. Und ab mit Dir in die fruchtige Welt des Sommers, wo die Sonne Deinem Körper so viel liebkosende Wärme schenkt. Steige ein in die ruhige Pracht des Herbstes, wo Dich die feuchte Schwüle aus Blättern und Erde duftend umfängt. Und laß Dir beherzt die kältefrische Luft des Winters um die Nase wehen, wenn Du etwas länger nach dem frostharten Grün zu suchen hast.

Das scheint Dir alles zu langweilig zu sein? Dann nimm Dir doch ein gutes Buch in die Natur mit, lies ab und zu mal drin und verweile beim Ausschreiten bei den Gedanken der Schriftsteller, die Dich besonders angesprochen haben.

Ich nehme mir am liebsten einen Gedichteband mit. Bei den schlichten Versen von Claudius, Mörike, Novalis oder Eichendorff rührt es mich immer wieder zu Tränen:

*Es war als hätt der Himmel Die Luft ging durch die Felder, Und meine Seele spannte  
die Erde still geküßt, die Ähren wogten sacht - weit ihre Flügel aus.*

*daß Sie im Blütenschimmer es rauschten leis die Wälder, Flog durch die stillen Lande,  
von ihm nun träumen müßt so sternklar war die Nacht als flöge sie nach Haus...*

(Beschaff Dir dazu die CD »An die ferne Geliebte« mit dem größten Liedersänger Deutschlands Peter Schreyer, in der er dieses Lied mit tiefer Ergriffenheit singt.)

Sehnst Du Dich denn nicht wenigstens ab und zu mal danach, all diesem Wahnsinn der

Zivilisation Lebewohl zu sagen, eines Tages einfach all die tausend Verpflichtungen hinter Dir zu lassen? Bricht nicht wenigstens hin und wieder das Verlangen nach einem urwüchsigen, elementaren Dasein in Dir hervor? Wie war das noch mit der einsamen Insel in der Karibik, auf die Du schon immer entschwinden wolltest... ?

Manchmal hab' ich richtig Lust, Dich kräftig durchzurütteln und Dich wachzurufen: Greif' das Dir hier gebotene Neue auf! Mach aus Deinem Leben doch ein aufregendes Abenteuer.

**Los! Fang an! Spreng endlich die Fesseln Deiner Gewohnheiten - Du hast auch ein Recht auf ein freudiges, beschwerdefreies und langes Leben. Es liegt nur an Dir.**

In meinen jungen Jahren lernte ich eine temperamentvolle französische Studentin kennen. »Am Sonntag 'abbe ich frei«, sagte sie mir mit ihrem reizenden französischen Akzent, »da wir können treffen.« Ich schlug ein Tanzlokal vor. Doch zu meinem großen Erstaunen sagte sie: »Nein, ich liebe es, zu spazieren in Wald , dann wir können schon früh losfahren.«

Schon gleich beim ersten Rendezvous in den Wald, das hätte ein deutsches Mädchen früher nie vorzuschlagen gewagt. Und einem von heute käme das nie in den Sinn. Jedenfalls gingen mir die schönsten und wagemutigsten Gedanken durch den Kopf, mein Herz schlug gleich ein paar Takte schneller. Im Königsforst sodann zeigte sich die entzückende Kleine aber mehr an den dortigen Gewächsen interessiert als an mir - hatte sie doch ein Baum- und Strauchbestimmungsbuch mitgebracht. »Lachst Du mich auch nicht aus, wenn ich machen etwas ganz Verrücktes jetzt?« fragte sie mich.

»Und was willst Du machen?« fragte ich zurück, neue Hoffnung auf meine Wirkung beim weiblichen Geschlecht schöpfend. »Ich möchte diesen Baum da umarmen«, rief sie mir zu. Ehe ich antworten konnte, umschlang sie bereits mit hochgeschobenem Rock eine Buche, die schlanken, nackten Beine und wohlgeformten Arme fest um den Stamm gepreßt.

Kannst Du Dir denken, wie dumm ich dreingeschaut habe? Hatte ich doch eher erwartet, daß sie *mich* umarmt, aber nicht einen Baum! Schade, aber diese französische Mademoiselle war baum- und nicht mannverliebt. Ich verstand sie damals überhaupt nicht, als sie sagte: »Ich das müssen einfach tun! Du nicht glauben, welches Wohlgefühl mir das schenken. Nach langen Baumumarmung mein Leben mir machen noch einmal so viel Plaisier!« Also was zögert Ihr da, alle Sorgen- und Kummerbeladenen. Auf zu den »Plaisiers forestiers«. (®Rz 927/10e)

Erst 40 Jahre später fing auch ich damit an, Bäume zu umarmen. Und dies mit mehr Gewißheit richtigen Tuns, seitdem ich um deren Abstrahlungsintensität weiß.<sup>6005, 6407, 9438</sup> (®Rz.769) Und wenn der Übergang der Aura eines Baumes in meinen Körper nur Einbildung wäre: In diesem Fall habe ich auf diese Weise durch das Fest-an-den-Baum-Drücken - mindestens sieben Sekunden pressen sind nötig, um Muskelwachstum zu erzeugen - meine Bein- und Armmuskulatur gestärkt und damit doch einen Nutzen erreicht (®Rz.900/10a+b, 927 Lit. darüber: 9735c). Erst vor kurzem erfuhr ich, daß auch die Hopi-Indianer Bäume umarmen und erkannte, daß in vielen, noch natürlich empfindenden Menschen, gemeinsame Träume schweben. Auch die Essener sprechen vom Baum als ihrem Bruder... Und wenn ich jetzt bei

Dir vielleicht ebenfalls eine versteckt liegende Saite zum Klingen gebracht habe, dann probier's ruhig mal im Sommer an einer Buche aus, wie sich der glatte Baumstamm so wunderbar frisch anfühlt. Dicht an ihn gedrückt, spürst Du, wie das Wasser aus der Tiefe der Erde kühl in ihm hochsteigend emporfließt. Klopfe mit der flachen Hand einmal liebevoll tätschelnd auf ihn und du merkst, wie elastisch fest es in ihm wiederklingt... In dieser Sprache antwortet Dir das Lebewesen Baum: stumm und doch ungemein beredt. Ich habe meine Myriam schon mit 2 Jahren daran gewöhnt Bäume zu küssen. Laß seine Energie durch Deinen ganzen Körper strömen. Spüre Deine Einheit mit ihm, spüre wie Du ebenfalls ein Stück der göttlichen Natur bist. Denke mal an das Wort Stamm-Baum.

### Gesundheitsgesetz der Natur:

**Jeder Mensch, der nie nahe der Natur lebte, hat das wahre Leben noch nicht kennengelernt! Der Mensch kann nur Mensch sein, wenn er mit und nahe der Natur lebt.**

Um die Natur schätzen zu können, mußt Du sie kennenlernen, mußt in sie hinein. Mußt wieder mehr sehen als die Betonfassaden und Monster der Stadt. Dann kannst Du sie auch lieben.

Und wirst dann auch bereit sein, sie zu schützen.

Je mehr Du die UrzeitTherapie in Dir verwirklichst, je sauberer wird nicht nur Dein Körper, je klarer wird auch Dein Geist. Das Ergebnis: Du erkennst das Wesentliche. Du wirst immer mehr in Harmonie mit der Dich nie enttäuschenden Natur leben. Dies zu verwirklichen, darin liegt das Ethos des Menschen. Deren derzeit so lächerliches Treiben Du dann durchschaust.  
9045

*O Täler weit, o Höhen, Da draußen, stets betrogen,*

*O schöner, grüner Wald, Saust die geschäft'ge Welt,*

*Du meiner Lust und Wehen Schlag noch einmal die Bogen*

*Andächt'ger Aufenthalt! Um mich, Du grünes Zelt!*

Joseph Freiherr von Eichendorff

Du erkennst endlich, was Dich allein glücklich machen kann. Wenn Du wüßtest, welches beglückendes Gefühl dieses Wissen in Dir für den Rest Deines Lebens bringt, glaub mir, Du würdest sofort UrMethodiker werden. Versuche zu erkennen, daß Du meist Oberflächlichem auf dieser Welt nachgejagt bist.

»Alles eines Irrlichts Spiel?« fragst Du.

**Alles - außer der Natur. Sie narrt Dich nie. Dein Wesen ist aus der Natur**



hervorgegangen und auf sie, nur auf sie abgestimmt. Und sie wird Dich wieder zu sich in ihr dunkles Reich zurückholen. Die Spanne, ihr Reich des Lichts zu genießen, ist sehr kurz. Also finde zu ihr - oder Du vertust Dein Leben: Mensch, werde wesentlich. Die Zeit wartet auf niemanden von uns.

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × »[Der Große GESUNDHEITS-KONZ](#)« × »[Natürlich Leben](#)«  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service** : [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen** :

**Kontakt** : [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL** : <http://www.bfgev.de/dggk/9/2.html> - **Update: 13.01.2000 16:28**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a>                      × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> -                      <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# 9. Kapitel. Lerne, zufrieden zu leben: einfach und urzeitnah!

## 9.3 UrMethodiker haben nicht die Fülle, sondern den Mangel an Sonne zu fürchten

»Weißt Du nicht, daß die Natur auch ganz schön schaden kann? Hast Du noch nie gehört, daß Sonnenbaden Hautkrebs erzeugt?«

Ich sage Dir, was die Sonne<sup>9004</sup> Dir bringt, wenn Du es mit ihr nicht gerade übertreibst und natürlich lebst: vor allem Lebenslust. Zu Trauer und Schwermut neigenden Menschen bringt sie Motivation, Konzentrationsstärke und Mut zum Leben. Und sie bewirkt durch Umwandlung des Provitamins Ergosterin in das wichtige Vitamin D den Schutz vor Knochenbrüchen, Tuberkulose und Rachitis. Sie regelt den Kalkstoffwechsel, beseitigt viele Störungen im vegetativen Nervensystem und steigert die Abwehrkraft.<sup>9004</sup> (Doch der ganze Körper muß ihr ausgesetzt sein.) Und sollte es tatsächlich stimmen, daß Kollagen unter der Haut abgebaut wird - nun, Falten sind mir lieber als ein fettverquollenes, aufgeschwemmtes oder bleiches Aussehen und früher Tod.

»Und Du glaubst auch, die Wissenschaftler saugen sich das so einfach aus den Fingern, wenn sie sagen, daß zu starke Sonnenbestrahlung zu Hautkrebs führen kann?«

Na ja, seitdem der Doktor Eguel (®Rz.66) die Sonne als schädlich erklärte und dann mit Sonnenschirmen seinen Reibach machte, nehme ich diesen Brüdern nicht allzuviel ab. Jedenfalls: Es ist die halbe Wahrheit! Es mögen in der Tat manche Leute Hautkrebs bekommen, wenn sie sich zuviel der Sonne aussetzen.<sup>9622</sup> Doch das sind nur diejenigen, welche sich weitgehend mit Zivilisationskost ernähren, deren Körper also keine Abwehrstoffe gegen Hautkrebs bilden kann.

Um es Dir Zweifler und diesen Forschern wissenschaftlich zu sagen: Es sind die Menschen, denen das Enzym Thioredoxin-Reduktase fehlt, weil sie nicht natürlich genug essen. Das ist auch der Grund dafür, daß manche die Sonne schlecht vertragen.

Ganz klar: Nur die Sonne vermag das Immunsystem auf Höchsttouren zu bringen, so daß sie neben Vitaminen auch ein Hormon bildet, das die Lymphozyten vermehrt. Nur die Bestrahlung Deines nackten Körpers mit Sonne ermöglicht ihm, Kalzium aus der Nahrung aufzunehmen und damit Knochen, Haar und Zähne stark und widerstandsfähig zu erhalten. Sonnenlicht macht potent, es wirkt gegen Eierstockentzündungen, Gicht und viele andere Frauenleiden. Es stimuliert die Nebennieren und die Schilddrüse, so daß dein Herz kräftiger schlägt und sich Deine Atmung vertieft. So bekommst Du mehr Sauerstoff über die Lungen in Deinen Organismus, was besonders Deinen Magen besser durchbluten läßt. Die Sonne regt

aber auch vermehrt zum Bilden von Endorphinen im Zwischenhirn an, die Schmerzen lindern und glückliche Gefühle in Dir auslösen.

Das durch die Sonne gebildete Vitamin D wirkt bestens gegen Schuppenflechte, gegen Herzinfarkt und Arterienverkalkung. Zudem: UV-Strahlen haben eine wachstumshemmende Wirkung auf Tumorzellen! Melanome (Hautkrebsgeschwüre) treten am häufigsten an den nicht dem Licht ausgesetzten Stellen des Körpers auf. Also öfter mal völlig runter mit den Klamotten. Ohne dieses Vitamin werden Deine Knochen zu schnell brüchig. Die Osteoporose steigt gewaltig an - bald werden es 10 Millionen allein bei uns sein, die davon betroffen sind. Wenn Du Dir dann einen Oberschenkelhalsbruch zuziehst, wirst Du im Alter zu einem Pflegefall. 34 Prozent der Osteoporosekranken leiden an starken, teils unerträglichen (nicht behebbaren) Schmerzen. Willst Du das?

**Untersuchungen ergaben: Wer an der frischen Luft arbeitet, ist weniger gefährdet als ein Stubenhocker. Sonnenlicht senkt den Cholesterinspiegel, den Blutdruck sowie den Blutzuckerspiegel, steigert die Ausdauer, vermehrt die Sexualhormone und hebt die Widerstandsfähigkeit gegen Infektionen.<sup>2526</sup> Ultraviolette Strahlen des Sonnenlichts stellen außerdem einen wichtigen Schutzfaktor gegen Bluthochdruck-Krankheiten dar, verbessern die Herz-Kreislauf-Leistung und aktivieren die Fließeigenschaften der Blutzellen.**

Und da meinst Du, die Sonne wäre Schuld daran, daß die Leute vermehrt an Hautkrebs erkranken? Wo Krebs doch allgemein ansteigt, weil die Lebensweise der Menschen immer widernatürlicher wird. Ich will Dir sagen warum der Hautkrebs neuerdings häufiger auftritt: weil sich die Menschen immer mehr mit »Sonnenschutzmitteln« einschmieren. Diese chemischen Mittel wandeln sich unter Sonne in schädliche Giftstoffe um.<sup>9671ff</sup> Warum gewöhnst Du Dich nicht langsam an die Sonne? Dann mußt Du keine Schutzmittel nehmen! Jetzt soll sogar helles Licht Krebs verursachen! Wie war das noch? Alles andere ist an Krankheit schuldig – nur nicht der Mensch selbst:

**Gerade Du als Kranker brauchst das helle Licht, denn es ist Deine *Haut*, welche das größte Immunkräftereservoir des Körpers besitzt. Und das nur durch Bestrahlung aktiviert wird.**

Allerdings, lieber Leser, allerdings kann sich das hier Gesagte bald ändern, und Du kannst auch als UrMethodiker nicht mehr so stark die Sonne genießen und mußt dies vielleicht doch mehr oder weniger einschränken: Wenn nämlich das Ozonloch in der Erdatmosphäre immer größer wird und ein unnatürlich hoher Anteil von kurzwelligen Strahlen aus dem Spektrum des Sonnenlichts nicht mehr durch die jahrmilliardenalte Ozonschicht herausgefiltert wird - die wir jetzt in wenigen Jahrzehnten zerstören...

Was passiert, wenn es so weitergeht? Zum Beispiel werden Blätter und Zweige verkümmern, die Sauerstoffproduktion der Zellen mit Hilfe des Blattgrüns Chlorophyll (Photosynthese) wird nachlassen. Algen in Ozeanen werden nicht mehr wachsen, die Fische werden ihre Nahrungsquelle verlieren und aussterben. Und, und, und ... Alles durch FCKW-Gase, die noch

immer benutzt werden.

Wem jetzt noch immer nicht klar wird, was Chemie der Erde und letztlich uns Menschen antut, der ist nicht wert, ein Mensch zu sein, so hätte ich bald mit Schikaneder/Mozart gesagt. Besonders dann nicht, wenn Du die Chemie weiter unterstützt und ihr für die schleichenden Zerstörungsmittel Deines Körpers, der Erde und der Meere Profit in klingender Münze verschaffst: dem Chemiehändler, dem Arzt, dem Pharmafabrikanten, den Giftmischern der chemischen Industrie, den Giftbauern und Hormonviehlandwirten...

**Nur Du, Du als Abnehmer all der Chemieprodukte kannst das ändern, nur Du allein! Handle! Laß sie sitzen auf all ihren Produkten, die uns und die Erde kaputtmachen.**

Altersflecken (Melaminablagerungen) auf Händen oder im Gesicht kannst Du als Sonnenanbeter wohl nicht vermeiden, wenn Du ziemlich hellhäutig bist. Besonders auf Landwirte, Seeleute oder in den Tropen sich aufhaltenden Bleichgesichter kommen sie ab den fünfziger Jahren neben Keratosen zu. Keratosen sind flache, bräunliche, ziemlich festsitzende Hautschuppenflecke, die aber nur bei ungesunder Lebensweise krebsig ausarten, sonst aber harmlos sind. Bleichcremes, Brennesselsalben oder Zitronenöl - nichts hilft dagegen. Wer allerdings bereits seit seiner Jugend UrKost ißt und keinen festsitzenden Schmutz in irgendwelchen Winkeln des Körpers mit sich herumschleppt, der sollte eigentlich keine Altersflecke bekommen.

Komm bloß nicht auf die Idee, Dich in ein Solarium zu legen - anstatt in die Sonne! Hier ist schon eher anzunehmen, daß die Menschen und auch UrMethodiker von so einer Apparatur Hautkrebs oder sonstige Krankheiten bekommen. Auch wenn die Schädlichkeit dieser Solarien noch nicht wissenschaftlich erwiesen ist! <sup>9673</sup> Nicht zu verstehen:

Die Meeresfreunde, die ein paar Wochen in ihren Ferien zum Meer fahren, schließen sich von einer der wohlthätigsten Quellen der Gesundheit aus: Statt sich mit ihrem blanken Hintern in den Sand zu legen, schieben sie sich 'ne Decke, ein Badetuch oder gar eine Liegematratze oder Liege aus formaldehydverseuchtem Überzug unter. Sollten sie nicht ahnen, wieviel Sonnenkräfte die Sandkristalle im Verlauf ihrer Jahrtausende, an denen sie an den Küsten liegen, in sich gespeichert haben und vielleicht an uns weiterreichen? Also, auf zum Sandbad!

*Und all das Geld und all das Gut gewährt zwar viele Sachen:*

*Gesundheit, Schlaf und guten Mut kann's aber doch nicht machen. (M. Claudius)*

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/9/3.html> - **Update: 13.01.2000 16:28**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a>                      × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> -                      <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# 9. Kapitel. Lerne, zufrieden zu leben: einfach und urzeitnah!

## 9.4 Wohlbefinden ist das Wichtigste für Dein Leben

Das körperliche Wohlbefinden liegt - wie sich auch bei Dir erweisen wird - in der Rückkehr zu urzeitlichen Essens- und Bewegungsgewohnheiten. Das Wohlbefinden Deiner Gefühle liegt darin, eine einfache, natürliche, der Natur angenäherte UrLebensweise aufzunehmen!

Das Unübertreffliche der UrTherapie wird Dir erst recht bewußt, wenn Du erfährst, daß urzeitliche Essens- und Bewegungsweisen ebenfalls untrennbar mit Deinem seelischen Wohlbefinden verknüpft sind.

**Ich habe es Dir (®Rz 936) bereits zu Deinem Mißfallen angedeutet: Die Verschlackung und Vergiftung der Körperzellen durch die zivilisatorische Lebensweise stoppt nicht vor dem Hirn. Auch die Überträgerstoffe im Gehirn, die Neurotransmitter, werden durch einen trägen Stoffwechsel in Mitleidenschaft gezogen - das geistige Leben und das der Gefühle vermag dadurch durchaus in Mitleidenschaft gezogen zu werden.**

**Wunderst Du Dich nicht oft, warum ein sonst passabler und vernünftiger Mensch plötzlich so unverständlich handelt? Am besten wird Dir der Zusammenhang deutlich zwischen dem Materiellen, das Du in Deinen Körper eingibst, und dem Immateriellen, das sich daraus bildet, wenn sich langjährige Depressionen (Schwermütigkeit) nach der UrTherapie auflösen...<sup>9010/4, 9024</sup>**

**Versetz Dich in die Urzeit zurück. Denk Dich in sie hinein, und Du gewinnst auch für Dein jetziges Leben Klarheit und Zufriedenheit. Tue es gleich. Dann gelangst Du z.B. zu dem Schluß, daß die Urzeitmenschen gelebt haben, ohne sich mit für ihr Leben belanglosen Neuigkeiten vollzustopfen.**

»Da magst Du recht haben«, sagst Du, »aber sie haben sich auch nicht mit den Problemen von heute befassen müssen...«

Ich gebe gerne zu, daß Du in diesen Zeiten nicht ganz ohne Sorge sein kannst - aber die UrTherapie reduziert sie Dir auch ganz gehörig. Doch mußt Du Dir dazu auch noch die Sorgen und Probleme der ganzen Welt durchs Fernsehen oder die Zeitung ins Haus tragen lassen? Willst Du den ganzen Weltschmerz mit tragen? Oder die unglaubliche Verschwendungssucht der Reichen und Mächtigen miterleben und vielleicht sogar noch darauf neidisch werden? Um Dich von deren Gier anstecken zu lassen?

**Die Tibeter meinen, daß niemand gesund werden kann, der nicht selbstlos geworden ist.  
Ist das nicht gut gesagt? COLORSEITE**

Hat der eine ein neues technisches Gerät, einen neuen Wagen, ein neues Bekleidungsstück, so willst Du oder Deine Frau oder Dein Kind es auch haben. Und das möglichst bald. Und ihr macht Euch verrückt danach. Merkst Du nicht, daß alles, was Du besitzt, seinen eigenen Sorgenkreis um sich trägt? Daß jedes Teil Dich nur mehr belastet, nur mehr Unruhe über Dich bringt?

**Du tust gut daran, Dein Gefühlsleben einfachen Dingen zuzuwenden, weil der Mensch der Urzeit es auch nicht anders hielt und halten konnte. Und auch deshalb, weil das Gefühlsleben des Menschen Millionen Jahre lang seine volle Zufriedenheit in einfachsten Dingen und Verrichtungen fand. Alles war für den Urzeitmenschen klar und überschaubar.**

Und so sollte Dein Leben auch werden und bleiben.

»Soll ich jetzt Kinderliedchen vor mich hersummen?«

Warum nicht? Weißt Du überhaupt, mit wieviel innerer Zufriedenheit Dich ein schlichtes Lied für viele Stunden zu erfüllen vermag, wenn Du es mit Deinem Kind und vielleicht noch mit Deinem Partner zusammen singst?<sup>9731</sup> Pablo Picasso sagte einmal: »Ich habe ein ganzes Leben dazu gebraucht, um naiv zu werden.« Wie wäre es denn, wenn Du selbst einmal ein Instrument zur Hand nehmen würdest oder Dich eines früher gespielten erinnerst? Oder in einem Gesangverein mitsingst? (Keine Sorge als Ungeübter: Deine Stimme wird übers Mitsingen schön!)

Aber auch Malen und Musizieren, sich künstlerisch betätigen und gute Bücher lesen, das rechne ich zum einfachen, besinnlichen Leben.



Nimm kulturelle Angebote aufgeführt wahr: Kunstausstellungen, Museen, Konzerte, Vorträge, Aufführungen. Zeige Deinen Kindern, welchen Wert Du der Bildung beimißt, indem Du sie an Deiner eigenen Weiterbildung teilhaben läßt. Geh mit ihnen gemeinsam in eine öffentliche Bibliothek. Du wirst überrascht sein über das große Angebot an Büchern, Zeitschriften und Kassetten, die Du dort kostenlos ausleihen kannst. Augustinus bezeichnete das Lesen nicht nur als irdischen, sondern sogar als einen himmlischen Genuß. Besuche Museen, aber wende Dich besser noch den Naturschönheiten und Naturparks zu. Vergiß nie die Botanischen Gärten. Bleib nicht stehen! Nutze Dein Leben, es besser zu machen. Und etwas Besseres zu tun als bisher.

Urgesetz des Lebens:

**Entfalte Dich! Fliege zum Licht! Eine Larve, die sich nicht zum Schmetterling entwickelt, vertrocknet. Finde zurück zur UrHarmonie des Lebens!**

Das Schönste und Beglückendste, was Du im Leben erreichen kannst, ist: stolz auf Dich, Dein Tun und Deine Leistungen sein zu können. **COLORSEITE**

Das alles bereichert Dich. Aber alles steht hinter einem zurück: Die Affenmenschen widmen die meiste Zeit ihren nächsten Gefährten. Sie beschäftigen sich mit ihnen, spielen viel mit ihren Kindern und sind einander meist gut und freundlich gesinnt, wenn die Rangordnungen einmal festliegen.

Koste das mal richtig aus, diese Dein ganzes Herz erfüllende Freude, welche Dir das unschuldvolle Lachen oder der gläubige Blick eines Kindes schenkt. Klettere mit ihm in die Bäume, geh mit ihm schwimmen, rodeln, laufen, wandern und vergiß nicht: Dein Partner gehört bei allem mit dazu.

Die Küche mit der vielen Arbeit, mit der er sich entschuldigen könnte, ist ja aufgelöst. Überzeuge ihn mit nicht nachlassender Liebe und Wärme von der schlichten, allein glücklich machenden, weil so in uns zutiefst festgelegten Lebensweise. Merke:

**Dein Leben ist nur lebenswert, wenn Du es ohne Heuchelei und all den falschen Glanz und Glitzer führst. Es soll voll Freude und von stillem Glück erfüllt sein. Freude an einfachsten Dingen: das ist der Duft von Jasmin über den Büschen, das ist das Eichkätzchen, das eben - ohne Dich wahrgenommen zu haben - aus einer Regenpfütze ein paar Schluck Naß zu sich nimmt, das ist Baden in einem einsamen, grünen Naturteich mit Pflanzen, ist das plötzliche Aufleuchten eines betauten Spinnennetzes in der Morgensonne zwischen Bäumen, das Gluckern eines kleinen Bächleins... Entdecke das alles selbst einmal. Wisse: Du kannst Dein Leben nicht vergrößern oder verbreitern - Du kannst es aber vertiefen.**

Dazu ist Voraussetzung:





Für immer gesund sein! Nur so fällst Du keinem anderen zur Last. Nur so fühlst Du Dich vollkommen wohl und bekommst Augen dafür. Nur so vermagst Du mit Deinem eigenen Körper einem anderen Körper Freude und Beglückung zu schenken. Nur so brauchst Du keine anderen Menschen um Hilfe anzugehen, benötigst kein falsches Mitleid.

Den wichtigsten Part dazu hast Du doch schon erfüllt, so hoffe ich, weil Du Deinen größten Schädiger Arzt in die Wüste geschickt hast. Und hoffentlich auch den zweitgrößten: Deine Schlechtkost! Das schenkt Dir großartige Gefühle von Selbstachtung, Stärke und Freude über die aus eigener Kraft errungene Freiheit.

Vertiefe das vor allem in Dir:

Du bist so glücklich und zufrieden, wie Du Dich dafür entscheidest, es konsequent zu sein und zu bleiben.<sup>9034</sup>

Du hast hier mit der UrzeitMethode den Stein der Weisen für Dein Leben gefunden - Du mußt ihn nur aufheben. Er ist schwerer als Du gedacht hast. Aber sein Geheimnis: Er wird Dir immer leichter, je länger Du ihn trägst.



---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × »[Der Große GESUNDHEITS-KONZ](#)« × »[Natürlich Leben](#)«  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service** : [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen** :

**Kontakt** : [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ☒ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL** : <http://www.bfgev.de/dggk/9/4.html> - **Update**: 13.01.2000 16:29

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# 9. Kapitel. Lerne, zufrieden zu leben: einfach und urzeitnah!

## 9.41 Bring Dein Liebesleben in Ordnung!

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Wenn Du gesund werden willst, so darfst Du Dich in Deinem Liebesleben nicht enttäuscht, belastet, unbefriedigt oder zurückgesetzt fühlen.** <sup>9457</sup>

»Du hast gut reden! Wenn wir aber in ein Alter kommen, wo Männer nicht mehr können und Frauen nicht mehr wollen?«

Diesen Zeitpunkt kannst Du mit der UrTherapie lange hinausschieben. Jedenfalls fand eine Studie heraus: Sexuelle Kümmernisse führen dazu, daß zu viele Kortisonhormone ausgeschüttet werden, die das eigene Krankheitsabwehrsystem des Körpers schwächen. (Jetzt verstehst Du, weshalb Ärzte Kortisonpräparate so gern verordnen!) Befriedigendes und aktives Ausleben der Sexualität dagegen stärkt und erhöht die allgemeine Leistungsfähigkeit. Vor allem diejenigen Frauen entwickelten Brustkrebs, die das Sexualhormon Androgen weniger als normal ausschütteten. Daher mein Rat: Seid einfach in Eurer Speise, je besser seid Ihr in der Liebe.

Merke: Du brauchst einen Partner, brauchst jemanden, der zu Dir steht, der Dir seine Zuneigung und Liebe und Zärtlichkeit gibt und Dich viel streichelt. (Gestreichelte Haustiere haben ein geringeres Tumorrisiko als ungestreichelte nach einer englischen Studie.)

Auf jeden Fall: Sprich dieses Buch mit Deinem Partner Abschnitt für Abschnitt durch. So habt Ihr endlich mal etwas Euch *gemeinsam* Betreffendes, das Ihr diskutieren könnt. Ist er vorurteilsfreier als Du, so gewinnst Du ein Aggregat, das Dich vielleicht antreibt - bist Du der Aufgeschlosseneren, kannst Du ihm helfen: Zwei können dreimal so viel tragen als einer.

»Warum ist es eigentlich so schwer, meinen Partner zu der besseren Lebensweise hinüberzuziehen?« fragst Du. »Warum macht er es mir durch Verächtlichmachung, Auflehnung und Verärgertsein bloß so schwer?«

Was klagst Du? Es ist nun mal so, daß die meisten Menschen ihre Pantoffeln sorgfältiger auswählen als ihren Ehepartner.<sup>9021, 9731</sup> Doch der Grund kann auch tiefer liegen:

Wer eine schlechte Verhaltensweise aufgeben soll, gesteht damit ein, daß die alte fehlerhaft war. Und Fehler einzugestehen, das ist mit das Schwerste, was man von einem Menschen verlangen kann.

Eine ganz kluge Frau sagt sich: Ich muß endlich meine wunschhaften Vorstellungen, meinen Partner umzumodeln - oder gar zu modellieren - ad acta legen. Das ist schwer sich einzuverleiben Aber das kann sie ihm schon klarmachen:

**Du sagst: »Ich kann es mit meinem Gewissen nicht vereinbaren, Dir krankmachende Kost zuzubereiten. Nicht weil das der Verfasser dieses Buches sagt, sondern weil das schon früher klar denkende Menschen herausgefunden haben. Zum Beispiel Matthias Claudius: Und all Pastet und Leckerbrot / verderben nur den Magen / Die Köche kochen große Not / sie kochen uns am Ende tot / ihr Herren laßt Euch sagen... Wenn Du totgekocht sein willst - o.k., aber nicht von mir.«**

Männer lassen sich leider schwer von der UrKost überzeugen. Sie sind in diesen Dingen nicht so flexibel wie Frauen. Des Mannes niedrige Erkenntnisstufe bei Fragen rechten Essens drückt sich übrigens oft durch ein hämisches Lächeln aus, das Dir Überlegenheit vortäuschen will. Damit verteidigt ein Machotyp sein bisheriges Tun und Lassen, das er als unbedingt richtig ansieht. Er gibt nicht gerne vor einer Frau zu, daß er etwas nicht gewußt hat oder daß seine Gewohnheiten auf falschen Auffassungen beruhen. Wenn sie ihn aber so weit hat, daß man mit ihm eine sachliche Unterhaltung über Ernährungsfragen führen kann, hat sie den schwierigen Anfang hinter sich.

»Und wenn's umgekehrt läuft? Wenn der Mann die gesunde Lebensführung aufnehmen und die Frau nicht von ihren Fleischtöpfen ablassen will?« fragst Du.

Dann denkt ein kluger Mann zuerst: Frauen sind zum Lieben, aber nicht zum Verstehen da. Eine Frau, die Mann und Kinder wirklich liebt, wird von Tag zu Tag mehr mitmachen. Sie erkennt ja, wie gut es ihrem Mann plötzlich geht. Und hat ein feines Gefühl dafür, wenn es der Mann gut mit ihr meint. Aber versuch's als Mann immer mit Liebe und kleinen Geschenken. Bis die Partnerin erkannt hat, daß ihr nichts Besseres als eine bewußte Lebensführung mit diesem Mann passieren kann. (Gute Bücher zur Aufarbeitung von Partnerbeziehungen gibt es genug, z.B. <sup>9731</sup>)

Frauen und Männer allerdings, die einen dummen Sturkopf zum Partner haben, rate ich, sich mit Hilfe der UrTherapie wieder so attraktiv zu machen, daß sie es einfacher haben, den für sie Richtigen zu fesseln. Nur über den anderen ständig ärgern, das ist dumm. Vermeide es.<sup>9021</sup>

Wenn einer nur nach billigem Genuß strebt und geistig stehenbleibt, nicht das Beste für die Familie (und die Erde) tun und das Wahre nicht erkennen und einsehen will, wenn er statt dessen aufsässig und lieblos wird, dann ist es schon besser, Du trennst Dich von ihm.

Sich einfach trennen - das ist heute fast schon modern. Oft genug stolpert man da aber von einer Enttäuschung in die andere. Einen Partner zu finden, der nicht sein Leben, sondern das seiner Familie in den Vordergrund stellt und der Hand in Hand mit einem zusammenarbeitet, um das Beste aus dem Leben zu machen - ach ja, der ist nicht einfach zu finden. Zu schnell sinken die einst glücklichen Beziehungen auf ein Niveau, wo nur noch angeklagt und eingeklagt wird. Wo es richtig und angemessen wäre, aufeinander einzugehen und miteinander

zu reden. Und nicht nur vor sich her zu argumentieren. Hilfreicher kann es da oft sein, anstatt Dich vom Partner, von unrealistischen Vorstellungen über ihn zu trennen. Was hast Du denn für Ängste vor dem Alleinsein? Als ob Du mit Dir selbst in schlechter Gesellschaft wärst. Allein – und Du kommst endlich zum Nachdenken über Dich und wie es besser weitergehen soll. Und wie Du Dein Leben sinnvoller gestaltest. Unter UrTherapie bleibst Du gesund und schlank und attraktiv, besitzt so die besten Chancen für einen Neuanfang. Eine Chance solltest Du der Partnerschaft aber geben:

**Reizbare, mißmutige, aufbegehrende, unausgeglichene, zornige, überempfindliche Lebensgefährten leiden vielfach nicht unter Charaktermängeln, sondern unter Stoffwechselschwierigkeiten. Ähnlich den hyperaktiven Kindern, die das jedoch frei ausleben - während sie sich als Erwachsene, mühsam zwar, aber doch mehr zusammennehmen können.**

Vor allem ist oft der Blutzuckerspiegel gestört. (Schokolade ist z.B. dafür bekannt, daß sie schizoide Anfälle auslöst.)<sup>9024, 6306</sup> Es liegt also - mal abgesehen von körperlicher Ablehnung - nicht immer an sozialen Unvereinbarkeiten, wenn eine Partnerschaft scheitert, sondern einfach an der mangelnden natürlichen Lebensführung. Zum Kranksein gehört die Fettsucht. Klar, daß das auch seelisch mitnimmt. Wenn Du Dich als dicker Mensch mit der UrTherapie für immer rank und schlank machst, gewinnst Du Deinen Partner mit seinen Gefühlen wieder eher für Dich. Du kommst übrigens besser in einer Lebensgemeinschaft zurecht, wenn Du versuchst, mit Deinem Partner zu *leben*, statt Dich ständig zu bemühen, ihn nach Deinen Wünschen umzuformen.

Die UrTherapie kann, wie Du siehst, vieles ausbügeln - selbst körperliche Mängel. Deshalb versucht Euch beide mal mit einer 12-Wochen-Kur. Wenn der andere dazu nicht bereit ist, dann geh Du Deinen Weg. Du läufst doch nicht ständig im Kreis, weil Du das Ziel Deines Lebens immer wieder aus den Augen verlierst? Mein Rat: Sobald Du merkst, daß Du gegen Wände rennst - verzieh Dich mal für eine Zeit! Ganz allein an einem einsamen Ort in der unmittelbaren Nähe von viel grüner Natur quartierst Du Dich ein. Wo Du Dich dann auf Dich selbst besinnen und Stärke gewinnen kannst. So manche Leser schreiben mir, wie sehr das einen neuen Menschen aus Ihnen machte. Das vollkommene Alleinsein für ein paar Wochen nur mit sich, dem Erdfasten und der UrMedizin ließ in ihnen ein neues, strahlendes Licht des Erkennens aufgehen; sie waren ja überhaupt nicht abhängig von anderen. Wie Vögel über dem Meer fühlten sie sich plötzlich frei und glücklich.

**Setz die UrMethodik bei Dir durch, wenn Du sie als richtig erkannt hast. Denke daran: Krankheit ertragen ist schwerer, ist das Schwerste! Seneca empfiehlt sogar: Wer Gesundheit will, der muß sich von den Menschen trennen.**

Du solltest das nicht falsch verstehen: Gemeint sind die Menschen, die Dich von positivem Tun, also dem Gesundwerden, abhalten und Deine Selbstfindung verhindern. Gleich, ob sie das bewußt oder unbewußt tun. Menschen, die Dich nicht dazu gelangen lassen, Dein Dir gestecktes Lebensziel zu erreichen. Dieses Ziel könnte auch sein:

Als nunmehriger UrMethodiker Harmonie und Frieden in Dir durch ein natürliches Leben zu finden.

Selig, der sich diese Welt ohne Hass erschliesst...

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) (Important note!) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer / Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/9/41.html> - Update: 13.01.2000 16:29

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a>                      × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> -                      <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# 9. Kapitel. Lerne, zufrieden zu leben: einfach und urzeitnah!

## 9.42 Führe Deine Gefühle über den Körper zum Wohlbefinden

Wenn ich mich mit manchen Menschen unterhalte und tiefer in sie eindringe, dann muß ich immer wieder feststellen, daß sie oft schon als 30jährige mit dem Leben abgeschlossen haben. Diese Menschen sind zufrieden mit sich, streben nicht mehr weiter, sehen nur noch zu.

Sie erwarten von mir, daß ich sie aktiviere, ihnen einen kleinen Motor einbaue, der sie antreibt. Sie sitzen wie in einem Liegestuhl am Meer, sehen die Kinder Sandburgen bauen, die Verliebten im Wasser tollen, die Älteren Strandball spielen oder eine Fremdsprache lernen... Aber sie sehen sich selbst nur als Betrachter. Bist Du vielleicht einer von ihnen? Dann bring was Neues in Dein Denken ein. Aktiviere Deine grauen Zellen mit Hilfe der UrMedizin. Fang an, Deine Talente zu entwickeln, oder fang ganz von vorne an. Gauguin war ein kleiner Bankangestellter und wurde noch in späten Jahren ein berühmter Maler. Entfache mal endlich Feuer in Dir! Nur als tätiger, wagemutiger, unternehmender Mensch gewinnst Du Hochgefühle und Befriedigung im Leben.

Wie Du Dich körperlich durch die UrMethodik abhärtest, so solltest Du aber auch Deine Gefühle abhärten. Laß nicht zu, daß Dich irgend etwas kränkt! Wende Dich von dem ab, was Dich kaputt macht oder Dir Deine Lebensäfte entzieht. Denke an die Weisheit Senecas.

Innere Ruhe und Selbstsicherheit erlangst Du, wenn Du die UrMethodik beibehältst. Du wirst sie als einen verlässlichen Wegweiser für Dein Leben kennenlernen.

Du solltest Dir immer vor Augen halten:

**Ein kranker Körper beansprucht ständig Deine Aufmerksamkeit. Dadurch wird Dein Gefühlsleben mehr und mehr auf ihn bezogen und ist nur noch wenig dem zugänglich, für das es eigentlich eingerichtet ist: Freude und Glück zu empfinden mit Partner und Kindern, Sehen und Betrachten des Schönen, Frohsinn gewinnen bei viel Bewegung und Spiel.**

Wenn Du wieder gesund bist und nicht mehr mit Deinem Schicksal hadern muß, dann kränkt Dich nichts mehr so stark. Dann kann auch Dein Gemüt zufriedener mit sich sein und genesen. Die Krankheit hat Dir vielleicht gesagt, daß Du auf dem falschen Wege warst, weil Du nur an äußere Genüsse dachtest. Sie hat Dir gezeigt, daß Du ein Lebewesen der Natur bist und deren Gesetzen unterliegst. Du kannst Dir keine eigenen, geeigneteren oder besseren Normen als die der Natur für Dich machen. Wenn Du dies eingesehen hast, kehren Ruhe und Kraft in Dich

ein.

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Deinem Leben fehlen Gefühle und Eindrücke der Urzeit, Eindrücke der Natur.**

**Versetz Dich in sie zurück, soweit dies Dir möglich ist. In der Urzeit war alles einfach, überschaubar, gab es keine Hetze. Sie schuf für ihre Geschöpfe auch keine Sorgen. Im Gegenteil, sie vermittelte ihnen stets Geborgenheit.**

Noch eine weitere Illusion muß ich Dir nehmen: Die heute so gern gebrauchte Entschuldigung, daß Gefühlsstreß an Deinem Kranksein schuld sein könnte.

Wer gesunde Adern besitzt, kann soviel unter Streß leiden, wie er will - er wird deshalb nicht krank. (Ist ja auch klar für den, der ein bißchen seinen eigenen gesunden Menschenverstand gebraucht.) Gewöhne Dir zweckmäßigerweise an, es bei Streß den Tieren nachzumachen: Setz Streß, wie etwa den Ärger<sup>9014c</sup> im Büro oder mit der Familie, gleich in Bewegung um. Raste ruhig aus. Aber allein! Schnapp Dir Deine Laufschuhe und lauf los wie der Hase, der dem Schuß des Jäger entgangen ist: Der spurtet gleich durch die Ackerfurchen und baut so die Streßhormone ab. Impotenz, Asthma, Stottern oder Magenleiden sind gleichfalls nicht nur seelisch (psychisch) bedingt. Warum? Weil es keine körperlose Seele gibt. Was nicht heißt, daß Charakter, Gemüt und Gefühle des Kranken an einem Leiden unbeteiligt sind. So halfen teure Behandlungen bei Psychotherapeuten oder Logopäden den Stotterern bislang überhaupt nicht. Stotterer müssen ihr Zwerchfell trainieren, wenn sie ihr Gebrechen loswerden wollen.<sup>9769, 9901</sup>

Das ist harte Knochenarbeit. Aber nur die hilft. Vielleicht noch härter ist die UrTherapie. Dafür hast Du auch die Gewißheit, nichts Halbes zu tun und daß Dir der Erfolg sicher ist.

Die Bücher, die Krankheiten nur auf seelisches Fehlverhalten zurückführen (Dethlefsen/Dahlke), sind heute Bestseller.<sup>9429, 9740</sup> Warum? Weil sich der Leser danach selbst zu bedauern vermag, aber nichts aktiv tun muß. Das Schwächen der Menschen statt deren Aufrütteln und Starkmachen ist derzeit »in«. Das ist gewollt: Die Schwachen lassen sich um so leichter manipulieren...

Schulmedizin, Psychologie und Psychiatrie sind schwierig und mehr als kompliziert geartet. Ein langes Universitätsstudium ist dazu erforderlich. Alle (dadurch meist ihres gesunden Menschenverstandes Beraubten) wehren sich daher gegen die so einfachen Thesen der Klassischen Naturheilkunde. Aus Gründen des Eigendünkels und Stolzseins auf ihr immenses Kompliziertmachungswissen in ihren Köpfen. So kommt es ihnen sehr entgegen, neben Bakterien, Viren und falscher Gene nun auch noch einen zusätzlichen Sündenbock für Krankheiten - die Seele - bei den Patienten anklagen zu können - wenn sie nicht mehr weiter wissen. Welch ein Ansehensgewinn für sie. Denn niemand, nicht mal der Konz, kann ihr Spintisieren auf diesem Gebiet widerlegen. Es sei denn, Du gibst mir einen Rat, wie sich das Seelenleben zuverlässig und beweisbar nachprüfen läßt... Und dies auch für die Menschen, die



selbst nicht mal wissen, was in ihnen vorgeht.

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Sogenannte »seelische« Belastungen können in einem reinen, gesunden Körper nicht zu körperlichen Leiden führen. Der gesunde Körper ist klar im Denken, er befreit sich davon. Unnatürliche Störungen des Gemüts sind Fingerzeige des Körpers, daß er sich zu sehr belastet fühlt - deutlicher gesagt, daß er sich zu sehr unnatürlich belastet fühlt.**

Du belastest den Körper dann zu stark, wenn Du ihm z.B. zu viele Giftstoffe wie Salz und Zucker, Fleisch, zerkochte Nahrung und Drogen zuführst. Du belastest ihn zu wenig, wenn Du ihm die seit Millionen Jahren bis ins höchste Alter gewohnte Urzeitbewegung vorenthältst. Du belastest ihn gefühlsmäßig oder geistig zu sehr, wenn Du ihm zu viele Gemütseregungen zumutest, welche durch unnatürliches Zivilisationsgeschehen veranlaßt sind. Erregungen, die es in der Urzeit nicht für ihn gab.

Wenn der Magen der Sitz der Seele ist, wie es indische Weise lehren, dann darfst Du auch an einen Einfluß des Essens auf Deine Seele annehmen. Wenn Du gegen den Willen Gottes ißt und seine von ihm Dir zugedachte Naturnahrung ungehorsam ablehnst, dann muß es zwangsläufig auch in Deiner Seele nicht sehr hell aussehen. Und ob Gott eine ihm ungehorsame Seele zu sich in sein Reich holt, na ich weiß nicht...

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/9/42.html> - **Update: 13.01.2000 16:29**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

Der Domainname ist  
eine Spende der

[Transmedia GmbH](#)

× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch  
× [Antivivisektion e.V.](#)                    × [Für Vegetarismus!](#)  
- [Gegen Tierversuche](#) -                    [Vegi-Büro Schweiz](#)  
Tierversuchsgegner Rhein Ruhr

# 9. Kapitel. Lerne, zufrieden zu leben: einfach und urzeitnah!

## 9.43 Gib Raum für die in Dir schlummernden Urgefühle

Du darfst vor allem nicht länger mit Dir allein sein. Für Primaten ist das naturwidrig und führt zu unverkraftbaren Belastungen und Fehlverhaltensweisen. Du wirst Dich deshalb den anderen Menschen zuwenden. Das kannst Du nur mit Deinem Körper. Du mußt auf sie zugehen, mußt mit ihnen sprechen und ihnen zuhören. Mußt ihnen Deine Gefühle zeigen, durch Streicheln, Liebkosen, Herzen. Du mußt Deine Arme ausbreiten, sie an Dich drücken. Du erkennst erneut: Es ist *körperliches* Tun, was auf die Gefühle zurückwirkt.

Gesundheitsgesetz der Natur:

**In den Erbzellen Deines Körpers wird von der Urzeit her eine Prägung weitergereicht. Unter anderem die Prägung, mit anderen gemeinsam zu leben. Wenn Du ihm diese Urgefühle vorenthältst, dann streikt er nach einiger Zeit ebenso, wie wenn Du ihm die jahrmillionenlang gewohnte UrNahrung verweigerst.**

Das muß nicht bei allen so sein! Es gibt Menschen, die sich nichts sehnlicher wünschen, als allein zu sein. Und die bestens mit diesem Zustand fertig werden und auch darunter nicht seelisch-körperlich leiden. Aber es sind große Ausnahmenaturen, denen das gelingt.

Depressionen - ihnen sollen hauptsächlich Ängste zugrunde liegen - bekommst Du mit einem kontrolliert-strengen Tagesablauf wieder in den Griff, der viel Bewegung, viel In-der-Sonne-Sein und täglich eine Stunde Laufen vorsieht. Und wie Du weißt: Die UrTherapie nimmt Dir mit der Zeit all Deine Lebensängste! 9010, 9013, 9016ff

»Und wie willst Du so schwierige und langwierige Gefühls- und Gemütsleiden wie die Neurosen mit natürlichen Mitteln loswerden?« fragst Du. »Da werkeln Psychotherapeuten und Nervenärzte viele Jahre bei ihren Patienten dran. Und oft genug zwecklos.«



Auch hier ist das Einfachste das allein Richtige: Nicht Psychopharmaka, nicht ständig wechselnde psychotherapeutische Systeme.<sup>5509</sup> Nur eigenes Tun macht auch die Seele gesund. Ich fand einen alten afrikanischen Spruch, der das am klarsten ausdrückt:

**Wende Dein Gesicht der Sonne zu, dann fallen die Schatten hinter Dich.**

»Und warum wenden die Heilberufler eine solche Therapie nicht an?«

Du weißt es doch. Und wenn nicht das der Grund ist, dann deswegen, weil sie zu einfach und so billig ist, und weil Leute, die teuer studiert haben und nun von ihrem Beruf leben müssen, sie nicht wahrhaben wollen und weitergeben können. Meist sogar, ohne daß böser Wille dahinter steckt.

**Die Intellektuellen wie auch die nichtstudierten Menschen glauben heute einfach nicht daran, daß man mit einfachsten Methoden am besten die Menschen wieder gesund machen kann.**

Der Mensch ist ein Licht(abhängiges)-Wesen. Und wenn da die Psychotherapeuten z.B. in die Depression ihrer Patienten hineingeheimnissen, sie habe den Sinn, unerträglich gewordene Lebensumstände aufzubrechen, und sie sei als Zustand einer Persönlichkeitsentwicklung anzusehen, dann hat man einen guten Grund, jahrelang daran herumzudoktern.

Du frage Dich:

**Wenn der Therapeut allein auf so etwas setzt, wie will er seinen Patienten mit Hilfe einer Gesprächs- oder Familientherapie mit Worten gesund machen, wenn dieser nur Sonne und viel körperliche Bewegung nötig hat? Zu der ihm der meist ebenfalls bewegungsfaule Therapeut nicht rät!**

Vor allem kann ich hier die UrBewegung den Neurotikern und Depressiven nicht genug ans Herz legen: Je mehr Sauerstoff Du in den Körper bringst, desto niedriger sind die Depressionswerte<sup>9016</sup>, desto freudiger bist Du gestimmt, desto wohler fühlst Du Dich! Auch hier wäre der Gang zum Nervenarzt wieder das Verkehrteste, was Du machen kannst: Der stopft Dich nämlich mit Psychopharmaka voll, die Dich dusselig und schlapp machen. Statt durch kräftige und intensive Bewegung den Stoffwechsel zu aktivieren und den Treibriemen Muskulatur anzuwerfen, fügen sie den bei Depressionen im Übermaß vorhandenen Endotoxinen noch weitere Exotoxine in Form von Medikamenten hinzu.

Bei den Nervenärzten bekommst Du nur mehr und mehr Gift in den Körper, das Dir eines Tages dann echte Krankheiten bringt. Doch wer denkt schon so weit. Die meisten wollen es doch so: morgens beim Doktor gewesen - und am Mittag schon von ihrer Krankheit befreit sein. Oder so betäubt sein, daß sie nicht mehr so stark unter ihrem angeblich seelischen Leiden

zu leiden haben. Auf den einfachsten Nenner hat es Thomas von Aquin bereits im 13. Jahrhundert gebracht: *Trägheit macht traurig.*

**Du dagegen hast es fest in Dir verinnerlicht: Die Schulmedizin wie die Psychotherapie (seit Freud [†1939] sind inzwischen über 90 geänderte Methoden aufgekommen), ja selbst die alternativen Gesundheitslehrer ändern ständig ihre Methoden und ihre Ansichten.**

**Die UrTherapie ändert als Naturmethode *niemals* ihre Behandlungsarten oder ihre Ansichten. Sie ist aus einem Guß, weil sie das Wahre in der ewig gültigen Natur erkannt hat und daher keinerlei späteren Berichtigungen oder Verbesserungen bedarf.**

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Wissenschaftliche Feststellungen, die sich gegen die Natur richten, sind stets unrichtig. Das gilt auch dann, wenn die Wissenschaft (vorübergehend!) dazu angebliche Beweise vorzulegen vermag.**

Verweigere einfach allen Gedanken, die Unruhe, Sorgen oder Ängste in Dich bringen könnten, den Eintritt in Deine Gefühlswelt. Genau so, wie Du schädlicher Nahrung und giftigen Medikamenten den Eintritt in Deinen Körper verweigerst.

So wie Du Dich bei großer Kälte durch einen Mantel schützt, so kannst Du Dich auch gegen negative Gedanken mit einem geistigen Panzer wappnen. Das tust Du dadurch, daß Du kein Gefühlsvakuum bei Dir aufkommen läßt und alle Plätze Deines Bewußtseins mit Positivem besetzt.

Spürst Du, daß Dich etwas Negatives in seinen Bann ziehen will, merkst Du, daß ein aufkommender Gedanke Dich hinabziehen möchte ins Negative, dann rufe sofort positive Gedanken und Vorstellungen in Dich hinein. Sei Dir darüber klar, daß ein negativer Gedanke einen weiteren nach sich zieht und Du Dich später ihrer nicht mehr erwehren kannst. Nur die sofortige Besinnung auf etwas Positives, auf gehabte Erfolge, auf Leistungen, auf die Du stolz sein kannst, auf Partner oder Freunde, die zu Dir stehen, auf Dein Kind oder Deine Eltern kann Dich freimachen von dem, was Dich niederdrücken will. Das Beste: Sofort in die Natur hinausgehen, in Deinen Garten, in den Wald, zu einem guten Freund! Noch hilfreicher: Du machst einen Lauf in einen Park oder ins Grüne. Der verhütet, daß sich Schädliches Deiner Gefühle bemächtigt.

Nur über den Körper, durch körperliches Spüren der Liebe Deines Partners, durch körperliches Empfinden beim Liegen in einer duftenden Wiese, durch körperliches Erleben der Ruhe oder der Tierstimmen in einem Wald, durch körperliches Spüren über Dich stürzender Meereswogen oder Dich wärmender Sonnenstrahlen kann Deine leidende Seele wieder aufgerichtet werden. Durch nichts anderes! (Und wenn Du soweit bist, dann fülle sie mit eigenem Wohlgefühl! Singe, singe, singe! Kapitel 9.89 zeigt Dir wie und warum.

## Gesundheitsgesetz der Natur:

**Durch nichts anderes als ein Erwecken von Urgefühlen, die tief in unseren Genen liegen und Millionen Jahre den Menschen beglückten und ihn davor bewahrten, daß seine Gefühle umkippten, kann unser Gefühlsleben gesunden.**

Auch das Lesen noch so kluger Bücher oder Erklärungen von Psychotherapeuten kann das nicht ersetzen. Auch übersteigerte Denkweisen der Philosophie können die Klassische Naturheilkunde nicht beeindruckten. Du sollst leben, nicht spintisieren. Außerdem: Es können sich - das wollen Forscher jetzt festgestellt haben - keine Depressionen in den Körper einschleichen,<sup>7017</sup> wenn er genügend Folsäure (das sind die Vitamine B12 und B6) bildet. Kommt es zu einer verminderten Konzentration der Folsäure, so werden dadurch Gedächtnisschwächen, Gemütsveränderungen, Störungen des Nervensystems, Neurosen und - Du **staunst vielleicht, aber für mich ist eigentlich selbstverständlich - Schwangerschafts- und Geburtsbeschwerden verursacht. COLORSEITE**

**Du erkennst immer mehr, was die richtige Ernährung für Dein ganzes Leben bedeutet. Und was sie für die Klarheit Deines Verstandes, Deines Denkens, Deiner geistigen Aufnahmefähigkeit, ja sogar für Dein seelisches (Gefühls-) Leben bedeutet. Ich folgere:**

## Gesundheitsgesetz der Natur:

**Wer unnatürlich lebt, kann Wert und Bedeutung des Natürlichen für seinen Körper und seine Gefühle kaum richtig begreifen.**

Infolgedessen ist er auch meist noch nicht in der Lage, den Wert dieses Buches für sein Leben vollständig zu erkennen.

Bei der psychotischen Depression, die meiner Meinung nach ebenfalls durch einen veränderten Gehirnstoffwechsel bedingt ist, kann ich mir gut vorstellen, daß die Ärzte mit ihren Lithium-Salzen, dem Tegetal und dem Frisium, was Dich nur süchtig zu machen in der Lage ist, mehr verderben denn gutmachen. Und daß es da besser ist, zur UrMedizin überzugehen, die ja ebenfalls den Gehirnstoffwechsel gesundmachend beeinflusst.<sup>9778</sup>

»Aber was, wenn jemand an einer neurotischen Depression leidet?« fragst Du.

Vergiß nicht, daß es mit der »UrMedizin« allein nicht getan ist. Die UrTherapie führt Dich ja auch geistig und im Gefühlsleben zur Natur zurück. Und wenn Dein Gehirn wieder infolge der beseitigten Schmutz- und Giftstoffe natürlich, also besser und unkomplizierter denken kann, dann ist es auch bald in der Lage, die einfachen, natürlichen Denkweisen der UrTherapie einzusehen, sie anzunehmen und ihnen nachzukommen. Die verstärkte Bewegung, die große Mengen an Endorphinen freisetzen kann, wenn die Nahrung urgesund ist, der nötige Aufenthalt in Luft und Sonne, der auch den Geist aufhellt und die Seele licht macht - wie soll sich da noch eine Depression halten?

»Ist nicht die Magersucht vieler junger Mädchen eine eindeutige seelische Krankheit?«

Handelt es sich hier überhaupt um eine Krankheit? Das ist doch nichts anderes als ein eindeutiger, gegen den eigenen Leib gerichteter Willensentschluß. Krankheit kann man aber nicht wollen.

Die Mädchen übertragen ihre Unzufriedenheit mit sich selbst wegen zu geringer Selbstachtung auf ihren Körper. Oder weil sie erkannt haben, daß Essen von gutbürgerlicher Kost dick macht.

Das wollen sie aus ästhetischen Gründen nicht. Recht so.



Wenn die mal mit der UrTherapie bekannt gemacht worden sind, ist dieser schreckliche Spuk bald vorbei. Denn da können sie sich bekanntlich satt essen, ohne daß es bei ihnen anschlägt.

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** e-mail : [Report an Webmaster](#) ☒ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/9/43.html> - Update: 13.01.2000 16:29

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

Der Domainname ist  
eine Spende der  
[Transmedia GmbH](#)

× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch  
× [Antivivisektion e.V.](#) × [Für Vegetarismus!](#)  
- [Gegen Tierversuche](#) - [Vegi-Büro Schweiz](#)  
Tierversuchsgegner Rhein Ruhr

# 9. Kapitel. Lerne, zufrieden zu leben: einfach und urzeitnah!

## 9.44 Kann Dir eine Psychotherapie nutzen? Ach was, hilf Dir selbst!

»Ich denke, Du lehnt jede Behandlung durch andere ab!« rufst Du.

Ich kann Dir hier in diesem Buch leider nicht alles zu den Problemen des Lebens sagen; dann würde ich seinen Umfang verzehnfachen müssen. Aber: Ein Psychotherapeut füllt in gewissem Sinn die Lücke aus, die dieses Werk offenlassen muß. Und er kann vielleicht einen guten Ersatz für den fehlenden oder verständnislosen Partner oder die fehlende Gruppe darstellen, die der Mensch als soziales Wesen nun mal zu seinem Wohlbefinden braucht. Falls Du Dich nicht gleich für eine Gruppentherapie entscheidest. Andererseits: Jeder der eine Psychotherapie schon mal mitgemacht hat, der weiß, wie herzlich wenig damit zu erreichen ist.

UrMethodik heißt: Eigenverantwortliches, selbständiges Handeln aus klarer Einsicht in die unabänderlichen Forderungen, welche die Schöpfung an Dich zu Deinem eigenen Vorteil stellt.

**Wie beim Arzt, so besteht auch beim Psychotherapeuten die große Gefahr, daß Du immer unselbständiger und immer abhängiger von der Therapie wirst. Und glaubst, ohne sie nicht mehr leben zu können.**

Wie heißt es doch auf die Frage, ob sich danach die seelischen Leiden gebessert haben: »Vor allem sind sie dadurch klarer und wesentlich vielfältiger geworden.«

Der Psychotherapeut kann Dich ebensowenig wie ein Arzt von Deinem Leiden heilen. Er vermag nur, Dir zu raten. Und Dich dazu anzuhalten, das Richtige, das Bessere zu tun und die eingefleischten Gewohnheiten zu ändern. Tun mußst Du es selbst! Mußt den tiefsitzenden Stachel in Dir selbst herausziehen - zuerst jedoch den Balken aus Deinem Auge.

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Emotionell kranke Menschen bedürfen grundsätzlich so wenig einer Behandlung wie physisch kranke Menschen. Alle sogenannten Behandlungsarten der Psychotherapie, die da in Hunderten von Spielarten, auch in esoterischen Gruppen, ständig neu und ständig wechselnd angeboten werden, führen ohne Eigenanstrengung nicht zum Erfolg. Der beste Therapeut ist der, der in Dir selbst steckt!**

Psychologen und Psychotherapeuten haben die meisten seelisch gestörten Kinder. Wie kann da

eine Psychotherapie wertvoll sein...!

Siehst Du, aus vielen hundert Briefen der Leser an mich weiß ich: Die meisten lesen und lesen, hören und hören - aber nur, weil das für sie interessant ist, weil es sie anspricht, weil ihnen die geistige Auseinandersetzung Spaß macht.

Aber nur wenige sind bereit, Konsequenzen *für sich* daraus zu ziehen. Und das, was sie eingesehen haben, bei sich selbst in die Tat umzusetzen. Halbherzig probieren sie vielleicht mal hier und mal da, aber schließlich bleibt es beim alten Trott - und so zerrinnt ihnen das Leben zwischen den Fingern - trotz bester Absichten. Wisse und lies es zweimal:

**Etwas lesen oder hören und es für richtig befinden, das ist eine Sache.**

**Eine andere ist es, das als richtig Erkannte auch zu *tun*!**

Was die Partnerschaft angeht: Gemeinsam die UrMethode betreiben ist ein besonders guter Weg dahin - vor allem deshalb, weil sie den einen für den anderen wieder attraktiv macht! Verzeih mir, lieber Leser, das klingt jetzt so sachlich und nüchtern, als wenn ich nicht wüßte, wie schwer Du es mit Deiner leidenden Seele hast, und daß Du am liebsten laut losheulen möchtest. Tu es doch! Du weißt vielleicht gar nicht, wie sehr Weinen entspannt und Dir den Ring von der Brust wegsprengen kann. Heul Dich aus, und vieles ist danach leichter. Wie? Du kommst gar nicht von selbst zum Heulen, es sei denn, einer hat Dir weh getan? Warte. Gleich wird' ich's Dir sagen. Danach aber geh mit frischen Kräften an die ungelösten Dinge und überwinde sie mit Hilfe der UrTherapie.

Die UrTherapie kennt keine isolierten Organerkrankungen. Sie wendet zwar die Namen körperlicher Organe an - dies aber nur zum Bezeichnen des Ortes, wo sich die Krankheit zeigt. Wissend, daß letztere nicht ihre Ursache oder ihre Bedingung daselbst hat und deshalb auch nicht dort behandelt werden darf.

Symptome einer Krankheit werden von der UrTherapie nur als das Ergebnis eines Reinigungs- bzw. Regulationsversuchs der körperlichen Selbstheilskraft angesehen.

Jegliche Zergliederung des Körpers durch die Schulmedizin, alle ihre Einzeldisziplinen und das Benennen morphologischer Einzelheiten sind für sie bedeutungslos und für eine echte Gesundung nur hinderlich. Die Alternative Medizin weiß, daß auf natürliche Reaktionen des Körpers nur sinnvoll, unschädlich und erfolgreich allein mit natürlichen Mitteln im Gesamtzusammenhang mit dem Leben eingewirkt werden kann. Sie wendet deshalb auch keine einzelnen natürlichen Stoffe (wie z.B. bestimmte Pflanzenarten, besondere Vitamine oder ausgewählte Mineralienzugaben) als Heilmittel an. Sie versteht den Menschen als ein autarkes Wesen und als Einheit aus Leib, Seele und Geist. Der sich selbst gesundzumachen und gesundzuerhalten hat. Was nur möglich ist, wenn er nicht auf Einzelteile seines Körpers, sondern auf dessen Gesamtheit einwirkt. Und dies nicht mit dafür besonders ausgesuchten, speziellen Mitteln oder Behandlungsarten, sondern mit einer Ganzheitstherapie. Wenn Du dem nachfolgst, dann mußst Du die in diesem eindringlichen Bild ausgedrückte Angst und

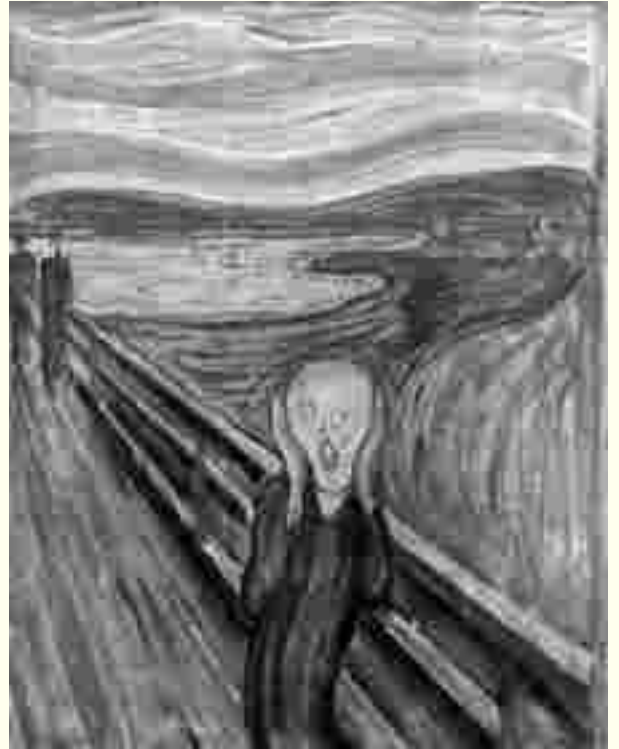


Verzweiflung nie mehr fürchten.

Apropos Weinen. Das erinnert mich an Uschi, eine ganz liebe Seminarteilnehmerin, die am letzten Seminartag neben mir am UrKost-Essenstisch saß und plötzlich still vor sich hinschluchzte.

»Warum weinst Du denn, Mädchen?«, fragte ich sie, die mich so treuherzig mit verschwommen-verklärtem Blick ansah. Hatte ich etwa als »älterer Herr« soviel Eindruck auf sie gemacht, daß ihr der Abschied von mir besonders schwerfiel? Ich war richtig gerührt... Leicht verlegen wiederholte ich: »Nun, was ist Dir denn so schwer ums Herz, daß Du weinen mußt? Komm, sag's mir leise ins Ohr - es muß ja nicht jeder mithören.«

»Ach weißt Du, Franz«, schluchzte sie, »mir ist jetzt klargeworden, daß ich nur mit Deiner UrzeitTherapie meinen Krebs besiegen kann. Aber es schmerzt mich doch sehr, wenn ich, wie jetzt, daran denken muß, daß ich von nun an nie mehr nachmittags mein so geliebtes Stückchen Sahnetorte essen kann.« **COLORSEITE**



**Gefühle von Angst und Verzweiflung, Depressionen und Frustrationen verlieren sich unter der UrzeitTherapie nicht so rasch wie körperliche Krankheiten. Aber in spätestens einem Jahr liegen auch die hinter Dir. Wenn Du willst, kannst Du Dich mit einer Verhaltenstherapie dabei unterstützen lassen. 9741**

Lobend heben die Kritiker bei Besprechungen von Sachbüchern hervor, welch zarten und feinführenden Umgang der Autor doch mit seinen Lesern pflege und daß von einem erhobenen Zeigefinger nichts bei ihm zu bemerken sei.

Ich mache diesen Seich nicht mit. Mit freundlichen, nichtssagenden Worten ist den Kranken nicht zu helfen, mit unverbindlichem Gerede die Erde nicht vor der Zerstörung zu bewahren.

Die Zeit, Streicheleinheiten an alle zu verteilen, sollte vorbei sein: Ich will und werde wachrütteln. Ich will den Menschen endlich die Augen öffnen, will Sie wieder hören machen, Sie aus ihren Träumen aufschrecken. Ich erhebe nicht einen, sondern zwei Zeigefinger gegen die Dummheit. Ich will nicht mit wattierten, sondern mit klaren und harten Worten zum endlichen Aktivwerden aufrufen.

---

# 9. Kapitel. Lerne, zufrieden zu leben: einfach und urzeitnah!

## 9.45 Brülle Dir den ganzen Frust der Zivilisation aus dem Leib!

Ich meine: Kinder weinen, wenn ihnen etwas nicht paßt. Sie brüllen aber laut bei Belastung und Schmerz. Eine Urreaktion, die da bei ihnen abläuft. Warum sollen wir sie für unsere Belastungen und Schmerzen nicht gleichermaßen nutzen?

Ist Dir nicht auch hin und wieder danach zumute, Dein ganzes Leid, Deine Wut und all das Weh über die Enttäuschungen, die Du durchlitten hast, Deinen ganzen Schmerz an dieser Zivilisation durch Urgeschrei hinauszubrüllen? Aus dem Körper so sehr hinauszuschreien, daß Du Dich endlich davon befreit fühlst?

Dann tu das doch! Du hast damit vielleicht die Chance, den Leidensdruck Deiner Gefühle zu vermindern, eventuell sogar die Preßluft der Bedrückungen in Dir ganz und für immer entweichen zu lassen. Je kräftiger, uriger und zutiefst aus dem Innern sich dieses Schreien bei Dir entlädt, desto mehr befreit es Dich. Wie viele sind seelisch geschädigt und wissen es nicht! Wie viele leiden an Neurosen, Ängsten und Zwängen und werden sie nicht los! Der Mensch kommt aber ohne Neurosen und Ängste zur Welt und erfährt erst im Laufe seines Lebens, daß seine wirklichen Bedürfnisse ständig von der Gesellschaft unterdrückt werden.

**Diese Zwänge verursachen einen »Urschmerz«, aus dem sich nicht nur Neurosen ableiten lassen:**

Drogensucht, Redezwang, Geiz, sexuelle Schwierigkeiten usw. mögen ebenfalls darauf zurückzuführen sein. Also schrei alles raus, was Dich bedrückt. Im Wald hast Du die beste Gelegenheit dazu.<sup>9924</sup> Anschließend nimmst Du Dir einen Ast oder ein paar Zweige zur Hand und drischst damit die letzten Reste all Deiner Frustgefühle unter lautem »Wahh, Wahh, Wahh« aus dem Körper. Meinen Seminarteilnehmern bereitet das immer den meisten Spaß bei unseren Waldläufen. Auch Du wirst Dich danach äußerst wohlfühlen. Probier's nur mal, was ich »unser Entfrustungsschreien« nenne. Aber vergiß nicht, ihm durch heftiges Niederschlagen von Zweigen die nötige körperliche Aktivität zu vermitteln.

**Das Schreien schenkt uns nicht nur anschließend Erleichterung, sondern auch Kraft, es wieder neu mit dem Leben aufzunehmen. Auch hier laufen Urprogrammierungen in uns ab. Wenn wir als Babys die Urbedürfnisse Geborgenheit und Hunger befriedigen wollten, dann haben wir geschrien. Kurz darauf wurden sie dann meist befriedigt. Dieses Erfahrungsmuster ist so stark von der Urzeit und dem eigenen Erleben geprägt, daß es rein schematisch bei uns abläuft und uns guttut. Selbst wenn wir danach nicht mehr mit**

**Kekschen, Speiseeis und Kindertee, sondern mit Obstsalat gestillt werden... Da Schreien aufs engste mit Singen verwandt ist, schenkt uns das Singen gleiche Kraft und Befriedigung. Der Grund, weshalb wir es in die UrTherapie aufnehmen.**

Ich habe selbst bei einer durch einen Sturz verursachten Überdehnung meiner durch Unfall verkürzten Sehnen einige fürchterliche Schreie losgelassen und danach vielleicht noch eine halbe Minute lang gebrüllt. Bis ich merkte, daß dieses Schreien von Mal zu Mal mehr den Schmerz wegnahm. Und da ich Körper und Seele als eine Ganzheit sehe, sollte dieses Urbrüllen aus der Tiefe Deines Körpers auch in der Lage sein, den tief in Dir steckenden Schmerz Deines Gefühlslebens zu lindern. Es sind gerade diese, Dir in der Zivilisation ständig zugefügten Verletzungen, unter denen Du besonders leidest, weil Du Deinen Frustrationen nicht entsprechend zu begegnen weißt.

Allerdings solltest Du dieses Brüllen nur von Dir geben, wenn Du sicher bist, daß sich niemand in der Nähe befindet. Als ich mal zu einem Vortrag in Düren eingeladen war und mich kurz vorher durch einen Abendlauf im immer mitgeführten Trainingsanzug dafür frisch machen wollte, wäre es um ein Haar nicht dazu gekommen:

Nachdem ich vor einem einsam gelegenen Haus, das von einer hohen Mauer umstanden war, mein Urgeschrei abgelassen hatte, stürmten plötzlich aus einer Seitenpforte zwei weißgekleidete Männer auf mich zu und brachten mich mit eisernen Griffen in das Gebäude hinter der Ziegelsteinmauer. Es war die Nervenheilanstalt, und die beiden Wärter hatten gedacht, ich sei von dort entlaufen. Es bedurfte einiger Telefonate, um aufzuklären, daß ich zu Recht auf die äußere Seite der hohen Mauer gehörte. Sehr zum Ärger und Leidwesen der Ärzte... Der beste Rat bei Ärger, Streß und Frust: Nicht lange überlegen oder sich reinsteigern - sofort in ein Fitneßstudio oder heraus in die Natur zum Lauf! Nach einer Stunde Bewegung sieht alles ganz anders aus! Und dabei ab und zu mal kräftig geschrien. 's muß ja nicht gerade in der Nähe einer Nervenheilanstalt sein.

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × »[Der Große GESUNDHEITS-KONZ](#)« × »[Natürlich Leben](#)«  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/9/45.html> - **Update: 13.01.2000 16:29**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

# 9. Kapitel. Lerne, zufrieden zu leben: einfach und urzeitnah!

## 9.46 Arbeite aktiv an Deiner Gesundheit - auch im Bereich der Gefühle

Haß, Neid, Unzufriedenheit, Gier nach immer mehr sind Gifte für das Gemüt und Dein Gefühlsleben, genauso wie Kochkost und Medikamente Gifte für den Körper sind. Nur Gutes kann Gutes erhalten, nur Positives kann Positives erzeugen.

**Das ist der Grund, weshalb wir hier zum positiven Denken übergehen und es täglich üben wollen.**

Deine Aufgabe ist, zweimal täglich, solange Du die UrMethode anwendest, Dich mittags an einem ruhigen Plätzchen gut zu entspannen und ans Gesundwerden zu denken. Und abends, kurz vor dem Einschlafen, zum zweiten Mal voll Deine Aufmerksamkeit auf Deine Gesundheit zu richten. Und zwar beide Male wie folgt:

Als Krebskranker sagst und stellst Du Dir täglich etwa das gleiche vor. Nämlich, wie sich in Deinem verschmutzten Organismus die Zellen in Ihrer Not nicht mehr anders zu helfen wußten, als sich zusammenzuballen, zu verkümmern und in ein wahlloses, unkontrolliertes Wachstum zu verfallen. Du machst Dir bewußt, daß die Wucherungen in Deinem Körper von einer im Gesamtorganismus liegenden Vergiftung herrühren, die man nicht herauschneiden, bestrahlen oder mit Gegengift behandeln kann. Und Du sagst Dir:

Ich weiß, daß die UrMedizin alle der sich in meinem Gewebe befindenden Zerfallsgiftstoffe hinausschwemmen wird. Ich bin mir sicher, daß deren Lebenskräfte einen tumorbegrenzenden Abwehrwall in meinem weichen Bindegewebe aufbauen und schließlich den Tumor abtöten wird. Und daß es deshalb vielleicht für eine kurze Zeit zu einem stärkeren Wachsen der Karzinome, der Tumore, Sarkome, Melanome oder Metastasen kommen kann. Deshalb werde ich nicht ängstlich auf diese äußerlichen, sich wandelnden Anzeichen meines Krankseins starren. Ich werde mich dadurch nicht irremachen lassen oder gar erwägen, mich wieder an einen Arzt zu wenden. Denn ich bin fest davon überzeugt, daß nichts Besseres für mein Kranksein getan werden kann, als mit der UrTherapie.

**Dann aber werde ich fühlen, wie sich eine Wandlung in mir vollzieht, wie sich die Wucherungen zurückbilden, wie die Monozythen in meinem Blut die krebsigen Gewebe mehr und mehr infiltrieren und wie die Vitalstoffe der Nahrung in Verbindung mit dem jetzt durch die UrBewegungen sauerstoffdurchpulsten Blut die entarteten Zellen normalisieren und sich diese deshalb zurückbilden. Früher aß ich meist völlig tote Nahrung. Jetzt spüre ich sofort beim Essen der lebendfrischen UrKost, wie sie im Innern**

**ihre Vitalstoffe an meinen Körper abgibt und neue Lebenskräfte bildet, statt wie früher dort Zerstörungsprozesse auszulösen.**

Als Asthmatiker sagst Du Dir: Ich lasse bald die Sprays und Medikamente weg, denn sie heilen mein Asthma nicht. Statt dessen geben sie nur zusätzlich gefährliche Gifte in meinen Körper. Ich weiß jetzt, daß verfaulende Nahrung im Darm zu entzündlichen Prozessen im Körper führt. Da Asthma die Krankheit einer schleichenden Entzündung ist, lasse ich alle entzündungsverursachende Nahrung wie Fleisch, Eier und Milch aber auch Getreide und dessen Produkte, wie Brot, Nudeln und Kuchen weg und gehe zur Frischnahrung über. Die in mir eine ungeheure Abwehrkraft aufbauen wird.

Und als Diabetiker, Rheuma-, Arthrose oder Arthritiskranker<sup>9464</sup> stellst Du Dir bildlich vor, wie sich die Purinstoffe, Cholesterine und Harnsäuren aus dem Fleisch und den eingenommenen tierischen Produkten wie Milch, Eier, Käse und vor allem denen des Brotes (Brotrheuma!) in Deinen Gefäßen, Arterien und Gelenken abgelagert und dort kristallisiert haben. Du machst Dir klar, daß Deine Lebensweise, würdest Du sie fortsetzen, zu immer mehr Ablagerungen führen würde, bis endlich die Gelenke dick und knotig wären. Schließlich würden die Knochen immer mehr verkrüppeln und Dich zu einem hilflosen Wrack machen. Du sagst Dir, daß die Kraft der UrMedizin bei Knochenkrankheiten etwas mehr Zeit braucht, um das zu beseitigen, was Du durch viele Jahre des Fleisch- und schlechten Nahrungsmittelverzehr in Deinem Körper an Giftstoffen angehäuft hast. Du sagst Dir, daß die Kräfte des Erdfastens und der UrMedizin aber bald auch bis zu den Knochenhäuten vordringen und die Gesundungsprozesse einleiten werden. Sie werden zudem in der Lage sein, die Entzündungen an den Herzklappen und in der innersten Herzschicht schneller in den Griff zu bekommen und mich spüren lassen, wie gut ihnen die UrTherapie bekommt. Und weiter sprichst Du zu Dir: Da ich den Giftstoffen keinen Nachschub mehr verschaffe, weil ich das Fleisch-, Getreideprodukte- und Zuckeressen eingestellt habe, kann ich eine echte Gesundung erwarten. Ich weiß allerdings auch, daß es zu einer einmaligen plötzlichen Harnsäureausscheidung kommen kann, die einem Gichtanfall gleicht. Das ist für mich aber kein Grund, die Flinte ins Korn zu werfen. Es ist im Gegenteil ein Beweis dafür, wie wirksam und gründlich meine Giftstoffe und Schlacken durch die UrTherapie hinausbefördert werden und die Gesundung eingeleitet wird.

Als AIDS- oder als Pilzleidender stellst Du Dir vor, daß nicht die Viren oder Pilze, sondern die durch Deine unnatürliche, leichtsinnige und achtlose Lebensführung geschwächten Abwehrkräfte die Schuld an Deinem Zerfall tragen. Und daß sie sich der vielen Giftstoffe, die Du in Deinen vom Schöpfer geschenkten Körper hineinbrachtest, nicht mehr erwehren können. Und nun sagst Du Dir:

Durch Erdfasten und das vermehrte Trinken von bestem Wasser werde ich alle in mir befindlichen Giftstoffe zum großen Teil durch den Harn ausschwemmen und ausscheiden, so daß sie meinem Organismus nichts mehr anhaben können. Dann verlieren sich zu große Mengen an HIV-Viren, die angeblich Schuld an meiner Krankheit tragen, von selbst. Denn durch meine anschließend neue, natürliche Lebensweise ist ihnen jede Grundlage entzogen, in meinem Körper aggressiv zu werden. Das die Bakterien aufreizende schlechte Seure-Milieu

wandele ich jetzt in ein gutes um, da ich nur noch reine und unverfälschte UrNahrung zu mir nehme. Meine Organe werden dann langsam aufleben und bald in der Lage sein, wieder mit voller Kraft zu arbeiten. Und da ich mich zusätzlich täglich tüchtig urzeitgemäß bewege, leite ich meinen Organen auch genügend Sauerstoff zu. Der dann die Urnaturkräfte der UrMedizin in meinem gesamten Körper an alle nötigen Plätze transportieren kann. Dies ist nun um so leichter möglich, als mein Blut und meine Lymphe durch die beseitigten Ablagerungen dünnflüssig geworden sind.

Und alle diese und die anderen Kranken sagen sich Ähnliches - zweimal täglich:

*Ich spüre direkt, wie mich neues Leben durchpulst, weil ich nur noch lebende Nahrung zu mir nehme und Drogen und Medikamente aus meinem Körper lasse. Meinen Körper belastet nichts mehr - im Gegenteil: er wird entlastet. Und durch Befolgen aller Ratschläge der UrTherapie blicke ich wieder vertrauensvoll und mutig in die Zukunft. Meine Hoffnungen sind auch durchaus berechtigt, da ich von der Richtigkeit dessen, was mir dieses Buch als Vermittler der Naturgesetzmäßigkeiten klar machte, vollkommen überzeugt bin.*

*Ich weiß, daß ich dadurch in Harmonie mit der Schöpfung und im Einklang mit der Urmacht gewaltige Selbstheilungskräfte erlange.*

*Auf diese Kräfte vertraue und baue ich voll und ganz. Und mir ist völlig gewiß: Wenn mir etwas helfen kann, dann sind es nur diese natürlichen Kräfte der Schöpfung.*

Deshalb bleibe ich nicht länger in einem Krankenhaus, sondern mache mich sofort auf in das Gesundhaus der Natur: zu Seen, zu Wanderungen, zu Obst- und Wildkost, zu Licht, Luft und Sonne.

Halte als Gewinn aus den letzten Kapiteln fest:

Gesundheitsgesetz der Natur

**Wenn Du Deinen Körper mit der UrTherapie gesund hältst, dann bereitet es Deinem Geist und Deinen Gefühlen höchste Wonne, in ihm zu residieren.**

Du fühlst schon: Ich will Dich nicht nur körperlich gesund sehen. Ich will, daß Du Dich völlig wohl in Deiner Haut fühlst und künftig ohne große Probleme durchs Leben gehst. Dazu gehören - meines Erachtens unverzichtbar - noch drei Seelen-Aufbaukräfte: Musik, das Singen und die Poesie.



# 9. Kapitel. Lerne, zufrieden zu leben: einfach und urzeitnah!

## 9.47 UrMedizin für die Seele: Singen und Musik

Deine Seele leidet? Deine Seele ist leer, fühlt sich einsam, verlassen?

Wir wählen statt einer psychotherapeutischen kaum helfenkönnenden Fremdbehandlung wieder das Einfachste und Natürlichste: Singen! Singen bedeutet wirksamste körperlich-seelische Stärkung. Diesmal nicht von außen, sondern vom Inneren Deines Körpers her. Singen heißt: Einbringen positiver, tiefer Empfindungen in Dein Seelenleben - durch lebhaftestes Bewegen von Muskeln, Bändern und Organen inmitten Deines Körpers. Den Du zu einem klingenden Resonanzzentrum gestaltest. Damit sich Deine Seele - bereits vorher befreit von allem Belastendem (Rz 936ff) jetzt neu zu echt Beglückendem aufrichten kann. Denn Dein Singen fließt unmittelbar aus der Vibration des Kehlkopfes und des Brustraums in Dein Sonnengeflecht, den Solarplexus, mithin in Dein Gemüt. Du wirst selbst spüren, wie wohl es in Dir dort beim Singen pulst. Dies besonders dann, wenn Du Dir für Deinen Gesang besinnliche und wohlklingende, harmonische Weisen wählst.

**Deine Seele wird sich so mehr und mehr mit Gefühlen von Innigkeit und tiefem Wohlgefühl füllen. Die Beglückung durch das Singen wird alle Schwermut und negatives Gedankengut zukünftig an Dir abfließen lassen. Auch hier wird also durch körperliches, diesmal sanftes Bewegen, Dein seelisches Leben positiv gestaltet und wieder in Einklang mit natürlicher Harmonie gebracht..**

Denk nur an die Worte »bewegende Lieder« und »se(e)lige Weisen«, und Du ahnst bereits die Zusammenhänge. Besonderes tief ans Herz greifen Dir die alten Volkslieder. Hier gesellt sich zu den schönsten Melodien meist noch das Kunstwerk eines Gedichts. Und wenn Du später, wenn Du Dich erst ein bißchen herangesungen hast, mit noch tieferer Inbrunst singen wirst, so werden Dir bei manchen Liedern die Tränen kommen. Wenn sie Dir dann (etwa beim Lied von den beiden Königskindern) besonders bewegend fließend, dann fühlen wir beide uns eins. Der Verfasser sich mit Dir, liebe Leserin oder Du, lieber Leser. Nimmst Du dazu noch klassische Musik, Poesie und gute Literatur, so gelangen Deine Gefühle immer stärker zu tiefem, Dich reichmachendem Empfinden. Denn ohne Musik ist Dein Kopf nur mit Buchstaben und Zahlen gefüllt – von Dir selbst hast Du doch nichts.

»Von Schlägern hältst Du also nicht viel?«, fragst Du.

Du solltest nicht passiv zuhören, sondern selbst singen! So seelenlos wie unsere Zeit sind auch Schlager, Techno, Pop- und Rockmusik, bei der nicht musische Menschen, sondern Schnelle-

Mark-Macher oder Elektrotechniker Töne produzieren. Da werden keine innigen Gefühle erweckt - meist werden sie sogar damit abgetötet. Und in ekstatisch-hysterisches Geschrei gewandelt. Auch hier wollen wir zurückblicken. In die Zeit der Romantik. Da wurde die Natur noch verehrt und besungen, während sie heute von uns verseucht und zerstört wird.

**Ich versichere Dir: Du wirst mit jedem Tag an dem Du singst, mehr und mehr von einem Beseeltsein ohnegleichen ergriffen werden!**

So erfüllt sich dann letztlich das Anliegen der als einzigste Behandlungsart auf dieser unglücklichen Erde wirklich ganzheitlichen UrTherapie: den inneren Leib, den äußeren Körper, den Geist und die Seele zu nie gekanntem Wohlgefühl zu führen.

**Immer vorausgesetzt, Du machst mit. Und Du kannst es mir abnehmen: Einmal ans Singen gekommen, wirst Du es nie mehr missen wollen. Denn auch Du willst ja glücklich sein...**

Heute üblicher Musiklärm, schale, kitschige Texte sind neben billigen Allerweltnelodien nicht in der Lage, Deiner Seele tiefes Ergriffensein zu vermitteln und Dich zu bereichern. Selbst anspruchsvollere Texte wie die von Reinhard Mey sind unbrauchbar, weil sie sich nicht zum Mitsingen eignen. Oder willst Du nach »nur noch einer letzten Zigarette« bei seinen Songs schmachten? Oder Dich nach einer nicht zu verwirklichenden Freiheit über den Wolken sehnen?

Die UrTherapie will Dich fest mit beiden Beinen auf dieser Erde stehen sehen. Hier ist der Platz, der Dir zu Leben von der Schöpfung bestimmt ist.

Was haben dagegen Dichter der Vergangenheit vielfach für wunderbare Worte gefunden. Die von tief empfindenden Menschen noch herrlicher vertont wurden. Aus diesem Quell solltest Du schöpfen. Es war nun einmal nur dem 17. 18. und 19. Jahrhundert vorbehalten, zu Herzen gehende, wertvolle Musik und Poesie zu schaffen. Und wenn Du, liebe Leserin und lieber Leser, Deine Seele nicht auch noch an diese seelenlose Zeit der Oberflächlichkeit verlieren willst, dann wende Dich dem Wertvollsten zu, was je Menschen schufen und wozu heute keiner mehr fähig ist.

Auch hier - wie bei der Krankheitsbehandlung - führt nur strengste Einfachheit zum Besten.

Und wie einfach vertont sind sie doch, diese alten Lieder. Wie edel die Texte! Und wenn sie es nicht waren, dann veredelte ein Genie wie Schubert (Die schöne Müllerin, Die Winterreise, Schwanengesang) sie durch die Reinheit und Schlichtheit seiner Harmonien. Die niemand so wie er in ihren Tiefen auslotete. Und Beethoven (An die ferne Geliebte), Schumann und Mahler setzten sein Werk in unvergleichbarer Weise dann fort. Nichts Glücklicheres kann Dir geschehen, wenn Du deren erhabenen Werke lieben lernst - besser: sie für immer in Dir trägst. Das gelingt Dir, je mehr Du im Gesang mit Leib und Seele aufgehst.

Natürliches Gesundheitsgesetz



**Nur was schlicht und einfach in Worten und harmonisch in Tönen geformt ist - das besitzt Tiefe. Nur so vermag es in die Tiefe Deiner Seele zu dringen. Denn die Seelen der Menschen waren Millionen Jahre nur an das Einfache und Schlichte gewohnt. Und an die Harmonie in der Natur. Und nur darauf sind unsere Gene eingestimmt. Und nur das Wiederholen dieser Einstimmung ruft die für unser Gemüt so nötigen Wohlgefühle wach.**

Sieh klar: Wir setzten nicht auf kalte, nüchterne Wissenschaftler, nicht auf die Disharmonie und Schrillheit der Moderne, sondern auf den Seelenschatz besinnlicher, edler Menschen. Und deren reiches Erfahrungsgut von solch schlichten Versen getragen wird:

Das wollen wir aufnehmen. Dem können wir uns vertrauensvoll zuwenden. Und spätestens nach ein paar Tagen eigenen Singens werden wir dieser Wahrheit gewiß werden, uns wie neugeboren fühlen, und uns unter der neuen Lebensführung unseres Daseins endlich erfreuen können.

**Entscheide Dich: Willst Du Dich von Ängsten und innerem Druck befreien - singe! Willst Du nicht an Deiner Traurigkeit zerbrechen - singe! Willst Du Deine Freudigkeit verinnerlichen, sie länger in Dir tragen, sie sogar in Dir verankern - singe! Das braucht sich anfänglich gar nicht schön anzuhören – das wird mit der Zeit immer besser! Eines Tages singst Du dann vielleicht mal mit dem Pavarotti zusammen...**

Ich hatte auch meine Kusine zum Singen animiert. Wenn sie damit anfing, ging ihr Mann stets vor die Haustür. "Hörst Du denn nicht gerne, wenn ich singe?" frug sie ihn. "Doch, mein Schatz", antwortete er ihr, "ich möchte nur nicht, daß die Nachbarn denken, ich würde Dich ständig schlagen..."

Warum nimmt die UrMethodik Singen und Musik mit in ihre Selbstbehandlungsweise zur Heilung verwundeter und wunder Seelen auf?

Weil gute Musik der Natur so innig nahe steht. Sie vermag zu singen wie die Vögel, zu tosen wie das Meer, zu rieseln wie ein Quell, zu rauschen wie die Baumwipfel. Durch ihre vollendete Harmonie. Durch ihre Schönheit. Durch ihre Gewaltigkeit. Durch ihre Vollkommenheit.

Wenn Du sprechen kannst, kannst Du auch singen! Oder wenigstens summen. Und wenn Du glaubst, Du hast keine schöne Stimme - wen stört das in Deinem Kämmerlein beim Bügeln oder gar beim Joggen? Oder beim Hausputz? Oder auf der Fahrt zur Arbeit? Oder auf der Reise? Laß Dir nicht länger vom Gedröhne elektronischer Boxen Ohren und Gefühle niedertrummeln. Oder vom billigen Gedudel oder wüstem Gesang aus Radio und Fernsehen Deine Ohren und die Seele zuwattieren. Und antworte mit Gesang auf alles, was Dich an seelisch Belastendem trifft:

· Ärger reagierst Du wunderbar ab mit:

»Die Gedanken sind frei...«;

- Trauergefühle weinst Du Dir aus mit:                   »Es waren zwei Königskinder...«;
- Weltschmerzweinen rinnt aus Dir bei:                »Blowin´ in the wind«
- Gefühle von Haß vertreibst Du mit:                   »Der Mond ist aufgegangen...«;
- Schlechter Laune setzt Du entgegen:                »Jetzt kommen die lustigen Tage«;
- Freudiges erhöhst Du Dir durch:                    »Hoch auf dem gelben Wagen«;
- Besinnlichkeit erlangst Du mit:                     »An der Saale hellem Strande«.

(All diese Texte erhältst Du in großen Musikgeschäften.)

Bitte lies jetzt den Liedtext dreimal mit Bedacht unter Spielenlassen Deiner Fantasie. Und laß Dich nun mit dessen Singen ein. Merke: Das Wiederholen macht´s! So singst Du die Worte immer klarer, Dir immer bewußter das Gefühl für den Text machend. Merkst Du - he, Du sollst hier nicht nur lesen, Du sollst in der Hauptsache singen! Also: "An der Saale..." Ja - so ist es doch schon ganz gut. Wie schön jetzt Deine Worte fließen, wie ein Bächlein... Merkst Du, wie Du Dich dabei entspannst? Wie der schwere Alltag allmählich von Dir abfällt...? Wie wohl Dir dabei wird? Und meinst Du nicht auch, daß dies heilsam für Deine Seele und Deine jetzigen oder kommenden Leiden sein muß?

Ein griechisches Sprichwort lautet: Die Menschen haben als besten Arzt den Gesang gegen ihre Schmerzen. Denk mal nach, wie sehr das stimmt. Vielleicht bist Du als Kind früher selbst singend in den dunklen Keller oder tiefen Wald gegangen - Dir so Mut machend. In vielen Ländern singen trauernde Menschen, um ihren übergroßen Schmerz zu besänftigen. Die afrikanischen Sklaven in Amerika haben mit Gospels die seelischen Schmerzen des Unterdrücktseins aus sich hinausgetragen; die KZ-Gefangenen sangen, ihr Leid überbrückend, "Wir sind die Moorsoldaten...", ein Lied, wo's mir immer zum Heulen zumute wird.

Ich weiß, es fällt im Zeitalter von CompactDisk, Kasette, Radio und Fernsehen gar nicht so einfach, Zugang zu unseren eigenen Gefühlen zu finden. Nur das Singen aber öffnet Dir die Pforte dazu: sie ein- und auszulassen. Das kann keine Meditation, keine Esoterik, keine Psychotherapie. Alles beklagt sich über eine fehlende Ganzheitstherapie. Hier biete ich sie Dir mit dem vierten Pfeiler der UrTherapie – Harmonie der Seele – an. Nun nimm sie auch auf.

Mach Singen wieder »in«. Wisse: Wenn Du singst, lauschst Du dem Klang Deiner Stimme, nimmst Dich wahr, hörst zwangsläufig in Dich hinein. Aber vielleicht ist Dir das In-Dich-Hineinhören gar nicht so recht. Hm? Doch dann beklag Dich auch nicht über Deinen Kummer, wenn Du nicht reinen Tisch machen willst. Unter Randziffer 937 habe ich´s Dir dargelegt.

**Wußtest Du, wie wichtig für die Persönlichkeitsentwicklung Deines Kindes das gemeinsame Singen mit der Mutter oder dem Vater ist? Und wie gerade Wiegenlieder und tiefempfindende Volkslieder seine Kreativität im späteren Leben bereichern? Wollen wir uns dieses schönste und wertvollste Volksgut nicht erhalten? Wir Leser dieses Buches, die wir Besseres zu tun wissen als die zu bedauernden Massenmenschen. Das**

## sind uns doch unsere Kinder wert, oder?

Weißt Du wieviel Sternlein stehen,  an dem hellen Himmelszelt?	Weißt Du wieviel Mücklein spielen,  in der hellen Sonnenglut?	Weißt Du wieviel Kindlein frühe,  stehn aus ihren Bettlein auf?
Weißt Du wieviel Wolken gehen,  weit hinüber alle Welt?	Wieviel Fischlein auch sich kühlen  in der klaren Wasserflut?	Daß sie ohne Sorg und Mühe  fröhlich sind im Tageslauf.
Gott der Herr hat sie gezählt,  daß ihm auch nicht eines fehlt;  an der ganzen großen Zahl.	Gott, der Herr, rief sie mit Namen,  daß sie all ins Leben kamen,  daß sie nun so fröhlich sind.	Gott der Herr hat wohl an allen,  seine Lust sein Wohlgefallen.  Kennt auch Dich und hat Dich lieb.

Aber wie soll Gott Dich lieben, o Du Menschenkind! - wenn Du nicht auf seine Stimme lauschst? Wenn Du seine heiligen, ewigen Gesetze nicht mehr befolgst. Und sie nicht mal mehr Deinen Kindern lehrst? Und: Bist Du überhaupt noch ein Mensch, wenn Dich in der Strophe »Wieviel Fischlein auch sich kühlen, in der *klaren* Wasserflut«, nicht auch ein großer Weltschmerz überkommt?

Wie ließ uns Shakespeare wissen: Trau keinem, der nicht singt.

Erinnern wir uns hier kurz an das Kapitel über den Urschrei. Mit einem großen Schrei haben wir uns vom ganzen Frust in unserer Seele entladen. Wir haben ihn uns nicht nur so hinweggedacht oder hinweggeredet, wie das meist nutzlos in der Psychotherapie versucht wird, nein, wir haben die Qualen der Gefühle in uns sozusagen direkt am Schopf gepackt und mit dem starken Sog des Schreis hinausgezogen. Da Schreien aufs engste mit Singen verwandt ist, schenkt das Singen unserem Seelen- und Gefühlsleben Befreiung und Befriedigung.

Mal 'ne dumme Frage: Hast Du´s überhaupt schon mal versucht? Oder fühlst Du Dich zu fein zum Urschrei? Oder zu genant? Solltest Du aber nicht! Wenn schon UrTherapie, dann voll und ganz. Wisse: Die Seelenarbeit ist ein ganz wichtiger Faktor in der UrMethodik. Vielleicht liegt der mangelnde Erfolg mit der UrTherapie darin begründet, daß Du Deine Gefühlswelt noch

nicht voll im Griff hast. Diesmal bewirkt die »Seelenarbeit« in der UrTherapie aber nicht solche Pein wie beim Aufnehmen der UrKost. Denn hier sind diesmal glücklicherweise keine alten Süchte zu überwinden. Jetzt machts richtig Spaß für Dich. Wisse: Bist Du in seelisches Leid durch ein unglückliches Schicksal oder eigene Fehler geraten, dann vermag Dein Verstand nichts, die Zeit viel, entschlossenes Aktivwerden mit Laufen in der Natur und reichlich Singen alles wieder ins Lot zu bringen.

Das Schreien können wir auch als ein weinendes Singen interpretieren. Was dem Kind und auch uns, die wir alle den Verlust der Mitte zu beklagen haben, wieder Urvertrauen in das Leben zu geben vermag. Dazu kommt:

**Du schaltest beim Singen Deinen Verstand aus und erweckst nur Dein Gefühl.**

**Das ist sehr wesentlich: Deine ständig hin- und hergehenden Gedanken in Deinem Kopf, Deine ständig aufkommenden Gewissensbisse, Deine innere Wut auf diese und jene Zustände, Deine Sehnsüchte nach dem, was Du möchtest, was aber nicht zu verwirklichen ist, die vielen Grübeleien, der Schmerz über das, was Dich damals oder jetzt verletzt hat, Deine andauernden Zwiesprachen mit Dir, die stillen Vorwürfe über Versäumtes und Verpaßtes, der Ärger über das, was Du falsch gemacht hast und das bittere Aufstoßen begangener Fehler aus den Gefühlstiefen:**

**All das verschwindet wie von Zauberhand berührt, wenn Du zu singen anfängst.**

Wie ist das möglich? Ganz einfach: Du vermagst beim Singen nicht nachzudenken! **Singen ist natürliche Meditation!**

Oft erscheinen Dir beim Singen zwar Bilder - aber sie können Dich nicht ans Grübeln bringen. Sie erinnern Dich eigentlich nur ein wenig wehmütig an das, was Du bisher im Leben versäumtest. Versäumtest an dem, was diese Lieder besingen: das Genießen der Schönheiten, welche die Natur schenkt, das unbeschwerte Wandern durch Wälder und Felder, das Einschlafwiegenlied für Dein Kind. Oder die Bilder schweben vorbei und erwecken in Dir das Glück einer vergangenen Liebe, erinnern Dich an die Unbeschwertheit fröhlicher Kindertage, an Tiererlebnisse auf dem Lande... Dies alles dient still beglückend dazu, Dir Dein seelisches Gleichgewicht wiederzubringen.

Hast Du nun der Mächtigkeit des Singens ein wenig besser nachspüren können? Hast Du auch gemerkt, wie sich Deine Lungen weiten? Bei vielen müßte ich sagen »weiten werden«, wenn sie sich noch nicht zum gesunden natürlichen Leben entschließen mochten. Denn denen fehlen die von Teer, Abfall und Kleister der Suchtkost und des Passivrauchens befreiten Bronchien. Die durch UrBewegung gekräftigten Muskeln im Rippen-, und Oberbauchbereich aber können nun mit dem Diaphragma einen enormen Druck im Schlund ausüben und den Stirnhöhlen Resonanzstärke geben. Was gerade für das klare Bilden der Vokale hinter den oberen Vorderzähnen wichtig ist. Während »o« und »a« am besten etwas dahinter zum Klingen gebracht werden sollten.<sup>9849d</sup> Und singe kräftig l, m und n aus, rolle das r ein wenig und verschluck nicht das t am Ende. Das Beachten dieser Regeln brachte Zarah Leander ihren

Welterfolg. Den meisten Liederbüchern sind Noten beigegeben. Du kannst keine Noten lesen? Du kannst doch sehen! Und erkennen, wo's hoch und wo es runter geht mit den schwarzen Punkten auf der Tonleiter. Normales Tempo haben die mit einem Strich dran. Schneller wollen die Töne mit 'nem Fähnchen gesungen werden, langsamer die innen hohlen. Sing nicht zu schnell! Die Stimme braucht Zeit, um ins Herz zu dringen. Und der Text braucht Zeit, um im Kopf seine Wirkungen zu entfalten. Und je präziser und bewußter Du singst, je reicher erfüllt es Deine Seele, je tiefer empfindest Du. Das wichtigste aber: Singe nur im vorderen Teil Deines Mundes! Tust Du das, klingt alles noch einmal so gut! Also , gleich probiert: »An der Saale ...«.Und wie heißt's im »Zar und Zimmermann«: »Reißt die Mäuler nicht auf so weit, sonst wird's nichts in Ewigkeit.«

Na, wie war's? Für das familiäre Einander-Verstehen führst Du zu Hause jetzt mit den Kindern eine gemeinsame Singstunde ein. Ich weiß: Vielen Jüngeren meiner Leser, die leider nicht musisch mit Herz und Niveau erzogen worden sind, wird dieses und das nächste Kapitel »doof« oder altfränkisch vorkommen. Nun - bei dem einen oder anderen braucht die Zeit zur Reife und Erkenntnis des Schalen, Hohlen und Doofen im heutigen Leben halt etwas länger. Klar, das ist nicht "in". Ei, so mach es doch "in"! Kämpfe mit mir als Erhalter des wertvollsten Volksguts, das wir nicht für Heavy metal-Schund eintauschen wollen! Sonst sing die nicht so doofen Schlager von heute. Aber sing! Sing selbst! Bei jeder Gelegenheit, beim Spaziergehen, beim Autofahren... Sing, Sachse, sing, es isch ä härrlich Ding!

Und wenn meine Anregung auch nur ein einziger hier aufgreift und seinem kleinen Liebling an dessen Bettchen das »*Schlafe mein Prinzchen, schlaf ein*« vorsingt und sein Leuchten in dessen unschuldigem Augenpaar beglückend empfängt, dann war es mir wert, diese Seiten geschrieben zu haben, liebe Leserin, lieber Leser... Sicher wird es mir mit diesem Buch nicht gelingen, das Singen über die Welt zu verbreiten. Aber so habe ich Dich und Deine Kinder, mein lieber Leser, damit glücklich machen können. Wie Du am Singen noch mehr Spaß bekommst, das findest Du unter LV 1780 gesagt.

**Hast Du nun auch noch Deine Seele mit gutem Gedankengut gefüllt, ist die UrTherapie an ihr Ende gelangt. Nun wirst Du Dein Urvertrauen in diese Welt zurückgewinnen.**

**Dieses Urvertrauen Dir zu vermitteln, das ist das Endziel der Klassischen Naturheilkunde. Nun vermagst Du uneingeschränkt ja zu Dir zu sagen. Glückhaftes Selbstwertgefühl überströmt Dich als Lohn.**

#### 48. **Beglücke Deine Seele**

**auch einmal mit Poesie - damit sie auflebe**

Wende Dich dem zu, was Deine Seele innerlich reich macht, vielleicht der Kunst, vielleicht der Malerei. Aber auch hier wieder wandere zurück in die Zeit, wo die Künstler noch seelenvoll das Zeichnen und Malen beherrschten. Welch ein viel höherer Genuß als ein kunstvolles Dessert aus einem Gourmettempel, sich in einen Monet oder van Gogh zu vertiefen. Der Lyrik wohnt sogar große Heilkraft inne. Sie erschließt sich uns meist nur zufällig und das im späten Alter.



»Mich mit Gedichten befassen - na hör mal - dafür fehlt mir nun wirklich die Zeit«, sagst Du.

Ich denke, Du willst gesund werden und es bleiben! Und das an Körper und Seele! Und wie anders willst Du Deine mitgenommene Seele erbauen als über aufbauende Gefühle? Deine Seele ist Dein Gefühl. Ich lade Dich ein, hier einmal hinabzutauchen in die Welt der Gefühle. Und mit mir Tiefen auszuloten, die sich Dir vielleicht nur ein einziges Mal unter der Wunderwirkung des Bildes eines einzigen Gedichts auftun. Das Dich seine Schauer körperlich fühlen und am Reichtum geadelter Seelen teilhaben läßt. Nicht was allgemein bewegt, sondern an dem, was er, der schöpferische Geist des Künstlers, selbst und nur er allein neu und völlig anders fühlt, das faßt er ins dichterische Wort. Und das so, daß es unsere Seele wie niemals erlebt ergreift und fesselt. Aber das Gedicht regt und wühlt Dich nicht auf wie ein Film - es schenkt Dir beglückenden Gesang ins Herz, der lange weiter klingt, Dich ganz ausfüllend. Und dazu noch nebenbei Dein Leben verlängernd. (® LV 9050)

Es ist nicht nur der lautliche Klang der Sprache, der im Gedicht singt. Es ist etwas Darüber hinausgehendes, das aus dem Sprechklang hinaus drängt. Es ist ein Ton aus dem Herzen des Dichters. Nicht dem Ohr, wohl aber der Fantasie des Ohrs der Seele fühlbar. Diese über einem Gedicht schwebende Melodie ist mit nüchternen Sinnen nicht faßbar und in Worten nicht bestimmbar. Wahre Dichtung, die dieses Wort verdient, offenbart sich nur einem Hören mit der Seele. Lyrische Dichtung ist nicht wie Gesang und Musik die Kunst eines Instruments oder einer schönen Stimme. Sie äußert sich nicht in hörbaren Lauten, sie bildet sich unstofflich und unsinnlich nur in unserer Seele. Und da ich vielen die Lust und den Genuß an der Schlechtkost und den Suchtmitteln Salz und Zucker genommen habe (oder - verzeiht! - noch zu nehmen gedenke), versuche ich Ihnen als Äquivalent bisher weithin unbekanntes, aber nicht mehr krank-, sondern selig machende Genüsse anzubieten. Wollen wir Eingang finden in die Welt tiefer Empfindungen, sollen unsere Gefühle auf- und niederschweben, so sind wir gehalten, in Gehalt und Gestalt eines einmaligen Kunstwerkes mit offenem Herzen nicht nur einzudringen, sondern es gleichsam nach-schaffend in uns lebendig und wirksam werden zu lassen.

Erleben wir einmal nach, welche Empfindungen Eduard Mörike hier in Worte gefaßt hat:

Noch bevor diese Worte in Dich gedrungen sind, steigt da nicht schon ein Ahnen in Dir auf? Daß da aus der Tiefe der See ein von unsichtbaren Kräften getriebener Nachen über das stille

Gewässer herangeleitet, der nun seine Fahrt verlangsamend, leise auf dem Sand des Strandes aufknirscht...?

Aus dem Nebel der Dämmerung taucht eine herrliche Frau in schwarzem Gewande auf. Das mit tausenden Diamanten übersät jetzt vor Deinem geistigen Auge erscheint.

Vorsichtig, ohne ihr glitzerndes Kleid zu benetzen, setzt sie ihren Fuß auf den Strand und wandelt gemessenen Schrittes zu einem Felsen von dort über Meer und Land blickend. Zum Frieden dieser Ansicht gesellt der Dichter nun sprudelnde Wasser, die trotz ihrer Lebendigkeit mit ihrem Rauschen in die Ruhe der Nacht eintauchen. Und die, wie das Fallen des Regens, mit ihren Naturtönen die tagaktiven Geschöpfe der Erde in den Schlaf tragen. Kann man Farbe hören? Nein - nicht wenn man die Ohren spitzt. Aber Mörike macht sie uns mit einem wundervollen Satz für unser tiefes Gefühl hörbar. Wenn wir das klirrend-blendende Blau in uns verinnerlichen, ja dann »hören« wir die Farbe Blau durch die dichterische Schöpfungskraft des Wortes klingend in unsere Seele strahlen. Daß die Poesie eine große Heilkraft für verwundete Seelen darstellt, das hast Du sicher schon jetzt mit einem Hauch empfinden können. Wisse aber: Gedichte wollen immer wieder gelesen sein, wenn sie Dir ihre Schönheit mehr und mehr offenbaren sollen. Lies sie jeden Abend einmal vor dem Einschlafen im Bett, geh mit ihnen in einen schönen Schlaf - und Du wirst es bald mitempfinden und ahnen: Schläft ein Lied in allen Dingen, die da träumen fort und fort. Und die Welt hebt an zu singen, triffst Du nur das Zauberwort. (Eichendorff)

Stufen		Aber auch spätere Dichter geben
Wie jede Blüte welkt und jede Jugend	An keinem wie an einer Heimat hängen,	denen, die da hören wollen, viel, sehr viel. Dieses hier magst Du gar auf Dein Verhältnis zu diesem Lebensbuch beziehen:
Dem Alter weicht, blüht jede Lebensstufe,	Der Weltgeist will nicht fesseln uns und engen,	Du erkennst: Poesie erfordert Sammlung auf das Wesentliche.
Blüht jede Weisheit auch und jede Tugend	Er will uns Stuf' um Stufe heben, weiten.	
Zu ihrer Zeit und darf nicht ewig dauern.	Kaum sind wir heimisch einem Lebenskreise	
Es muss das Herz bei jedem Lebensrufe	Und traulich eingewohnt, so droht Erschlaffen;	Die heilige Poesie ist deshalb heilsam, weil der Dichter Dir Deinen eigenen Zustand klar bewußt macht und Deine Gefühle öffnet. Und so
Bereit zum Abschied sein und Neubeginne,	Nur wer bereit zu Aufbruch ist und Reise,	
Um sich in Tapferkeit und ohne Trauern	Mag lähmender Gewöhnung sich entrafen.	

In andre, neue Bindungen zu  
geben.

Und jedem Anfang wohnt ein  
Zauber inne,

Der uns beschützt und der uns  
hilft, zu leben.

Wir wollen heiter Raum um  
Raum durchschreiten,

Es wird vielleicht auch noch die  
Todesstunde

Uns neuen Räumen jung entgegen  
senden,

Des Lebens Ruf an uns wird  
niemals enden...

Wohlan denn, Herz, nimm  
Abschied und gesunde!

Hermann Hesse

Gutes und  
Wertvolles in Dich  
einzuströmen  
vermag.

*Lieber Franz Konz,*

*vielen Dank, daß  
Du Dich so  
rührend um das  
Singen kümmerst.  
Ich selbst habe  
schon immer gerne  
gesungen. Diese  
Freude gönne ich  
mir in meinem  
Alltag immer öfter,*

*nachdem Du darüber geschrieben hast.*

*So bleibt inzwischen bei meinen kurzen Autofahrten das Autoradio aus und ich singe einige Lieder. Wohlgelaunt und leistungsstark setze ich anschließend meine arbeitsreiche berufliche Tätigkeit weiter fort.*

*Ich war überrascht in "Natürlich Leben" zu lesen, daß 50% Deiner Seminarteilnehmer nicht singen wollten. Die haben es halt noch nicht richtig ausprobiert. Zum Glück bist Du ja ein gutes Vorbild – und Vorbilder sind bekanntlich zum Nachahmen da. Ich freue mich schon auf das Heilkräuterseminar mit Dir!*

*Bis dahin viele liebe Grüße*

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/9/47.html> - **Update: 13.01.2000 16:29**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!



# 9. Kapitel. Lerne, zufrieden zu leben: einfach und urzeitnah!

## 9.48 Beglücke Deine Seele auch einmal mit Poesie - damit sie auflebe

Wende Dich dem zu, was Deine Seele innerlich reich macht, vielleicht der Kunst, vielleicht der Malerei. Aber auch hier wieder wandere zurück in die Zeit, wo die Künstler noch seelenvoll das Zeichnen und Malen beherrschten. Welch ein viel höherer Genuß als ein kunstvolles Dessert aus einem Gourmettempel, sich in einen Monet oder van Gogh zu vertiefen. Der Lyrik wohnt sogar große Heilkraft inne. Sie erschließt sich uns meist nur zufällig oder im späten Alter.

»Mich mit Gedichten befassen - na hör mal - dafür fehlt mir nun wirklich die Zeit«, sagst Du. Ich denke, Du willst gesund werden und es bleiben! Und das an Körper und Seele! Und wie anders willst Du Deine mitgenommene Seele erbauen als über aufbauende Gefühle? Deine Seele ist Dein Gefühl. Ich lade Dich ein, hier einmal hinabzutauchen in die Welt der Gefühle. Und mit mir Tiefen auszuloten, die sich Dir vielleicht nur ein einziges Mal unter der Wunderwirkung des Bildes eines einzigen Gedichts auftun. Das Dich seine Schauer körperlich fühlen und am Reichtum geadelter Seelen teilhaben läßt. Nicht was allgemein bewegt, sondern an dem, was er, der schöpferische Geist des Künstlers, selbst und nur er allein neu und völlig anders fühlt, das faßt er ins dichterische Wort. Und das so, daß es unsere Seele wie niemals erlebt ergreift und fesselt. Aber das Gedicht regt und wühlt Dich nicht auf wie ein Film - es schenkt Dir beglückenden Gesang ins Herz, der lange weiter klingt, Dich ganz ausfüllend. Und dazu noch nebenbei Dein Leben verlängernd. (®LV 9050)

Es ist nicht nur der lautliche Klang der Sprache, der im Gedicht singt. Es ist etwas Darüber hinausgehendes, das aus dem Sprechklang hinaus drängt. Es ist ein Ton aus dem Herzen des Dichters. Nicht dem Ohr, wohl aber der Fantasie des Ohrs der Seele fühlbar. Diese über einem Gedicht schwebende Melodie ist mit nüchternen Sinnen nicht faßbar und in Worten nicht bestimmbar. Wahre Dichtung, die dieses Wort verdient, offenbart sich nur einem Hören mit der Seele. Lyrische Dichtung ist nicht wie Gesang und Musik die Kunst eines Instruments oder einer schönen Stimme. Sie äußert sich nicht in hörbaren Lauten, sie bildet sich unstofflich und unsinnlich nur in unserer Seele. Und da ich vielen die Lust und den Genuß an der Schlechtkost und den Suchtmitteln Salz und Zucker genommen habe (oder - verzeiht! - noch zu nehmen gedenke), versuche ich Ihnen als Äquivalent bisher weithin unbekannte, aber nicht mehr krank-, sondern selig machende Genüsse anzubieten. Wollen wir Eingang finden in die Welt tiefer Empfindungen, sollen unsere Gefühle auf- und niederschweben, so sind wir gehalten, in Gehalt und Gestalt eines einmaligen Kunstwerkes mit offenem Herzen nicht nur einzudringen, sondern es gleichsam nach-schaffend in uns lebendig und wirksam werden zu lassen.

Erleben wir einmal nach, welche Empfindungen Eduard Mörike hier in Worte gefaßt hat:

Noch bevor diese Worte in Dich gedrungen sind, steigt da nicht schon ein Ahnen in Dir auf? Daß da aus der Tiefe der See ein von unsichtbaren Kräften getriebener Nachen über das stille Gewässer herangleitet, der nun seine Fahrt verlangsamend, leise auf dem Sand des Strandes aufknirscht...?

Aus dem Nebel der Dämmerung taucht eine herrliche Frau in schwarzem Gewande auf. Das mit tausenden Diamanten übersät jetzt vor Deinem geistigen Auge erscheint.

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ☒ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/9/48.html> - **Update: 13.01.2000 16:29**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a>                      × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> -                      <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# 9. Kapitel. Lerne, zufrieden zu leben: einfach und urzeitnah!

## 9.5 Die UrTherapie hilft insbesondere dazu, unsere schöne Erde - mit ihren die Herrlichkeit des Schöpfers preisenden Geschöpfen - zu retten!

Ja, ich möchte sagen: Sie ist das einzige Mittel dazu! Es ist wie mit den Medizinern: An Diagnosen über den Zustand des Patienten Erde fehlt es den Wissenschaftlern nicht, nur sieht es schlecht damit aus, ihn wieder gesund zu bekommen. Ständig hören wir neue Schreie der Not von der von uns gemarterten Erde - nur wird ihr echte Hilfe momentan nicht zuteil.

Vielleicht bist Du wie ich der Meinung, daß wir alle unserer ethischen Verpflichtung gegenüber dem Wohl der Erde nachzukommen haben.

Wenn Du dieses Buch gelesen hast, wirst Du mir zustimmen müssen, daß es mit Hilfe der UrTherapie am besten zu verwirklichen wäre, uns die Erde, ihre Natur und ihre Schönheit zu erhalten.

Damit gewinnt der Inhalt dieses Buchs eine weitere Dimension:

Auch deshalb lege ich die natürliche Lebensführung allen ans Herz, die guten Willens sind.

Ich als Laie auf medizinischem Gebiet rufe alle Laien auf, das Gesetz des Handelns nunmehr selbst in die Hand zu nehmen und dem gesunden Menschenverstand eine Bresche zu schlagen. Die Feststellung Martin Heideggers bewahrheitet sich von Tag zu Tag mehr: »Die Wissenschaft denkt nicht.« Wie konnte sich die Menschheit nur von einer solchen Macht führen und ihr Handeln von Menschen bestimmen lassen, die nicht denken?

**Der Verfasser maß sich an, den Satz neu zu fassen: Die Wissenschaft denkt nicht weiter. Daß wir Wissenschaft und Technik die Freiheit allen Tuns und Lassens gegeben haben, war der größte Fehler, den wir Menschen begehen konnten. Ein noch schlimmerer: Weiterhin unbeirrbar an sie zu glauben. Zu meinen: Die sind ja so klug, die werden das alles schon meistern!**

Oder auf die schönen Worte der Politiker etwas zu geben, die keinem weh tun wollen; ihren halbherzigen Vorschlägen zu vertrauen, was für die Zukunft des Planeten zu tun sei.<sup>9889</sup> Man will ja nicht den Profiteuren der gnadenlosen Ausschlachtung der Erde wehtun. Man steht ja unter »Sachzwängen«. Nur der Natur und deren Lebewesen darf man weh tun, darf sie

ausrotten, darf die Wälder vernichten, darf die Erde verseuchen; darf immer mehr Schlachtvieh in die Schlünde der Menschen treiben. <sup>9644, 9678</sup>

**Ist Dir klar, daß Du als möglicher UrMethodiker einer der ersten bist, der sich nicht im Redenschwingen erschöpft, sondern *wirklich* etwas dafür tut, daß unsere Erde nicht untergeht und unsere Kinder eine Zukunft behalten?**<sup>9735</sup>

Die Idee einer globalen UrTherapie sollte deshalb von jedem, der dem Gedankengut dieses Buches nahesteht, bis in die letzten Winkel der Erde getragen werden. Denn nur eine weitgehende Bejahung und Achtung der Natur und ihrer Gesetze stellt die einzige Möglichkeit dar, die Erde für unsere Kinder zu retten.

Versteht mich recht: Ich wende mich scharf gegen die Wissenschaft soweit sich Ihre Aufgabe im Sezieren und analysierenden Tun und in der Krankhaltung und Krankmachung der Menschen und der Erde erschöpft und damit die Wahrheit vernebelt. Ich wende mich nicht gegen wissenschaftliches Arbeiten, wenn es bedeutet: Genaues Recherchieren, Suchen von Ursachen, gründliches Tätigsein, logisches Denken, Wahrheitsliebe, Aufgeben der Fälschungen und Anerkenntnis, daß andere Denkweisen möglich sind.

**Das muß unser großes Ziel sein: Jede Familie eine Selbstversorgungseinheit mit eigener Wohnstätte unter der Erde. Darüber ein eigener Garten. Drum herum Wiesen mit Urkräutern, Topinambur sowie genügend Obst- und Nußbäumen mit Beerensträuchern, um sich zum großen Teil selbst versorgen zu können und bei Arbeitslosigkeit abgefangen zu sein. Was ist zu gewinnen, lebten die Menschen nach der UrMethode?** | Wenn niemand mehr kocht, werden ungeahnte Energiemengen gespart. Alle Atomwerke können als Stätten menschlichen Wahnsinnstreibens verschwinden.

| Der hier erbrachte Nachweis, daß Kräuter der menschlichen Ernährung dienen können, vermag unmittelbar, dem Hunger der Welt zu begegnen.

| Eine der Natur sich zuwendende Menschheit wird weniger von Kriminalität behelligt, da die neue Lebensweise zu einer Abkehr materieller Wertschätzung führt.

| Eingesparte Krankheitskosten, kommen dem Umweltschutz zugute.

| Wer sich der Natur verpflichtet fühlt, ist eher bereit, seine Fahrten mit dem Auto einzuschränken und entsprechende Empfehlungen zur Rettung der Erde zu respektieren.

| Chemie-Landbauern, Kunststoffhersteller, Chemiefabrikanten, Pharmazieunternehmen und Giftspritzen-Obstzüchtern wird nichts mehr abgekauft. Die Felder müssen von Hand Sozialnassauern mit Naturmist gedüngt und gejätet werden - die Arbeitslosigkeit wird eingedämmt.

- Paradiesische Obstwiesen und biologische Gemüsegärten würden anstelle von Landschaftszerstörung oder monotoner Ackerflächen, überdüngter Viehweiden und

zubetonierter Industriegebiete treten! Das bedeutete natürliche, lebendige, ästhetische Landschaft, und reinere Luft. Die Nitratbelastung aus den Großviehställen entfiel.

**Hallo, Ihr jungen Leute, die Ihr da unter 30 seid, paßt mal etwas mehr auf diese Alten auf, daß sie Euch die Erde nicht immer mehr vergiften, zerstören und sie Euch unbewohnbar und zu einem Höllental machen! Und lehnt möglichst die Danaergeschenke der Zivilisation ab! Im Grunde Eures Herzens fahrt Ihr doch sowieso nicht auf diesen nur materiell orientierten Lebensstil Eurer Eltern ab. Wie heißt es bei Carlyle: Die Zeit ist schlecht? Wohlan, Du bist da, sie besser zu machen. Als UrMethodiker macht ihr Euch jedenfalls nicht mitschuldig an der Vernichtung der letzten herrlichen Regenwälder und allem, was an Leben darin fleucht und kreucht. Ihr bleibt unschuldig an den Tierquälereien der Mediziner und der bevorstehenden Zerstörung der Erde. Ihr könnt ruhigen Gewissens auf dieser Erde leben und sie eines Tages wieder mit gutem Gewissen verlassen.**

Unsere Generation wird die Rückkehr zu mehr Natur und Natürlichkeit wohl nicht schaffen - aber wir alle können der Jugend mehr Impulse dazu geben, zu den wahren Quellen des Menschseins zu finden. Wer legt mit mir die ersten Samenkörner dazu? **Sicher, das Umdenken wird für die meisten nicht einfach. Aber die Wahrheit kann warten. Sie ist das schließlich gewöhnt...**

Und Ihr, Ihr Grünen. Wollt ihr unsere Umwelt wirklich grün und unserer Erde die Regenwälder erhalten? Dann fangt bei Euch an und eßt zuerst einmal kein Fleisch mehr. Geht mit gutem Beispiel voran, den Menschen ihre Erde in einem lebenswerten Zustand zu erhalten.<sup>9735</sup>

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Dein Leid - das ganze Leid der Welt - beruht einzig und allein darauf, daß die Menschen die Naturgesetze mißachten.**

Obschon sich dieses Buch vornehmlich an die Kranken und Schwachen richtet, möchte ich *allen* nahelegen, dem zerstörerischen Treiben unserer Zeit den Rücken zu kehren. Um sich mit neuer Begeisterung einem natürlichen Leben zuzuwenden, nachdem unausweichlich feststeht, daß der sich selbst und seine Erde zerstörende Mensch nur dann noch Zukunft hat, wenn er die Götzen Technik und Wissenschaft nicht mehr länger anbetet, sondern sie endlich von ihren Sockeln stürzt.

»Ich halte es für aussichtslos, daß sich die UrTherapie als Lebenskur für den kranken Menschen und die kranke Erde bei dem Technisierungs- und Selbstvergiftungswahn der Menschheit je durchsetzen kann«, sagst Du.

Ich möchte Dich auf Schopenhauer hinweisen, nach dem jeder neue Gedanke bis zu seiner Verwirklichung drei Stadien durchläuft: Im ersten macht man ihn lächerlich, im zweiten bekämpft man ihn, im dritten nimmt man ihn als selbstverständlich hin. Wir müssen nur

beharrlich das Ziel - UrTherapie für Mensch und Erde - verfolgen. Es wäre doch schrecklich, uns sagen zu müssen: Hätten wir sie nur frühzeitig genug aufgenommen!

Lassen wir Dreck und Schund und Kunststoffe der Zivilisation in den Regalen stehen und dort vermodern, greifen wir nur noch zu dem, was Natur ist und sich mit der Natur und einem natürlichen Leben vereinbaren läßt. Weil nur unter dieser Lebenssicht und Weltanschauung unser einst so herrlicher Planet weiterleben und uns erhalten kann. <sup>9644, 9678</sup>

Auf zu Einfachheit, Genügsamkeit und Schlichtheit in unserem Tun und Lassen! Auf zu gesunden Denkweisen!

**Umgeben wir uns wieder mit Natur und Natürlichkeit. Umranken wir Häuser mit lebensfrischem Grün. Pflanzen wir in unsere Herzen wieder Geist und Kraft der Natur. Stecken wir Setzlinge fruchtender Bäume an jeden freien Platz der so sehr von uns geschändeten Erde - auf daß es wieder grünen und blühen möge.**

Vor allem Du als junger Mensch: Ich will es Dir, der Du Dich oft genug über das miese Leben beklagst, klar machen:

**Du hast nur dann die Macht, das Leben hier zu ändern, wenn Du Dich selbst änderst!**<sup>9842</sup>

Das Buch gibt Dir zum Wie die beste Grundlage.

Die Politiker rühren für den Erhalt der Erde keinen Finger. Sie sind ohne jede gefühlsmäßige Bindung zur Natur, weil sie sich den Erdzerstörern Wissenschaft, Technik, Landwirtschaft und Industrie unterordnen.

Erhaltungsgesetz für die Welt:

**Wenn wir unseren Kindern und Enkeln die Erde bewahren wollen, müssen wir die Gesetze der Natur achten und beachten lernen: • Wir müssen uns an die Brust schlagen und das mea maxima culpa über unser aller Lippen bringen. Wir, die wir der Natur noch nahestehen, wir, die wir noch singen und küssen! Wir müssen den Zerstörern und Krankmachern die Masken herunterreißen und die Menschen vor ihnen warnen.**

**• Wir müssen erkennen, daß das Bestreben der Wissenschaft die Zerstörung der Erde ist – auch wenn sie das stets abstreitet. Und uns ständig das Gegenteil glauben zu machen sucht. Denn: Jeder Wissenschaftler will ja klüger sein als die Natur. Und in der Genforschung auch noch klüger als Gott, der Schöpfer! Es sind stets nur die Forscher, Mediziner und Wissenschaftler, die immer neue Bedürfnisse und Sachzwänge erzeugen. Die sodann mit immer größerem Aufwand und größerer Erdzerstörung erkaufte werden müssen.**

**Natürlich will das die Wissenschaft nicht wahrhaben. Und versucht, uns das Gegenteil**

**davon weiszumachen. Und uns – dreister geht's nicht mehr! - zu überzeugen suchen, daß unsere Erde, die ausgerechnet sie mehr und mehr zerstören, nur noch mit ihrer Hilfe zu retten sei. (®LV9980a)**

**Die Konsequenz: Treiben wir die Wissenschaft endlich aus dem Tempel der Weisheit.**

Gesundheitsgesetz der Natur:

**Es ist das Ziel der Schulmedizin, die Menschheit immer degenerierter, schwächer und kränker zu machen. Unter der Hoffnungsmache, ihr Gesundheit zu bringen. (®LV 2090ff)**

**Hannah Arendt hatte schon (Martin Heidegger ansprechend) von den Intellektuellen gesagt, sie seien gefährlicher als die einfachen Menschen! Denn sie seien nicht nur zu allem fähig, sondern auch noch dazu in der Lage, ihre Schurkereien moralisch zu begründen. Und Franz Konz fügt dem "moralisch" noch ein "und wissenschaftlich" zu.**

Nun werde wach. Du bist damit angesprochen, Du, ich nehme an, doch schon etwas alternativ angehauchter Leser. Dich meine ich, der nicht zu den Schlafmützen gehört, die sich nur den Status quo zu erhalten suchen. Brechen wir auf zu neuen Ufern! Möge jeder Leser des Buches ein Weitertragender sein, der kranken, auf den Tod siechen Erde den Gedanken zu verkünden, daß es noch eine Rettung gibt:

Wenn wir wieder zurückfinden zu den Quellen natürlichen Lebens und zum ursprünglichen, dem guten, in und an der Natur gut und stark gewordenen Menschen.

**Wer soll es tun, wenn nicht Du? Wann willst Du es tun, wenn nicht sogleich?**

**Ändere Dich! Du änderst damit die Welt!**

PM-Seite

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

# 9. Kapitel. Lerne, zufrieden zu leben: einfach und urzeitnah!

## 9.6 Wann solltest Du als kluger Mensch damit anfangen, urgesund zu leben?

Wenn Du Dich bisher noch gesund fühlst, magst Du von mir aus ruhig weiter die Schlechtkost genießen. Bis Du aufgrund dieses Kapitels merkst, daß Du in Gefahr bist, in Kürze Deine Gesundheit zu verlieren.

### So erkennst Du kommende und bestehende Krankheiten durch einfach vorzunehmende Tests:

Natürlich kannst Du mit einem richtigen Labor nicht konkurrieren, aber für die wichtigsten Werte brauchst Du weder Apotheke noch Labor: Da haben wir einmal den aus der Apotheke beschaffbaren. (Erklärung von Labortest-Werten ©Rz998 Ende)

#### **Blutzucker-Test**

Mit einer Lanzette, die mit dem Test geliefert wird, pickst Du seitlich in die Fingerspitze, so daß ein Tropfen Blut auf den Teststreifen fällt. Wische nach einigen Sekunden das Blut ab - und schon kannst Du den Streifen mit der Farbskala vergleichen und Deine Schlüsse ziehen. Wenn Du dann noch die Blutzuckerstreifen der Länge nach mit der Rasierklinge teilst, bekommst Du doppelt so viele Streifen, brauchst weniger Blut aufzuträufeln - ohne daß die Meßgenauigkeit darunter leidet.



#### **Blutdruck-Test**

So ein Gerät kannst Du Dir auch vom Arzt verschreiben lassen. Ein zu hoher Blutdruck macht Dein Herz und die Gefäße auf Dauer kaputt, und ein Herzinfarkt ist programmiert. Drückt Dein Blut zu sehr gegen Aderwände und Gefäße, verhärten und verengen sie sich, oder der Druck schädigt andere Organe, z.B. die Niere.

Erhöhter Blutdruck macht Dir fürs erste keine Sorgen. Zu Kopfschmerzen, »dickem« Kopf, Herzklopfen, Schwindel, Augentrübungen und anderen Sehstörungen kommt es vielfach nur dann, wenn der Blutdruck bereits extrem hoch ist. Also wehre den Anfängen! Bei Erwachsenen gehören zum Normalbereich Werte bis zu 140/90 mm Hg.



**Der systolische Druck nimmt mit jedem Jahrzehnt um etwa 5 mm Hg zu. Werte über 160/95 sind bedenklich.**

### **Cholesterin-Test**

**Den kriegst Du auch in der Apotheke. Nimm einen Schnelltest-Set mit steril verpacktem Desinfektionstupfer und Mini-Lanzette. Dein Blutstropfen nimmt ein Objektträger auf, der sich innerhalb von drei Minuten verfärbt. Auf einer Skala mit sechs Farbabstufungen kannst Du dann sofort das Ergebnis ablesen.**

### **Harn-Test**

**Er dient dazu, Erkrankungen der Nieren, der Harnwege und des Stoffwechsels frühzeitig aufzuspüren. Diese Krankheiten können lange Zeit völlig schmerzfrei für Dich bleiben. Wenn Du bereits an Nieren oder Blase erkrankt warst, Dich leichtes Rheuma plagt oder Du öfter zu Chemiedreck greifst, halte ich diesen Test für angebracht. Alle Tests besitzen genaue Anleitungen und eine Wertung der Ergebnisse.**

### **Allgemeiner Gesundheits-Test (®LV9918)**

So erkennst Du kommende und bestehende Krankheiten durch äußere Merkmale am Körper:

Da hat sich ein fein beobachtender Praktiker mit bestechendem Können daran gemacht, alle äußeren Krankheitsanzeichen in drei Bänden aufzuzeigen. Die Werke lauten: »Äußere Kennzeichen innerer Erkrankungen«, »Antlitzdiagnostik« und »Krankheit und Zunge«.

Die Bücher von H.P. Bach - alle durch Originalfarbfotos bebildert - sind beim Ritter-Verlag in 82327 Tutzing zu bestellen.

**Du fragst: »Was hast Du vom Leben, wenn Du Dir all die schönen Genüsse des Gaumens versagst!«**

**Du wirst lachen - ich genieße jetzt erst richtig das Leben, da ich auf all diese Krankmacher und Lebensverkürzer verzichte. Du kannst Dir noch kein Urteil darüber erlauben, weil Du *echte* Gesundheit noch nie erfahren hast.**

**Diese großartige euphorische Stimmung, dieses Immer-auf-dem-Kien-Sein, das beständige Sich-fit-Fühlen - dazu fehlt Dir ja noch jede Vorstellung. Denn trotz Deiner vielen Stimulanzen fühlst Du Dich schwach und miserabel, quälst Dich mit Überdrüssigkeitsgefühlen, bist oft müde, leidest unter Energieschwäche, lebst unter tausend Ängsten, fürchtest Dich vor jedem Risiko, schlägst Dich mit Neurosen und Psychosen herum, hast Kopfschmerzen, trinkst ohne Unterbrechung Kaffee, kannst nicht schlafen, hast Verstopfung. Bist vielleicht von Abführmitteln abhängig, benutzt Antazidien für Deinen sauren Magen, und und und.**

## Auf den Punkt gebracht: Du bist Sklave Deiner Wünsche und nie zufrieden!

Die chemische Krankheitsverschiebemedizin beraubt Dich des innigen Wahrnehmens eines leistungsfähigen Körpers, den Du zu manipulieren können glaubst, wie es Dir gefällt.

Erkenne mal erneut den Wahnsinn ärztlichen Treibens: Hat Dein Kind ein paar unverträgliche Ilex-Beeren genascht und etwas Bauchgrimmen bekommen – das in ein paar Stunden von selbst verschwindet – verschreibt ihm Dein Medizinmann Holzkohle. Damit das die "Vergiftung" egalisiert... Das tut es vielleicht. Gleichzeitig wurde Deinem Kind eines der gefährlichsten krebserzeugenden Mittel verabreicht. Und damit ist es für die Zukunft nun tatsächlich vergiftet.



Wer gesund ist, hat tausend Wünsche. Wer krank ist, nur einen.

Warum willst Du als Gesunder denn nicht schon vorher auf zwei von den tausend Wünschen verzichten und Dich mit den restlichen begnügen, um nie mehr krank zu werden? Auf daß Dir die Lust zu all den anderen Wünschen erhalten bleibe?

Verzichtest Du also auf die beiden Wünsche: 1. nach Suchtmitteln (Drogen, Alkohol, Nikotin, Salz, Zucker, Fleisch, Fernsehen) und 2. nach In-der-Stube-Hocken, und schon kannst Du 998 anderen Wünschen

unbeschwert bis ins hohe Alter nachgehen. Und laß Dir sagen:

Mach Dir nichts vor: Nicht Deine Seele leidet unter der rohen Kost, sondern Deine denaturierten Geschmacksempfindungen und Dein verwöhntes Schluckorgan »leidet«. Oder wischst Du Dir etwa nach einem Schlemmermahl mit der weißen Serviette genüßlich den Mund mit einem: "Ahh – das hat aber meiner Seele wunderbar geschmeckt!" Nein, das nötige lange und harte Zerkauen der Wildnahrung ist Dir unangenehm.. Zum Glück nur für 'ne kurze Zeit der Eingewöhnung, falls Du darauf umsteigst.

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

# 9. Kapitel. Lerne, zufrieden zu leben: einfach und urzeitnah!

## 9.61 Vom Verfasser persönlich empfohlene Bücher für die sich weiterbilden Wollenden

Michael Lukas Moeller, »Gesundheit ist eßbar«, (Waldthausen Verlag

**Der Ordinarius der Goethe-Universität-Frankfurt und Initiator der Selbsthilfegruppen, Prof. Dr. med. Moeller, erzählt, wie er zur rohen Nahrung fand. Auszüge: *Wende Dich nicht vertrauensvoll an übliche Ärzte, wenn es um Deine Ernährung geht. Normale Ärzte wissen über Ernährung ebensowenig wie über Sexualität und seelische Vorgänge. Aus Unwissenheit reagieren Ärzte in der Regel mit abwertender Ablehnung jeglicher Ernährungstherapie gegenüber. Da sie selbst auf dem in Frage stehenden Gebiet der Ernährung nichts wissen, erleben sie diese als eigene Abwertung und kontern mit der Wendung ins Aktive: sie drehen den Spieß um und werten ab, worüber sie keine Kenntnis haben. Beinahe schäme ich mich für eine Medizin, die ich erlernt habe, ohne einen Hauch von jenem Ernährungswissen zu erfahren, auf dem die einfachste und effektivste Vorbeugung der meisten Krankheiten beruhen könnte.***

**Bitte nicht beachten!**

Der Große  
Gesundheits-  
Konz



**Prof. Moeller selbst entlarvte sich jedoch später als ein die medizinische Ethik und den Geist Goethes mißachtender, und ein unter der ärztlichen Hierarchie kriechender Hasenfuß. Vom ZDF (Sendung »Conrad & Co.« am 20.2.1999) zu einer**

**Diskussion mit Dr.Bracht und mir eingeladen, ließ er die Redakteurin wissen, daß er sich zur Ernährung nicht mehr "oute". Das wagt ein Arzt zu sagen, der als Beamter vom Geld der Steuerzahler bestens bezahlt wird! Der ein Buch über Rohkost schrieb, sich selbst damit gesund machte und kraft seines hohen Ansehens Millionen Menschen durch sein Geradestehen zum rohen Essen von deren Leiden zu erlösen vermöchte. (Siehe dazu LV 1855.) Und er reagiert weiter mit der typisch herablassenden Arroganz eines nichts von der Freiheit der Wissenschaft haltenden Medizinprofessors, indem er den GROSSEN GESUNDHEITS-KONZ seinen Studenten und Selbsthilfegruppen zu lesen verbietet. Auf Seite XIII preist er noch dieses Buch, um es dann schmähsch zu verleugnen. O tempora o mores... Ins gleiche Horn mit gleicher Unbarmherzigkeit und gleichem Übelwollen gegen die kranken Menschen stößt die Rezension der Elternzeitschrift "WIR" des Dachverbandes Deutsche Leukämie-Forschungshilfe für krebskranke Kinder e.V. (siehe nebenstehenden Kasten ®)**

Klar: Die Chemie-Schulmedizin hat unendlich viel zu verbergen. Also sucht man den Kranken einfach einen dunklen Sack über die Augen zu werfen.

**Helmut Wandmaker, »Willst Du gesund sein? Vergiß den Kochtopf!« (Waldthausen**

**Verlag, BIONIKA-HAUS, Stendorferstr.3, 27718 Ritterhude) Ein wahrer Hammer! Ein "Muß" für alle! Mit unglaublichem Engagement und reichem Wissen werden von unserem größten Ernährungspionier alle Aspekte der gesunden Ernährung dargestellt. Er hat dem Rohkost-Gedankengut in Deutschland wieder neue Impulse durch Vermitteln des Basiswissens der amerikanischen Ernährungsbewegung Natural Hygiene gegeben - wir alle, und besonders ich können ihm nicht dankbar genug dafür sein.**

**Leseproben:** *Im Urevangelium heißt es denn auch: »Du sollst nicht töten, weder Mensch noch Tier!« Auf dem Konzil zu Nicaa (325 n. Chr.) haben sich die vollgefressenen Römer und Christenjuden darauf geeinigt, den Zusatz »weder Mensch noch Tier« wegfallen zu lassen. Auf dem Konzil zu Konstantinopel (381) wurde das Glaubensbekenntnis der morgenländischen Kirche festgelegt, das weitere Abweichungen vom Urchristentum zuließ! (...) Pythagoras sagte 570 v. Chr.: »Wie weit sind solche Menschen, die Tiere töten können, noch von einem Verbrecher entfernt?«*

**Helmut Wandmaker, »Rohkost statt Feuerkost«, Goldman TB 1490, Auszüge:**

*Setze eine gekochte Kartoffel in die Erde und warte auf ihr erstes Grün: Fehlanzeige. Hier hast Du bereits das Gesundheitsproblem Nr. 1 gelöst: die Lebendigkeit der Nahrung muß an die Spitze aller Überlegungen über die richtige Art der Ernährung gesetzt werden. Der Vollwertkörnerrummel ist verderblich für uns Menschen. Kein Gramm Stärke kommt im Körper vor. Diese Stärkemoleküle müssen verdaut und vollständig verbrannt werden. Nur der Mundspeichel (Enzym Ptyalin) kann Stärke aufschließen. Später passiert nicht mehr viel mit dieser Stärke, weil die geringe Amylase aus der Bauchspeicheldrüse weniger wirksam ist. Resultat: unverdauter Stärkeschleim lagert sich überall im Körper ab, so daß als Langzeitergebnis herauskommt: Brotschnupfen, Brotrheuma, Brotbronchitis, Brotlungenentzündung, Brotknie, Brotsteife usw. (...) Getreide aller Art ist dazu stark säurebildend und ein starker Kalziumräuber. Da es eine Hauptnahrungsgrundlage ist, entstehen weiche Knochen: sieh die vielen Hüftgelenkoperationen! Die Menschen essen nur das säurebildende tote Muskelfleisch mit seinen Leichengiften, die sofort nach dem »Schlachtfest« milliardenweise entstehen. Das Fleisch verfault schnell und beeinträchtigt unser gesamtes Verdauungssystem. Jedermann, einschließlich Ärzte, betrachten diese verfaulende Kadaverstücke als »wertvolle« Eiweißnahrung. So pervertiert ist unser Denken geworden! Zusätzlich nehmen wir mit dem Tierkörper die vielen Medikamente auf, die heute einfach zum Bauernstall gehören. Ohne Tierarzt kommt kein Tier mehr durch, so degeneriert ist das eingesperrte Tier heute ebenfalls. Besonders das Schwein sammelt die meisten Gifte als Allesfresser. Nicht umsonst essen die Juden und die Araber kein Schweinefleisch. Das war übrigens auch ein striktes Gebot von Moses, die Schweine nicht zu verzehren, Aber welcher Christ richtet sich danach. Unangenehmes aus der Bibel interessiert weder ihn noch seinen Pastor! Wie beurteilt er die Instinctokost? So: Wäre Burger konsequent, so müßte er auch die Tiere so verzehren, wie das tierfressende Tier das tut, frisch gerissen mit Blut, Haut, Haaren und Innereien. Auf seinem Speisetisch liegen aber die Tierleichen in trauter Gemeinsamkeit mit Obst und Gemüse. Da frisches Fleisch zäh ist, läßt er dieses noch einige Wochen liegen, bis die Fäulnisbakterien das Fleisch zersetzt und mürbe gemacht haben! Er ißt auch die Milliarden Fäulnisbakterien und ihre Exkrememente mit. Guten Appetit! Mehr als empfehlenswert - nötig!*

**Guy Claude Burger, »Die Rohkosttherapie (Die Geheimnisse der Instincto-Therapie)<sup>6415a, 9131c</sup>**

**Wer sich auch intellektuell mit Fragen des Gesundseins durch rohe Nahrung auseinandersetzen will, für den ist dieses rhetorisch ausgezeichnet geschriebene Buch ein unbedingtes Muß! Auszug:**

*Die Medizin ist eine Kunst, keine Wissenschaft. Sagen wir, daß sie die Kunst besaß, sich für eine Wissenschaft auszugeben.(...) Dabei gibt es auch Hausfrauen, die gern kochen, die sich regelrecht beraubt vorkommen, wenn man ihnen diese Möglichkeit der Selbstbestätigung nimmt. Kochen kann man aus Herrschsucht wie auch aus Liebe oder Pflichterfüllung. Es lassen sich die edelsten Gefühle auf jede beliebige Tätigkeit projizieren: Heldentum auf Mord, beispielsweise in Kriegszeiten...*

Natürlich habe ich die Instinctotherapie ebenfalls getestet und meinen Testpersonen die verschiedenen Arten von Nahrung zum instinktiven Auswählen vorgelegt. Neben Früchten, Nüssen, Wurzeln also auch ein Zweiglein mit Buchenblättern, ein Büschel Labkraut (das viel von den Gorillas gegessen wird), Löwenzahn, Sauerklee, Weißdornbeeren. Aber niemals hat je einer von der Wildnahrung auch nur das kleinste Blättchen probiert. Obgleich sich doch ihr Instinkt gerade dazu hätte hingezogen fühlen müssen... Weil sie 30 Millionen Jahre der Menschen Nahrung war. Da ein möglicher Instinkt zur Nahrung nur in der Urzeit geprägt werden konnte, müßte er sich überdies auch nur an Pflanzen der Urzeit beweisen. In keinem Falle aber an Kulturfrüchten, denaturiertem und enthäutetem Fleisch und Kulturgemüse. An Nahrung also, die es zur Urzeit nie gab! Es kommt auch zu keiner »Instinkt-Wiederbelebung«, wenn wir reine urzeitliche Kost zu uns nehmen. Also Urzeitfrüchte wie Schlehen, Hagebutten, Holzäpfel, Wildpflanzenwurzeln usw. Jeder Instinctoanhänger greift lieber zu Kulturfrüchten, Kulturgemüse, und ausgenommenem, blutbefreitem Fisch und lange gelagertem (daher weichem, sich in der Verfaulung befindlichem) Fleisch.

Nirgendwo war der Lebewesengruppe der Primaten von Natur aus ein Tisch mit einer stets verfügbaren, üppigen Auswahl der verschiedenartigsten Speisen gedeckt. Nirgends fand man eine Schlaraffenlandfülle - so wie sie Burger seinen Adepten auf großen Tischen voller Gemüse, Fleisch, Fisch, Eiern und Obst darbietet -, die auszuwählen erlaubt hätte. Der Mensch lernte erst vor 13.000 Jahren Getreide und Gemüse aus wilden Arten zu züchten. Seit erst 3.000 Jahren ist er in der Lage, Bäume zu veredeln und wohlschmeckende Früchte zu gewinnen. Seine Gene waren nicht in der Lage, in dieser kurzen Zeit bis heute einen »Nahrungsinstinkt« für die z.Zt. üblichen neuen Kulturpflanzen, Früchte, Gemüse und Knollen zu entwickeln. Dazu wären viele, viele Millionen Jahre erforderlich gewesen. Die Inhalts- und Lebensstoffe z.B. der Früchte unterscheiden sich fast nicht voneinander. Wenn jemand »instinktiv« den Apfel einer Birne vorzieht, so könnte dies aus geruchlichen oder charakterlichen Gründen geschehen, wie Psychologen herausgefunden haben wollen: Apfelesser stellen aktivere Menschen dar als birnenverzehrende. »Wenn das kein Instinkt sein soll, wenn z.B. Hamster sich Wintervorräte anlegen, was ist es dann?« sagst Du. Das ist eine feste genetische Programmierung und kein Instinkt! Das Tier muß ihr folgen!

Weil in den Früchten und im Kulturgemüse zu wenig Eiweiß vorhanden ist, wird man nicht satt davon und zu dürr. Weshalb dann im Übermaß Fleisch und Fisch zugesprochen wird. Was unserer genetischen Prägung widerspricht (@Rz 391) und Giftstoffe in den Körper einbringt. Burger argumentiert: Der Instinkt sagt mir, bei jeder Naturnahrung, wann ich mit dem Essen aufhören muß: Weil die Körperchemie ein weiteres Zuführen der vordem nötigen Lebensstoffe, weil nun genug damit aufgefüllt, ablehnt. Sicher das geschieht bei den Kiwis und Ananas, weil deren Säure nach wenigen Bissen einem unangenehm wird. Oder bei rohem Fisch, wenn einem sein Geruch langsam unangenehm in die Nase steigt. Das jedoch hat nichts mit Instinkt, sondern mit der ätzenden Säure bzw. dem Riechen zu tun. Ergo: Man hat keine Instinktsperre – man hat eine Geschmackssperre.

**Die Instinctotherapie erwirbt sich hinsichtlich des Zuführens zu einer gesunden Lebensführung größte Verdienste. Ihre Argumentation dazu wirkt allerdings trotz aller Brillanz und Beeindruckbarkeit nicht zu Ende gedacht. Es ist das hohe Verdienst Burgers, die Intellektuellen angezogen und die alte Rohkostbewegung hoffähig gemacht zu haben. Dafür gebührt ihm Bewunderung und Anerkennung.** Auszug aus der letzten Auflage 8/1997:

*So kann man einfach nicht voraussehen, welches Lebensmittel für ein bestimmtes Individuum das richtige ist. (S.160) Ich meine, Fleisch ist sicherlich kein Grundnahrungsmittel in der natürlichen menschlichen Ernährungspalette. Es kann trotzdem, in besonderen Situationen, wie bei schwerwiegenden Karenzen, Magerkeit, Wachstum, Schwangerschaft, Entgiftung und Wiederaufbau eine sozusagen therapeutische Wirkung haben. (...) Dann können Sie weder das Fleisch preisen, weil es so gefährlich ist, noch das Fleisch verbieten, denn es könnte zu Mängeln führen. So sitzen Sie eigentlich zwischen zwei Stühlen. Einmal führt Fleisch zur Heilung, ein anderes Mal führt es zu Krankheiten... Das ist eben das Hauptproblem. (S.164)*

In der letzten Auflage 1998 beurteilt er das Essen von Fleisch schon viel zurückhaltender. Wohl, weil seine Instinktokost essende Frau schon mit 45 Jahren an Krebs verstarb. Leider überläßt er es nun seinen Lesern, was sie essen sollen oder dürfen, um gesund zu bleiben und zu werden. Seine Lehre büßt dadurch leider an Glaubwürdigkeit ein. Zumal sich seine Frau »instinktiv« zu vielem Fleischessen hingezogen fühlte. Jedoch:

**Stets vom Staat und den in seinem Sold stehenden beamteten Schulmedizinern verfolgt wurden die, welche den Menschen wirklich Gesundheit bringen wollten: Dahinter steckten dem Medizinerfußvolk die Richtung vorschreibenden Dozenten und Professoren der Universitäten. Denn nur die sind geistig so gut geschult und klug genug zu erkennen, woher ihrem Betrügerstand Gefahr drohen könnte.**

G.C. Burger wurde in 1992 unmittelbar nach einem Fernsehinterview in Paris von acht Polizisten abgeführt und ins Gefängnis gebracht. Und das im liberalen Frankreich. Du erkennst den Einfluß der Medizinermafia überall auf dieser Welt. Kein Wunder, denn keine Berufsgruppe arbeitet so eng mit dem Staat zusammen wie diese. Die französische Regierung hat ihm Redeverbot erteilt - so stark ist die Macht der Götter in Weiß! Dieses geschah aufgrund § 372 des französischen Strafbuchgesetzes, wonach keine Diät gegen eine Krankheit

empfohlen werden darf, wenn der Betreffende kein medizinisches Diplom besitzt. Seit Juli 1997 sitzt er wieder im Gefängnis ein. Ein Aufgebot von 100 französischen Polizisten verhaftete diesen schrecklichen Schwerverbrecher. Und auch noch im April 1999, vor Ausgabe der 4. Auflage dieses Buches, sitzt er noch immer ein.

Ich selbst hatte bereits eine kriminalpolizeiliche Hausdurchsuchung, Aktenbeschlagnahmung und bekam bereits eine Anklage der Staatsanwaltschaft<sup>9986</sup>, nebst einer Strafanordnung über 50.000 DM wegen der Werbung für die Voraufgabe dieses Buches<sup>9981,0654, 1069 2488, 9981</sup>  
**Warum, so frage ich Dich, verklagen diese Mediziner mich nicht selbst? Warum schicken sie die Schergen vor? Warum führen sie keinen Prozeß wegen Falschbehauptungen, Ehrenrührigkeit und Beleidigung gegen mich?**

1853 war es der Pfarrer Sebastian Kneipp - als Wasserdoktor in aller Welt bekannt -, den sie wegen »Kurpfuscherei« verurteilten. Allison wurde 1859 in England die Erlaubnis entzogen, ärztlich tätig zu sein, wegen seiner »unethischen Praxis, Vollkornbrot zu empfehlen«. 1935 war es Dr. Shelton, der große Mann der Natural Hygiene in den USA, den man oftmals ins Gefängnis steckte. 1971 war es Dr. Issels<sup>9713</sup>, der mit roher Kost in seinem Sanatorium aufgegebene Krebskranke heilte und dann verhaftet und in jahrelangen Prozessen gemartert wurde. Die Gesundheitsautorin Dr. Viktoria Bidwell wurde 1990 wegen Verbreitung gefährlicher Gesundheitsratschläge (Essen roher Kost) angeklagt. Selbst der gemäßigte Dr. Bruker wurde im Verlauf seiner Prozesse, die ihm die Zuckerindustrie an den Hals hängte, mit Hausdurchsuchungen heimgesucht.<sup>9938</sup> Doch als Schulmediziner wird er natürlich glimpflicher behandelt.

Noch vor ein paar Jahren rollte ein Vernichtungs- und Terrorfeldzug der US-Behörden über alternative Sanatorien und Heilpraktiker in den Staaten. Ansätze, daß so etwas bei uns auch passiert, gab's auch bei uns. Denk nur ans Huflattichverbot und an die ständigen Machenschaften und Diffamierungen der Ärzte zur Vernichtung der Heilpraktiker.<sup>6704, 6706f</sup> 1957 kam es auf Beschluß der amerikanischen Behörden zur Verbrennung sämtlicher Schriften des alternativen Arztes Wilhelm Reich, er selbst landete im Gefängnis, wo sein Leben auf nicht eindeutige Weise ein Ende fand. Im Mai 1993 umstellten 15 FDA (amerikan. Arzneimittelbehörde) Mitarbeiter in kugelsicheren Westen, unterstützt von einer Gruppe bewaffneter Polizisten, die Klinik des bekannten Ernährungstherapeuten Dr. Jonathan Wright in Kent. Anstatt zu klopfen traten sie die Tür im Stile eines Anti-Terroreinsatzes ein und öffneten gewaltsam die Schlösser (...) Das Verbrechen von Dr. Wright war scheinbar, daß er als ein Mediziner mit Harvard Graduierung Naturheilverfahren anwendete.

**Merke: Wer heilt, hat Recht. Wer nicht heilen kann, der neidet es ihm und sucht, ihm das bestreiten und ihn durch die Justiz kaputtzumachen.**

Adolph Just, der Begründer der Luvos Heilerde, wurde viele Jahre seines Lebens immer wieder mit Anzeigen von Ärzten und ärztlichen Verbänden vor Gericht gezerrt, bis er durch die Kosten völlig verarmt verstarb.<sup>0602f, 2007</sup> Nur, weil er die guten Wirkungen der Erde pries. Halten Staatsanwälte und Richter so wenig von echter Gesundheit? Werden sie nie krank? So ist nur anzunehmen, daß solche Aktionen durch neidische Ärzte ausgelöst werden, die unter

ihren früheren Mitkommilitonen bei der Justiz viele alte Freunde sitzen haben. Oder sie werden ausgelöst durch Denunzianten, deren Niedertracht und Gemeinheit nur noch von ihrer Primitivität übertroffen wird, die sich z.B. wie folgt äußert: (siehe nebenstehenden Kasten ®)

**Nachzufühlen ist dieser gemeine, hinterhältige Kampf der Mediziner gegen die Natur-Medizin schon. Denn wenn es sich mehr und mehr herumsprechen würde, daß Ärzte und Medikamente gegen Krankheiten nicht gebraucht werden, ja, daß sie immer nur Schaden bringen, dann stünde die Chemie-Schulmediziner-Korporation vor dem Ruin.**

**Zum Glück für sie gibt es ja noch genügend Dumme auf der Welt...**

**R. Mendelsohn, »Wie Ihr Kind gesund aufwachsen kann... auch ohne Doktor!«  
(Mahajiva-Verlag)**

**Dieses Buch ist ein Muß für alle Eltern, die ein gesundes Kind haben möchten. Dieser Arzt schreibt aus tiefster Erfahrung in seinem Beruf und grundehrlich. Der erste Mediziner für mich, der mit dem gesunden Menschenverstand an alles herangeht. Mein Urteil: Mehr als überaus empfehlenswert. Du kannst es im Waldthausen Verlag, 27718 Ritterhude bestellen. Robert F. Mendelsohns andere Bücher solltest Du unbedingt auch als Gesunder lesen! Damit Du mal einen Arzt kennlernst, der kein Süßholz über seine Kurpfuscher-Schulmedizin vor Dir raspelt! Mendelsohn ist eine der starken, rechtschaffenen Persönlichkeiten, die wir gottlob auch noch unter den Ärzten haben.**

**MENDELSON, R. S. »Männermacht Medizin« und »Trau keinem Doktor«. Alle besonders zu empfehlen, verlegt bei Verlag Mahajiva, 48366 Holthausen, zu beziehen über jede Buchhandlung.**

**Gerhard Buchwald, »Impfen: Das Geschäft mit der Angst« (emu-Verlags GmbH, Taunusblick 1a, 56112 Lahnstein) Kein Medizin-Skandal ist größer und wird hartnäckiger verschwiegen als der Impfskandal. Jährlich erkranken weltweit viele Kinder und Erwachsene an Impfungen. Hinter der Impfwut steckt nicht ein gesundheitspolitisches Interesse, sondern die blanke Profitsucht der Pharmakonzerne, sowie der dadurch erreichbare hohe Honorarzufluß der Kinderärzte und Allgemeinmediziner. Der Profitverlust durch die bisher ca. 1 Million nicht verkaufter Impfstoffportionen ist der wahre Grund für die Impfpropaganda, die in der letzten Zeit auf die deutsche Bevölkerung niedergegangen ist. Dr. med. Gerhard Buchwald ist *der* kritische Impfexperte von weltweitem Rang. Erstmalig legt der Experte ein Fundamentalwerk über das Impfrisiko als sein Lebenswerk mit obigem Buch vor. Ich empfehle es sehr. Auszüge:**

*Diese günstige Seuchensituation kann nicht - wie behauptet wird - Impffolge sein. Die gezeigten Kurvenverläufe beweisen zweifelsfrei, daß die Rückgänge der o. e. Infektionskrankheiten z. T. schon vor 200 Jahren einsetzten, somit lange Zeit vor Einführung der entsprechenden Impfungen. Alle Kurven verliefen zunächst gleichmäßig rückläufig. Vom Zeitpunkt der Impfeinführung an haben sich die Rückgänge verlangsamt. Oftmals ist aus den*



*Kurven in den ersten Jahren nach Einführen der Impfung ein leichter Anstieg zu ersehen. Somit lassen die graphischen Statistiken ungünstige Auswirkungen der Impfeinführungen erkennen. (...)*

*Diese Tatsachen, wie auch die durch Impfungen verursachten Impfschäden, werden der Bevölkerung verschwiegen. Oder sie werden mit der Behauptung abgestritten, die nach Impfungen aufgetretenen Schäden seien »reiner Zufall«, sie hätten sich auch ohne Impfung zum gleichen Zeitpunkt bemerkbar gemacht. Häufig werden sie auch verharmlost, (ihr Vorkommen sei ganz, ganz, ganz, ganz selten), oder sie werden vertuscht. D. h., als Ursache werden die unwahrscheinlichsten »Syndrome« genannt - die nur in Spezialhandbüchern auffindbar sind. Die Bevölkerung weiß nicht, welche Schadensbilder nach Impfungen auftreten können. Daher sind die 12.000 Impfschadens-Anträge, die bei unseren 16 Landesversorgungsämtern registriert wurden, nur die Spitze eines Eisberges. Die meisten dieser Kinder verschwinden in entsprechenden Anstalten. Die »Dunkelziffer« muß daher um ein Vielfaches höher sein. Impfungen haben nur wenig mit dem Begriff »Schutzwirkung« zu tun, aber sehr viel mit dem Begriff »Geschäft«.*

**Julius Hackethal: Alle von ihm geschriebenen Bücher empfehle ich ausnahmslos. (Auszüge daraus findest Du im gesamten Literaturverzeichnis versammelt.)**

**Als da sind die Ullstein Bücher »Auf Messers Schneide« (Nr. 34558), »Nachoperation« (Nr. 34559), »Keine Angst vor Krebs« (Nr. 34561), »Krankenhaus« (Nr. 34562), »Operation - ja oder nein?« (Nr. 34563), »Sprechstunde« (Nr. 34560).**

**Gustave Le Bon, »Psychologie der Massen«, direkt beziehbar vom Alfred Körner Verlag, Postfach 102862, 70024 Stuttgart, Tel. 0711-620221**

**Dieses bereits 1911 geschriebene kleine Werk sollen sich alle diejenigen Leser zu Gemüte führen, die sich noch immer von Vorurteilen umfängen sehen, die sich wundern, manchmal »von allen guten Geistern verlassen« zu sein oder die der Faszination der Ärzte und modernen Schulmedizin auch weiterhin zu erliegen drohen. Le Bon - ein ebenfalls nur der Wahrheit sich verpflichtet fühlender Soziologe - kann da sehr heilsam sein.**

**Auszüge:**

*Die geistige Beschaffenheit der einzelnen, aus denen die Masse besteht, widerspricht nicht diesem Grundsatz. Denn diese Eigenschaften sind bedeutungslos. In dem Augenblick, da sie zu der Masse gehören, werden der Ungebildete und der Gebildete gleich unfähig zur Beobachtung. (S. 24) Ich brauche nicht besonders zu betonen, daß der Überschwang der Massen sich nur auf die Gefühle und in keiner Weise auf den Verstand erstreckt. Die Tatsache der bloßen Zugehörigkeit des einzelnen zur Masse bewirkt, wie ich bereits zeigte, eine beträchtliche Senkung der Voraussetzungen seines Verstandes. (S. 32) Die Urteile, die die Massen annehmen, sind nur aufgedrängte, niemals geprüfte Urteile. Viele einzelne erheben sich in dieser Beziehung nicht über die Masse. Die Leichtigkeit, mit der gewisse Meinungen*

*allgemein werden, hängt vor allem mit der Unfähigkeit der meisten Menschen zusammen, sich auf Grund ihrer besonderen Schlüsse eine eigene Meinung zu bilden. (S. 43) Man braucht nicht einmal bis zu den primitiven Wesen hinabzusteigen, um die völlige Ohnmacht der Logik im Kampf gegen Gefühle festzustellen. Erinnern wir uns nur daran, wie hartnäckig sich viele Jahrhunderte hindurch die religiösen Vorurteile gehalten haben, die der einfachsten Logik widersprechen. Fast zweitausend Jahre lang beugten sich die aufgeklärtesten Geister unter ihre Gesetze, und erst in der modernen Zeit war es überhaupt möglich, ihre Wahrheiten anzuzweifeln. (S. 81) Eine große Macht verleiht den Ideen, die durch Behauptungen, Wiederholungen und Übertragung verbreitet wurden, zuletzt jene geheimnisvolle Gewalt, die Nimbus heißt. (...) Alles, was in der Welt geherrscht hat, Ideen oder Menschen, hat sich hauptsächlich durch die unwiderstehliche Kraft, die sich Nimbus nennt, durchgesetzt. Wohl erfassen wir alle die Bedeutung des Ausdrucks Nimbus (Prestige), aber man wendet ihn in so mannigfacher Weise an, daß er nicht ganz leicht zu umschreiben wäre. Der Nimbus verträgt sich mit gewissen Gefühlen wie Bewunderung oder Furcht, er beruht sogar auf ihnen, kann aber sehr wohl ohne sie bestehen. (S. 93) Der erworbene oder künstliche Nimbus ist am weitesten verbreitet. Die bloße Tatsache, daß jemand eine gewisse Stellung einnimmt, ein gewisses Vermögen besitzt, gewisse Titel hat, bildet einen Glorienschein des Einflusses, so gering auch sein persönlicher Wert sein mag. (S. 94) Der Nimbus ist in Wahrheit eine Art Zauber, den eine Persönlichkeit, ein Werk oder eine Idee auf uns ausübt. Diese Bezauberung lähmt alle unsre Seelen mit Staunen und Ehrfurcht. Die Gefühle, die so hervorgerufen werden, sind unerklärlich wie alle Gefühle, aber wahrscheinlich von der selben Art wie die Suggestion, der ein Hypnotisierter unterliegt. Der Nimbus ist der mächtige Quell aller Herrschaft. Götter, Könige und Frauen hätten ohne ihn niemals herrschen können. (S. 94)*

**Entscheide Dich, ob Du Massenmensch sein willst oder eine autonome Persönlichkeit. Mit der Urzeitmethode verwirklichst Du Dich und gelangst zu einem eigengelenkten, wertvollen Leben.**

**Harvey und Marilyn Diamond,<sup>9866</sup> Fit fürs Leben I u. II, TB 13533 Goldmann. Auszüge:**

*Teil I: Die wahrscheinlich am häufigsten gestellte Frage auf den Gebieten Diät, Gesundheit und Gewichtsreduzierung ist diese: »Woher bekommen sie ihr Eiweiß?« Die Menschen in den Industrienationen haben mehr Angst vor Eiweißmangel als vor dem Tode. Das Problem ist aber ein ganz anderes. Die Gefahr, zu viel Eiweiß zu bekommen, ist viel größer als an Eiweißmangel zu leiden. Teil II: (...) Bezüglich der Methode der meisten Kinderärzte und Ernährungsfachleute, schon den Kleinen in einem frühen Stadium Getreideprodukte zu geben, ist folgendes zu sagen: In diesem Alter verfügen Ihre Kinder noch nicht über das Enzym Ptyalin, das zur Stärkeverdauung erforderlich ist. Erst ab einem Alter von achtzehn Jahren kann der kindliche Stoffwechsel Stärke verarbeiten. Auch deshalb sieht man so viele Kleinkinder mit verstopften und laufenden Nasen. Brot, Getreideprodukte, Kartoffeln und alle Plätzchen und Chips tragen dazu bei. (...) Unser Auto, unsere Nahrung, unser Besitz - all dies ist deutlich sichtbar. Abstrakt sind all jene Dinge, die keine Gestalt, keine wahrnehmbare Form besitzen, wie zum Beispiel Gesundheit, Schönheit, Haß, Friede, Tugend, Großzügigkeit, Eifersucht, Neid, Einsamkeit, Dankbarkeit, Ärger und - die Liebe.*

*Wichtigster Aspekt der abstrakten Elemente ist, daß sie alle uns ständig umgeben. Sie sind immer und zu jeder Zeit ein Teil unseres Lebens. Wir müssen sie nur »anzapfen«. Sie können das überprüfen. Eben noch fühlten sie sich entspannt, zufrieden, eins mit sich und der Welt, da schaltet einer das Fernsehgerät ein, es wird von einer Ungerechtigkeit berichtet - und schon steigt Ärger in ihnen hoch. Sie selbst haben diese Gefühlsregung angezapft, freiwillig. Ebenso kann es ihnen ergehen, wenn Sie einen Spaziergang machen. Ganz nach Wahl können Sie das Schöne oder das Häßliche in ihrer Umgebung sehen. Beides ist vorhanden. Sie entscheiden, was Sie sehen wollen. So können Sie sich einsam fühlen oder sich der Liebe zuwenden, Sie spüren, wenn Sie nur wollen. Sie müssen sich nur einschalten, den Kontakt herstellen. Sie können die Liebe inmitten einer Menschenmenge spüren, aber auch wenn Sie allein sind. Ob Ihre Gedanken liebevoll oder voller Haß, Eifersucht und Neid, liegt ganz an Ihnen. Auch diese negativen Gefühle können von Ihnen »angezapft« werden. Ihnen ganz allein ist es anheimgestellt, ob Sie ein enttäuschendes und frustrierendes, ein einsames Leben führen oder ob Sie Liebe spüren wollen.*

*(...) Ganz gleich, wie sehr sie uns auch glauben machen wollen, daß sie dabei sind, »den Kampf zu gewinnen«, es stimmt nicht. Tatsache ist, daß die medizinische Wissenschaft dem Krebs gegenüber immer mehr an Boden verliert. In regelmäßigen Abständen sehen wir große Schlagzeilen in der Zeitung, wie zum Beispiel »Krebsheilung nur durch Medikamente«. Sie haben den Zweck, uns einzulullen, uns glauben zu machen, daß Fortschritt erzielt werden.*

Die Diamonds haben die um 1900 von dem Arzt Dr. Howard Hay entwickelte Hay'sche Trennkost aufgenommen und auf modern getrimmt. Sie haben das empirische Wissen über sinnvolle Ernährung aus vielen Quellen zusammengetragen und zusammenfassend dargestellt. Hay stellte chemische Verdauungsgesetze auf und sprach als erster von einer Übersäuerung des Organismus, der er mit seiner Trennkost - dem nicht gemeinsamen Essen von Eiweiß und Kohlenhydraten - begegnen wollte. Damit sei Krebs und Diabetes heilbar.

Ich halte nicht sehr viel davon, zumal der Dr. Howard Hay selbst schwer nierenleidend war. Hay selbst sagt, Milch sei nicht ideal und enthalte keine Ballaststoffe und Fleischverzehr sei kriminell. Aber die Diamonds wollen sich's mit ihren Lesern durch das Sagen der Wahrheit nicht verderben - der Erfolg ihrer Bücher gibt ihnen recht. Da Hay aber weder Fleisch, Fett und Zucker aus der von ihm empfohlenen Nahrung verbannte, mußte er mit seinem Heilanspruch Schiffbruch erleiden.

Hay wußte damals noch nicht, daß Eiweiß bereits im Magen durch Säuren aufbereitet und im basisch reagierenden Dünndarm weiter verdaut wird - genau wie auch die Kohlenhydratverdauung dort abläuft.

Das zeitlich getrennte Essen von eiweiß- bzw. kohlenhydratreicher Lebensmittel bringt keine Vorteile, da fast alle Lebensmittel gleichzeitig Eiweiß und Kohlenhydrate in unterschiedlichen Anteilen enthalten. (®Tabellen 9.81-9.86, Rz.777) Ich meine: Was die Natur zusammenfügt, das soll der Mensch nicht trennen. Ich habe noch kein Wildschwein erlebt, daß zuerst die eiweißreichen Wurzeln und Gräser ißt und nach drei Stunden wiederkommt und dann nur Obst schmaust. Die nehmen, wie's die Natur ihnen gibt. Wir sollten unserem Schöpfer schon

zutrauen, daß er seine Lebewesen mit Mägen ausstattete, die gut verdauen können, wenn es was Natürliches ist. Fazit: Das Buch der Diamonds ist was für die Masse, nicht für den, der den Dingen auf den Grund gehen will. Kranke werden damit leider nicht gesund. Und Gesunde werden dadurch auch nicht vor dem Krankwerden behütet.<sup>6122, 9866</sup>

»Und was hältst Du vom damaligen Bestseller von Maria Treben: Gesundheit aus der Apotheke Gottes?« O Gott, tu Dir das nicht an. Da schreibt eine einfältige Frau für noch einfältigere Menschen.

Als Gesundheitslehrer muß ich mich aber auch an die eigene Nase packen: Wie alle Menschen glaube auch ich, stets das Rechte zu vertreten. Die Chinesen geben dazu den Rat: »Großes geht verloren, zankt man sich um Kleinigkeiten«.

Rief mir eine Hörerin zu: »Ich komme eben aus dem Workshop von Wandmaker. Der sagt so, Sie sagen so. Wie soll ich's denn nun halten?« Was ich geantwortet habe? Klar: sapere aude.

(Der Hauptunterschied zwischen uns: Wandmaker ist gegen Heilpflanzen – Konz ist dafür.)

EHRET, A. »Die schleimfreie Heilkost«, Lesenswert, aber nicht ganz konsequent.

KUHN, CARL »Lebensfragen« 1912. Auszüge: *Der deutschen Gesellschaft für Krebsforschung stehen Millionen zur Verfügung mit einem besonderen Institut zu diesem Zwecke in Heidelberg; Rockefeller hat jetzt bald eine Milliarde an Universitäten gestiftet. Da nun gerade heutzutage die Gelehrtesten und "Geistreichsten" gegenüber den einfachsten Dingen mit Blindheit gestraft sind, so muß man ihnen auch dies beweisen, weil sie eben jeden Glauben verloren haben. (...) Milliarden werden ausgegeben und Tausende von Forschern suchen nach den Krebsbazillen. Sobald aber ein "unberühmter Mann", und wenn er sein Leben dafür aufs Spiel setzt, die Wahrheit aufdeckt, so kümmert sich niemand darum, am wenigsten die Forscher selbst, (...) wodurch Tausenden von Kranken die Wahrheit vorenthalten wird.*

HOCHENEKG, L. »Die Kunst, nicht krank zu werden«, »Das Wunder der Heilung«, beide Ariston

HOCHSTRASSER, U. »Rohkost – die lebendige Nahrung«, Rezepte, Verlag Bewußtes Dasein, Turmstr.6, CH-8952 Schlieren

HOVANESSIAN, A. T., (ATERHOV) »Raw Eating«, Tehran 1967

SIMONSON, B. »Papaya – heilen mit der Wunderfrucht« und »Die sagenhafte Heilkraft der Ananas«, Windpferd Verlag. Beide zur Einführung für Einsteiger ins gesunde Leben von mir besonders empfohlen.

SHELTON, H. M. »Nie wieder Herpes«, »Syphilis - Irrtum der Medizin« u. all seine anderen Werke sind Spitze in jeder Hinsicht.

TILDEN, J. H. »Mit Toxämie fangen alle Krankheiten an«

WALKER, N.W. »Darmgesundheit ohne Verstopfung« (@LV6105b, 6416, 9618), »Natürliche Gewichtskontrolle«, »Jünger werden«, »Strahlende Gesundheit«, »Water can undermine your health« Auszug:

*»Wasser enthält so viele erdige Elemente - Kohlensäure, Salze u. andere Bestandteile von Kalk, daß jemand, der es täglich trinkt, in 40 Jahren soviel davon in seinem Körper besitzt als ein Kalkfeiler in Mannesgröße. Zum Glück kann es der Körper wieder zu einem Teil ausscheiden - aber der Rest macht krank.«* Walkers Bücher sind ein Lesegenuß!

BIERCE, A. »Des Teufels Wörterbuch«

BAUMGARTL, H. »Die Sonne – Stern und Ursprung des Lebens« (18,-DM) im Eigenverlag. Baumgartl, Oberhaus, 84367 Zeilarn, Tel. 08572-388. Ein kleines, feines Buch mit neuen, großartigen Erkenntnissen. Ich lege es Dir wärmstens ans Herz!

ERVEN, H., »Mein Paradies«. Waldthausen-Verlag, 27718 Ritterhude.

BACH, H.-D., Krankheit und Zunge, Farbatlas und Lehrbuch der Zungendiagnostik

BACH, H.-D., Äußere Kennzeichen innerer Erkrankungen, beide im Ritter Verlag und Versand, Monatshäuser Str. 8 in 82327 Tutzing, Tel.: 08158-8021, Fax: 7142

Aus diesen beiden Büchern wird Dir als Laie ohne jede Schwierigkeit eine Selbstdiagnose möglich, z.B. ob sich eine Verkrebsung bei Dir eingenistet hat. Dann kannst Du noch frühzeitig auf die UrMedizin umsteigen und sicher Dein Leben retten.

BIRCHER, R. »Geheimarchiv der Ernährungslehre« Bircher-Benner Verlag, Bad Homburg

SOMMER, W. »Das Urgesetz der natürlichen Ernährung« W. Sommer, PF 1312, 22833 Barsbüttel, Tel.: 040/675 795-35, Fax: -40

SCHEURMANN, »Der Papalagi« Erinnerungen eines Indianerhäuptlings

Du hast nur halb gelebt, wenn Du an dieser Literatur vorbeigegangen bist:

GOETHE »Faust«: Hier wirst Du mit der auch in Dir steckenden Zerrissenheit konfrontiert.

KAFKA »Der Prozeß«: zeigt Dir die Kälte und Herzlosigkeit der Behördenmenschen, die nur durch diese Zivilisation hervorgerufen werden.

LESSING »Nathan der Weise«: läßt Dich über Religion und Wahrheitsliebe tiefer

nachdenken.

MANN «Buddenbrocks»: Hier schafft ein vollkommener Roman Weltliteratur.

FONTANE »Stechlin« und »Effie Briest«: Würde und Toleranz begegnen Dir hier ohne Heiligenschein. EICHENDORFF »Taugenichts«, Gedichte. KELLER, Gottfried, Werke. STIFTER, Adalbert, Werke. BRECHT »Mutter Courage«, »Der Kaukasische Kreidekreis«. HEINE, Gedichte, »Deutschland«, »Ein Wintermärchen«. HÖLDERLIN, RILKE, Gedichte.

THOREAU, Henry, »Walden«, Diogenes Verlag, das Dich vielleicht wieder ein wenig für die Natur aufzuschließen vermag. Thoreau war es übrigens, der uns modernen Menschen von 140 Jahren schon Antwort gab auf unsere Sucht immer mehr wissen zu wollen, was uns nichts angeht und unser Bestreben, mehr oder weniger dummes Geschwätz von uns zu geben oder mit anzuhören: Als Ihm zu Ohren kam, daß Texas und Maine nun bald durch eine Telegrafenerleitung verbunden würden, meinte er trocken: »Und was ist, wenn Texas und Maine sich gar nichts zu sagen haben?« Thoreau sah hinter die vor sich und anderen schön aufgebauten Fassaden: »Die meisten Menschen führen ein Leben in stiller Verzweiflung.« Dir kann das erspart bleiben, wenn Du mit Hilfe der UrMethodik zu Deinen Ursprüngen zurückfindest.

Traust Du Dich, noch einmal ein dickes Buch zu lesen, dann greif Dir mal die des Naturphilosophen:

ROUSSEAU, Jean Jaques, »Emile oder über die Erziehung« und seine anderen Bücher, die Dich der Natur wieder näherbringen können. (Sieh mal hinten im Literaturverzeichnis nach, wie gut er die ärztliche Sippschaft erkannt hat! (@LV 0600, 8218) Seine Grunderkenntnis: »Statt die Natur lieben zu lernen, wird sie von der Gesellschaft mehr und mehr als feindlich angesehen. Und die, welche die Menschen an sie wieder heranzuführen möchten, verfolgt man.« Rousseau mußte nach Veröffentlichung seiner Werke »Contract social« und des »Emile, ou de l'éducation« wegen einer Verurteilung durch das Parlament und des Erzbischofs von Paris schließlich nach England fliehen. 0600, 0673, 8218

GRUHL, Herbert, bringt Dir den Ernst der Lage unserer Erde mit seinen Büchern »Der geplünderte Planet« und »Himmelfahrt ins Nichts« näher.

BRUKER, M. O. So gute und vernünftige Bücher er auch geschrieben hat: Bruker wird unsicher. Er spürt immer mehr, daß seine Vollwertkost die Menschen mehr krank als gesund macht. (@Rz.974- 40/41, siehe auch die Angabe der Pathologen, daß sich unverdaute, fast versteinerte Körnerreste in den Darmscheiden von Vollwertkostessern auffinden lassen.)

Vor Herausgabe dieses Buches bat ich Bruker, einige seiner Zitate hier wiedergeben zu dürfen – was er mir unakademischerweise verweigerte. Die nicht genehmigten Zitatwiederholungen von M. O. Bruker findest Du trotzdem im Literaturverzeichnis und hier wiedergegeben. Soll er mich doch verklagen:

*Leider wird von sehr vielen Menschen nicht unterschieden zwischen der Ernährung von Gesunden über Jahrzehnte und von Kostformen für Kranke über kurze Zeit. Es liegt keinerlei Grund vor, Eier zu verbieten. Dasselbe gilt auch für andere tierische Eiweiße, z.B. Milch, Quark, Käse. Es gibt natürlich eine Reihe von ernährungsbedingten Zivilisationskrankheiten, z.B. Hautausschläge, rheumatische Erkrankungen, bei denen ein Verzicht auf tierisches Eiweiß, also Milch, Käse, Quark, Eier, Wurst, Fisch und Fleisch, notwendig ist. Es liegt aber keinerlei Grund vor, bei Menschen, bei denen diese Erkrankungen nicht vorhanden sind, tierisches Eiweiß zu meiden.*

Ist das »ganzheitliche Sicht«? Bruker scheut sich zu sagen, daß die Krankheiten einen Ursprung haben. Was für einen Kranken schlecht ist, das kann für einen Gesunden nicht gut (und erlaubbar) sein! Die bei einem kranken Menschen nicht gestatteten tierischen Eiweiße führen beim noch Gesunden zumindest zu einer Schwächung der Abwehrkräfte gegen seine Leiden, wenn nicht gar am Ende später zu der gleichen Krankheit. Brukers Verdienste sind groß - führte er doch die Menschen dazu, mehr auf eine natürlichere Art ihrer Ernährung zu achten.

BRUKER sagt über BURGER so: *Es ist ohnehin nicht einfach, den Kranken zum Verzehr von Frischkost zu bringen. Der macht es bei ernsten Krankheiten aus Vernunftgründen, aber nicht aus Instinktgründen.*

*Burger mag ein hervorragender Musiker sein, aber von physiologischen Abläufen versteht er nichts, wenn er zum Beispiel behauptet, daß durch Kochen der Nahrung die Moleküle zerstört würden. Moleküle können durch noch so hohe Temperaturen nicht zerstört werden. Es werden jedoch die Vitamine und andere biologische Wirkstoffe in ihrer Wirksamkeit herabgesetzt.*

*Als hypothetische, am Schreibtisch erdachte Phantasieernährung, kann man der Instincto-Therapie nur Bewunderung entgegenbringen, aber praktikabel ist sie nicht - weder beim Gesunden, geschweige denn beim Kranken.*

*BURGER antwortet BRUKER so: Wenn es aber um die Behauptungen Herrn Brukers über das Kochen und die Moleküle geht, hätte ich ihm doch einiges beizubringen, ganz der Amateur, der ich ja nun bin. Zuerst einmal habe ich nie behauptet, daß die Erhitzung der Nahrungssubstanzen eine »Zerstörung« der Moleküle hervorruft. Ich spreche von einer »Denaturierung«. Diese Denaturierung existiert dennoch erwiesenermaßen bei den benutzten Temperaturen: Zeuge dafür ist die Bildung der braunen Materie, in Grenzfällen kann das bis zur Verkohlung gehen. Es scheint, daß Herr Bruker noch niemals etwas von den Maillard-Molekülen gehört hat: Neue chemische Arten, die während des Kochens aus den chemischen Reaktionen zwischen den Gluciden und den Protiden entstehen (veröffentlicht 1917). Man muß hier noch die möglichen Verbindungen mit den Lipiden hinzufügen, die nicht viel besser den Schäden der thermischen Denaturierung entwischen. Dies wird auch durch das Entstehen der Hetero-Zyklen und anderer Derivate bewiesen, die heute bekannt sind, und von denen manche als krebserregend erwiesen wurden.*

*Es bleibt nur eine Lösung: Entweder befindet sich der liebe Herr Bruker immer noch mitten in*

*seinem Kampf gegen den Fabrikzucker und hat zwischenzeitlich noch nichts von den Entwicklungen der letzten 50 Jahre mitbekommen (Maillards Forschungen wurden erst nach dem Krieg in der Öffentlichkeit bekannt). Oder aber er versteckt vor seinem Publikum einen schwerwiegenden Fehler, der sein ganzes System zum Wanken bringen könnte: Die Anzahl der durch das Kochen entstandenen Maillard-Moleküle ist sehr viel größer, wenn man Vollkorngetreide benutzt; die Proteine der peripherischen Schichten reagieren mit der Zuckeramidketten, um ein leckeres Gemisch an noch unbekanntem toxischen und mutagenen Substanzen zu formen, die unbegrenzt viel schwerwiegender für die Zukunft eines Organismus werden können, als die Mängel, die durch das Raffinieren hervorgerufen werden. Natürlich haben die großen Priester und Manager der Vollwertkost nicht gerade großes Interesse daran, dies von allen Dächern zu schreien. (Instincto Magazin 2/1993)*



### **Älterer Mensch, sei auf der Hut:**

**Du merkst es, wenn es ans Sterben geht. Deinen »Lieben« ist oft der Tod im Haus eine lästige Sache. Und so wollen sie Dich schnell mit Blaulicht ins nächste Krankenhaus abschieben. Obschon – wenn Du als Urköstler gelebt hast – ja gesund und ohne eine Belästigung für andere zur Erde zurückkehrst. Damit Du dort allein gefesselt an Kabel und Schläuchen zum letzten Profitkadaver für die Ärztemafia werden kannst.**

**Verbiete Dir das deshalb in Deinem Ärztetestament (©968/1).** Noch wirksamer: Sag allen, die es angeht, schon jetzt: In meinem beim Notar bestimmten Testament habe ich unwiderruflich festgelegt, daß sämtliche Mitglieder einer Familie enterbt werden, wenn einer davon meiner Einweisung ins Krankenhaus zustimmt oder sie selbst veranlaßt oder einen Arzt dazu auffordert.

Es sterben in Deutschland ca. 425.000 Menschen in den Kliniken, obschon das wohl keiner will. Etwa die gleiche Anzahl stirbt zu Hause.

Ältere Menschen wenden sich zunehmend der Religion zu. Ich sehe das so:

Religion sollte sich nicht im Transzendentalen verflüchtigen. Sie sollte "religio", Rückbindung zum Ursprünglichen, zum wirklich Wahren sein, eben zur Urnatur. Wer dahin gelangt ist wahrhaft religiös. Weil er in der Wahrheit der Schöpfung lebt.

Eine der raffiniertesten und niederträchtigsten Werbungen im Jahre 1998/99. Oder wie man den Dummen bei uns weismacht, es wäre natürlich, das Gift Fluorid zu sich zu nehmen, weil unterirdische Wasserströme an wenigen Plätzen der Erde es hervorbringen würden! Dabei weiß jeder Chemiker, daß Fluoride Breitbandenzymgifte sind. Das für die Salz-Fluoridisierung



vorgesehene Kaliumfluorid ist wasserlöslich besonders toxisch. Die gesundheitlichen Folgeschäden bei Dauergebrauch sind von Zahnfluorose bis hin zu Skelettschäden und akuten Fluorvergiftungen belegt. Außerdem ist Fluor ein Antagonist zu Jod. Es geht hier nicht um die Zahngesundheit, sondern um massive Durchsetzung wirtschaftlicher Interessen unter dem scheinheiligen Deckmantel der Gesundheitsprophylaxe, wenn der Staat Fluorzusätze einführt.

## GUTER RAT:

Mach Dir von den folgenden Mustern Fotokopien für Dich und Deine Freunde, und gib das folgende Patienten-Testament sowie die Patienten-Willenserklärung als erstes Deinem Hausarzt.

Hinweis: **Krankenunterlagen-Anforderungsschreiben** (®LV.9850)

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/9/61.html> - **Update: 13.01.2000 16:29**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a>                      × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> -                      <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# 9. Kapitel. Lerne, zufrieden zu leben: einfach und urzeitnah!

## 9.62 Patienten-Testament

Ablichten und an Rückseite des Personalausweises kleben.

Patient: Herr Doktor, ich habe solche Angst vor der kommenden Operation!

Chirurg: Keine Sorge! Unter meinen Händen ist mir noch kein Patient verstorben!

Patient: Na, dann kann ich ja beruhigt sein...

Chirurg: Aber ja, ich bin schon ganz scharf drauf - ist schließlich meine erste Operation!

**Merke: Organspenden sind naturfeindlich! Die Natur (Gott) will nicht, daß Kaputtes, Nichtlebensfähiges weiter überlebt. Willst Du ein Feind der göttlichen Natur sein?**

**Bevor Du Dich auf die Schlachtbank legst:**

Solltest Du glauben, daß ich bezüglich des schrecklichen Operationspfuschs der Ärzte zu dick aufgetragen habe, dann lies zuvor das vierbändige(!) Werk, KREMER,K., »Handbuch der intra- und postoperativen Zwischenfälle«, Thieme Verlag, das von den Chirurgen selbst verfaßt ist. Dann wirst Du hoffentlich geheilt sein. Nicht von Deiner Krankheit, sondern von dem Glauben an die Ärzte und Chirurgen...

Siehst Du dann immer noch nicht klar und siehst Dich weiter von ärztlichen Überredungskünsten hypnotisiert, dann nimm zur Risikenaufklärung vor der Operation wenigstens eine kluge, scharf hinhörende und mit einem guten Gedächtnis ausgestattete Vertrauensperson mit. Stelle vorher mit der einen Fragebogen auf und notiere Dir die darauf von den Chirurgen gegebenen Antworten. Die folgende Bescheinigung gewährleistet, daß keine Assistenten an Dir herumstümpfern.

**Merke: Wenn die was von Dir unterschrieben haben wollen, dann verlange das auch von denen! Gleiches Recht für alle! Du bist weiß Gott mehr gefährdet als der Messerheld! (® unbedingt Rz 968 [4])** Frage vor allem, wie oft er die vorgesehene Operation bereits an anderen Kranken vorgenommen hat und ob er überhaupt und welche Erfahrungen er damit besitzt. Aber darum kannst Du eigentlich auch nicht viel geben – selbst wenn Du als Antwort hörst: "185 mal mach' ich sie schon – aber einmal muß es ja klappen."

---

# 9. Kapitel. Lerne, zufrieden zu leben: einfach und urzeitnah!

## 9.63 Operationsbescheinigung



× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) (Important note!) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ⌘ = externe Datei · [Disclaimer / Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/9/63.html> - **Update: 13.01.2000 16:30**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

Der Domainname ist  
eine Spende der  
[Transmedia GmbH](#)

× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch  
× [Antivivisektion e.V.](#) × [Für Vegetarismus!](#)  
- [Gegen Tierversuche](#) - [Vegi-Büro Schweiz](#)  
Tierversuchsgegner Rhein Ruhr

# 9. Kapitel. Lerne, zufrieden zu leben: einfach und urzeitnah!

## 9.64 Impf-Bescheinigung



Merke, was Du dem Chirurg unterschreiben sollst: Das ist eine Nötigung, wenn der vor einer Operation von Dir die Unterschrift verlangt, daß Du selbst die Folgen übernimmst für: AIDS und Hepatitis durch Blutübertragung, Nieren- und Blasenverletzung, künstlichen Darmausgang, Verletzung der Spinalnerven, teilweise oder ganze Lähmung, Gehirnschäden durch Narkose und Herzstillstand. Überleg es Dir gut, bevor Du unter diese Blankovollmacht und Befreiung von der Verantwortung für sein bestens bezahltes Metzgerhandwerk Deinen Friedrich Wilhelm setzt. Das ist ungefähr dasselbe, als würde Dir ein Elektriker vor seiner Reparatur erklären: Ich werde den Schalter flicken. Bekommen Sie beim anschließenden Anknipsen aber einen elektrischen Schlag und fallen tot um, sind Sie selbst schuld. Denn Sie wünschten ja die Reparatur.

Noch hast Du Gelegenheit, statt dessen zur Klassischen Naturheilkunde zu wechseln. Zu deren Behandlung nötigt Dich keiner.

**Als Nicht-UrzeitKöstler könntest Du aber auch gemütskrank werden. Damit sie Dich dann nicht falsch behandeln, hinterlegst Du am besten die folgende Willenserklärung bei einem Notar und trägst zusätzlich Kopien davon zusammen mit dem Patiententestament in einem Beutel oder im Portemonnaie mit Dir. Zugleich gibst Du auch beglaubigte Kopien Deinen nächsten Angehörigen:**

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × »[Der Große GESUNDHEITS-KONZ](#)« × »[Natürlich Leben](#)«  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) (Important note!) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ☒ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/9/64.html> - Update: 13.01.2000 16:30

# 9. Kapitel. Lerne, zufrieden zu leben: einfach und urzeitnah!

## 9.65 Patienten-Willenserklärung



× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × »[Der Große GESUNDHEITS-KONZ](#)« × »[Natürlich Leben](#)«  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ☒ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/9/65.html> - Update: 13.01.2000 16:30

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# 9. Kapitel. Lerne, zufrieden zu leben: einfach und urzeitnah!

## 9.66 Verschaff Dir durch das Unterbewußtsein stärkere Kräfte!

»An die UrzeitKost und UrBewegung gewöhne ich mich von Tag zu Tag besser!«

Das ist der kleine Wundersatz, den Du weiterhin mindestens zwanzigmal täglich zu Dir selber sagen solltest. Angefangen vom frühen Morgen bis zum Einschlafen am späten Abend - wenn Du Dich schwer damit tust, auf die neue Bewegungs- und Kostform überzugehen.

Gleich nach dem Aufstehen sagst Du es Dir. Sodann vor dem ersten Training der UrBewegungen. Und später vor dem ersten Biß in die Früchte, die Du Dir zum Frühstück bereitgelegt hast. Du wiederholst den Satz auf dem Weg zur Arbeit, während der Arbeit, vor dem zweiten Frühstück und so fort. Damit Du es nicht vergißt, schreibst Du die Worte auch auf kleine Kärtchen, die Du überall in die Taschen Deiner Kleidung und an alle gut sichtbaren Plätze Deiner Wohnung plazierst. Auf andere kleine Kärtchen schreibst Du den Satz: Ich denke nur noch positiv! Verteile Kärtchen an den verschiedensten Orten und Stellen, wie in Deiner Geldbörse, Deinem Taschentuch, unter der Bettdecke. Du klebst sie an Deinen Wecker, die Leselampe und auf die Instrumententafel Deines Autos, steckst sie unter Deine Uhr und in Deinen Trainingsanzug. So wirst Du ständig an das positive Denken erinnert. Und wenn es dann an Deinen täglichen Lauf gehen soll und Du dann irgendwo auf einen dieser Zettel stößt, dann denkst Du nicht mehr: »Mich widert schon jetzt der Gedanke an, daß ich gleich laufen soll«, sondern: »Was ein Glück, daß ich heute noch laufen und mich danach so herrlich wohl fühlen kann!« Ja, Du hast wirklich Grund zur Freude: Denn andere, dumpf dahin vegetierende Menschen erleben das in ihrem Leben nie!

Und beim Laufen oder Intensivgehen - wenn Du das Kärtchen in der Hosentasche spürst - stöhnst Du dann nicht: »Mein Gott, nicht mal die Hälfte des Weges liegt hinter mir«, sondern Du rufst: »Fast die Hälfte hab' ich schon geschafft! Jetzt, wo ich so richtig warm bin und mich eingelaufen habe, ist der Rest nur noch 'ne Kleinigkeit! Vielleicht häng' ich noch ein Kilometerchen dran!«

Und wenn Du an Deinem Eßplatz eines der Kärtchen findest, dann denkst Du nicht: »Zum Teufel mit der UrKost!«, sondern:

**»Die anderen, die krank bleiben, haben das Wohlgefühl nur für eine kurze Zeit im Mund beim Essen. Ich habe aber ein noch besseres Wohlgefühl davor und danach für lange Zeit: nämlich in meinem ganzen Körper.«**

Und: »Der Mensch ist ein Gewohnheitstier - bald macht mir das Essen härterer Kost nichts mehr aus!«

Ja - es ist fast zum Lachen, aber ob Du es glaubst oder nicht: das wirkt! Du mußt diese Sätze, so bald Du Dich daran erinnerst oder durch die Kärtchen daran erinnert wirst - nur leise oder laut zu Dir sagen. Denn: Durch Sprechen kannst Du nicht nur Einfluß auf andere nehmen, Du kannst Dich durch diese stärkste Form der Autosuggestion auch selbst stark beeinflussen. Und Du wendest nun die Methode zu Deinem Besten an. Denn das Sprechzentrum im Gehirn besitzt die Herrschaft über alle anderen Nervenfunktionen, wie man heute festgestellt haben will.

Das ist sehr wichtig: Jeder Appell, Dich oder andere für etwas Schweres zu motivieren, muß positiv ausgedrückt werden. Falsch ist es zu sagen: »Ich trinke/rauche/esse jetzt weniger.« Richtig dagegen: »Ich esse gerne Früchte, weil sie so erfrischen.« Oder: »Sobald ich Lust zum Rauchen oder Essen bekomme, mache ich einen Spaziergang.« Als Mutter sagst Du nicht: »Keine UrKost - kein Ballspielen«, sondern: »Wenn Du Deine UrKost gegessen hast, kannst Du nachher auch zum Ballspielen gehen.«

**Was es auch ist, das Dir schwer fällt: Mit der Eigensuggestion wirst Du es schaffen. Du darfst nur nicht zu bequem dafür sein und mußt es Dir ständig täglich vorsagen. Gerade Du als Leser dieses anspruchsvollen Werkes kannst das schaffen - wer erwirbt schon ein solches Buch! Daß Du es in Händen hältst, beweist doch, daß die Kraft positiven Denkens in Dir liegt und Du zu den besonders wertvollen Menschen gehörst.**

**Also sagst Du Dir: »Mit dem Nichtrauchen finde ich mich von Tag zu Tag besser ab!« Oder ähnlich: »Ich freue mich so aufs Laufen - danach fühle ich mich stets wie neu geboren!«**

Es war Emil Coué, der vor etwa 80 Jahren die Wirkung positiver Sätze entdeckte und damals weltberühmt wurde, weil diese Methode seinerzeit so gut anschlug. Ich greife sehr gern auf früher so erfolgreiche Methoden zurück - besonders, wenn sie völlig unschädlich sind und keiner Gifte bedürfen. Du magst sie einmal ein paar Wochen bei Deinem Kind testen, indem Du es nur noch lobst, statt zu schelten. Und schnellstens wirst Du ein lernwilliges, auf jeden Fall aber ein willigeres Kind als vorher haben.

Mach Dir also die wundersamen Kräfte des Unterbewußtseins zunutze! Coués Standardsatz war: »Es geht mir mit jedem Tag und in jeder Hinsicht immer besser und besser.« Und mit der UrTherapie bleibt das nicht nur eine Placebowirkung, wie damals bei ihm.

Auch gegen Schmerzen soll diese Zauberformel helfen. Versuch's mal. Wichtig ist dabei - weil man bei starken Schmerzen kaum eine Minute gezielt denken kann -, daß Du zu Dir dann sehr schnell hintereinander die Worte sprichst: »Es geht weg, weg, weg...« Eine Minute soll genügen, bis es wirkt - selbst wenn Du Zweifel daran hegst.

Sehr wichtig ist, so sagt Coué: Du mußt dabei die Augen schließen und mit einer Hand oder

beiden Händen über die schmerzende Stelle - bei seelischen Schmerzen über die Stirn - streichen. Und das sehr sanft! Kommen die Schmerzen wieder, mußt Du es so lange wiederholen, bis die Schmerzen vergangen sind.

Diese einst angeblich sehr erfolgreiche Methode der Schmerzbekämpfung ist heute völlig in Vergessenheit geraten - wie so einiges, was ich aufspürte, wie z.B. die Behandlung offener Wunden. (®Rz282) Aber Du mußt wissen: Du kannst Deinem Körper nur für eine kurze Zeit weismachen, er habe keine Schmerzen, wenn er Grund dafür hat, sie Dir durch Schmerzempfindung anzuzeigen. Etwa weil Du ihn falsch ernährst, ihn nicht genügend bewegst oder Probleme ungelöst läßt. (Mit anderen Worten: wenn Du die UrTherapie bei Dir nicht schnellstens verwirklichst.) Tust Du dies jedoch, dann kannst Du Dir aus dieser Kraft der Eigensuggestion wertvolle zusätzliche Hilfe holen.

Ich habe zwar gute Ergebnisse mit der Stärkungsformel gemacht, besitze aber leider keine eigenen Erfahrungen hinsichtlich der Schmerzbeeinflussung, da ich keinerlei Schmerzen mehr kenne. Wer sich mit den Coué-Sätzen oder dem »Es geht weg, weg, weg« bei gleichzeitiger UrTherapie helfen konnte, der möge es mir bitte zum Nutzen aller anderen Schmerzgeplagten mitteilen. 2190

»Rätst Du mir nicht zur Meditation?«

Wenn sie Dich stärkt, ja. Vor allem nicht religiös gebundene, aber doch verinnerlichte Menschen können aus der Meditation zusätzliches Wohlbefinden und Stärke gegen ihr Kranksein schöpfen. Dadurch ist es vielen möglich, durch Versenken in einzelne Meditationstechniken, sich mit einer angenommenen höheren Kraft zu verbinden, Selbstsicherheit zu gewinnen und sich wohler zu fühlen.

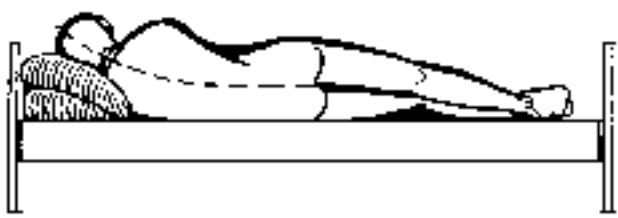
Man argumentiert nicht: »Wenn die Umstände anders lägen, wäre ich glücklich.« Das Sagen des Meditierenden lautet: »Wenn *ich* anders wäre, könnte ich glücklich sein.« Als Meditierender kannst Du besser die Einsicht gewinnen, daß Du niemals ein Opfer, sondern ganz im Gegenteil Urheber und Gestalter Deiner Lebensumstände bist. Da Du nun weißt, worauf es ankommt, kann ich Dir nur raten: Wenn Du Dich davon angezogen fühlst, probiere es mal aus. Wenn Du schon meditierst, dann sitz aber nicht in einem Zimmer herum. Verbinde Deine Meditation mit den Kräften, die Dir aus der Biophotonenabstrahlung der Natur zufließen: Gehe dazu in Feld und Wald! Und zu Hause stärke Gefühlstiefe und Intelligenz mit Mozart-Musik! 9451

»Über das Schlafen hast Du bisher noch kein Wort verloren«, sagst Du. "Für mich ist das ein echtes Problem, daß ich nachts so schlecht schlafen kann, wo ich doch tagsüber so fest zu schlafen vermag.

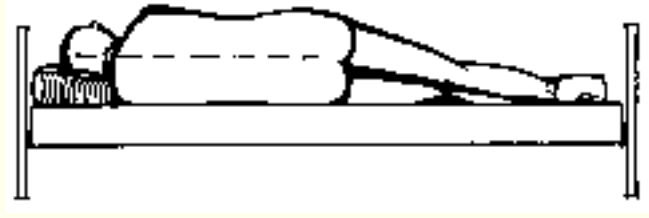
Ich wollte Dich ja auch nicht über das Buch einschlafen sehen... Die Arbeit im Bereich der Gefühle kann nur dann erfolgreich sein, wenn sich Dein Körper in einem natürlichen Wach- und **Schlafrhythmus befindet. Der Mensch ist kein Nachtwesen! Der Gorilla bereitet bereits gegen 18 -19 Uhr sein Schlafnest vor.**<sup>4300ff</sup> **Die Menschenaffen schlafen flach und hart! Dein**



Kopf, Nacken und Rücken sollten eine gerade Linie bilden. Nach dem Erdfasten und 12 Wochen Urzeitkost kannst Du auch wieder flach schlafen und damit den Lungen ein freies Atmen ermöglichen, was unbedingte Voraussetzung für einen tiefen und erholsamen Schlaf ohne Verspannung am Morgen ist. Das beugt gleichzeitig dem Schnarchen vor. (Wer trotzdem damit seinem Partner die Nacht schwer macht, der hole sich in der Apotheke das in die Nase einzuführende kleine Plastikteilchen »Nozovent« und berichte mir, ob er dann auch noch gut damit schlafen kann.)



Als



Kissen hat sich nach langen Versuchen bei mir eines mit Naturfüllung bestens bewährt: 25 cm breit, 65 cm lang ca. 8 bis 15 cm hoch, mehr oder weniger fest mit Kapok gestopft. Das kannst Du Dir auch selbst machen. Einfach ein entsprechend geschnittenes Leinensäckchen nähen, Kapok<sup>9858</sup> einfüllen, probieren, ob man gut darauf liegt, eventuell etwas Kapok herausnehmen oder dazufüllen, oben zunähen. Als Bezug nimmst Du Baumwollbiber, für den Sommer Naturseide. Dazu schneidest Du den Stoff wie folgt zurecht: Ein Stück in der Größe von 26 cm mal 91 cm, das andere 26 cm. Lege beide Stücke nach dem Umsäumen aufeinander, schlage das längere Stück nach innen ein, und nähe drei Seiten zu. Die vierte obere, an der sich das eingeschlagene (aber an den Seiten ebenfalls fest angenähte) Stück befindet, bleibt offen und nimmt das Kapokkissen als Schutz auf, worauf die verbliebene Lasche nach innen eingesteckt wird. Natürlich schläfst Du auch auf Kapokmatratzen am besten - sie dürfen nur nicht so hart gestopft und müssen mindestens 20 cm bis 25 cm hoch sein.<sup>9858</sup> Merke Dir unbedingt: Nur unter natürlicher Bedeckung und auf natürlichem, ziemlich hartem Lager schläfst Du erholsam. Denn: Nachts schwitzt jeder. Nur Laken aus Baumwolle oder Seide lassen Luft gut durch und nehmen Schweiß auf. Das hält die Körpertemperatur stabil. Unter Kunstfasern wird es zu warm, Du deckst Dich ab, frierst und wachst auf. (©Rz.980/4) <sup>2442, 8202, 8223</sup>

Wenn Du ein bißchen empfindlicher als andere bist, dann kannst Du immer noch mit Schlafstörungen,<sup>1915</sup> insbesondere Problemen beim Aufstehen, Konzentrationsstörungen, Nachlassen der Leistungsfähigkeit, Kopfschmerzen, Schulter-Arm-Problemen, Schilddrüsenstörungen u.a. zu tun haben, falls Du - das nimmst Du mir kaum ab - eine Uhr an Deinem Handgelenk trägst.<sup>9663</sup> Ja! Bei mir selbst wirkt die nach ein, zwei Stunden des Tragens derart unangenehm, daß ich sie einfach abziehen muß! Ehe Du aufstehst, recke, strecke und dehne unter der warmen Decke tüchtig Deine Glieder. So treibst Du am besten die Müdigkeit raus.

Merke: Das Tageslicht ist nämlich ein wichtiger Zeitgeber für die Bio-Uhr des Menschen. Von dem Einfall des Sonnenlichtes ins Auge hängt unter anderem die Bildung des Schlafhormons Melatonin ab. Helles Licht unterdrückt das . Und das hält Dich wach.

Wenn es Dir irgend möglich ist, so gehe ein paar Stunden vor Mitternacht zu Bett, und stehe dafür früher auf: Du wirst Dich allein dadurch viel wohler fühlen! Weil Du dann so wie in der

Urzeit schläfst! Was heißt: genau wie programmiert.

**Wie die Affenmenschen sich schon gegen 19 Uhr zur Ruhe zu legen, das schaffen wir wohl kaum, aber so zwischen 22 bis 23 Uhr sollte es auch bei uns möglich sein. Warum? Weil sonst bei der UrKost später wieder Hunger aufkommt. Und der wird dann gerne mit Schlechtkost gestillt - was Dich dann wiederum lange wach hält. Und am Morgen, wenn Du raus sollst, fühlst Du Dich völlig kaputt, weil Dir der nötige Tiefschlaf gefehlt hat.**

Vor dem Schlafen solltest Du Dich allerdings körperlich genügend müde gemacht haben. Sage konsequent »Nein« zu spät liegenden Festlichkeiten, Restaurantbesuchen und Fernsehfilmen - insbesondere dann, wenn Du schon älter oder sehr krank bist. Alles wirft Dich zurück, was Dich aus Deinem gewohnten Tages-Nacht-Rhythmus bringt.<sup>9871</sup> Gib Deinem Körper Gelegenheit, seiner genetischen Programmierung nachkommen zu können: Genügend kräftige UrBewegung am Tag, zwischen 9 bis 10 Uhr abends ins Bett, zwischen sechs und halb sieben regelmäßig aufstehen.

**Und: Beklage Dich nicht, Du könntest schlecht einschlafen, bevor Du nicht vorher bis zur Erschöpfung Kniebeugen gemacht hast. Mindestens 30 sollten es sein, wenn Du ein unsportlicher Typ bist.**

Und geh konsequent vor dem Schlafen eine gute halbe Stunde in der Natur spazieren. Das bläst allen Kummer hinweg! Erspare Dir auch aufregendes Fernsehen vor dem Schlafen. Eine Anregung: Lausche lieber ein Weilchen besänftigender Musik, wie etwa der Kantate »Ich habe genug« von Johann Sebastian Bach (mit dieser ergreifend schönen Arie »Schlummert ein, ihr matten Augen«), was Du aber richtig heute mit »genug von der Hetze des Tages« interpretieren solltest.<sup>9451</sup>

Du kannst nicht einschlafen? Dann mußt Du Deine innere Uhr durch Schlaf-Fasten wieder richtig stellen, die sich bei Dir erst so gegen vier Uhr morgens auf völlige Nachtruhe eingestellt hat. Das geht so:

Du gehst eine Samstagnacht nicht zu Bett, machst gegen sieben Uhr Dein UrzeitTraining und ißt danach jede Stunde etwas Obst mit Grün. Dazwischen läufst Du viel im Freien und trainierst mit Hanteln, so daß Du abends gegen 21 Uhr wirklich geschafft und müde ins Bett fällst.



Zuvor stellst Du Dir drei Wecker auf 5:45, 5:55 und 6:05 Uhr. So wirst Du unter Garantie wach und bist im Schlafrhythmus drin. Nun mußt Du Dich abends immer richtig müde machen und die Schlafenszeit von 22 Uhr bis 6 oder 7 Uhr regelmäßig durchziehen. Das bedeutet: Rücksichtslos das Fernsehen um 22 Uhr ausschalten!

Du magst es aber auch mal mit der "paradoxen Intension" versuchen: Das funktioniert so. Man liegt im Bett, will wach bleiben, sträubt sich gegen die Müdigkeit. Sobald man nicht mehr

zwanghaft versucht einzuschlafen, geht alles wie von selbst. Vielleicht klappt das bei Dir.

Zum Einschlafen Akupressur zu Hilfe nehmen?<sup>8217</sup>:

Drücke mehrmals mit dem Finger auf die Küchenwaage, bis sie 800 Gramm anzeigt. Mit diesem Druck führst Du dann die Akupressur durch. Hierzu legst Du die Fingerkuppe senkrecht auf den angezeigten Punkt. Mit sanftem Druck durch feine, kreisende Bewegungen der Fingerkuppe den angegebenen Punkt massieren. Dabei langsam bis sieben zählen. Dann den Druck lösen. Der Finger ruht fünf Sekunden auf dem Punkt, ehe man wieder von vorne beginnt. Dreimal wiederholen.

Nach einer anderen Theorie sollen sich weitere »Einschlafpunkte« oben auf den Fingerspitzen befinden. Fünf Minuten habe man die zu massieren und zu pressen, um schneller einschlafen zu können. Daß ich daran nicht glaube, kannst Du Dir denken. Wie willst Du vor Müdigkeit einschlafen, wenn Du - weil Du Dich tagsüber zu wenig bewegt oder abends zuviel gefuttert hast - nicht genügend ermüdet bist?! Ich drücke zudem im Bett lieber was anderes als meine Finger...

Bei Bauchschmerzen soll ein Druck oder eine leichte Massage auf die Haut (mit Zeige- und Mittelfinger) kurz neben den Nasenlöchern helfen. Bei beiden Vorschlägen genügen fünf Minuten Druck bzw. Massage. Aber ich will so harmlose Hinweise gerne mal zum Ausprobieren geben. Wem es hilft, der mag es mir zum Nutzen aller schreiben.



Das allerbeste Einschlafmittel vergiß nicht: Die Hormone, die beim Liebesspiel Dein eigener Körper ausschüttet! Und Laufen und Naturtraining – aber täglich! Aber auch beim Aufwachen solltest Du es mit den Primaten halten. Die springen

nicht gleich hoch. Sie geben den noch im Körper steckenden Schlafhormonen Zeit, sich abzubauen. Im Schlafnest recken und strecken sie sich zuerst, und zwar ganz - gemütlich, bis sie sich dann aufmachen.



Bett Knie anziehen, auf Schultern stehen und die Beine nach links und rechts ablegen. So ist Dein Rücken den ganzen Tag über gestärkt.



Ausgiebig gähnen und rekeln nach dem Aufstehen und dabei kräftig beide Arme nach unten drücken!

Decke abwerfen und sich ohne Abstützen der Arme aufrichten!

Vielen Menschen ist selbst bei einfachsten Dingen nicht zu raten. Die wissen immer vorher alles besser. So sagte ich z.B. einem Seminarteilnehmer, der über eine ständig verstopfte Nase klagte: Schnufen Sie so lange Wasser durch die Nase, bis sie frei ist. Und abends getan, muß sich ihre Freundin oder Frau morgens nicht darüber ärgern, daß Sie in der Nacht mal wieder geschnarcht haben.

Prompt kam die Antwort: »Das würde mir nichts nutzen, mein Schleim sitzt bei mir viel zu tief!«

Erkenne: Wir alle sind nur zu gerne bereit, auch die kleinsten unangenehmen Dinge im privaten Bereich schnell von uns wegzuschieben. Sei Du nicht so borniert. Die Gesundheitsratschläge dieses Buches sind allesamt erprobt und bewährt.

Schrieb mir ein Leser: »Das Erstaunlichste war für mich nicht die Befreiung von meiner Krankheit, sondern, daß meine Frau wieder neben mir schlafen konnte, weil ich nicht mehr schnarchte! Es war wie ein Wunder!«

Das ist so zu erklären: Die Lymphgefäße und die Lymphknoten in den Fasersträngen der vorderen Schilddrüsen- und Kehlkopfmuskulatur haben bei Schlechtkostessern übermäßige Reinigungsarbeiten zu vollbringen und vergrößern sich dadurch allmählich. Ihr Druck ist m.E. der Grund für das Schnarchen, das unsere Affenbrüder nicht kennen. Ist der Körper durch Fasten und UrKost gesäubert, fällt bei den meisten auch das Schnarchen weg.<sup>9434</sup>

Wer meint, ohne fremde Unterstützung und Hilfe nicht fasten oder keine UrNahrung essen zu können, dem bleibt als Ausweg noch das Teilnehmen an einer Fastenwanderung (®Rz982) oder ein Seminar im UrMedizin-Gesundheitshaus.<sup>9878</sup>

**Nochmals zur Erinnerung: Suchst Du nach einem bestimmten Tatbestand, dann studiere nicht das Inhaltsverzeichnis, sondern das Sachwortverzeichnis am Buchende. Wegen der Vielschichtigkeit der Materie findest Du die Ausführungen zu einem Thema oft an verschiedenen Stellen.**

Wer meint, ohne fremde Unterstützung und Hilfe nicht fasten oder keine UrNahrung essen zu können, dem bleibt als Ausweg noch das Teilnehmen an einer Fastenwanderung (®Rz982) oder der Gang in das »UrMedizin«-Gesundheitshaus.<sup>9878</sup>

**Nochmals zur Erinnerung: Suchst Du nach einem bestimmten Tatbestand, dann studiere nicht das Inhaltsverzeichnis, sondern das Sachwortverzeichnis am Buchende. Wegen der Vielschichtigkeit der Materie findest Du die Ausführungen zu einem Thema oft an verschiedenen Stellen.**

*»Der Körper ist der Tempel des Geistes.« (hebräisches Sprichwort)*

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

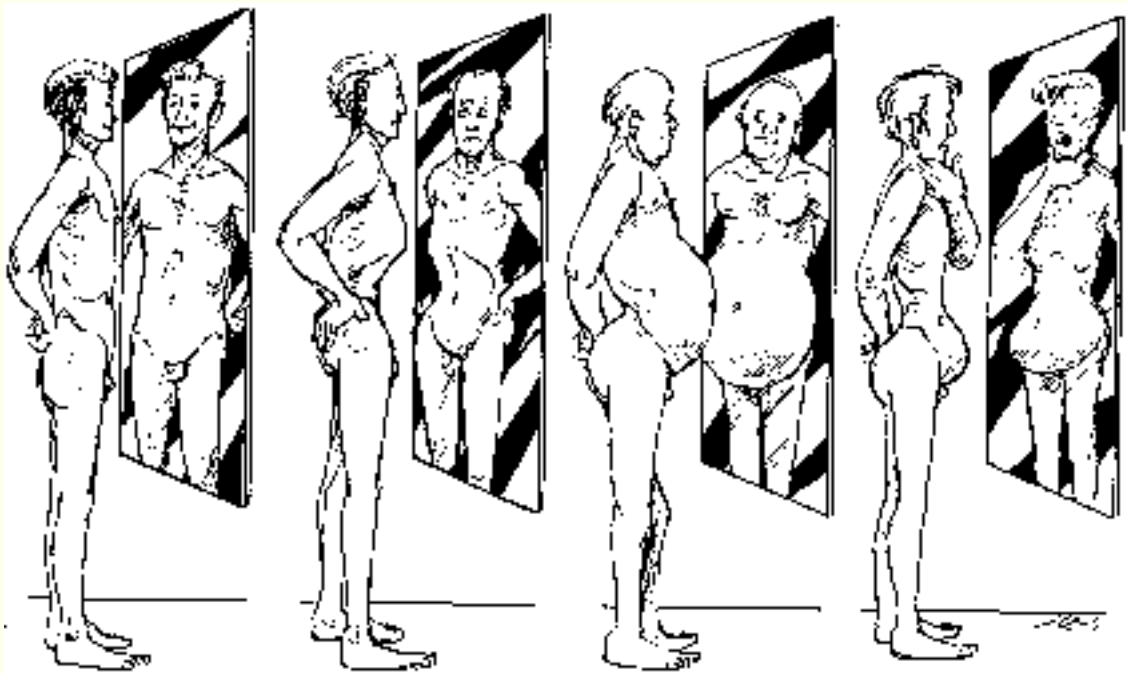
**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ☞ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/9/66.html> - Update: 13.01.2000 16:30

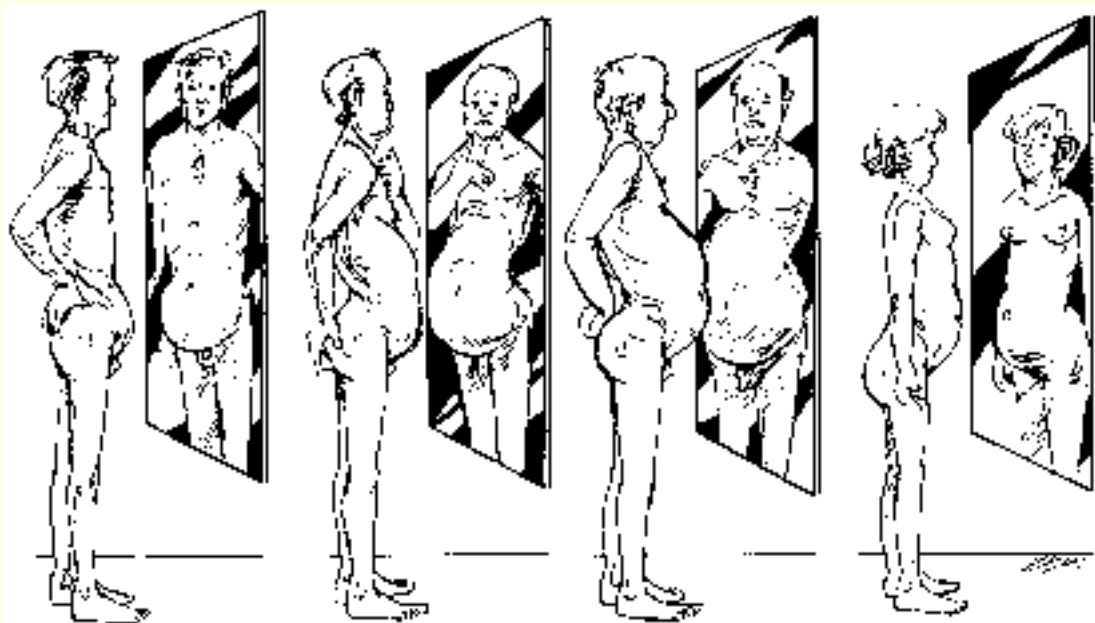
# 9. Kapitel. Lerne, zufrieden zu leben: einfach und urzeitnah!

## 9.67 Schau Dich mal ganz objektiv im Spiegel an:



Gutsitzender Darm Entzündeter Kahnbauch Aufgetriebenes Gedärm Erschlaffter Darm

**Schon von außen kannst Du erkennen, ob Dein Darm gesund ist!**



Entzündeter Kotdarm Erschlaffter Gas-Kotbauch Entzündeter Gas-Kotbauch Vergaster

Spitzbauch

**Na, nähert sich etwa Deine Figur einer der hier aufgeführten sieben letzten Abbildungen?**

**Meinst Du nicht, daß es dann höchste Zeit dafür wird, mit einem gesunden, bewegungsvollen und freudigen Leben anzufangen? Übrigens: Jeder zweite Mann hat ab Mitte 20 schon im Ansatz einen Bauch. In den Heiratsanzeigen findet sich, dem bereits anpassend, immer öfter das Sätzchen: »Etwas Bauchansatz darf er schon haben.«**

*»Weise Lebensführung gelingt keinem auf bloßen Zufall hin. Solange*

*man lebt, muß man lernen, wie man richtig leben soll.« (Hippokrates)*

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ☒ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/9/67.html> - Update: 13.01.2000 16:30

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a>	× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr
--	---

# 9. Kapitel. Lerne, zufrieden zu leben: einfach und urzeitnah!

## 9.68 Nachwort

»Unanfechtbare Wahrheiten gibt es nicht, und wenn es welche gibt, so sind sie langweilig«, sagt Theodor Fontane im »Stechlin«. Ich überlasse es Dir, liebe Leserin, lieber Leser, zu beurteilen, ob das auf unsere gemeinsame Wanderung zur Wahrheit auch hier zutrifft... Vielleicht hast Du es schon bemerkt - mein großes, heimliches Anliegen war: Dir, lieber Leser, das weise Wirken der Natur erkennbar zu machen und Dich der Natur, die wir uns alle so zu vergessen bemühen, wieder näherzubringen. Und nach 10.000 Jahren wieder denkbar gemacht zu haben, daß wilde Pflanzen und Früchte uns als eigentliche Nahrung bestimmt waren und sind.

Einer einfachen Sprechweise völlig entwöhnt, verübeln mir viele intellektuelle Leser meine Direktheit und ärgern sich, daß ich »Ihresgleichen« so bloßstelle, wie ich deren Schreiben entnehme. Auch wenn sie aufgrund ihrer Intelligenz durchaus in der Lage sind, die hier von mir aufgewiesenen Zusammenhänge zwischen ihrer falschen Lebensführung und ihren Krankheiten zu erkennen, bestehen manche trotzig darauf, lieber krank zu bleiben, als sich auf so »primitive Art« belehren und gesund machen zu lassen.

Die argumentationslose, vielfach wütende Ablehnung der UrTherapie bestätigt mir die These der Psychologen, daß der Mensch nur die Informationen aufnimmt, welche seine eigenen Vorurteile bestätigen.

»Na ja, Du schockierst die Leute ja auch ganz schön«, sagst Du.

Was ich beabsichtigt habe. Jahrtausende lang hat dieses Schädigungskomplott Schulmedizin-Pharmazie die Naturheiler verfolgt, verlacht, gedemütigt, ins Gefängnis werfen lassen (@Rz966, LV1069,9981). Da muß es doch endlich einen geben, der sie von ihrem hohen Roß herunterholt und sie mitsamt ihrem Panzer, geschweißt aus Arroganz, Unbarmherzigkeit und Lüge, mal hart auf den Boden der Wahrheit aufprallen läßt. Und: Wie sonst soll ich die Menschen dazu bringen, über ihr und der Erde Weiterleben sich tiefere Gedanken zu machen? Aber wie das so ist: Gustav Mahler - hat es uns mit Antonio von Paduas Fischpredigt so kunstvoll vertont: Die Predigt hat g'fallen - sie bleiben die alten. Ich weiß ja, daß ich mit diesem Buch so etwas wie die Quadratur des Kreises versucht habe, aber das war es mir wert.

Nach diesem langen Gespräch mit Dir keimt in mir schon einige Hoffnung, daß Du danach nicht mehr der alte Stockfisch bleibst: weiter steif, hart und unbeweglich. Es war schon hart für Dich:

**Anstatt Dir eine erwartete, bequem einzunehmende »UrMedizin« zu geben, nahm ich Dir**



**etwas: Ich nahm Dir Deine bisherige Liebe zu krankmachenden Genüssen und vor allem Deine Verehrung und Dein Vertrauen zu den Göttern in Weiß. Und ich nahm Dir das gute Gewissen, Dein Leben weiter so gedankenlos fortzusetzen wie bisher. Nun entscheidest Du ganz für Dich: ob Du dazulernen willst - oder ob Du mit Deinen Gliedern noch unbeweglicher, mit Deinem Körper noch kränker und mit Deinem Denken noch verhärteter werden und unsere schöne Erde noch mehr zu zerstören mithelfen willst...**

Auch wenn Du zu der konservativen Sorte von Menschen gehören solltest, die starrer in ihren Ansichten sind und deshalb zu mehr Vorurteilen neigen.<sup>9829</sup> Du hast vor allem dies erreicht: Du bist nachdenklicher geworden.

Du schlingst nicht mehr jeden Dreck in Dich hinein. Du paßt besser auf Dich auf. Du bist aufgeschlossener und williger, etwas mehr für Deinen Körper zu tun. Alles in allem: Du hast doch so manches dabei gewonnen.

Du selbst hast hier gelernt, Dein Tun und Lassen in größeren Zusammenhängen zu sehen. Um mit Goethe zu erkennen, wie eins ins andere webt. Daß Du gut daran tust, Dich mehr für den Erhalt der Natur und damit der Erde einzusetzen - und dieses Wollen an andere weiterzugeben. Wenn ich Dich für diesen letzten Gedanken gewinnen konnte, habe ich wenigstens etwas von den Fehlern, die ich in meinem Leben bisher machte, mit diesem wieder Buch gutgemacht. Wenn nicht, so schenk das Buch wenigstens einem, dem es Ernst mit seinem Gesundwerden ist.

Wenn Du etwas Wesentliches zu diesem Buch zu sagen hast - harte Kritik ist mir am liebsten - , wenn Du mir gar Verbesserungsvorschläge geben kannst, dann danke ich Dir schon jetzt für Deine Hilfe, das Leid dieser Welt zu mindern. Herzlich willkommen sind mir Deine eigenen Erfahrungen mit der UrTherapie, und ob Du Dich mit ihr wieder gesund machen konntest. Lobe mich nicht dafür:

Wenn Du durch das Buch leidensfrei geworden bist, dann ist das allein dem Verdienst Deiner Einsicht und Deines Wollens zu danken. Und keineswegs ist es mein Verdienst.

Doch verzeih mir, wenn ich zu dummen Briefen oder zu solchen, die nicht von Mitgliedern des Bundes für Gesundheit sind, sowie denjenigen mit endlosen Krankheitsberichten und ärztlichen Gutachten - die ich dutzendweise jeden Tag erhalte - nicht Stellung nehmen darf und kann. Schließlich hat meine Familie lange genug auf mich verzichtet und jetzt ist auch noch in meinem 72. Lebensjahr ein kleiner Florian dazugekommen. Und alle wollen weitere Aufdeckungs-Bücher und gute Artikel und Neuigkeiten in unserer Zeitschrift »*Natürlich Leben*« von mir. Und meine Delia erwartet schließlich noch acht weitere Kinder von mir! Wie soll ich dazu kommen, wenn ich mich bis spät in die Nacht hinein kaputtarbeite?

**Eine geradezu verhängnisvolle Haltung nach dem Lesen meines Buches nimmst Du ein, wenn Du Dir sagst: Es muß doch noch etwas anderes geben, an Krankheit und Zahnverfall vorbeizukommen als die harte UrTherapie. Du kannst es meiner 40jährigen Erfahrung mit zigtausend Kranken abnehmen: Es gibt keinen anderen Weg! Doch such**

## von mir aus ruhig weiter nach einem Wunder...

Übrigens, ich ziehe keinen persönlichen Nutzen aus diesem Buch: Das dafür erhaltene Honorar leite ich sofort zur Gesundheitsförderung der Menschen weiter. Nun verabschiede ich mich von Dir, lieber Leser. Mit dem Gefühl, die Wollenden angeregt und den Handelnden zur Gesundheit verholfen zu haben. Ich habe mich nach Kräften bemüht, Dich von der Vergottung der Medizin und Wissenschaft und den Irrwegen des Lebens abzuhalten.

Obwohl sie nun das Buch gelesen haben und wissen, daß es allein auf sie selbst ankommt, reisen noch viele von weit her, um mich persönlich zu sprechen. Obwohl es wirklich nicht mehr zu sagen gibt, als hier im Buch steht. Und wenn sie mir dann die Zeit gestohlen haben (der einzige Diebstahl, der leider nicht strafbar ist!), stelle ich fest, daß es Menschen sind, die nur reden wollen.

Reden, reden, reden - aber nicht handeln und beginnen wollen, die Grundsätze der UrMethodik bei sich in die Tat umzusetzen. Und dann die vielen an Telefonitis Leidenden! Die leider nicht mit der UrMedizin zu heilen sind... Ein Anruf gegen Mitternacht: »Herr Konz helfen Sie mir! Für nächste Woche hab' ich 'ne Kur durchgeboxt, und da möchte ich vorher topfit sein. Sie verstehen, nicht wahr? Vielleicht können Sie mir die Inhaltsstoffe für 'ne besonders potenzstärkende Ladung an UrMedizin mal kurz durchgeben.« Seit der Zeit kriegen mich keine 10 Pferde mehr ans Telefon...

Laß Dir danken für Deine Aufmerksamkeit, mit der Du meinen nicht immer leicht zu verdauenden Ausführungen gefolgt bist. Unsere Zwiesprache war in vielen Teilen aber doch recht fruchtbar. Du wirst ja wohl nicht zu den wie folgt gearteten Menschen gehören:

So erzählte ich über meine eigenen Erfahrungen in einem Workshop, wie sehr die Urmedizin meinem Gedächtnis zugute gekommen sei: »Ihr könnt es mir glauben«, rief ich in den Saal, »ich bin äußerst froh darüber, daß ich jetzt wieder alles so gut behalten kann!« Worauf es aus der hintersten Ecke schallte: »Dann ist die UrMedizin aber nix für mich. Ich bin äußerst froh darüber, daß ich so vieles vergessen kann.«

Der Verfasser

Pagemaker Color-Seite "[Menschen-Baum](#)"

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service** : [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen** :

**Kontakt** : [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ☒ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL** : <http://www.bfgev.de/dggk/9/68.html> - Update: 13.01.2000 16:30

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# Kapitel 9: Argumente des Verfassers zur Beweisführung

## 9.71 Referenzen zur UrTherapie

"Wer heilt hat Recht"

Diese folgenden Referenzen wurden mir bzw. dem Bund für Gesundheit unaufgefordert zugesandt. Sie stellen nur eine kleine Auswahl von hunderten dar. (Notarielle Beurkundung ® Ziffer [56])

### **Anämie**

»...sind nun 93 bzw. 82 Jahre alt und frei von Anämie und Krankheiten und den üblichen Altersbeschwerden, seitdem wir die UrMedizin nehmen. Lange Jahre behandelt und krank, wurden wir in drei Monaten gesund.«(H. und J. K., aus H.)

### **Tumor in der Gebärmutter - kurz vor der Operation**

»...wurde ein großer Unterbauchtumor mit einem sonographisch gemessenen Durchmesser von 15 cm festgestellt. Der Tumor reichte bis vier Querfinger unter den Nabel.« (Gutachten Dr. F. C., Arzt für Frauenheilkunde, M. ,füge ich bei.)

»Der Gynäkologe hielt eine Operation für unumgänglich, machte mich aber gleichzeitig darauf aufmerksam, daß es bei dessen Größe nicht möglich sei, die Gebärmutter zu erhalten...habe dann nach Lektüre dieser Bücher meine Ernährung total auf rohe Kost umgestellt, als ich am 24.4.89 fürchterliche Entgiftungserscheinungen bekam (*weil sie ohne Erdfasten sofort auf die neue Kost übergang!* Der Verfasser). Drei Tage war es die Hölle, danach ging es etwas besser. Dann folgte erneut eine Entgiftungskrise...Am 8. Tag wurde mein Unterleib, der immer hart war und wie ein Fußball vorstand, plötzlich wabbelig und weich. Am 31.5.89 steht in meinem Tagebuch: Mein Bauch ist wieder vollkommen platt. Doch der Gipfel der guten Dinge ist die Tatsache, daß ich jetzt, 25.3.1990, schwanger bin. Für mich ist das so unglaublich, daß ich es immer noch nicht recht fassen kann.«

Schreiben vom 25.6.1990:»...am 3.6. einen gesunden Jungen zur Welt gebracht. Habe mir aus Ihrem Buch eine angenehme Geburtsstellung ausgesucht. Dafür, daß Sie die Geburt so phantastisch beschrieben haben, möchte ich Ihnen herzlich danken, habe keine Nachwirkungen von Medikamenten, keinen Dammschnitt, und der kleine Emanuel ist putzmunter und freut sich, daß ihm niemand Blut abnimmt oder ihn impft, und was auch immer sonst im Krankenhaus mit Mutter und Kind noch angestellt wird.« (E. J., aus O.).

### **Gicht**

»Mein Mann war vorher stark an Gicht erkrankt, er ist jetzt wieder völlig gesund! Vor Ihrer Nahrung hat er jahrelang Ärzte aufgesucht. Wir bedanken uns von ganzem Herzen.« (A. W., aus W.).

### **Nierenbeschwerden**

»Lieber Franz Konz, als ich in Deinem Buch von den künstlichen Vitaminen und den Tees las, habe ich das Zeug auf der Stelle nicht mehr angefaßt. Nur klaren Sprudel in immer kleineren Mengen habe ich getrunken. Nach wenigen Tagen vermißte ich plötzlich meine Nierenschmerzen. Immer waren sie da und nun waren sie plötzlich fort.« (M.S., aus B.).

### **Prostata**

»...Der größte und schwerste Kampf muß gegen unsere Bequemlichkeit, oft aber auch gegen unsere Dummheit geführt werden, die nicht bereit ist, sich vorurteilsfrei mit neuen Ansichten zu beschäftigen - nicht mal dann, wenn es um die eigene Gesundheit geht. Meine Prostatabeschwerden sind seit UrKost auf ein Minimum, vielleicht sogar im wahrsten Sinne des Wortes, zusammengeschrumpft.« (H.W., aus L.).

### **Bandscheibe**

»...erkrankte ich im Herbst so schwer an Kreuzschmerzen, daß ich fast nicht mehr aufstehen konnte...Mitglied geworden und nach dem Buch genau gelebt. Ich wog 86 kg, jetzt habe ich 70 und fühle mich sehr wohl und gesund. Bis heute hatte ich keine Schmerzen mehr mit dem Kreuz oder andere Beschwerden. Daß ich wieder gesund bin, danke ich Ihnen von ganzem Herzen.« (R.S., Sch.).

### **Schilddrüse**

»Ihre UrTherapie hat mich jetzt völlig von einem schweren Schilddrüsenleiden gesund gemacht.« (H.K aus W.).

**Multiple Sklerose** »1981 wurde durch Lumbalpunktion Multiple Sklerose diagnostiziert. Ich bekam jede Menge Kortison und Psychopharmaka...Im Herbst 1985 stelle ich erneut meine Ernährung um. Nun sind es schon 15 Monate - ich benötige weder Arzt noch Medikamente.« (M. Z., aus W.) ® LV 9983.

### **Fit und gesund - keine Altersleiden**

»Daß ich mit meinen 80 Jahren so geistig und körperlich beweglich und vollkommen gesund bin und mich wohl fühle, verdanke ich der Tatsache, daß ich nach den Regeln der UrMethode lebe und fleißig der UrMedizin zuspreche.« (H. H., aus W.)

### **Kreislaufleiden - Herzbeschwerden - Schmerzen**

»...seit Februar 1988 ernähre ich mich nun nach der UrMethode, die mir so gut bekommt, daß ich nie mehr zur gewöhnlichen Nahrung zurückkehren möchte.«

(Chr. K., aus B.B.)

### **Herpes auch bei Vollwertkost**

»...Meine Freundin probierte, ob die UrKost auch der Grund für die verschwundenen Bläschen am Mund war. Sie wechselte also zurück zu ihrer früheren Vollwertkost - und Herpes stellte sich prompt wieder ein! Sie stellte darüber hinaus fest: Nach dem Übergang zur UrMedizin verschwanden die Bläschen nach fünf, nach Wasserfasten in zwei Tagen.« (H. K., aus M.)

### **Primär-Polyarthritits, Rheuma - kurz vor dem Rollstuhl**

»...Nach dieser Krankengeschichte lautete die Verordnung des Naturheilarztes: Rohkost - wie vor der Erfindung des Feuers! - für mindestens ein Jahr, wenn nicht für immer. Nach dem ersten Schock siegte der Lebenswille: lieber Rohkost als Rollstuhl. Die bis dahin schon ein Jahr lang gegessene vegetarische Kost wurde radikal umgestellt auf Rohkost. Nach genau drei Wochen waren die Schmerzen weg! Sie sind bis heute, nach zehn Monaten, nicht wieder aufgetreten. Die Rohkosternährung wurde und wird konsequent eingehalten! Dabei wird Frau P. von ihrem Mann und ihren erwachsenen Kindern nicht nur moralisch unterstützt. Die ganze Familie ißt Rohkost, am Anfang aus Solidarität, heute aus Überzeugung. Jetzt ist der Verzicht auf Alkohol, Zucker, Weißmehl, Bohnenkaffee und durch Kochen zerstörtes Gemüse keine Strafe oder Minderung der Lebensqualität mehr. Im Gegenteil, es erscheint die frühere, normal übliche Ernährungsweise (mit totgekochten und totgebackenen Produkten, die Redaktion) immer fragwürdiger.« (Der Naturarzt Nr. 5/1988.)

### **»Das Wasser in den Beinen**

war bei mir so schlimm, daß ich nicht mehr gehen konnte. Nach vier Wochen UrMedizin verschwanden die Ödeme wie durch ein Wunder. Auch meine Atemnot und andere Altersbeschwerden wurde ich los. Auf die müde machende Kochkost habe ich bereits kein Verlangen mehr. Ich kann jedem Kranken die UrTherapie empfehlen.« (R. H., aus K.)

### **Brustkrebs - Todesengel flog weg**

»Ich stand kurz vor der Operation, als mir eine Freundin Ihr Buch zum Lesen gab, lieber Franz Konz. Ich wartete keine Stunde und fing noch am gleichen Tag mit dem Fasten an und bin jetzt fünf Monate nach Aufnahme der UrMedizin meinen Brustkrebs los. Einfach weg. So als ob es ihn nie gegeben hätte. Alles schüttelt nur noch mit dem Kopf, daß der über mir schon schwebende Todesengel wegflog.« (H.S., aus D.)

### **Asthma bronchiale / Chronische Nebenhöhlenentzündung**

»Empfinde ich als ein Wunder! Keine Arzneimittel mehr! Bin durch die UrTherapie wieder völlig gesund!« (W. A., aus B.)

## **Arthrose**

»...fing es bei mir so stark zu schmerzen an, so daß ich fürchten mußte, in absehbarer Zeit im Rollstuhl zu landen. Die Überzeugungskraft Ihres Buches hat mich dazu gebracht, meine Ernährung weitgehend auf die vorgestellten Thesen umzustellen. Die Schmerzen sind vollkommen verschwunden. Auch die Prostatavergrößerung ist gestoppt.« (K. Sch., aus E.)

## **Krücken weg**

»22 lange Jahre mehr oder weniger starker Bettlägerigkeit und Krücken infolge Endarteriitis obliterans waren damit durch rohe Kost überwunden. Bin jetzt mit 75 Jahren noch so leistungsfähig wie viele Jüngere nicht!« (Dr. E. J., aus D.)

## **Brustkrebs**

»Erstmals wurde im Frühjahr 1964 die Diagnose »Brustkrebs« gestellt. Meine damalige Therapie: strengste Rohkost ohne tierische Produkte jeglicher Art. Dauerwechselfuschen, viel Aufenthalt in frischer Luft, keine Medikamente. Nach 2 1/2 Jahren waren die Knoten verschwunden.« (L. Sch., aus A.) (Anmerkung d. Verf.: Mit Wildkräuter hätte sie dazu vielleicht nur ein halbes Jahr gebraucht...)

## **Ständige Depressionen, Kreislaufbeschwerden, Kopfschmerzen, Eisenmangel**

»Jeder Arzt verschrieb immer »bessere« Medikamente - die Beschwerden wurden immer schlimmer, und das mit 28 Jahren!

Nachdem ich Ihr Buch gelesen hatte, hörte ich schlagartig mit der Pille und allen Medikamenten auf. Ich hielt die Schmerzen ohne Medikamente aus und merkte, daß sie von Tag zu Tag nachließen. Nach sieben Tagen hatte ich keine Kopfschmerzen mehr, und es ging mir immer besser. Ich begann meine ganze Ernährung umzustellen. Bis heute hat mich keine Krankheit mehr heimgesucht und meine Kopfschmerzen bin ich auch los. Meine ganzen Beschwerden haben sich, dank Ihrer Hilfe, so gut gebessert. Ich habe mich in meinem ganzen Leben noch nie so wohl gefühlt, wie jetzt!« (S. R., aus Riesa)

## **»Impotenz, Saccharidose, Herzschmerzen u. Herzflattern**

durch 99% UrzeitKost weg.« (V. St., aus D.)

## **Nierenkrank, immer erkältet, grippale Infekte, chronische Müdigkeit**

»...Die Begründer anderer Ernährungs- und Lebenslehren werden neben Dir immer nur als

Kompromissmacher dastehen, sie werden laufend Ihre Grundsätze ändern müssen. Sie gehen alle einen weichen Weg, kommen eher in Mode - siehe Diamond »Fit fürs Leben«, haben somit mehr Publikum, damit auch mehr Resonanz bei Ärzten und Wissenschaft, und wo sind wir dann wieder - na? Du hast Deine Saat gesät und hast in mir eine Frucht gewonnen. Das Elend der Menschheit kann nur durch Rückbesinnung auf die Wurzel unseres Seins bekämpft werden. Möchte mich ganz herzlich bei Dir bedanken, einmal daß Du meinen Verstand zu meinen inneren Prägungen zurückgebracht hast...« (R. S., aus München)

### **Verkalkung, Prostata usw.**

»Ich hatte bestimmt erste Anzeichen von Prostata, Wasserlassen schleppend, letzter Strahl immer in die Hosen, Aftermuskelschwäche, Völlegefühl im Magen, Schweißausbrüche bei kleinsten Tätigkeiten, deren Ursache sicherlich eine Verkalkung der Herzkranzgefäße war, was sich durch die Reinigung mit der UrMethode nach 3 Wochen mit einem stechenden Schmerz ums Herz bis zur Schulter hoch bemerkbar machte und erst im Laufe von 5 Tagen wieder langsam verschwand. Meine Frau hatte Dauerkopfschmerzen und schlief schon monatelang fast keine Nacht mehr. Heute fühlen wir uns alle topfit und urgesund. Alle körperlichen Schwächen und Krankheitssymptome sind verschwunden.« (H. S., aus Chemnitz)

### **Krebs im Unterbauch**

#### **(Metastasierendes Sarkom des Uterus)**

»...nahm nach Abmagerung auf 39 kg nach Übergang auf reine Obstnahrung wieder auf 48 kg zu, bin wieder schön rund geworden, kann wieder arbeiten und fühle mich prächtig.« (E. W., aus Berlin)

### **Brustknoten, absterbende Finger, Rücken- und Hüftgelenkschmerzen**

»Beim Auftreten eines neuen Knotens stellte ich auf strengste UrKost um. Der Knoten verschwand nach 14 Tagen, nach einigen Wochen die übrigen Beschwerden. Selbst Narbenverhärtungen wurden weich. Beide Söhne hatten Neurodermitis, mein Mann mit 30 Jahren Asthma - nach meinem Erfolg stellten sie sich ebenfalls um: keine Atembeschwerden, keine Migräne, keine Hautkrankheiten, keine Brille mehr beim Jüngsten in Verbindung mit Augenübungen.« (G. K., aus Reutlingen)

### **Schlaganfall - Bypass-Operation**

»...Da mir gesagt wurde, daß ich bei einer Weigerung spätestens nach einigen Monaten mit 95%iger Wahrscheinlichkeit einen Schlaganfall erleiden würde, gab ich widerstrebend meine Einwilligung zu einer Bypass-Operation. Diese kostete mich beinahe das Leben - weshalb die vorgesehenen weiteren Operationen zunächst verschoben wurden. Bei meiner Entlassung aus dem Krankenhaus fragte ich den Chefarzt, wie ich mich ernährungsmäßig verhalten solle. Er sagte mir wörtlich: »Essen Sie viel Fleisch und Eiweiß«. Hätte ich diesen Rat befolgt, wäre ich heute wohl kaum noch unter den Lebenden.



Einige Monate nach der Operation war der »Bypass« bereits wieder fast verschlossen! Deshalb sollte die Bypass-Operation an derselben Stelle wiederholt werden! Kurz entschlossen, setzte ich mir einen Termin, an dem ich eine totale Umstellung auf nur rohe Kost vornahm. Nie zuvor hätte ich gedacht, daß durch diese heilkräftige Ernährung seitherige Beschwerden teilweise ganz verschwanden, so daß die vorgesehenen Operationen überflüssig wurden.

Jetzt bin ich 75 Jahre alt und fühle mich durch die Umstellung auf Rohkost und durch eine positive Denkweise jeden Tag besser, ich bin frisch und munter. Von den ungefähr 20 Medikamenten, die mir vor ca. 9 Jahren verordnet wurden und von denen ich einige bis an mein Lebensende nehmen sollte, rühre ich kein einziges mehr an. Ich möchte aufgeschlossenen Menschen mit der besten Heilkost, der Rohkost, zur Gesundheit (oder wenigstens zur Besserung derselben) verhelfen.«

(H. Z., aus Unna)



**Sohn mit  
schwerster  
Neurodermitis  
wird  
COLORSEITE**

**»Ich bin  
Mutter eines  
dreijährigen  
Jungen, er  
war nach  
Impfung  
(Polio,**



**Diphtherie, Tetanus) mit drei Monaten schwerst neurodermitiskrank und am ganzen Körper blutig trotz Stillens. Versuche mit tierisch eiweißfreier Ernährung und Homöopathie plus neurophysiologischem Turnen nach Pfeiffer-Meisel brachten Erfolge, aber den Durchbruch zu makelloser, glatter Haut brachte die Rohkost.« (C.G. aus K.), die mir die beiden Fotos oben mitsandte.**



## Schwere Neurodermitis des Kindes<sup>9454, 2191</sup>

»Vier Jahre meines Lebens habe ich den Versicherungen des Dermatologen Prof. Sch. geglaubt, die Neurodermitis meiner Tochter habe nichts mit dem Essen zu tun. Er schmierte das Kind



mit Salben zu. Richtiger gesagt, ich hatte das zu tun, hatte Trösterin, Ärztin, Kranken-, Nachtschwester und Krankenpfleger zu sein. Wenn ich Herrn Prof. Sch., Chefarzt der Dermatologischen Fachklinik in Bad S. Berichte vorlegte, wonach Neurodermitis die Folge einer vermehrten Nahrungsmittel-Allergie sein könne, hieß es: »Die Nahrungsmittelallergien<sup>9431</sup> nehmen nicht zu, nur die Fehldiagnosen. Sicher, Ihre Angst ist verständlich. Doch Sie sind durch die Medien völlig verunsichert. Sie müssen Geduld haben, bis meine Behandlung anschlägt.«

**Aber seine Salben- und Lichtbehandlung blieb erfolglos.** Vier Jahre lang schrie Stephanie fast Tag und Nacht, und ich vermochte ihrer Qual kein Ende zu setzen. Ich selbst war nur noch ein körperliches Wrack und dachte mehr als einmal daran, unserem Leben ein Ende zu setzen.

Niemand kann nachvollziehen, was wir beide mitmachten, bis ich endlich von den Erfolgen eines Heilpraktikers, Herrn Walter Spiller, hörte, dem ich mehr aus Verzweiflung zustimmte.

Hauptbestandteil seiner Therapie war rohe Nahrung, die ich meinem Kind zuliebe mit aß, da es sie sonst nicht annahm. Wie übergücklich war ich, nach Villingen gefahren zu sein. Schon nach drei Monaten lag alle Qual der vier Jahre hinter mir. Es erschien mir wie ein Wunder. Als ich dann noch auf Ihr Buch über die UrMedizin hingewiesen wurde und es las, war ich so überzeugt von dieser Heilmethode, daß ich sie bis heute eisern durchhielt. Anbei zwei Fotos meiner Tochter. Während ihrer Krankheit und danach. Sie sehen: ich habe jetzt wieder ein glückliches Kind!« (M.G. aus Mannheim)

### »Ich bin aus tiefem Herzen dankbar

dafür, daß ich über die Ernährungsumstellung gesund geworden bin. Inzwischen nehme ich an einem Ausbildungskurs für Heilpraktiker teil und lerne sehr viele Zusammenhänge ganz neu zu sehen. Dabei mache ich die Erfahrung, daß zwar bei den Heilpraktikern die Erkenntnisse über die Richtigkeit der Rohkost selbstverständlich vorhanden sind, aber offensichtlich auch dort die Gebundenheit in die herkömmliche Ernährung kaum überwunden wird. Vielleicht nimmt man das nicht so ernst, da man ja genug Naturheilmittel zur Hand hat!

Und mit allem verbunden ist nicht unwichtig die Erfahrung, daß das ganze Denken, Fühlen und Handeln sich verändert hat und ich mich von Innen heraus bereit fühle. Diese innere Freiheit hat man wohl auch dringend nötig, denn die ungläubigen Rückfragen sind nicht leicht zu beantworten. Es ist aber doch erschreckend, auf welch totales Unverständnis man bei der großen Mehrheit der Menschen trifft, als hätte es noch keine Veröffentlichungen zum Zusammenhang Ernährung und Krankheit gegeben. Aber so sind wir Menschen nun mal. Wir sind große Meister im Verdrängen, solange wir uns so halbwegs durchmogeln können, und man sieht eben nur, was man weiß!« (W. J. in Dresden)

### **Schwere Hepatitis geheilt**

»Ihr Buch "So heilst Du Dich" und ihre Beiträge in den Zeitschriften zum Thema UrKost habe ich mit großem Interesse gelesen, und meine Frau hat nach einer schweren Hepatitis durch strikte Befolgung Ihrer Anregungen ihre Gesundheit wiedererlangt.« (H.-G. K., Berlin)

### **Gelenkschmerzen - wieder Lebensmut erlangt**

»Nun, nach dem 3/4 Jahr Obstnahrung, habe ich die besten Erfolge erzielt. So viel Lebensmut und Energie habe ich daraus geschöpft. Ich habe Augen bekommen, die wieder sehen (geistiges Sehen). Die lockeren Gelenke und gleichzeitig die Kräftigung ist wunderbar.« (L. K. aus Zülpich)

### **Rückenschmerzen und Neurodermitis weg**

»Anfang April war es dann soweit: Ich begann mit der UrTherapie. Von dieser Zeit an aß mein Sohn nur noch Urzeitgerichte, ich selbst fastete (etwa 3 bis 4 Wochen wegen 20 kg Übergewicht).

Nach zwei Wochen besserte sich der Zustand der Haut meines Sohnes ganz wesentlich: Er hatte nur noch einige wenige Stellen, an denen er kratzte und die bluteten. Heute sind diese Stellen fast ganz verschwunden. Ich selbst brach meine Fastenzeit gegen Anfang Mai ab, als ich ein Gewicht von 72 Kg bei 1,76 m Körpergröße erreichte (Gewichtsabnahme 18 kg!). Wie gut fühle ich mich schon jetzt! Während des Fastens verschwanden meine Rückenschmerzen und meine anderen Beschwerden in der Aftergegend (vermutlich Hämorrhoiden, was ich aber nicht genau weiß). Diese Leiden, die mich fast täglich plagten, waren völlig weg. Die schwarze Stelle an meinem linken Knöchel öffnete sich nicht mehr, obwohl im Mai schon einige Tage lang Temperaturen von über 25°C herrschten, bei denen dies sonst geschah. Inzwischen bildete sich die braune Haut, die um die schwarzen bzw. offenen Stellen herum vorherrschte, langsam zurück, und es entsteht normale, gesunde Haut. Mit dem aufrichtigen, tiefen Bedürfnis, Ihnen zu danken, verbleibe ich, Ihr...« (G.A. in Kaufungen)

### **Offene Beine geheilt**

»Durch meine Ernährungsumstellung hält der Dauererfolg meiner offenen Beine in vollem

Umfang an. Absolut nichts mehr zu sehen. Wie weggeblasen.« (J.D. in Bretten)

### **Jahrzehntelange Allergien geheilt**

»Nachdem ich 50 Jahre lang fast täglich durch die Hölle gegangen war und seit dem Studium des Buches endgültig auf den Ärztepfusch verzichtet hatte, eröffnete sich auch für mich ein Hoffnungsanker. Nie hatte ich mich mit den Sprüchen der Ärzte "Damit müssen sie leben" abfinden wollen, aber ich fand auch keinen Ausweg, mein Leben als 'Aussätzige' zu beenden. Die Anfälle, die ich fast 50 Jahre lang täglich bekam, sind nie wieder aufgetreten, nachdem ich auch die Ursachen der Verdauungsleukozytose auszuschalten wußte. Meine zahlreichen Allergien, die von Jahrzehnt zu Jahrzehnt ständig zugenommen hatten, so daß ich schließlich auf fast alles allergisch reagierte, verschwanden in wenigen Wochen. Möge Gott Ihnen viel Kraft geben, um die kranke Menschheit aus ihrem Dornröschenschlaf herauszureißen.« (H.B. in Landesbergen)

### **Lockere Zähne wieder gefestigt**

»Nachdem ich die UrzeitKost zielstrebig und vollkommen einhielt, kam mein Zahnsubstanzerfall - verbunden mit Zahnfleischentzündungen - ganz zum Stillstand. Außerdem verfestigte sich mein linker oberer Eckzahn, welcher sich gelockert hatte und auszufallen drohte. Er sitzt heute wieder fest verankert. Nachträgliche eitrige Zahnfleischausschläge in seiner Nähe sind bis auf eine kleine Narbe verschwunden. Ebenso heftige Zahnschmerzen an den Backenzähnen.« (M. G. in Gartringen)

### **»Der Mensch neigt zum Phlegma**

Und selbst dann, wenn wir etwas als richtig erkennen, sind wir noch lange nicht in der Lage, dies auch auszuführen. Ja, oft wehren wir uns mit allen Kräften und schreien laut, wenn uns das Beste für uns geboten wird. So ist der Mensch!

Nun will mich mein Arzt unbedingt in eine Klinik einweisen, und ich bin bereits zum 15.09.1988 bei Prof. Spech im Medizinischen Krankenhaus Hannover Abt. Leberklinik angemeldet. Da fiel mir in meinem Büro im Vorübergehen Dein Buch in die Augen. Was soll ich sagen? Seit vier Tagen praktiziere ich nach Anweisung des Buches die UrzeitMethode. Es geht mir innerhalb dieser kurzen Zeit schon so viel besser, daß ich entschieden habe, n i c h t in die Klinik zu gehen, sondern mich selbst zu heilen. Die abgelichteten Befunde und Diagnosen sowie die ärztliche Einweisung ins Krankenhaus übersende ich als Anlage.« Ein halbes Jahr später schreibt H.W.: »A propos: alle Beschwerden sind abgeklungen und verschwunden. Es geht mir so gut, daß ich mit 66 einen neuen Aufgabenkreis übernehme.« (H.W. in Lindau)

### **Lungenleiden geheilt**

»Allein aufgrund dieser Nahrungsumstellung verschwand das chronische Lungenleiden meiner Frau fast vollständig. Unsere Kinder, die genauso ernährt werden (auch ohne Süßigkeiten), sind gesünder, angenehmer zu haben und ausgeglichener als ihre Altersgenossen.« (S.W. in

Ettleben)

## **Schuppen weg**

»Durch Rohkost habe ich speziell meine Schuppen auf der Kopfhaut beseitigt. Die hatte ich nach einem Jahr vegetarischer Ernährung mit Milch und Eiprodukten.« (E.V. in Burgwedel)

## **Nach 20jährigem Leidensgang wieder gesund - Kropf, Frauenleiden**

»Sehr geehrter Herr Konz! Ich danke Ihnen, daß Sie mir die Augen über die Ärztemafia geöffnet haben. Ich bin nun nicht mehr verzweifelt, weil ich nun dank Ihres Buches weiß, daß gegen alles ein Kraut gewachsen ist. Meinen Beruf als Sekretärin kann ich nun wieder aufnehmen. Selbst mein gelegentlicher Jähzorn ist ganz verschwunden, und ich kann Skifahren, Tennis spielen, radfahren und Bergsteigen, als wäre ich nie krank gewesen.

Jedenfalls habe ich einen fast 20jährigen Leidensgang bei vielen Kliniken und Ärzten hinter mir. Ich bin fast 200mal geröntgt worden, weil ich oft Blut im Urin habe. Bei Grippe bekam ich Antibiotika und Penicillin, damit ich nach 8 Tagen wieder zur Arbeit gehen konnte. Nebenbei wurden noch (grundlos, wie ich heute weiß) Mandeln und Gebärmutter entfernt. Dafür bekam ich noch für meinen Kropf fast zehn Jahre Novothyral von der Hausärztin und vom Gynäkologen Hormonpräparate. In der Uniklinik, Abt. Prof. Schattenkirchner, wurde festgestellt, daß mein Körper von Hormonen überschwemmt war, und ich mußte das Novothyral absetzen. Ich litt Tag und Nacht unter wahnsinnigen Schweißausbrüchen. Als ich in der Klinik aus Ihrem Buch etwas von Ernährung erzählte, wurde ich, ebenso wie bei meiner Hausärztin, nur belächelt.« (I.P. in Markt-Schwaben)

## **Alle Krankheitssymptome verschwunden - fühle mich, als könnte ich die ganze Welt umarmen!**

»Lieber Franz Konz, nachdem ich die Diagnose "Brustkrebs, metastasierend" vernommen hatte, hatte ich, 39 Jahre, mit dem Leben abgeschlossen. Eine Freundin wies mich auf Dein Buch hin. Ich verschlang es in zwei Tagen. Am dritten Tag war ich bereits UrMethodikerin. Nun ist ein Jahr vergangen und alles war wie ein böser Traum! Ich bin vollkommen gesund, die Ärzte finden nichts mehr!! Ich fühle mich, als könne ich die ganze Welt umarmen! Dich umarme ich als ersten!« (H.D. aus Hamburg)

## **Schilddrüsenoperation war schon vorgesehen**

»Mitte April 1990: 10tägige Fastenkur, danach UrKosternährung bis in die zweite Maihälfte. Ende Juni: Blutwerte sind nochmals besser geworden. Niemand spricht mehr von der Notwendigkeit einer Operation. UrKosternährung wird fortgesetzt.« (W.G. in Salzburg)

## **Brustkrebs besiegt**

Als nach einer Operation Metastasen festgestellt wurden, wurde der Mutter von drei Kindern

eine Chemotherapie verordnet. Doch sie lehnte ab. Und Anke Dürrkop begann sich fast ausschließlich von Rohkost, Nüssen, Samen und gekeimten Körnern zu ernähren. Die Metastasen verschwanden. Die Frau fühlt sich »so fit wie nie.

(Anke Dürkopp, Pf. 1103, 49360 Vechta)

»**Schmerzhafte Darmkrämpfe**, Verstopfung, Hämorrhoiden, Migräne, Parodontose, seelische Tiefen

kenne ich seit einem halben Jahr nicht mehr, seitdem ich mich auf eine reine Früchterohkost umstellte.« (H. M., aus H.)

### **Bin begeistert - sagt ein Arzt mit weitem Horizont**

»...vor ein paar Tagen fragte mich ein Freund nach meiner Meinung bezüglich des Buchs. Nun, ich bin begeistert darüber, daß es bereits geschrieben ist, sonst müßte es noch geschrieben werden. Es wird seinen Weg zu all den Patienten finden, die bereit sind, Verantwortung für sich selbst zu übernehmen.« (Dr. med. W. F., aus München)

### **Schilddrüsenoperation nicht mehr nötig!**

»Durch die Urzeiternährung haben sich die Blutwerte derart gebessert, daß jetzt niemand mehr von einer Operation spricht - für die Ärzte war die plötzliche Besserung in so kurzer Zeit unerklärlich.« (W. G., aus Stuttgart)

### **Von Nervenleiden geheilt - bestätigt ein ehrlicher Arzt**

»Ich selbst habe die Tatsache, daß wildwachsendes grünes Kraut den wichtigsten Heilfaktor darstellt, bei einem Mädchen, daß ich aus der Nervenklinik holte, augenfällig erlebt. Nachdem sie einer Leiche ähnlicher war als einem jungen Mädchen, genas sie nach Absetzen aller Medikamente (die Chefärztin: »Es ist geradezu unverantwortlich, einen so schweren Fall von Psychose ohne Pharmaka zu lassen!«) unter der UrMedizin in wenigen Wochen und mußte nicht mehr eingewiesen werden.« (Dr. J.M., aus St.)

### **Der Urmedizin verdanke ich mein Leben: Heilung von Brustkrebs**

Sehr geehrter Herr Franz Konz! Als ich Sie jetzt in der Sendung "Nachtcafé" sah, auf der man Sie ja kaum zu Wort kommen ließ, hätte ich dem Moderator am liebsten zugeschrien: Der Konz hat recht! Wieso grinst ihr so unverschämt? Mir hat er ein zweites Leben mit seiner Urmedizin geschenkt, als ich von den Ärzten wegen eines metatasiendem Mamma Karzinoms bereits aufgegeben worden war. Laßt ihn reden! (C.G. aus Heidelberg)

### **Hoher Blutdruck**

»Schmerzende Krampfadern sind weg!« (M. K., aus Neuß)

### **Dickdarmkrebs »Das UrMedizin-Buch ist für uns wie ein Evangelium.«**

»Vergangene Woche besuchte ich unseren Naturfreund Horst in Espelkamp, und wir tauschten interessante Erfahrungen aus. H. Klose war ja vor 8 Jahren so herzkrank, daß er Invalide geschrieben wurde (mit 45 Jahren), dann durch die UrMedizin seinen 2 Jahre später diagnostizierten Dickdarmkrebs verlor und jetzt sogar noch als Maurer samstags und abends in der Woche tätig sein kann.« (F. P., aus Radevormwald)

### **Juckendes, blutendes Hautekzem, dünne Haut**

»...als ich die Kortisonspritze zurückwies, meinte die Ärztin wütend, so etwas sei ihr noch nie in ihrer Praxis passiert. Ich behandelte mit Luvos-Heilerde und wurde von diesem schrecklichen Leiden ohne Nebenschäden befreit.« (H. J. F., aus Frankfurt)

**Ohrenschmerzen** »Folgende Krankheiten sind völlig verschwunden: ständige Herzschmerzen, rote Flecken im Gesicht, ständige Ohrenschmerzen auf der rechten Seite, sobald kalter Wind daran kam, anfängliche Schmerzen der Zähne beim Kauen der UrKost«. (P.O., aus Essen)

### **Kopfschuppen**

bekam ich nach einem Jahr vegetarischer Ernährung. Jetzt durch nur rohe Nahrung beseitigt. (E.V., aus Braunschweig)

### **Asthma vertrieben**

»...das Asthma habe ich vertrieben, kenne keine Anfälle mehr, weder tags noch nachts. Darüber bin ich so wahnsinnig glücklich. Ich konnte damals nicht glauben, daß man sich selbst gesund machen konnte. Mein Mann sagte, das ist Leuteverdummung. Du öffnestest mir aber die Augen über die wirklichen Verdummer der Menschheit.« (Fr. H., aus Neviges)

**Mein Leben war eine einzige Qual - Osteoporose** »Ich möchte Dir viel tausend Mal danken für alles, was Du für mich und so viele Menschen Gutes getan hast. Du sollst wissen, wie gesund und glücklich Du mich gemacht hast. Ich habe sofort mit Fasten und Urzeitnahrung angefangen und bin heute mit meinen knapp 37 Jahren ein völlig gesunder Mensch. Mein Leben war vorher eine einzige Qual.

Das Zahnfleisch war ständig geschwollen. Während der Nacht wurde das dicke Blut aus dem Zahnfleisch gedrückt. Als Folge davon hatte ich zweimal Stomatitis (Mundschleimhautentzündung). Außerdem hatte ich längere Zeit furchtbare Schmerzen in der linken Großzehe, die auch ganz dunkelblau bis schwarz aussah. Den Ärzten des Städtischen Krankenhauses Passau schien das alles völlig egal zu sein. Ebenso bekam ich ganz schlimme Schmerzen in den Beinen. An den Oberschenkeln zeigten sich plötzlich kleine rote und blaue Äderchen. Bei Kälte ist an den Oberschenkeln Blut ausgetreten. Dazu kamen die

unerträglichen Schmerzen, als ob die Beine mit Draht abgeschnürt wären. Hinzu kamen furchtbare Kopfschmerzen (genau gesagt: alle Knochen über dem Hals - grausam!). Zusätzlich hatte ich immer ein Brennen und Stechen im Herzbereich.

Meine Stoffwechselvergiftung war so entsetzlich, daß es nicht zu beschreiben ist. Die Leber war nicht mehr in der Lage, das vergiftete Blut zu reinigen. Mit Blutreinigungs-Tees konnte ich alles ein wenig erleichtern, aber von Heilung keine Spur.

Mit 20 Jahren bekam ich dann eine sehr schmerzhaft Knochentkalkung. Die ersten drei Monate wurde ich auf Bänderriß behandelt. Ich hatte vor Schmerzen nur noch Haut und Knochen und konnte nicht mehr gehen. Man hätte auf zehn Meter Entfernung meine Rippen zählen können. Nach kurzer ambulanter Untersuchung wurde ich von diesen Vollidioten im weißen Kittel wieder nach Hause geschickt, weil ich nur eine Simulantin sei und mir sowieso nichts fehle. Nach einigen Tagen kam ich nach einem schweren Kreislaufkollaps wieder ins gleiche Krankenhaus. Dort wurde mir dann von denselben Ärzten die Frage gestellt, warum ich nicht eher gekommen bin.

Ich wurde wochenlang mit Penicillin-Spritzen und Hormon-Spritzen vollgepumpt, bis ich Haarausfall fast bis zur Hälfte meiner Haarpracht hatte. Alle ärztlichen Ratschläge, das Bein zu schonen, hatten absolut keinen Erfolg. Dann machte ich einfach das Gegenteil von dem, was mir die Ärzte sagten. Ich fuhr mit Freunden in das Dachstein-Gebirge und machte eine anstrengende Bergtour. Dann ging es plötzlich auch mit mir bergauf, und ich wurde im Bein schmerzfrei. Vorher war mein Knochen angeblich nur noch als schwacher Schatten vorhanden ohne Konturen, und jetzt ist alles gut.

Seit mehreren Jahren habe ich auch noch eine Zyste im Hals. Ich hatte fast täglich starke Halsschmerzen. Außerdem Verformung der rechten Brust und rote Flecke. Als ich mit Heilerde zu fasten begann, spürte ich jeden Tag eine Verbesserung meines Gesundheitszustandes. Innerhalb einer Woche waren meine Hals- und Kopfschmerzen weg. Dann fing ich mit der UrTherapie an: Eine Woche vor Weihnachten hatte die Zyste statt 48 mm Durchmesser nur noch 22 mm Durchmesser.

Meine Herzbeschwerden (zwei- bis dreimal jährlich setzte nachts das Herz aus, und ich bekam für einige Sekunden keine Luft), die Hämorrhoiden, die stechenden Schmerzen in der Brust usw. sind wie weggeblasen. Innerhalb von zehn Wochen habe ich exakt zehn Kilo abgenommen. Aus meinen Zähnen habe ich das ganze Amalgam entfernen lassen.

Jetzt bin ich gesund und glücklich, habe bei 170 cm Größe ein Gewicht von 60 kg und sehe hübscher und jünger aus als vorher. Seit dem 13. Lebensjahr habe ich sehr, sehr viel gebetet, daß ich vollkommen gesund werde. Und mit Deiner Hilfe habe ich es endlich geschafft. Wir haben zwei wundervolle, süße Mädchen im Alter von fünf und sechs Jahren. Für meine Liebsten würde ich alles tun, um sie glücklich zu machen. Wenn ich sie nur vor diesen schrecklichen Gefahren dieser Welt bewahren könnte. Egal, ob man an den Krieg oder einen Super-GAU denkt. Es ist abscheulich, wie es diese ewig fleischfressenden Menschenhorden verstehen, alles Leben dieser Erde grausam zu ermorden und alles kaputt zu machen, was von



Gott geschaffen wurde.« (Ingrid Thaller, Schauerbach 6, 94065 Waldkirchen)

## **Krebsmetastasen im ganzen Körper**

»Unfaßbar war es für mich als aufgegebene Patientin, daß ich mich nach 4 Monaten mit roher Nahrung von meinem Krebs befreit hatte.« (H.D., Mainz)

## **Chronische Polyarthrit**

»Lieber Franz, wegen meiner schweren Polyarthrit habe ich ein halbes Jahr lang Rohkost (Sonnenkost) gegessen. Aber ich habe auch ein halbes Jahr lang ständig Hungergefühle gehabt. Es war wie ein großes Wunder für mich, daß

ich seit dem ersten Tag, an dem Du uns das Essen der Wildkräuter und Blätter von Birken, Linden und Vogelbeeren (im Haus Sanitas in Rohrbach) beibrachtest, mich wunderbar satt und wohl um den Magen fühlte.« (A.H. aus M.-W.)

Da viele der vorstehend angeführten Leser ihr Schreiben nicht veröffentlicht und sich von neugierigen, egoistischen Anfragern (gibt's nach meinen schlechten Erfahrungen in Hülle und Fülle!) nicht ständig belästigt sehen wollten, habe ich aus Belästigungsgründen

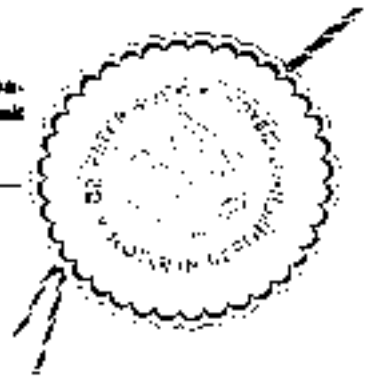
aufdringlich, neugieriger, aber die UrTherapie nie aufgreifen wollender Schlappschwänze die abgekürzten Namen und Anschriften angegeben, mir aber für die Echtheit der an mich gerichteten Schreiben nebenstehende Beglaubigung erteilen lassen:

Die wörtliche Übereinstimmung der vorstehenden Abschrift mit der Urschrift wird hiermit bestätigt.

Bergsch. Gindlbach 1. den

19. Juli 1994

Notar



## **Krebs: Die UrzeitTherapie weist nicht nur Erfolge auf:**

Sehr geehrter Herr Konz,

Ich erkrankte oft an Blasen- und Nierenbeckenentzündungen, Bronchialerkrankungen, Entzündungen der Blase, der Harnleiter und der Nieren, 17 starke Hexenschüsse, immer wieder Rückenschmerzen, Nierenkoliken mit brutalen Schmerzen wechselten einander ab. Ferner hatte ich ständig Ausfluß aus der Scheide, Blutstürze und starke Regelschmerzen, auch nervliche schlimme Auswirkungen vor der Periode waren meine ständigen Begleiter. Meine Mutti erkrankte mit 52 Jahren an Brustkrebs. Sie starb an einem metasierten Mamma-Carzinom, d.h., sie hatte dann Knochentumore und Unterbauchkrebs. Sie wurde bestrahlt und hatte seit ihrer Brustabnahme einen ständigen Verfall, war ab der Brustabnahme immer bettlägerig und ist unter schlimmem Dahinvegetieren 1972 (zwei Jahre später) im Alter von 54 Jahren gestorben.

Dann: Untersuchung, telefonischer Abruf ins Krankenhaus, Schnellschnitt, Warten auf den Befund der Lymphknoten, dann acht Tage später, mit meiner Zustimmung, die Brustabnahme und schon drei Wochen nach der Operation die erste Chemo. Obwohl ja die Brust abgenommen war, die Achsel von dem befallenen Lymphknoten ausgeräumt wurde, spürte ich immer noch den Verfall durch Krebs. Es war, als wenn meine Seele und mein Körper mir fremd wurden. Ich war total verändert. Die Chemo, im Wechsel 8- und 21tägig, wurde dann auch für mich unerträglich. Daß ein Teil der Haare ausging, daß ich jeden Tag unförmiger wurde, all dies habe ich versucht, mit dem Verstand aufzunehmen. Ich glaubte den Ärzten, daß alles nach der Chemo besser werden würde.

Nach Beendigung der Chemo ging der sich schnell entwickelnde körperliche Verfall, trotz Versprechen der Ärzte auf Heilung, weiter. Vom unnatürlichen Schwitzen, Schwächeanfällen bis zu den wahnsinnigen Schmerzen der Gelenke bzw. aller Knochen und der Haut, all dies wurde immer schlimmer. Ich will gar nicht von den Qualen beim Brechen während der Chemo berichten. Medikamente gegen dieses fürchterliche Brechen machten das Ganze nur noch schlimmer.

Zwar wurde das Brechen dadurch für Stunden verschoben, dafür glaubte ich aber, daß mein Kopf platzen würde, oder bei einem anderen zusätzlichen »Hilfsmedikament« hatte ich im Kehlkopf das Gefühl, ich erstickte. Deshalb verbat ich mir jedes zusätzliche Medikament während der Chemo.

Schlimm waren auch meine veränderten Adern. Sie waren von der Chemo so geschädigt, daß selbst das Blutabnehmen nur nach vielen Versuchen möglich war. Kontrastmittelgabe beim Röntgen, welches mir früher nichts ausmachte, wurde zur Qual für mich und führte zur Allergie und Atemnot. Der ganze Körper war jetzt krank. Um die Knochenschmerzen zu lindern, begann ich, im Freien oder im Hallenbad zu schwimmen. Jetzt bekam ich schweren Hautbefall. Ich hatte wegen der Chemo gegen nichts mehr einen Widerstand. Egal, ob in der Luft oder im Wasser, ich nahm alles Kranke oder Krankmachende an.

Während der Chemozeit wurde ich mit Dr. Mastall in Wiesbaden von der biologischen Krebshilfe bekannt gemacht. Dort wurden mir Mistelpräparate und Thymusspritzen verabreicht. Mein Körper bekam von den beiden Medikamenten Quallenbildung an den Einstichstellen und über dem gesamten Bauch. Die vom Arzt gern gesehene Reaktion war hier unnatürlich stark und wurde eingestellt. Aber die seit Juli 1991 auftretenden Knochenschmerzen nahmen zu. Ich wurde körperlich, wie im Fluge, um Jahre älter.

Bei einem Vortrag von Ärzten über die Chemotherapie ist mir damals die Galle übergelaufen. Ich meldete mich zu Wort und widerlegte z.B. diesen verlogenen Anpreisern die helfende Wirksamkeit ihrer Zusatz-Medikamente zur Chemotherapie. Das war damals mein erstes Zusammentreffen mit »Fachleuten«. Bis damals hielt ich jeden Weißkittel für einen Halbgott.

Ich hatte drei doppelte Zyklen der Chemo von März bis Juni 1991 im Körper. Nun kam mein »Erwachen«. Ich bat meinen Arzt, Herrn Mastall in Wiesbaden, um Hilfe und widersetzte mich den letzten drei Chemotherapien.

Ich fühlte immer deutlicher, daß ich fortschreitenden Krebs hatte. Ich bat um ein erneutes Knochenszintigramm. Dieses wurde vom Arzt abgelehnt, weil man dieses nur einmal im Jahr machen würde. Meine Knochenschmerzen führte man auf die wegen der Chemo künstlich begonnenen Wechseljahre zurück und die damit beginnende »Osteoporose«. Ich konnte im Spätsommer nicht mehr normal laufen. Mein Gang ähnelte mehr dem einer Ente. Die Schmerzen verstärkten sich. Meine Finger konnte ich kaum noch schließen. Alle Gelenke schmerzten bei jeder Bewegung. Nachts lag ich wie auf einem Folterbett, als wenn ein Messer im gesamten Skelett mich aushöhlen würde.

Das unnatürliche Schwitzen nahm zu. Die Gelenke wurden immer unbeweglicher. Selbst die Muskeln, die Haut und die Adern: alles schmerzte. Mein Gewicht war von 65 Kilo auf 78 Kilo erhöht. Die Blutsenkung war auch zu hoch. Nur die Tumormarker war immer in Ordnung, zumindest die der angeforderten spez. Untersuchung. Da ich nicht locker ließ, wurde ich zum Orthopäden überwiesen, zu Herrn Dr. Schmidt-Mandel in Mainz. Dieser redete mir ein, ich solle mich damit abfinden, daß ich älter werde und auch, daß andere in meinem Alter ähnliche Schmerzen hätten. Gnädigerweise erhielt ich von ihm einen Zinkverband um die Fußknöchel. Acht Tage später »freute« er sich, wie gut meine geschwellenen Füße Wasser verloren hätten, und »Krebs hätte ich nicht«, denn sein »Röntgenapparat wies das nach«.

Ich ging zum nächsten Facharzt. Der Rheumatologe stellte eine erhöhte Blutsenkung fest, aber sonst einen noch nicht nachweisbaren, evtl. beginnenden Rheumaverlauf. Seine mir empfohlenen gymnastischen Übungen waren reinste Folter für mich. Vor Schmerzen heulend, trainierte ich meinen Körper, denn ich wollte doch wieder gesund werden.

Nach einer gründlichen Untersuchung saß neben mir, am 2.1.1992, eine sympathische und auch das erste Mal wirklich tüchtige Ärztin an meinem Bett und wagt zu sagen: »Sie haben das ganze Becken voller Knochentumore.« Ich konnte nur noch fragen: »Kann man das noch heilen?« »Nein«, war die Antwort, und »es werden schwere Untersuchungen und noch schwerere Behandlungen auf sie zukommen.« Dieses »Nein« bekam ich später von allen Ärzten gesagt. In der Zeit verlor ich eine liebe Freundin, die während der Chemotherapie bei einem sonst gesundheitlich guten Zustand im Alter von 46 Jahren unter schlimmen Schmerzen im Wiesbadener Paulinen-Krankenhaus bei einer sog. örtlich eingespritzten Chemo starb. Ihre letzten 2 Tage habe ich miterlebt.



Damals hätte ich jeden dieser (in meinem Fall unfähigen Ärzte) erschießen können. Auch weil sie mich als mehr oder weniger Nervenranke in ihren Berichten abtaten.

Man hatte mich vom Vincenz-Krankenhaus nun im Januar 1992 an einen sogenannten Onkologen in Mainz überwiesen. Dieser Herr erklärte mir dann, daß mein Frauenarzt mich falsch behandelt hätte, denn Climofem hätte bei meiner Krebsart zum Wuchern geführt. Wütend ging ich zu letzterem zurück, doch er verneinte diese Aussage. Später, nachdem ich

mit dem »neu« verordneten Medikament Tamoxifen keine Besserung bekam, wollte mir dieser »tüchtige« Onkologe evtl. Clomifem verabreichen, und zwar in einer noch größeren Dosis als Herr Jacob zuvor. Das war mein letzter Besuch bei ihm. Um zu verhindern, daß sich doch noch Hormone über die aktiven Eierstöcke bilden (um krebsfördernde Hormone auszuscheiden), spritzte man mir ein 4wöchig anhaltendes Medikament. Jetzt kam zu den vorgenannten Schmerzen ein schrecklicher Juckreiz der gesamten Haut. Die Ohren waren am Kopfansatz geschuppt und bluteten stark.

Inzwischen wurde das Sitzen zur Qual. Die Becken- und Oberschenkelknochen schmerzten, als säße ich auf einer Mauer mit Glassplittern. Monatelang schmerzte mein Oberkiefer unter dem rechten Auge nach dem Knochenszintigramm im Januar 1992. Nun traten des öfteren Lähmungen im Mundbereich (innen) auf. Meine Beine und auch die Arme waren zeitweise gefühllos, so daß ich mich oft an Möbeln stützend zur Toilette schleppen mußte.

Zu dieser Zeit, März 1992, hatte ich einen Gesundheitszustand erreicht, daß ich nicht mehr leben wollte.

Noch 1960 bis 1980 wurde ich mit eiweißhaltiger Kost (tierischer) im Krankenhaus ernährt. Weil ich ja immer viel Eiweiß im Urin ausschied, glaubte man, mir diesen »Verlust« ersetzen zu müssen. Ich hatte nach Laboruntersuchungen meiner Nierensteine auch Order bekommen, bestimmte säurehaltige Obstsorten zu meiden. Heute weiß ich, wieviel Dummheit sich hinter diesen Anweisungen der Ärzte verbirgt.

Dann erhielt ich Ihr Buch über die UrMedizin. Ich begann, ohne eine Übergangskost mich auf nur Rohkost umzustellen. Nach wenigen Tagen schon bemerkte ich, daß Körperkräfte in mir wuchsen. Nach ca. 8 Tagen Rohkost begann ich, nach Ihrer Vorschrift zu fasten.

Am 14. Tag bekam ich auf einmal ein Würgen im Hals, wurde heiser und begann, Eiter aus dem Munde zu erbrechen. Dieser war anfangs so hart, daß es in meiner Brust brannte, als er sich löste.





Ich begann, in meinem Körper zu atmen, so, als ob mein Lungenvolumen eine Größenordnung bekommen hätte, von der ich bisher nicht mal etwas ahnte. Ich konnte wieder ohne Schmerzen kilometerweit laufen, tanzen gehen und tauchen (ca. 15 m). Jeden 2. Tag ging ich schwimmen und trainierte meinen Körper. Ich informierte meinen Arzt, daß ich mich weigere, nochmals irgendwelche Medikamente zu schlucken. Insgesamt verlor ich 25 Kilo, ohne irgendwie schlaffe Haut zu bekommen, im Gegenteil. Selbst meine Haare bekamen wieder ihre braune Farbe zurück, wie ich sie als junge Frau besaß. Meine Adern erholten sich in Windeseile. Ich konnte mich wieder wie ein normaler Mensch bewegen. Fassungslos bemerkte ich nicht nur mein Gesunden, sondern eine um 10 Jahre äußerlich verjüngte Frau schaute mich im Spiegel an.

Im Juli 1992, vier Monate nach Kostumstellung und Fasten, war ich völlig schmerzfrei und mein Immunsystem so stabil, daß ich bis heute all die Krankheiten in meinem gesamten Leben bisher nicht mehr kenne. Auch meine Nieren sind das erste Mal in Ordnung. Danach ging ich auf die höchste Form der Rohkost, auf die UrKost über.

Am 13.07.1993 wurde dann festgestellt, daß der Knochenkrebs ohne Medikamente und Behandlung jeglicher Art zum Stillstand gekommen war.

Mit dankbaren Grüßen, Ihre Monika Kruse, Am Vogelsberg 2, 53129 Mainz

### **Was aber geschah kurz darauf?:**

Der Sohn kam von der Bundeswehr zurück und nistete sich bei ihr ein. Und forderte ein »ordentliches Essen« und keinen »Karnickelfraß«. Statt ihm die Todesgefahr klarzumachen, in der sie schwebte und ihren qualmenden, trinkenden Sohn vor die Tür zu setzen, vermochte sie nicht nein zu sagen und kochte für ihn wie früher. Der so ausgelösten neuerlichen Verführung konnte sie schließlich nicht widerstehen. Sie dachte wohl auch, den Krebs besiegt zu haben und damit in der Lage zu sein, wie früher wieder alles genießen zu können. Ein bißchen schlechtes Gewissen mußte ihr dennoch verblieben sein, denn ich wurde weder gefragt noch darüber informiert. Erst von ihrer Tochter erfuhr ich, daß es ihr wieder schlechter ging und sie abzumagern begann, dem sie mit dem Verzehr von fettem Fleisch, Fettbrühen, viel fettem Käse und Sahne zu begegnen trachtete. Die Folge: Durch den plötzlichen Salzinput streikte die Niere, und eine gefährliche Bauchwassersucht entstand, die übrigens oft mit Krebs einhergeht. Erst da erbat sie meine Hilfe und sandte mir Bilder von ihrem Zustand.

Monika Kruse starb am 8.5.1994 im Alter von 53 Jahren durch Erstickten. Ich muß es leider sagen: Für ein gutes halbes Jahr Schlechtkost gab sie ihr wieder hoffnungsfrohes Leben hin.

**Vielleicht siehst Du das aber anders und sagst:  
»Für mich ist die Monika eine stille Heldin. Sie tat alles ihrem Kind zuliebe!«**

**Wenn Du so denkst, dann mußst Du Dich als kranker Mensch entscheiden: Für Dein verwöhntes Kind, Deinen unwilligen Partner, Deine egoistische Mutter (®Rz 9201). Deinen starrsinnigen Vater und Deinen frühen Tod. Oder für Dich und die UrTherapie.**

Das mußst Du als Verkrebster wissen: Krebs läßt sich nur mit äußerster Konsequenz (und bei vorheriger Chemo- und Radiotherapie) höchstens einmal besiegen. Eine zweite Chance gibt Dir die UrMedizin nicht mehr!



**Wenn Dir Dein Leben lieb ist, dann gibt es kein Zurück-mehr-zur-Koch-Kost! Mit der kleinsten Sünde fütterst Du den zum kleinen Polypen geschrumpften Krebs zum riesigen Monsterkraken heran, der Dich erwürgen wird.**

Bei den folgenden Berichten gestatten mir die Briefeschreiber die Angabe ihrer vollständigen Anschrift. Bei nur schriftlich möglichen eventuellen Nachfragen besonders Neugieriger, füge 10 oder 20 Mark, nebst freigemachtem, rückadressierten Rückkuvert (gilt auch für mich; aber ohne Geldzugabe), für deren Mühewaltung bei!

Seit März 1998 hatte ich keinen einzigen Migräne-Anfall mehr, nicht mal ein Hauch von Kopfschmerz belastet mich mehr! Ich fühle mich wie neugeboren! Es ist wunderbar, den inneren Schweinehund überwunden zu haben und auf die sogenannten »Genüsse« verzichten zu können! Ich vermisse nichts, denn ich habe nun meine Gesundheit. Damit nicht alle Migräne-Kranken erst wie ich fünfzig Jahre alt werden müssen, um ihre Schmerzen zu besiegen..., möchte ich mit meinem Schreiben einen kleinen Beitrag leisten, den Menschen die Augen für die Rohkosternährung, und damit zur Überwindung ihrer Krankheiten, zu öffnen.

*Gabriele Kolibal, Rudolf-Bauer-Str. 21a, 08529 Plauen, Biologie- und Chemielehrerin*

**Ich kann nur jedem Kranken raten, mit Hilfe der UrKost sich gesund zu machen und nach Deinen Erfahrungen zu leben. Jeder kann es dann wie wir schaffen, ohne Beschwerden und mit viel Freuden alt zu werden. - Meine Frau ist 86, ich bin 97 Jahre alt.« Heinrich Scharnberg, 29478 Höhbeck-Vietze. (Der 1997 mit 101 Jahren starb.)**

## **Krebs im Unterbauch (Metastasierendes Sarkom des Uterus)**

... nahm nach der Abmagerung auf 39 kg nach Übergang auf reine Obstnahrung wieder auf 48 kg zu, bin wieder schön rund geworden, kann wieder arbeiten und fühle mich prächtig.

(E. Wolff, Nußbaumer Wiese 10, Berg.Gladbach)

## **Prostata, Gastritis, Ohrensausen, Verlust von Geschmack und Geruch - todkrank**

»Lieber Franz Konz,

Dein Buch war wie eine Offenbarung für mich, der ich litt an Nierenbecken-, Lungen- und Mandelentzündung, sowie zweimal im Jahr an Heiserkeit und Sprachverlust - die sich von Jahr zu Jahr verstärkte und sich in der Rekonvaleszenz verlangsamte - Verstopfung, Ohrensausen und Mittelohrentzündung, Freßsucht und Übergewicht, Gelenkschmerzen, Steifigkeit der Gelenke und Wirbelsäule, nach und nach Verlust des Sehvermögens und Verordnung einer Brille, Hautprobleme in Form von wässrigen Ekzemen und Schmerzen, beginnender Zahn- und Haarausfall, Verlust des Geschmacks- und Geruchssinns, ständige Kälte an den äußeren Extremitäten (Hände und Füße), Kreislaufbeschwerden und Atemnot nach geringen Anstrengungen und Herzrhythmusstörungen, Gastritis und Prostatabeschwerden - so daß ich auch noch Depressionen von all diesen Leiden bekam. Vor allem eine ständige Müdigkeit machte mich lustlos und meine Arbeit mir zu einer übergroßen Last, begleitet von Lebensängsten. Eine Krankheit gab der anderen die Hand, wenn ich glaubte gesund zu sein, kam die nächste Krankheit. Ich ging von Doktor zu Doktor, jeder verschrieb mir Medikamente - wie ich heute weiß Medika-Gifte -, nichts half, alles wurde schlimmer, und kein Arzt konnte mir helfen. Hätte ich nicht Dein Buch in die Hand bekommen, dann wäre ich zu meinem fünfzigsten Geburtstag nicht mehr auf dieser schönen Welt gewesen.

Der Satz in Deinem Buch war für mich wie eine Erleuchtung: Willst Du zu den Erlesenen gehören? Dann glaube an Dich - und niemand anders!

Von Stund an stellte ich mich auf Erdfasten und UrKost um. Kein Unkraut war mir zu bitter, kein Gras zu hart zu essen. Was sich an Giften bei mir im Körper angesammelt hatte, war unbeschreiblich! Selbst nach dem Erdfasten bildeten sich noch große Beulen voll übelriechender wässriger Flüssigkeit. Auf der Zunge bildete sich ein übler, zäher Belag in allen Farben von weiß, gelb bis schwarz, begleitet von enormen Mengen Sekretion zähen klebrigen Schleims. Welch ein Schmutz hatte sich in mir angesammelt! Die Entgiftungserscheinungen äußerten sich derart stark bei mir, daß ich, wie Du beschrieben hast, in der Tat durch ein Tal der Tränen ging. Aber immer mit dem Bewußtsein, endlich auf dem richtigen Weg zu sein. Ich war so durchdrungen von dieser Erkenntnis und voller Gottvertrauen, daß nichts und niemand, ich wiederhole, nichts und niemand! mich von dieser Erkenntnis abbringen konnte. Kein noch so angeblich wohlgemeintes Gesäusel, egal von wem, wie: Du wirst doch krank, wenn Du nichts ißt, Dein Kreislauf bricht zusammen, was machst Du, wenn Du eingeladen wirst, Du wirst klapperdürre, Du kannst nicht mehr ausgehen. Dazu kamen dann noch Beschimpfungen wie: Du Körner-, Gras- und Karottenfresser, Du Spinner. Alles nur fadenscheinige Ausreden

für die eigene Schwäche. Weil sie Angst haben, die lieb gewordenen Gewohnheiten aufzugeben, verharren diese Leute in Lethargie und Siechtum.

**Aber dann plötzlich kam die Erlösung über mich. Unendliches Wohlbehagen erfaßte mich, ich konnte es kaum fassen: Mein Bauch und mit ihm 50 kg waren weg (ich wiege heute 80 kg bei 1,90 m Körpergröße). Verschwunden das bleierne Müdigkeitsgefühl, keine Schmerzen, keine Krankheiten mehr. Neue Energie, neue Kraft und frische Lebenslust umfloß mich, der ich schon gedacht hatte, daß mit meinem Leben schon vorzeitig Schluß ist. Das Seminar dann mit Dir und 50 anderen kranken Menschen, die von ihren Erfolgen mit der UrMedizin berichteten, bestätigte meine Einstellung und gab mir noch mehr Festigkeit, den beschrittenen Weg konsequent fortzusetzen. Heute habe ich keine Schwierigkeiten damit, täglich die UrKost durchzuhalten. Die Wildkräuter schmecken mir heute - da ich mich daran gewöhnt habe - besser als die früheren Kultursalate. Lieber Franz Konz, Du hast mir in der Tat ein neues Leben geschenkt.« Fritz Ernst Draing, Flughafenstr.1c, 64347 Griesheim**

### **Schöne Haut durch UrKost**

»Ich esse seit zwei Jahren UrKost nach 18tägigem-Fasten. Meine Schwester hat als erfahrene Masseuse schon Tausende Menschen massiert. Sie sagt mir: So eine schöne Haut wie Deine habe ich noch nie unter den Händen gehabt.«

S.Rohark, Humboldtstr.14, 01589 Riesa

### **Das Buch hat mir das Leben gerettet**

»Ich selbst bin seit August 1992 beim Verein und seit dieser Zeit ein absolut gesunder und glücklicher Mensch. Das Buch von Franz Konz hat mich im wahrsten Sinne des Wortes gerettet.« Ingrid Thaller, Schauerbach 6, 94065 Waldkirchen

Die Schreiberin sieht das falsch! Nicht ich, sondern sie selbst hat sich gerettet. Wenn mir ein Verdienst zukommt, dann ist es der, daß ich die Menschen wieder mit dem Gedanken des Essens von Erde und Urpflanzen vertraut machen konnte, und dieses als normal und möglich anzuschauen.

### **Ich bin der Schulmedizin aufgesessen**

»Lieber Franz Konz,

heute möchte ich Ihnen Dank sagen dafür, daß Sie und Ihr Buch "UrMedizin" aus mir einen völlig neuen, reparierten, frohen Menschen gemacht haben! Ich hätte nie gedacht, daß natürliche Ernährung und Bewegung so unendlich viel bewirken können. Leider fand ich Ihre Erfahrungen und Untersuchungen in bezug auf die Schulmedizin in meinem von Krankheiten reich gesegneten Leben bestätigt. Auch jetzt noch, nachdem meine "Umwandlung" für alle sichtbar ist, stoße ich bei den Ärzten und vielen Menschen, die selber krank, auf Frustration,



Zweifel, Ablehnung und sogar Diskriminierung. In mehreren Vorträgen (insgesamt bisher sieben) habe ich versucht, für Ihre Therapie und Ihren medizinischen Standpunkt Werbung zu machen. Durch die Vorträge konnte ich den Kreis der Skeptiker wesentlich verringern, und eine wachsende Anzahl von Interessenten versucht, sich der neuen Lebensweise anzunähern. Ihr leidenschaftliches Engagement, das ausgezeichnete Fachwissen und der schonungslos kritische Geist Ihres Buches haben uns begeistert. Nachempfinden kann dies wohl nur derjenige, der unter Schmerzen, Krankheiten und Verlust an Lebensfreude schwer gelitten hat. Warum bin ich dieser Zivilisation und ihrer Schulmedizin nur so aufgesessen?

### **Durch die UrTherapie überwand ich folgende Krankheiten:**

- 1. Hepatitis ("non B") und die Funktionsstörungen meiner Leber durch Hepatitis (A). Jetzt sind meine Leberwerte besser als bei den "Normalen", wie mir meine Hausärztin versicherte.**
- 2. fünfzig Pfund abgenommen! Innerhalb von 1 1/2 Jahren nahm ich kontinuierlich ab, ohne Beschwerden zu haben. Im Gegenteil, ich fühlte mich immer wohler. Seit etwa 4 Monaten bleibt mein Gewicht konstant bei 110 Pfund stehen. Ich bin drahtig, schlank, wohlproportioniert und viel beweglicher, selbstbewußter und lebensfroher geworden! Denn**
- 3. meine täglichen Schmerzen in der unteren Wirbelsäule - ich konnte auf keinem Stuhl mehr sitzen - haben sich verloren!**
- 4. Seit meinem 18. Lebensjahr litt ich mehrmals im Monat unter schrecklicher Migräne. Kurz nach Einsetzen der konsequent durchgeführten UrTherapie ist sie vollständig verschwunden.**
- 5. Fast zeitgleich verschwanden auch meine klimakterischen Beschwerden, wie Herzrhythmusstörungen, Hitzewallungen, Depressionen, Schlafstörungen, Schweißausbrüche, Angstzustände. Verschwunden sind bei meiner Tochter die jahrelang anhaltenden Schwindelanfälle, »Gastritis«, Übelkeit, Appetitlosigkeit und die schrecklichen Depressionen. Seitdem ist sie viel kräftiger, leistungsfähiger, aktiver und fröhlicher geworden.**
- 6. Meine Kreislaufbeschwerden und vor allem meine Herzschwäche (ich hatte 1974 eine monatelange Herzzinnenhautentzündung) haben sich so sehr gebessert, daß sie fast gar nicht mehr vorhanden sind.**
- 7. Meine Krampfaderbeschwerden in den Beinen sind fast vollständig verschwunden!**
- 8. Die Arthroseknoten an meinen Händen sind, bis auf die Daumenknoten, verschwunden!**
- 9. Ein Leben lang hatte ich weiße Flecke in den Fingernägeln (Zinkmangel?), die jetzt**

**vollständig verschwunden sind.**

**10. Jahrzehntelang litt ich unter Blähbauch, belegter Zunge und Sodbrennen. Alle Beschwerden sind vollständig verschwunden!**

**11. Mein chronischer Schnupfen (täglich!) ist verschwunden! Die Grippe, falls ich sie noch für 2 bis 4 Tage bekomme (früher zweimal jährlich für 3 bis 4 Wochen!), verläuft wesentlich beschwerdefreier und schneller als früher!«**

**Barbara Kirchner, Neuer Krugallee 104, 12437 Berlin.**

**Alle Beschwerden weg! Offene Beine geschlossen nach Einstellen des Erdnußessens**

Ob der rapide zunehmenden Probleme befand ich mich in fast hoffnungsloser Verfassung, zumal die von mir konsultierten Ärzte selbst ratlos waren, aber nicht vergaßen, gut zu kassieren. Um es vorweg zu nehmen, ich bin meine sämtlichen Beschwerden sehr schnell los geworden. Das Buch: »UrMedizin - So heilst Du Dich...« war buchstäblich meine Rettung. In meiner aussichtslosen Lage, in der sich die geschilderten Beschwerden von Tag zu Tag verschlimmerten und die Schulmedizin offensichtlich am Ende war, las ich in aller Eile in dem Buch von Franz Konz. Dabei stellte ich fest, daß ich noch vieles falsch oder nur halbherzig mache. Heute weiß ich, daß meine Ernährung (Sonnenkost) nicht vielseitig genug, meine Bewegung nicht ausreichend und meine Einstellung nicht fest genug war.

An dem Tage, an dem ich das erkannte, und entsprechend handelte, stoppte mein Verfall. Nachdem ich statt Gemüsesalaten nur noch Wildkräuter, junge Tannensprossen, junge Blätter von Büschen und Bäumen (zusammen mit Äpfeln) aß, verschwanden sämtliche Beschwerden unglaublich schnell.

Ich glaube kaum, daß ich mich jemals wieder einem Schulmediziner anvertrauen werde. Zusammen mit meinem Mann, bin ich Herrn Konz für die Arbeit sehr dankbar. Inge Rese, Bismatt 19, 79677 Schönau

**Lungenkrebs besiegt**

Hallo, lieber Franz Konz, hier eine Erfolgsmeldung für Dich. Es ist erst ein Jahr her, daß ich Deine UrzeitTherapie praktiziere. Schon aufgegeben von den Doktoren, habe ich meinen schlimmen Lungenkrebs mit Hilfe Deiner UrMedizin aus dem Körper treiben können! Bald wäre ich »hops« gewesen! Das danke ich Dir allein. Anbei eine kleine Aufmerksamkeit für Dich!

1000 Dank und herzliche Grüße, John van Dreelen, 34 Helio Village, F-34300 Cap d'Agde.

**Asthma habe ich vertrieben**

Sag bloß, daß das keine Erfolge sind und das Wichtigste, alles ohne irgendwelche

Medikamente! Und da haben mich die Ärzte glauben machen wollen, ich wäre ohne Medizin nicht lebensfähig. Was ich nach dem Fasten von Stund an konnte, war, ganz flachliegend schlafen. Das konnte ich mein ganzes Leben noch nie. Und worüber ich noch sehr froh bin, das Asthma habe ich vertrieben. Ich kenne keine Anfälle mehr, weder tags noch nachts. Darüber bin ich so wahnsinnig glücklich.

Friedel Hercher, Kalben 1, 74172 Neckarsulm

### **Von Dr. Brukers Vollwert-Kost nicht abzubringen - auch wenn sie noch so sehr darunter leidet...**

Ich habe mich jahrelang von der Dr.Bruker-Kost ernährt, fühlte mich immer sehr gut, hatte keinerlei Beschwerden. Dann bekam ich vor 5 Jahren einen Schlaganfall. Von dem erholte ich mich aber sehr schnell. Vor 3 Jahren bekam ich dann bei einer Yoga-Übung einen furchtbaren Schlag im Rücken und konnte mich kaum bewegen. Mein Arzt stellte dann fest, daß ich eine Osteoporose hätte. Ein dreiviertel Jahr lang konnte ich mich kaum bewegen und hatte fürchterliche Schmerzen.

Frau H. Witzmann, Skagerrakstr.14, 48145 Münster.

### **Parodontose**

Grüß Gott, lieber Franz Konz! Das sind all meine Erfolge mit Deiner UrKost: (...) am sichtbarsten für meine Freunde: Bauch weg und neues Zahnfleisch bildet sich! Stefan Rumel, Klosterweg 17, 33129 Delbrück

### **Hämorrhoiden, Krampfadern, Herzschmerzen, Tennisarm, Übergewicht, mangelnde Konzentrations- und Leistungsfähigkeit, Hüftgelenk- und Kniegelenkprobleme**

(...) von all dem bin ich durch 80% UrKost befreit worden. Fritz Herfort, Im Bruch 8, 33129 Delbrück

### **Asthma**

(...) habe ich durch Ernährungsumstellung auf UrKost seit nahezu drei Jahren meine Gesundheit und die meines Sohnes wieder herstellen können. Dipl.-Finanzwirtin H.Griessl, Sonnenbergstr. 20, 74177 Bad Friedrichshall

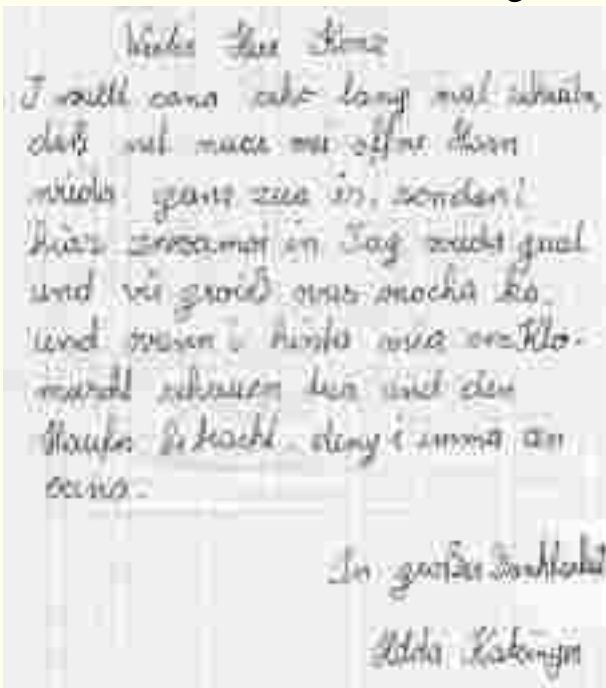
### **UrMedizin hilft besser als Homöopathie**

Lieber Herr Konz, Sie begründen nicht nur die Naturheilkunde neu, Sie revolutionieren die ganze Welt - könnten sich Ihre richtigen Erkenntnisse nur durchsetzen. Überlegen sie doch einmal, welch gewaltige Umwälzung sich ergeben würde, wenn die Menschen nur noch Wildkräuter, Erde und Obst essen würden. Wir können (2 Personen) gar nicht soviel

»Unkräuter« aus unserem Garten essen, wie wieder nachwachsen. Meine Frau und ich bekommen wahrscheinlich demnächst die französische Staatsbürgerschaft, soviel Franzosenkraut haben wir schon gegessen in diesem Sommer. Ab Juni 97 ließen wir Fleisch völlig weg und stiegen auf UrKost um. Danach entleerte ich große Mengen alten Öles mit meinem Urin. Das Öl lag auf dem Urin und schillerte in allen Regenbogenfarben. Der Urin war selber stets trübe und es bildete sich viel Satz (Ausscheidungen von Schlacken). Aber der Mensch wird gesund von den Krankheitsstoffen, die aus seinem Körper herauskommen, krank von denen, die hineingehen und drin bleiben. Nun klart sich der Urin auf. Ich selber habe seit 30 Jahren mit Kopfschmerzen zu kämpfen, meine Frau seit 15 Jahren. Sie sind neben allen anderen Leiden jetzt verschwunden. H.-D. Bach, Heilpraktiker, Ritterstraße 30, 48291 Telgte.

**Wenn Du als gesunder Mensch all diese Qualen durch das Kranksein in diesen mir unaufgefordert zugegangenen Schreiben gelesen hast, dann wird hoffentlich auch bei Dir als gesunder Mensch mehr Verständnis für meine harten Vorschläge in diesem Buch wach. Oder willst Du es völlig ausschließen, daß Du eines Tages einmal zu diesen Kranken gehören könntest?**

Daß ich nicht alle Anschriften hier offen veröffentliche, verdanke ich auch meinen schlechten Erfahrungen. Die Schreiber dieser Leserbriefe, die sich mit der UrMedizin gesund machten, hatten anschließend kaum noch eine ruhige Minute, so wurden sie mit Telefonaten, ja selbst mit Besuchen von Lesern, die jeden Respekt und jede Rücksicht vor der Privatsphäre der anderen vermissen ließen, gelöchert. Ob die glauben, die könnten von meinen UrMethodik-Schülern mehr zur UrMedizin erfahren als sie deren Begründer hier im Buch so ausgefeilt und ausführlich darstellt? Statt anderer Leute wertvolle und ihre eigene - scheint's weniger wertvolle - Zeit zu vergeuden, hätten sie sich anstelle dessen besser draußen ein paar Handvoll Wildkräuter geholt und damit den Mund gestopft. Wöchentlich erhalte ich etwa an die 30 Briefe von Lesern, um zu jeder ihrer Krankheiten erneut extra Stellung zu nehmen - was zeigt, daß es ihnen zu viel war, das Buch gründlich zu lesen.



**Und alle, die Ihr Euch Grüne und Alternative nennt: Greift das Gedankengut dieses Buches auf, damit die schöne Lyrik über die Rettung der Erde zur sachlichen Prosa werde. Wenn jeder zuerst bei sich selbst mit der UrzeitTherapie anfängt, wird er viel mehr Überzeugungskräfte entwickeln, für unser gemeinsames Ziel zu begeistern: Freisein des Menschen und der Erde von Leid und Vergiftung durch mehr Rückkehr zum ursprünglichen Leben. Wer mal gerne ein Seminar mit meiner Frau, meinem Kind und mir für eine harte Gesundheitswoche mitmachen will, der kann das nur als Mitglied. (®Rz.978) Aber ich warne! Beim letzten sagte**

**mir einer: »Nicht auszudenken, würden wir noch eine Woche länger mitmachen, hättest Du aus uns allen Schimpansen gemacht.« Ärzte sind mir besonders wegen der**

**Diskussionen willkommen. Die meisten sind allerdings schon nach zwei Tagen verschwunden, ohne daß sie bezahlt oder sich von mir verabschiedet hätten... Haha! Feige sind sie auch noch!**

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) (Important note!) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer / Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/9/71.html> - **Update: 13.01.2000 16:30**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a>                    × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> -                    <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# Kapitel 9: Argumente des Verfassers zur Beweisführung

## 9.72 Empfehlungen zur Heilerdebehandlung und Parcours-Errichtung 6954/5/6, 8228, 8338

»Da der Kranke auf meinen Vorschlag zur Amputation nicht einging, so empfahl ich den Angehörigen, sie sollten den Wundbrand mit Lehm möglichst ausgiebig bestreuen. Der Erfolg war gleich in diesem ersten Falle höchst überraschend. Der Aasgeruch hörte sofort auf. Die Amputation war nicht mehr nötig« (Stumpf, J., »Über ein zuverlässiges Heilverfahren bei der asiatischen Cholera sowie bei schweren infektiösen Brechdurchfällen« A.Stubers Verlag, Würzburg 1906)

**Ich persönlich empfehle: Schone Deinen Geldbeutel und steche Dir den ja immer von Dir benötigten Lehm selbst aus. Da bist Du gewiß, daß der noch biologisch aktiv wirkt und Leben drin ist. Ich tu das jedenfalls. Aber Du mußt ja nicht alle Verrücktheiten des Autors nachmachen, wenn Du ein bißchen pingeliger bist als der. Deshalb geb' ich Dir auch noch an, wo Du ihn Dir bequemer beschaffen kannst:**

**Deutsche Heilerde Luvos gibt es in allen Apotheken und Reformhäusern. Zum täglichen Einnehmen zum Erdfasten nimmst Du am besten die französischen Tonerde-Produkte der Firma ARGILETZ. Die gibt es in Naturläden oder besser noch direkt bei: S. Bachert Argiletz Tonerdeprodukte, An der Obermühle 3 - 5, 65701 Hofheim a.Ts., Tel. 06192-22201, Fax 22208. Du bekommst sie jetzt sogar fix und fertig in einer Tube zum Soforteinnehmen. Oder in einem preiswerten 1,5 kg-Eimer Und das laut mir vorliegendem Gutachten (®8228b) ohne jegliche Konservierungsstoffe. Folgende verschiedenen grünen Tonerde-Produkte können geliefert werden: 1. Granulierte oder feingemahlene Tonerde, 1 kg und 3 kg Tüten für äußerliche Anwendungen**

2. Extrafeine und ultrafeine Tonerde, 0,3 kg und 1,0 kg Packungen für innerliche Anwendungen

3. Gebrauchsfertige Tonerde (53% Tonerde & 47% Wasser), besonders große Wirkung, rein und sehr sanft

4. Kosmetik-Serie: Zahncreme, Shampoo, Hautpflege – alles mit Tonerde



5. Neuheiten: Montmorillonit, VegiCaps, Erdensalbe

**Ich empfehle: Für die äußere Anwendung und (der stärkeren Reinigungskraft im Darm wegen) beim Vorfasten die deutsche Luvos-Erde. Zum täglichen Einnehmen die »lebendige« französische.**

**Der deutsche Versender bietet folgende Erde an:**

Heilerde extra fein vermahlen 1kg	Heilerde-Shampoo normales Haar 250ml
Heilerde gebrauchsfertig in der Tube 400g	Heilerde-Shampoo fettes Haar 250ml
Heilerde-Kapseln zur angenehmen Einnahme 60St.	Heilerde-Haarmaske mit Malven-, Aloe- und Algenextrakten 250g
Heilerde-Zahncreme, nicht schäumend 100g	Heilerde-Gesichtsmaske mit Süßmandelöl u. Malvenextrakt 250g

(Zitrone, Salbei oder Minze)

Himmel & Erde, Katharina Hittich, Am Kirchberg 11, 64397 Modautal, Tel. 06167-1001, Fax: 7882

Außerdem werden Samen zum Anlegen von Wildkräuter-Beeten angeboten. Jeder, der einen kleinen Garten besitzt, sollte ein Stück seines Rasens dafür einrichten - auch für Ziergärten ist das sehr zu empfehlen.

Im sauren Milieu des Magens lösen sich bestimmte Anteile der Heilerde als Ionen - wie Kalium, Kalzium, Magnesium, Eisen - und werden für den Stoffwechsel als Mineralstoffe verfügbar.

Die Mineralstoffe aus der Heilerde sorgen für ein ausgeglichenes Säure/Basen-Verhältnis im Organismus. Silikate übernehmen dabei die Funktion eines Puffers. Da Entzündungen meist bei Verschiebungen im Säure-Basen-Verhältnis auftreten, erklärt diese ausgleichende Eigenschaft der Heilerde deren entzündungshemmende Wirkung. Heilerde bindet auch bestimmte krankmachende Stoffwechselgifte und Bakterien im Magen-Darm-Trakt und kann daher allergische Reaktionen mildern (Dauerschnupfen, Asthma, Durchfall, Migräne und Kreislaufstörungen). Die absorbierende Wirkung ist gut feststellbar durch das Neutralisieren von Mundgeruch. Die natürliche Darmflora wird durch Heilerde nicht gestört und bleibt erhalten. Sie wird im Gegenteil dadurch vermehrt, weil die Gewebe auf denen sie leben, durch die Erde gesunden und so den Bakterien ein besseres Milieu bieten

Ionen aus der Oberfläche der Heilerdeteilchen können durch andere aus der Umgebung ausgetauscht werden. Dieser Ionenaustausch regt vermutlich sowohl die Hypophyse als auch die Nebennierenrinde an und fördert dadurch die Ausschüttung körpereigener Hormone, eine solche hormonelle Ankurbelung ist besonders bei Frauenkrankheiten und Rheuma wichtig.

So wäschst Du Dir schnellstens und bestens die Haare mit Lavaerde:

Du greifst die feuchte Erde, die sich im angewärmten Gewindeglas befindet, mit vier Fingern und verteilst diese über die Haare. Dann läßt Du ein wenig warmes Wasser in die Handfläche laufen und reibst die Erde in die Haare immer mehr bis zu den Haarwurzeln ein. Setze die Finger auf die Kopfhaut und massiere diese (nicht an den Haaren ziehend). Dann spüle warm nach.



### PM-Seite Mai-Seminar

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × »[Der Große GESUNDHEITS-KONZ](#)« × »[Natürlich Leben](#)«  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/9/72.html> - **Update: 13.01.2000 16:30**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

Der Domainname ist  
eine Spende der  
[Transmedia GmbH](#)

× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch  
× [Antivivisektion e.V.](#)                      × [Für Vegetarismus!](#)  
- [Gegen Tierversuche](#) -                      [Vegi-Büro Schweiz](#)  
Tierversuchsgegner Rhein Ruhr



# Kapitel 9: Argumente des Verfassers zur Beweisführung

## 9.73 Urgesundheits-Selbsthilfegruppen-Verzeichnis

Gesprächskreise der Sonnenkostfreunde und UrMethodiker:

01187 Dresden Thomas Klein Tel. 0351-4764605

04159 Leipzig Uta Bertram Tel. 0341-9110714

06526 Sangerhausen Bernd Brodmann Tel. 03464-577485

06901 Gaditz Ines Richter Tel. 034921-22109

10827 Berlin Theresia Shobha Tel. 030-7814866

12524 Berlin Wolfgang Birr Tel. 030-6735283

14169 Berlin Renate Schumann Tel. 030-8133310

21220 Seevetal Gisela Maschke Tel. 04105-660167

21337 Lüneburg Marianne Schippke Tel. 04131-53352

22175 Hamburg Gerd Speer Tel. 040-6401705

22455 Hamburg Inge Drögemüller Tel. 040-5524990



22399 Hamburg Colette Leick-Welter Tel. 040-6024124

23617 Lübeck Elke Neu Tel. 04506-300

24340 Eckernförde Doris Radtke Tel. 04351-82442

27367 Rotenburg Christa Schmieder Tel. 04264-9359

27721 Ritterhude Lebenskunde e.V. Tel. 04292-816345

29355 Beedenbostel Wolfgang Meyn Tel. 05145-8206

30989 Gehrden Ingrid Andres Tel. 05137-4390

31135 Hildesheim Peter Hänisch Tel. 05121-39896

33014 Bad Driburg Sabine Mitzloff Tel. 05253-3996

33602 Bielefeld Hermann Peitz Tel. 0521-60770

33649 Bielefeld Petra Brockelt Tel. 0521-452238

33790 Halle Margarete Przibytzin Tel. 05201-4676

34134 Kassel Irmintrud E. Dilcher Tel. 0561-314352

34286 Spangenberg Ulrich V. Soppa Tel. 05663-1738

35390 Gießen Barbara Hock Tel. 0641-74739

35398 Gießen Thomas M.J. Kusch Tel. 0641-9709612

36179 Bebra Ingeborg Fabritz Tel. 06622-3419

40211 Düsseldorf Barbara Esser Tel. 0211-363695

45549 Sprockhövel Dr. Traudel Weustenfeld Tel. 02324-78716

45869 Bochum (Essen) Werner Straube Tel. 02327-53958

50737 Köln Dieter Krumbein Tel. 0221-745660

51766 Engelskirchen Wilfried Dehn Tel. 02263-6275

53173 Bonn Heike Dobra Tel. 0228-362352

53567 Asbach-Limb. Marlene Hohn Tel. 02683-6444

53844 Troisdorf Helmut Schimanski Tel. 02241-45797

55597 Wöllstein Helmut Nachbar Tel. 06703-1327

56112 Lahnstein Hans Weitbruch Tel. 02621-4708

58840 Plettenberg Heidi Klinger Tel. 02391-91800

59065 Hamm Erika Illmer Tel. 02381-61242

60590 Frankfurt Beratung Selbsthilfe Tel. 069-6301-7480

63128 Dietzenbach Gerhard Funk Tel. 06074-27587

67133 Maxdorf Dieter Sona Tel. 06237-3292

70597 Stuttgart Ursula Scheidler Tel. 0711-6079234

71149 Herrenberg Peter Klocke Tel. 07457-5445

71272 Renningen Ilona Wiest Tel. 07159-5700

71686 Stuttgart M. u. M. Ruder Tel. 07146-41922

72172 Sulz /Neckar Ulrike Steinbrenner Tel. 07454-4875

75045 Walzbachtal Hubert Gerber Tel. 07203-7324

78050 Villingen Wolfgang Spiller Tel. 07721-4503

78462 Konstanz Eckhard Meyer Tel. 07531-22401

79336 Herbolzheim Eberh. Waldschmidt Tel. 07643-8484 od. 8682

79576 Weil-Rhein Armin Wikmann Tel. 07621-77166

81241 München Dr. Otfried Weise Tel. 089-8344978

81241 München Walter Kozuch Tel. 089-8205972

81549 München Sepp Ott Tel. 089-6900797

87724 Ottobeuren Dr. K.J. Probst Tel. 08332-93400

88400 Biberach Franz Simmler Tel. 07351-21851

88400 Biberach-Riß Rainer Müller Tel. 07351-13888

89077 Ulm Roland Siegemund Tel. 0731-381289

90480 Nürnberg Michael Delias Tel. 0911-4089116

94551 Lalling Harald Kress Tel. 09904-552

99891 Winterstein Jan Beyer Tel. 036259-58127

A- Scheffau Carlo Fäckl Tel. 0043-5358-8192

CH- Biberist Peter Gautschi Tel. 0041-32-6724642

CH- Brugg Silvia Dörig Tel. 0041-56-4410662

CH- Küssnacht Maria Näf Tel. 0041-1-9104762

CH- Nußbaumen E.u.Ch. Sperdin Tel. 0041-56-2825984

CH- Muri bei Bern J. Grossmann Tel. 0041-31-9517732

CH- Reinach Christian Künzi Tel. 0041-61-34778-9

**Jeder ist aufgerufen, wenn er sich mit der UrMethodik noch etwas schwer tut, einer Selbsthilfegruppe beizutreten. In der Gemeinschaft mit gleichgesinnten gesundheitsliebenden Menschen fällt alles leichter. Hier kann jeweils einer auch für die zeitlich Unabkömmlichen Urpflanzen mitsammeln und gegen Aufwands-Erstattung verteilen.**

**Wichtig: Sprecht Euch rückhaltlos in diesen Gruppen über alles aus. Aber laßt Euch nicht von den Schwachen und Aufweichlern in diesen Gruppen unterbuttern. Und das einmal als wahr Erkannte wieder in Zweifel ziehen.**

**Da versuchen Dir neuerdings einige einzureden, wenn Du von Schwierigkeiten beim Übergang zur UrKost sprichst, das läge an Deiner Persönlichkeit, die noch nicht reif genug sei für eine neue Lebensweise. Die Ernährung sei eng an die Persönlichkeitsentwicklung gekoppelt. Erkenne diesen Unsinn: Rohkost, Sonnenkost, Instincto-Kost und UrKost sind natürliche Arten der Stillung von Hunger, nicht Verhaltensweisen des Charakters oder der Persönlichkeit.**

**Um die reine Naturheil-Lehre zu verwässern und vor sich selbst sein Nicht-durchhalten-Können zu entschuldigen, dient noch ein dummes Argument: Befolge Dogmen nicht, die an individuellen Bedürfnissen der Menschen vorbeigehen.**

**Erkenne: UrMethodik stellt keine von Menschen aufgestellte Dogmen auf, sondern weist nichts anderes als die unumstößlichen Gesetze der Natur auf. Es ist Deine Entscheidung,**

**diese zu befolgen.**

**Aufgeschlossene, lernwillige Menschen findest Du besonders in den Volkshochschulen. Inzwischen wird da besonders für diejenigen viel geboten, die etwas für ihre Gesundheit tun wollen. Themen: Feldenkrais-Bewegungstherapie, Fasten, Autogenes Training, Yoga, Qi Gong, Vollwertkost, Rohkost. Das wäre auch ein Einstieg.**

**Persönliche Anregung des Verfassers für seine Leser, die sich mit UrMedizin gesund machten:**

Hast Du Dich durch das Buch gesund gemacht, trage seine Gedanken weiter. Hilf anderen ebenfalls dabei, ihr Leid zu überwinden. Die Menschen sind ja so unwissend, so unbeholfen, so verängstigt!

Gründe eine solche Gesprächsgruppe für kranke Menschen, wenn Du Gutes tun willst. Je mehr Menschen wir für die UrMethodik gewinnen, desto stärker verbreiten wir den gesunden Menschenverstand, desto weniger Gift wird den Kranken und der leidgeprüften Erde verabreicht. Wegen des dummen Datenschutzgesetzes darf der BUND FÜR GESUNDHEIT keine Mitgliederadressen dazu geben.

Die ideale Stärke sind sechs bis zwölf Personen. Bei mehr gibt es unnötige Machtkämpfe. Drei Personen durchschnittlich bleiben den Abenden stets fern. Mitglieder sucht man sich mit entsprechenden kostenlosen Anzeigen in der Vereinszeitschrift »Natürlich Leben« des BUND FÜR GESUNDHEIT, Talstr. 36, in 52525 Heinsberg (Zusendung kostenlos für Mitglieder), durch Aushänge im Naturkostladen oder Inserate in Tageszeitschriften.

Beste Ratschläge, wie Du eine Selbsthilfegruppe oder einen Gesprächskreis gründest und führst, erteilt Dir die von Prof. Moeller gegründete 1 Beratungsstelle für Selbsthilfegruppen an der Universität 60528 Frankfurt a. M., Sandhofstr. 56, Haus 74, Tel. 069-6301-7480 und

1 KOSA (Konzentrierte Beratungsstelle für Selbsthilfegruppen und Ärzte), Landesstelle, Georg-Vogt-Str.15 in 60325 Frankfurt a. M., Tel. 069-79502792

Aber sag denen vorher nicht, daß Du als Basis für Deine Selbsthilfegruppe evtl. die Gedanken dieses Buches verwenden willst... Eine Schande! Da schrieb ich dieses auf die Selbsthilfe kranker Menschen genauestens zugeschnittene Buch, womit sie sich wirklich alle selbst wieder gesundmachen könnten, will es ihnen kostenlos zur Verfügung stellen – und dann sind die Beratungsstellen zu feige, diesem Professorenschwächling und Verräter der Wahrheit kontra zu geben (@Rz 965[1]) und das Buch in eigener Regie abzufordern.

**Ach ja, unsere Kinder: Gründe selbst oder gemeinsam mit aufgeschlossenen Menschen einen Kindergarten. Wo die Kinder naturreiches Essen erhalten und überall Obst auf den Tischen zum Zugreifen steht... Und den Kindern die Natur nahegebracht wird, statt... na, Du weißt schon.**

Und beteilige Dich - wenn es Dir finanziell auch nur ein bißchen möglich ist, an den folgenden empfehlenswerten Organisationen, damit unseren Kindern die Chance für ein lebenswertes Leben erhalten bleibt: 1 NATURSCHUTZBUND Deutschland e.V., Bonn, Spendenkonto 518 263 9 100 (BLZ 370 20 50), Bk. f. Soz.Wi. Köln

1 WWF Umweltstiftung WWF Deutschland, Hedderichstr. 110, 60596 Frankfurt, Spendenkonto 2000 bei allen Banken, Spendenkonto 999 bei allen PGA

1 ROBIN WOOD, Gewaltfreie Aktionsgemeinschaft für Natur- und Umwelt e.V., Erlenstr.34, 28199 Bremen, Spendenkonto 155 026/303 (BLZ 250 100 30), Postgiroamt Hannover

1 GREENPEACE, Vorsetzen 53, 20459 Hamburg, Spendenkonto 147 13 00 (BLZ 200 300 00), Vereins- und Westbank, Hamburg

1 Auch hier tust Du ein gutes Werk beim Unterstützen der Anti-Drogen-Kampagne der gemeinnützigen Organisation freshFANTASY e.V., Schmiedgasse 13, 88339 Bad Waldsee-Gaisbeuren, Tel. 07524-2206, Fax 2207. Sie führt mit vielen Aktionen Kinder zum Obst und weg von Alkohol und Drogen.

1 Für den Tier- und Vogelschutz setzt sich unterstützungswürdig ein:

M U T - Menschenrecht und Tierrecht e.V., Grüneburgweg 154, 60323 Frankfurt, Tel. 069/559589 *Sieh nicht, was andre tun, der andern sind so viel,*

*Du kommst nur in ein Spiel, das nimmermehr wird ruhn.*

*Geh einfach Schöpfers Pfad, laß nichts sonst Führer sein,*

*So gehst Du recht und grad, und gingst du ganz allein*

*(C. Morgenstern)*

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × »[Der Große GESUNDHEITS-KONZ](#)« × »[Natürlich Leben](#)«  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

# Kapitel 9: Argumente des Verfassers zur Beweisführung

## 9.74 Das erleichtert es Dir, die UrTherapie durchzuhalten

Wer das Gesundheits-Magazin »Natürlich Leben« laufend beziehen will, der schlieÙe sich dieser großen, vom Buchverfasser ins Leben gerufenen Gemeinschaft an:



**BUND FÜR GESUNDHEIT e. V. Postgirokonto Köln 44 39 05-503**

**Talstr. 36 in 52525 Heinsberg [BLZ 370 100 50]**

»Natürlich Leben« unterrichtet Dich über Biogartenbau, Gesundes Wohnen und Bauen, neue Erkenntnisse über die Ernährung und natürliches Heilen. Nur die Spitzen der Gesundheitslehrer kommen hier mit ihren Artikeln zu Wort, wie z.B. Helmut Wandmaker, Dr.med.habil. Dr.Dr. K.J. Probst, Prof. A. Schneider und der Verfasser. Hier wird Tacheles gesprochen - kein laues Blabla. Unter Angabe Deiner Mitgliedsnummer kannst Du dessen Beratungstelefon in Anspruch nehmen und alle Dich betreffenden Fragen stellen.

Laut Satzung gilt die Einzahlung des einmaligen Aufnahmebeitrags von 68 DM und des 1. Jahresmitgliedsbeitrags von 60 DM (zusammen 128 DM) als Eintritt. Mit dieser Einzahlung ist gleichzeitig die umgehend kostenlose Zusendung des UrMedizinbuches »So heilst Du Dich von Krebs, Rheuma, AIDS, durch UrMedizin« verbunden. Es eignet sich, falls Du bereits dessen Buchhandels-Ausgabe besitzt, vorzüglich als Geschenk für einen chronisch Kranken oder eine nahe, dafür aufgeschlossene Person. Wie dankbar wird Dir mancher dafür sein! Zahle nur auf obiges Konto. Wenn Du später die Vereinsziele nicht mehr vertreten willst, hält Dich keiner, und Du kannst für das Ende des zweiten Mitgliedsjahres ohne weiteres kündigen. Du kannst auch als Käufer des Buchs aus dem Buchhandel durch Einzahlung von DM 60.- als Fördermitglied eintreten. Und solange Du magst im Verein bleiben, solange Dir die Zeitschrift Positives für Dein Leben vermittelt.

Achte bei einer Überweisung dringend auf die vollständige Adresse! Schreibe sie nur in Blockbuchstaben, und zwar in die Spalte »Verwendungszweck« des Überweisungsformulars, da die Postbank zu bequem ist, die Straße zu übermitteln. Denke also daran, dort den Wohnort und die Straße anzugeben! 10% vergessen sie. Wie soll der Verein da liefern können?

Reklamationen und Anfragen können nur schriftlich an o.a. Anschrift gestellt werden.

Ich wiederhole: Der Verfasser dieses Buches ist kein Guru, der Dumme sucht, die er ausnutzen kann. Was er sucht, das sind kluge und eigenverantwortliche Menschen, die sich und diese

Erde gesundhalten wollen. Und welche die UrzeitMethodik selbstbewußt vor der Dummheit vertreten.

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) (Important note!) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ☒ = externe Datei · [Disclaimer / Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/9/74.html> - **Update: 13.01.2000 16:30**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---



# Kapitel 9: Argumente des Verfassers zur Beweisführung

## 9.75 Lesenswerte Mediziner- und Alternativ-Zeitschriften

Hier die Anschriften der bedeutendsten Ärzte-Fachzeitschriften, die man Dir als normalem Menschen und Patienten aber nicht zusendet. Da mußt Du also schon ein Gott sein oder zu ihnen aufsteigen...

Ganz Schlaue haben sich deshalb (natürlich nur für diesen Fall) für ein paar Mark einen kleinen Stempel von ihrer Adresse machen lassen und vor ihren Namen einfach einen Dr. med. gesetzt. - Was ich allerdings sehr mißbillige.

### **ZEITSCHRIFTEN für Allopathie:**

1 Ärzte Zeitung, Postfach 10 10 47, 63303 Dreieich 1

1 Ärztliche Praxis, Verlag Dr. Banaschewski, 82166

Gräfelfing b./München

1 Medical Tribune, Postfach 4240, 65032 Wiesbaden

1 arznei-telegramm, Petzower Str.7, 14109 Berlin

### **ZEITSCHRIFTEN für Psychologie**

**Für alle, die etwas mehr vom Leben erwarten und psychologisch interessiert sind, gibt's eine Zeitschrift des gesunden Menschenverstands: "ich", Postfach 69, in 13163 Berlin, Tel. 030-6071902 Probeexemplar anfordern - wird nicht bereut! Bekannter: »Psychologie heute« mit ausgezeichneten Artikeln. Nur gegen gesundes Leben haben sie was. Tel: 06201-709227, Fax 709221**

### **ZEITSCHRIFT für Alternativ-Wissen <sup>9890</sup>**

1 **raum & zeit**, EHLERS Verlag GmbH, Daimlerstr. 5, D-82054 Sauerlach. Eine Zeitschrift, wo Du nicht darauf verzichten solltest, sie zu bestellen. Sie ist wissenschaftskritisch, nicht dem Establishment verpflichtet, wahrheitsliebend, klarsichtig! Berufe Dich bei Deiner Bestellung auf mein Buch. Du kannst dann auch ein kostenloses Probeexemplar anfordern.

## **ZEITSCHRIFTEN für natürliche Gesundheit und Naturheilverfahren:**

1 **BIO** – ist ein Magazin für die Gesundheit von Körper, Geist und Seele, modern gestaltet und mit vielen Bildern. Diese Zeitschrift gibt praktische Lebenshilfe, ob es um natürliche, ganzheitliche Heilmethoden geht, um gesunde Ernährung, Seelenheilkunde und Umweltfragen. Ein Gratisexemplar von BIO – dem Ratgeber mit den besonderen Themen – kann angefordert werden vom BIO Ritter Verlag, 82327 Tutzing, Tel.: 08158/8021, Fax 7142

~~Natur~~

im Access Verlag, Feldbergstr. 2, in 61462 Königstein, hat inzwischen vergessen, daß sein Untertitel einmal »Für Freunde naturgemäßer Heilmethoden« lautete. Und mit der Naturheilweise heute nichts mehr zu tun. Befindet sich in der Hand von Ärzten, die nur dem Namen nach Naturheilärzte sind und große Sanatorien betreiben... Doch ab und zu sind darin interessante Artikel zu finden. Hier ein Auszug:

### **Interview der Zeitschrift »Der Naturarzt« mit Prof. Moeller, Universität Frankfurt**

*.... Ist trotz der relativ geringen Dichte an Nähr- und Vitalstoffen in diesem »wäßrigen« Lebensmittel eine ausreichende Nährstoff- und Vitalstoffversorgung gewährleistet, Herr Professor Moeller?*

*Wesentlich sind die positiven Erfahrungen der Menschen, die sich jahrelang mit Rohkost ernähren. Ich lebe nun seit drei Jahren so und fühle mich nicht nur körperlich und seelisch, sondern auch geistig sehr beweglich. Das kann ich gut ermessen, wenn ich wissenschaftlich und schriftstellerisch arbeite.(...).*

*Wir können beobachten, daß beispielsweise die Äpfel immer größer werden, auch die Kohlrabis, und die Züchtung tut viel, um uns immer voluminöser Obst und Gemüse vorzusetzen. Könnte man davon ausgehen, daß hier eine Entwertung stattgefunden hat gegenüber dem gehaltvollen Obst und Gemüse, wie man es früher zur Verfügung hatte?*

*Sicher haben die seit Jahrtausenden gezüchteten Kulturpflanzen eine Veränderung gegenüber den Wildformen erlebt. Es ist ein Verdienst von Franz Konz, der Wildformen im Vergleich zu Kulturpflanzen wissenschaftlich hat untersuchen lassen. Dabei wurde festgestellt, daß der Wertstoffgehalt der Wildformen oftmals das Zehnfache beträgt im Vergleich zur Kulturpflanze. Aber trotz dieser Entwertung (der Kulturpflanzen) ist die Frischkost heute noch immer den konservierten, gekochten und anderweitig behandelten Nahrungsmitteln weit überlegen.*

*Nun haben wir die Wahl zwischen dem aus der sogenannten chemischen Landwirtschaft stammenden Obst und Gemüse und dem Angebot aus dem biologischen Landbau. Müßte man hier als Verbraucher irgendwelche Unterschiede beim Einkauf machen?*

*Ja, unbedingt. Ich versuche, mich nach Möglichkeit nur aus biologisch kontrolliertem Anbau zu versorgen. Zum Glück entstehen immer mehr Läden, die biologisch gezogenes Gemüse und Obst anbieten. Man sollte seine Schadstoffbelastung so niedrig wie möglich halten. Ganz vermeiden kann man sie nicht.(...) Man muß sich klar werden, daß man als Konsument auch*

*eine durchaus politische Wirkung hat. Je mehr wir bei biologisch orientierten Anbietern einkaufen, desto mehr wird auch diese Form der Landwirtschaft gefördert und desto weniger Pestizide werden benutzt, desto mehr wird die Umwelt intakt gehalten.*

1 **Health Science**, für Englisch Beherrschende das Magazin der Natural Hygiene von Dr. Shelton. Info fordern von: American Natural Hygiene Society, P.O. Box 30630, Tampa, FL 33630

**ITRÜRSLEBEN** Ritterhude

(Diese Zeitschrift ist nur noch als kleines Supplement mit dem Magazin »natur« im Abonnement überteuert bestellbar.) Auszug:

RAU, Barbara **Bericht über Malaria und Bakterieninfektion**

*Im August plante ich, an einer 2-wöchigen Exkursion nach Kenia teilzunehmen. Da ich seit Jahren schon keinerlei Medikamente mehr nehme, wollte ich auf die teure und gesundheitsschädliche Malariaprophylaxe mit den chemischen Mitteln der Schulmedizin verzichten, zumal ich nicht zuletzt in Franz Konz' Werk gelesen hatte, daß die Malaria-Erreger gegen die üblichen Mittel inzwischen resistent geworden sind.*

***Zwischen Art der Ernährung und der Häufigkeit von Mücken- oder Bremsenstichen (evtl. auch Flohbissen?) besteht ein eindeutiger Zusammenhang.***

*Von den in den Ausscheidungen der Haut (Talg, Schweiß) enthaltenen Geruchsstoffen, von Menge und Art der ausgeschiedenen Toxine und vom Säuregrad des Schweißes hängt es ab, ob blutsaugende Insekten angelockt werden oder nicht. Offensichtlich strahlt ein mit naturbelassener Rohnahrung ernährter Körper bestimmte Geruchsreize, die Stechmücken anlocken, nicht mehr aus.*

*Es war mir nach der Lektüre von Literatur der natürlichen Gesundheitslehre aufgegangen, daß in einem tropischen Land wie Afrika ebenso wie auch hier nicht alle Menschen an von Erregern übertragenen Krankheiten erkranken, sondern eben nur einige. So leben auch in den afrikanischen Ländern viele Menschen, die trotz vorhandener Erreger und allgegenwärtiger Moskitogefahr nicht an Malaria erkranken, ohne je prophylaktisch Medikamente eingenommen zu haben.*

*Der Zustand des körpereigenen Immunsystems, welcher entscheidend von der Ernährungsweise abhängt, bestimmt, ob ein Mensch Viren und Bakterien zum Opfer fällt oder nicht.*

*Viele der stechenden Insekten, welche die Natur hervorgebracht hat, haben anscheinend eine Aufgabe als »Gesundheitspolizei« zu erfüllen ähnlich der Viren, und sie tragen so zur »Auslese« kranker Organismen bei. Ebenso wie das Bild »feindlicher« Viren und Bakterien müßte auch die Vorstellung von gefährlichen, die Gesundheit des Menschen grundsätzlich und*

*willkürlich bedrohenden Insekten revidiert werden. Dem inhärenten Selbsterhaltungstrieb allen Lebens und dem Lebensgesetz der Erhaltung der Art zuwider, wird die Natur Lebewesen, welche ihren Gesetzen gemäß leben, nicht vernichten wollen, sondern zu erhalten suchen.*

*Da Moskitos auch nur eine weitere Art von Stechmücken darstellen, beschloß ich auf der Basis der Annahme, daß sie sich ähnlichen Gesetzen entsprechend verhalten wie europäische Arten, ohne Malariaphylaxe in Form von Tabletten, Impfungen oder mückenabschreckenden Einreibemitteln auf Safari zu gehen. Voraussetzung sollte allerdings eine 100%ige Rohkosternährung vor und während der gesamten Reise sein. Dabei mußte jedoch auch auf die bei manchen Formen der Rohkosternährung noch üblichen gewürzten Salatsößen verzichtet werden, da Gewürze und Salz über den Schweiß ausgeschieden werden und einen Stechinsekten anlockenden Duftstoff darstellen. (...)*

*Ich trank mangels Durst in der Regel gar nichts (Obstmahlzeiten löschen Durst!) nur ganz selten etwas Quellwasser, wenn eine Safari allzu lang, staubig und heiß gewesen war. Und das im tropischen Afrika, wo alle Touristen vor Durst fast umkommen. Einige meiner Reisekameraden bekamen auf der Basis von »abwechslungsreicher« und »ausgewogener« Kochkost, von Alkohol und »vorbeugenden« Medikamenten heftige Durchfälle und Erbrechen - ich merkte ohne jegliche Medikamente gegen Reisekrankheit, Infektionen, Fieber und Durchfall entgegen aller Vorhersagen bei meiner »kargen« Rohkost nichts von Klimaumstellung und Zeitverschiebung. Trotz anfangs extremen Schlafmangels und vollem »Safaristreß« sowie fast täglichem Quartierwechsel litt ich nicht unter Kopfschmerzen, wie früher üblich, und auch von der Ernährungsumstellung spürte ich im Magen-Darmtrakt absolut gar nichts. Während alle anderen ängstlich ihr Zahnputzwasser 5 Minuten lang abkochten, eifrig Tabletten schluckten und es streng vermieden, rohe, frische Früchte vom Markt zu verzehren, machte ich es wie die Schwarzen um mich herum: ich putzte meine Zähne mit Leitungswasser (trank es jedoch nicht), aß meine Nahrung ohne besondere Hygienemaßnahmen wie Waschen nicht verzehrbare Obstschalen oder gar Abkochen, kaufte herrliches Obst auf Märkten und an Straßenständen und schlürfte z.B. Passionsfrüchte ohne weiteres einfach aus der Schale. Dieses Verhalten basierte jedoch nicht auf leichtfertigem, demonstrativem Protest gegen übertriebene Vorsichtsmaßnahmen anderer, sondern war das Resultat eines mit dem Übergang zur Rohkost gewachsenen Verständnisses der Natur und intuitiven Vertrauens in ihre Gesetze. Ich fühlte mich so eins mit der Natur Afrikas, aber auch mit den Einheimischen und den für ihre Region typischen tropischen Früchten.*

*Was die Moskito- und damit Malariagefahr anbelangte, so wurde ich weder auf Bootsfahrten über die kenianischen Seen noch Nachts im Schlaf gestochen. Wir schliefen bis auf einmal ohne Moskitonetz, und meine Zimmerkameradin, die Einreibemittel verwendete und Malariatabletten einnahm, wurde gestochen, wohingegen ich ohne mückenabschreckende Lotionen oder Sprays keinen Stich erlitt.*

*Da die Malaria ja ausschließlich durch Stiche infizierter Moskitos übertragen wird, würde schon die Gewißheit, nicht gestochen zu werden, die Malariaphylaxe mit Medikamenten überflüssig machen (einmal vorausgesetzt, die Mittel wären auch wirksam). Interessant und erfreulich war auch die Resonanz meiner Ernährung bei den einfachen, un(ver)bildeten Schwarzen (so z.B. Kellnern und sogar Köchen): sie zeigten keinerlei Mißtrauen oder Abwehr*

bei der Konfrontation mit einem Rohköstler, wie es hier häufig geschieht (auch manche Mitglieder der Reisegruppe fühlten sich allein durch meine unkonventionelle Eßweise bedroht und ließen mich meine Außenseiterposition zu Tisch manchmal schmerzlich spüren!), sondern äußerten lebhaftes Interesse und im Gespräch oft eine intuitive Einsicht.

**Offensichtlich leben die meisten Afrikaner noch in viel näherer Verbindung zur Erde, zu Pflanzen und Tieren, haben somit noch viel ursprüngliches Vertrauen in die Schöpfung.**

3504, 3830

Der Verfasser setzt aus seiner Erfahrung im Urwald hinzu: Trotz nackten Oberkörpers wurden von meiner Hautausdünstung keine Insekten angezogen, die Eier einlegen, aus denen sich später Larven unter der Haut entwickeln. Den Affen geht es ebenso. Fleischesser müssen da schon höllisch aufpassen.



1 Natürlich Leben Das ist die unbestechliche, konsequente Zeitschrift des BUND FÜR GESUNDHEIT für Urköstler, Rohköstler, Veganer und vorwärtstrebende Vegetarier, die Du nur als unser Mitglied beziehen kannst. Fordere schriftlich Probeheft in 52525 Heinsberg, Talstr.36 an.

Beispiel für die Fragenbeantwortung im Magazin »Natürlich Leben« des Vereins: »Ist UrKost nicht schwer verdaulich? Die Wissenschaftler haben ermittelt, daß nur leichtverdauliche Speisen für die Menschen gut sind.«

Antwort von Franz Konz: Du solltest nur fragen, ob Du die richtige Nahrung zu Dir nimmst. Und wenn Urspeise wirklich zu »schwer« für den Organismus sein

sollte - was wäre verkehrt daran? Nur wenn Magen und Darm zu harter Arbeit gezwungen sind, sondern sich sie die nötigen Verdauungssäfte reichlich ab. So werden sie gekräftigt und fit gehalten. Außerdem erstarkt die Darm-Muskulatur. Während durch faserlose »leichtverdauliche« Kulturkost genau das Gegenteil eintritt.

**Was man als Gesundheitsreformer so alles erlebt...**

Das Verlangen der Menschen nach einer Diagnose haben die Mediziner, glaub' ich, schon zu sehr in das Denken der Menschen vertieft, als daß sich so schnell deren Bewußtsein ändern ließe. Auf einem Gesundheitskongreß zieht mich die Mutter des siebenjährigen Stefan beiseite: »Nun sehen Sie dem Kind doch mal in den Hals! Es kann doch auch was Schlimmes sein, weshalb er so lange schon Halsschmerzen hat!« Ich sage: »Das ist unnötig. Ernähren Sie den Jungen gesund, dann sind die bald weg. Egal, was das Kind im Hals hat. Ich befasse mich nicht mit Krankheiten, sondern nur mit Gesundheit.« Die Mutter läßt nicht locker. Ich sage: »Sag mal laut ahh« und schaue widerwillig in den Hals von Stefan. »Nix zu sehen«, sage ich,

»das muß tiefer im *Kehlkopf* sein. Nach einigen Tagen erhalte ich einen Anruf. Stefan ist dran:  
»Ich hab' acht Tage nur Obst gekriegt und soll mich bei Ihnen bedanken, weil mein *Tonkopf*  
jetzt wieder o.k. ist.«

1 **Der Gesundheitsberater**, Gesellschaft für Gesundheitsberatung GGB, Taunusblick 1A,  
56112 Lahnstein, Tel. 02621-917017, 917018, Fax 917033 Klug redigiert! Empfehlenswert!  
Auszug:

Professor Volker Pudiel, Vizepräsident der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE), gab  
grünes Licht für den Fabrikzucker. Nach seiner Meinung hängt die Adipositas (Fettsucht) nicht  
mit dem »Verzehr von Kohlehydraten und Zucker« zusammen. Nach seiner Meinung entseht  
keine Abhängigkeit durch Zuckergenuß. Urteil des Hanseatischen Oberlandesgerichts (OLG)  
vom 29.10.1987 - Aktenzeichen 3U11/87. Es lautet: »Zucker ist ein Schadstoff«. Da hilft keine  
Beschönigung von seiten der Industrie. Das Oberlandesgericht fällt das Urteil nach Vorlage  
belastender Fakten.

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service** : [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen** :

**Kontakt** : [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer / Haftungsausschluß](#)

**URL** : <http://www.bfgev.de/dggk/9/75.html> - **Update: 13.01.2000 16:30**

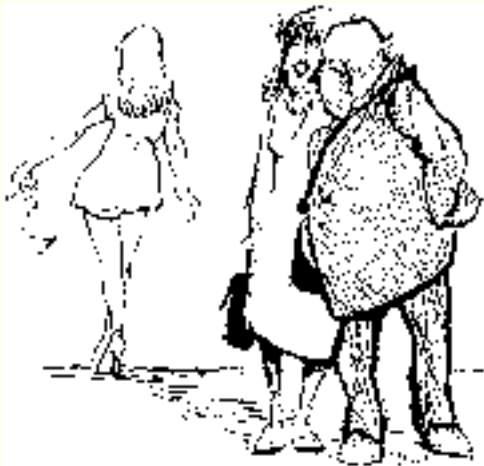
Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# Kapitel 9: Argumente des Verfassers zur Beweisführung

## 9.76 Wichtige Adressen zur Durchführung der UrTherapie

**Spezialisiert auf Lava Erde zum Haarwaschen und tiermißbrauchfreie Pflegeprodukte:**



! Regina Schmitz, Sebastianstr.7, 53572 Unkel, Tel. 02224-76207, Fax 74843 (Info anfordern!)

! Flohsamen-Bezugsquelle: Neues Leben-Fachversand, Neuffenerstr. 26, 72584 Hülben. Tel.: 07125/6329 - Fax: 6324.

Aus der Apotheke oder von Life-Light Naturwaren, A-7572 Deutsch-Kaltenbrunnen, Tel.:03383-3320-0, Fax:

3310-4.

**Spezialisiert auf wildwachsende Beeren (schonend getrocknet)**

**aus dem industriefreien Gebiet der masurischen Seen. Info von:**

! Domicil Bioleen, Macze 2, PI-19321 Nowa Wies Elka, Polen

**Spezialisiert auf Tropenfrüchte, biologische Naturalien und Bio-Gemüse:**

! Orkos Diffusion, 9, rue du Château, Soisy-Bouy - BP 89 - F-77483 Provins Cédex, Tel. 0180-5212929, Fax 0033-1-64602101, hier solltest Du Informationsmaterial anfordern. Gib nichts drum, wenn die Produkte teuer sind. Du gibst soviel Geld unnütz und für Schund aus. Hier erhältst Du höchste Qualität.

»Aus der Erfahrung, daß es im üblichen Handel sehr sehr schwer ist, gute naturbelassene Früchte, Trockenfrüchte, Kokosnüsse usw. zu bekommen, haben wir unsere eigenen Anbauer und Lieferanten - weltweit inzwischen - aufgebaut. Hier sind wir sicher, daß alle Früchte, insbesondere auch die Trockenfrüchte (Datteln u.a.) naturgemäß - d.h. ohne Chemie - angebaut werden und daß auch nach der Ernte keinerlei Schädigung durch Heißtrocknung, chemische Konservierung, Schockfrostung, Begasung oder sogar Bestrahlung geschieht.

So können wir Durian u.a. Früchte aus Thailand frisch und auch luftgetrocknet in naturbelassener Form anbieten.

Was ich ganz toll finde: Daß Orkos sich daran macht, wilde Früchte in den Tropen aufzufinden.

! Bernd Bieder, Leonberger Ring 7 in 12349 Berlin, Tel.: 030-6058745, Fax: 6041873 liefert beste Qualität an selteneren Tropenfrüchten, die bei Orkos oft nicht zu erhalten sind.

! Eichberg Bio-Gemüse AG sendet auch Bio-Obst. CH-5707 Seengen, Tel. 0041-62-7773288

! Bio-Orangen liefert preiswert W. Benner, Finca El Morisco, Malaga/Bena Jarafe, Spanien.

**Ein Grund, weshalb ich so sehr für Tropenfrüchte bin: Fast alle unsere Obstsorten sind durch menschliche(!) und nicht durch natürliche Auslese gewonnene Kulturprodukte. Deren genetisches Potential durch die Züchtung zwangsläufig geschwächt wurde. Bei Tropenpflanzen wurden - abgesehen von Bananen, Mangos und Avocados - noch kaum ausgeklügelte Züchtungen durchgeführt, weil deren Wohlgeschmack weitaus größer war als z.B. unsere wilden (Holz-) Äpfel, Birnen, Vogelkirschen usw. Sie stehen daher noch voll in ihrer Urkraft da. Während die Züchtungen nicht mehr die Harmonie in der Komposition ihrer Lebensstoffe und Bioenergie in sich tragen. Nur an diese Urpflanzen waren die Urzeitmenschen mit ihren Organen und deren Abläufe angepaßt. Und wissen wir, ob die Pflanzen der Tropen nicht weitere Lebens- und Botenstoffe in sich tragen, die wir in Europa noch nicht erforscht haben bzw. ermitteln wollten?**

**Spezialisiert auf Naturkosmetik und Ökotextilien**

**! Vegan-Shop & Versand, Höhenstr.50, 60385 Frankfurt, Tel+Fax: 069-440989**

Zum Direkteinkauf täglich geöffnet von 13.00 Uhr bis 18.30 Uhr, samstags von 10.00 Uhr bis 14.00 Uhr. (Katalog gegen 5 DM in Briefmarken) Der Vegan-Shop & Versand bietet das größte Sortiment an ökologischen Textilien. Alles aus unbehandeltem Hanf oder Baumwolle. Sowie Spezialitäten, die ansonsten so gut wie nicht erhältlich sind, z.B. rein pflanzlicher »Käse« oder »Sahne«.

**Spezialisiert auf Topinambur (Erdbirnen):**

! Saatzucht K. Marquardt in Müden/Oertze, Tel.05053-350, Fax 1628

! **Maulbeeren** sind köstlichste Natur-Vanille-Schokoplätzchen. **Berberitzenbeeren** schmecken süßsauer. Naschkatzen freut Euch! EVIVA Versand, 83313 Siegsdorf, Seelauerstr. 35, Tel. 08662-669995, Fax 669996

**Spezialisiert auf Trockenfrüchte und Bio-Cashewkerne:** Feigen und Datteln aus BIO-Anbau: Bionativ, Müllersgasse 5, in 71364 Winnenden, Tel. 07195-61811, Fax 179760, Tunesische Bio-Datteln Deglet Nour – das ist meine Lieblingsorte - besitzen mindere Urzeitqualität. Merke: Im Oktober kommen die Cashew-Kerne an. Sie sind nur schwach



erhitzt - also in Bio-Qualität. Hitzebehandelte Ware, deren Enzyme zerstört sind, bleiben deshalb länger weiß, sind dafür aber auch wertloser.

**Spezialisiert auf Macadamia-Nüsse und Cashewkerne in bester Qualität**, weil sie nicht abgeschüttelt, sondern nur voll gereift gesammelt und dann vakuumverpackt werden von: Siegfried Bachert Import, Postfach 1109, 65701 Hofheim, Tel. 06192-22201, Fax 22208.

**Wenn Du gesund schlafen willst,**

dann greife zur *Naturdecke* aus reinem, doppelt gewirktem Kamelhaar, in der Du ohne Bettdecke schläfst; sie umgibt den Schlafenden wie eine natürliche Schutzhülle, ohne die Körperentgiftung und Hautatmung zu blockieren. Der Tiefschlaf stellt sich leichter ein. Notwendige Körperfunktionen werden im Gleichgewicht gehalten: Anton K. Tölle GmbH, Untere Ortsstraße 1, 8896 Schiltberg, Tel. 08259-426, Fax 1522. Fordere Spezialprospekt unter Berufung auf dieses Buch an.

Wenn Du wunderbar nachts liegen willst, dann laß Dir mal ein Angebot über eine Kapokmatratze (Drei Härtegrade, ich bevorzuge sie weich) machen: Kapok-Kontor 07472-26757 in 72108 Rottenburg. Bestehe aber dort auf weicher Ausführung der Matratze.

Bakterien verändern sich zur Bösartigkeit, wenn sie mit dem falschen Untergrund vorlieb nehmen müssen. Damit es Dir nicht passiert, schlafe nur auf reiner Natur (Leinen, Baumwolle, Kokos, Stroh - am besten auf sich wieder in der Sonne von selbst auffüllendem Kapok)! Federn sind gesünder als Kuntstoffkissen. Merke: Die Kapokfaser verfügt von Natur aus über einmalige Eigenschaften: Sie ist atmungsaktiv, leicht u. langlebig. Wasser weist sie ab und vor Motten, Milben u. Bakterien ist sie durch einen natürlichen Bitterstoff geschützt. Nimm auf keinen Fall sog. Natur-Latex! Du bekommst sie bei: Thalamos Naturbetten, Pf. 1106 in 27711 Osterholz-Scharmbeck. Tel. 04791-2024, Fax 2793.

Gesunder, erholsamer Schlaf in Naturvollholzbetten mit dem gut durchdachten, naturgemäßen Aerovital-Schlafsystem und fachmännischer Beratung zur Ausschaltung sonstiger Störfaktoren/ Elektrosmog-Messung: Thomas Klein 01187 Dresden, Bamberger Straße 18, Telefon/Fax: 0351-4764605. Kann ich bestens empfehlen.

**Wenn Du glaubst ohne UrTherapie auf Dauer abzunehmen**, könntest Du Dich versucht fühlen, mit dem (vor Ausgabe der 4.Auflage) mittels großem Werbeaufwand angepriesenen Pu-Erh-Tee (100g à 30 DM Unverschämtheitspreis) zu liebäugeln. Besonders deshalb, weil eine Fernsehprominente ihn als Schlank-, Schöner- und Samthautmacher anpreist. Ja, fühlst Du denn nicht, daß solche Leute von den Verdummungsfirmen gekauft sind?! Von gekochtem grünen Wasser schlankwerden! O je!

**Äußerst bequeme, aber gut aussehende, fußgesunde Schuhe** versendet Comfort Schuh, Postfach 100241 in 76256 Ettlingen, Tel. 07243-37770, Fax 37778<sup>8024</sup>. Flache Schuhe mit weicher Sohle sorgen dafür, daß die Muskeln so beansprucht werden, daß der Po nicht hängt.

**Turnreck für Klimzüge**, das man einfach in eine Tür einspannt und Schuhe zum "Wirbel-Aushängen" (® Rz 904) gibt es bei EVIVA, 83313 Siegsdorf, Seelauer Straße 35, Tel: 08662-669995 Fax: 669996

**Das alternative Branchenbuch** vermittelt Dir alle Adressen und Informationen über biologische Lebensmittel,<sup>9885</sup> gesundes Bauen, Lehm- und Naturbau, umweltfreundliche Produkte und sanfte Technologien, Sonnenkraft usw. Im Altop Verlag, Gotzingerstr. 48, in 81371 München, Tel. 089-7466110, Fax 7256246

**Bio-Bauern:** Die Verbraucherinitiative e.V. hat jetzt eine Broschüre herausgegeben unter dem Titel »Einkaufen beim Bio-Bauern«, in der 3.300 Adressen von ökologischen Betrieben aufgeführt sind. Die Broschüre kann angefordert werden gegen eine Gebühr von 17 DM bei der Verbraucherinitiative e.V., Breite Straße 51, 53111 Bonn.

Das Buch »Ökologischer Landbau« verzeichnet 2800 Bio-Bauern aus ganz Deutschland, die ab Hof verkaufen gehören. Es ist zu haben beim Deukalion Verlag, Uetersener Str. 12 in 25488 Holm, Tel. 04103-97545, Fax 97507. Knaurs Bio-Einkaufsführer bekommst Du im Buchhandel.

**Wenn Du biologisch bauen willst**, informiere Dich unbedingt zuerst bei dem Institut für Baubiologie + Ökologie, Holzham 25, 83115 Neubuern, Tel.: 080 35/20 39, Fax 080 35/81 64. Fordere Info unter Bezug auf mein Buch an! (Musterhäuser ®LV<sup>9667, 9685</sup>)

**Urige Blockhäuser baut biologisch: A. Herbst, A-5051 Unken 33, Österreich**

**Noch urigere Blockhäuser aus ganzen Baumstämmen bietet an: CDN Naturstammhaus GmbH, Industriegebiet Grafenwald, 54411 Hermeskeil, Tel. 06503-2721, Fax 3721**



**Normales Bauen, aber mit Naturstoffen. Solide, dauerhaft, individuell und schön, gesundes und angenehmes Raumklima, ökologisch und preiswert. Naturbau Andreas Sielaff, 17192 Klein Dratow, Haus Nr. 14, Tel.: 039921-35020**

**Holz vom richtigen Zeitpunkt an gerettet**

**bekommst Du von: Ing. Erwin Thoma Holz GmbH, Steggasse 21, A-5600 St.Johann, Tel. + Fax 0043-6412-6377**

**Spezialisiert auf Vollholz-Möbel: Bio-Möbel Genske, 50823 Köln, Subbelratherstr. 26a, Tel.: 0221-9514060, Fax 0221-9514066**

**So ästhetisch wirken deren Naturholz-Möbel:**

**Wildsamen - ja! Leg Kräuterwiesen an, sofern Du kannst! Bist Du vielleicht gehbehindert und kannst nicht raus in die Natur, dann leg Dir irgendwo einen Wildgarten an. Den Samen dafür, für alte Obstsorten-Jungbäume usw. liefert noch: Naturwuchs, Bardenhorst 15, 33739 Bielefeld, Tel. 0521/8751500, (Katalog für 4 DM in Briefmarken), oder: Bornträger, in 67591 Offstein, Tel.:06243-905326, Fax 905328, oder: Kühne's Spezial Kräuterhaus, Karlsruherstr. 7-8, in 10711 Berlin**

**Haferflocken aus unerhitztem Sprießkornhafer**

**Kannst Du Dir feucht mit einer Nudelrolle herstellen. Bequemer und ohne Einweichen geht das mit einer kräftigen Bio-Flocken-Quetsche, mit der Spießkornhafer und andere Getreide zu Flocken für Brei und Müsli weich gequetscht werden können. Info von Eschenfelder, Landauer Str. 16 in 76846 Hauenstein, Tel. 06392-7119, Fax 7110. Du weißt: Ich empfehle Getreide nicht, toleriere aber seine gelegentliche Verwendung bei langsamen Übergang zur UrKost.**

**Das Gemüse halbgaren: Für alle, die sich noch etwas Zeit damit lassen wollen, ganz auf UrKost überzugehen, ist der Spezialtopf für eine schonende Erhitzung ideal für Gemüsebeigaben.**

**Rai Stuplich, 56068 Koblenz, Görgestr. 7-9, hat den *Gar-Topf* erfunden.**

**Das kannst Du Deinen Gästen (und Dir) vorsetzen, ohne daß sie gleich Reißaus nehmen:**

**Hanfsamen Vom Knabbern von Kartoffelchips oder gerösteten Erdnüssen beim Fernsehen, kannst Du vielleicht durch ungeröstete Hanfsamen geheilt werden, der aber so groß schmeckt, als sei er geröstet.**

**Die Bestelladresse ist: Hanfhaus Berlin, Waldemarstr. 33, 10999 Berlin, Tel. 030-6149884, Fax 6142911.**

**Ginseng - die einzige getrocknete Naturwurzel, die ich neben der UrMedizin Dir zu nehmen empfehle:**

**Original Korea Ginseng - zur Stärkung der gesamten Kondition - in erstklassiger, anerkannter Qualität in Originaldosen: Runddose, kalt gemahlen, 100g zu DM 125,00, 50g zu DM 65,00**

**Cabinetdose, ganze Wurzeln in Portionen eingekerbt, 100g zu DM 125,00 50g zu DM 65,00**

**Wissen und Leben-Versand Kurt Winter, Pf.1427, 40739 Langenfeld, Tel 02173-78705, Fax 78941**

**Kauf Ginseng nie im Drogenmarkt oder der Apotheke oder in Kapseln bzw. eingetrocknet oder in Alkohol aufgelöst! Nur unverändert (am besten die ganze Wurzel) besitzt Ginseng die meiste Lebenskraft. Naturbelassene Ginsengwurzeln, an der Sonne getrocknet und unbehandelt, sind nußhart.**

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × »[Der Große GESUNDHEITS-KONZ](#)« × »[Natürlich Leben](#)«  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/9/76.html> - **Update: 13.01.2000 16:30**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a>                    × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> -                    <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---

# Kapitel 9: Argumente des Verfassers zur Beweisführung

## 9.77 Ärzte, die sich bemühen, im Sinne der UrTherapie zu behandeln:

### **Zahnärzte Deutschland wird COLORSEITE**

38315 Schladen (Harz), Dr. Harald R. Arlom, Hermann-Müller-Str.11,

63457 Hanau, Drs. Peter Bechler u. G.Bechler-Wolff, J.F.Kennedy Str. 28, **Tel. 06181-571150**

75173 Pforzheim, Dr. Angela Ulrich, Ringstr. 31

78343 Gaienhofen, Gisela Pederzani, Mühlenstr. 8

79115 Freiburg, Dr. Helmut Friedrich, Erlenweg 5 b

79410 Badenweiler, Dr. Charlotte Jurenz, Weilertalstr. 21/1

80638 München, Dr. Franz Klostermeier, Tizianstr. 33

81247 München, Dr. Willi Foldenauer, Verdistr. 101

85354 Freising, Dr. Margot Hamm, Untere Hauptstr. 25

86152 Augsburg, Dr. Siegmund Dörsch, Georgenstr. 31

87509 Immenstadt, Dr. Manfred Lingemann, Mühlhaldeweg 16



88255 Baidt, Dr. Eckehard Assfalg, Marsweiler Str. 39

88339 Bad Waldsee, Dr. Otto Moser, Wurzacher Str. 69

88677 Markdorf, Dr. Max Vogel, Gutenbergstr. 28

92281 Königstein, Dr. Gerold Müller

92339 Beilngries, Dr. Rudolf Treusch, Eichstätter Str. 18

97422 Schweinfurt, Dr. H. Pflaum, Dittelbrunner Str. 35

### **Zahnärzte Österreich**

A-6391 Fieberbrunn Dr. med. Klaus Klausgraber

### **Zahnärzte Schweiz u.a. Länder**

Bitte gib mir die Anschrift bekannt, wenn Du einen in meinem Sinne arbeitenden Zahnarzt feststellst.

Wegen Überkronens Deiner Zähne wende Dich an folgende Adresse:

Münchener Quecksilberkreis, Patienteninitiative,

Rembrandtstr. 21a, in 81245 München, Tel.: 089/ 820 12 26

*Anmerkung: Diese Adressen sind mir aufgrund von Referenzen übermittelt worden. Keiner der o.a. Ärzte weiß etwas davon oder hat sich bemüht, hier genannt zu werden.*

**Hydrokolontherapie (®Rz.644)**



Wer sich mit der UrTherapie nicht von Grund auf gesund machen will, der kann sich bei

! Obstipation ! ulzerativer Kolitis ! Blähungen

! Divertikulitis ! Kolostomiereinigung ! Diarrhöe

! atonischem Kolon ! Morbus Crohn ! Intestinaloxämie

! Parasiteninfektion ! Dermatosen ! akuter Stuhlstauung

wenigstens mit der Hydrokolontherapie etwas Erleichterung verschaffen. Mit dieser gehören peinigende Klistiere, hoher Einlauf oder subaquales Darmbad der Vergangenheit an. Mit gereinigtem Wasser wird eine sanfte Infusion in den Darm vorgenommen. Durch das besonders ausgelegte Schlauchsystem werden Spülwasser und Darminhalt gleichzeitig wieder ausgespült - absolut sauber und geruchsfrei.



Der ständige Wechsel zwischen einem geregelten und überwachbaren, kurzzeitigen Innendruck im Darm und sofortiger Spülung lösen nach mehrmaligen Behandlungsintervallen im Darm auch hartnäckige Ablagerungen und Verklebungen. Der Darm wird von innen massiert und reinigt sich durch die Kontraktion auch in seinen umliegenden Geweben, in den Bereichen, in dem der größte Anteil der Abwehr beheimatet ist. Somit handelt es sich nicht nur um das Ausspülen des Darmes, sondern auch um eine nachhaltige Reinigung des gesamten Bauchraumes.

Trotzdem höre ich von den Nutzern des Geräts verschiedene Aussagen: Der eine steht darauf, fühlt sich bestens - leicht und befreit. Der andere ist sehr mitgenommen, müde und abgespannt, was verständlich ist: Hier werden viele Toxine ausgeschwemmt, und die Leber bekommt plötzlich viel Arbeit.

Die Ärzte behaupten zwar, man würde starke Kaliumverluste davontragen, aber beweisen können sie das nicht. Ich kann aber aufgrund der Erfolge nachweisen, daß diese Reinigung beim Gesundwerden sehr hilft. Und wenn wirklich Kalium ausgeschwemmt werden sollte: Das hast Du bei UrKost schnell wieder aufgeholt.

**Fach-Heilpraktiker und Ärzte nur für**

**die Darmspülung (Hydrokolontherapie):**

01187 Dresden Thomas Klein Bamberger Str.18 0351-4764605

01589 Riesa S.Rohark Humboldtstr.14 035-2552734

02826 Görlitz Reiner Fenk Demianiplatz 3 03581-408761

10551 Berlin Knut Kärger Oldenburger Str. 37 03039-68742

10551 Berlin Knut Kärger Oldenburger Str. 37 030-39732626

10717 Berlin 31 Wichard v.Hauenschild Landhausstr.36 030-8615992

12437 Berlin Dr.Klaus Hoppe Willi-Sänger-Str.27 0161-2324062

14193 Berlin 33 Eugenie Marquard Königsallee 20a 030-8919793

14195 Berlin 33 Dr.Sven Neu Hüttenweg16 030-8265000

21073 Hamburg 90 NaturHeilpraxis Vitalis Harburger Ring 10 040-7655747

22299 Hamburg 60 Helga Olsson Maria-Luisensteig 1 040-479820

22399 Hamburg 65 Dr.Heide Georgi Harksheider Str.30 040-6023139

22559 Hamburg Prof.Kaeßmann Nibelungenweg 1 040-8119827

23558 Lübeck Dr.Peter-Jörg Kraack Fregattenstr.2 0451-895185

23570 Travemünde Heidi Pfennig Strandredder 3 b 04502-78282

23669 Timmend.Strand Naturheilzentrum Strandallee 141 04503-1525

24103 Kiel Sus.Niemann / Dr.Kühn Exerzierplatz 7 0431-93380

25335 Elmshorn Rainer Muus Peterstr.7 04121-787252

25451 Quickborn Dr.Holger Ohlen Peperkam 2 04106-2044

26384 Wilhelmshaven Beate Steckling Rudolfstr.6 04421-305144

26624 Victorbur Dr.W.D.Kessler Alter Postweg 5 04942-2963

26826 Weener Heino Nieland Am Park 43 04953-1616

27721 Ritterhude Aquamarijn Deutschl. Stendorfer Str.3 04292-2922

33102 Paderborn Arno Kühn Fürstenbergstr.32 05251-24221



30175 Hannover Dirk Forstmeyer Hinüberstr.13 0511-312631

32105 Bad Salzuflen Martin Fiedler Wenkenstr.1 05222-57370

32760 Detmold 17 San.Birkenneck Birkenallee 57 05231-98580

33034 Brakel Hans Barth Danziger Str.2 05272-9926

34131 Kassel Klinik am Habichtswald Wigandstr.1 0561-31080

37085 Göttingen Manuel Heede Hainholzweg 11 0551-57626

37539 Bad Grund Margot Weiß Clausthaler Str.29 05327-1436

38640 Goslar Frank Blomeyer Bäckerstr.108 05321-1392

40211 Düsseldorf Telsche Schmidt Schirmerstr.21-23 0211-353530

40237 Düsseldorf Dr.Adrian Scheumann GrafenbergerAllee 134 0211-686644

40472 Düsseldorf H.G.Meyer Ratherbroich 25 0211-653599

40479 Düsseldorf Dr.Varre,Dr.Klaus Maar Taubenstr.22 0211-4980399

40625 Düsseldorf Dr.Ralf Jennessen Benderstr.72 0211-282067

40878 Ratingen Hilde Carstens Bahnstr.42 02102-27711

42117 Wuppertal Gerhard Hildebrandt Friedr.-Ebert-Str.154 0202-312100

42349 Wuppertal 12 S.J.A.Segendorf Holzschneiderstr.4 0202-471575

42899 Remscheid Manfred Ullrich Herbinghauser Str.12 02191-50846

44135 Dortmund Artur K. Frankemöller Erzberger Str.2 0231-5860808

44623 Herne Dieter A.Eichborn An der Kreuzkirche 02323-10784

44879 Bochum Dr.W.Brockhausen Nehringskamp 4 0234-412883

45472 Mülheim Klaus Herting Kruppstr.188 0208-490879

45657 Recklinghausen Edith Winkels Wiethofstr.5 02361-12197

45699 Herten Georg Reuter Bert-Brecht-Str.7 02366-32758

46236 Bottrop Chr.Hovarath Hans-Böckler-Str.15 02041-584503

47533 Kleve Komor Große Str.33 02821-17363

47798 Krefeld Irene Busch Königstr.81-85 02151-101663

47829 Krefeld Thomas Wulf Alte KrefelderStr.60a 02151-476694

48161 Münster Magdalene Drees Alhardstr.17 02533-4862

50733 Köln Dr.Peter Schulze Niehler Kirchweg 41 0221-763005

50968 Köln Hartmut Amelung Schillerstr.16 0221375888

51145 Köln Dr. Stark Frankfurterstr.610 02203-34308

53113 Bonn Klaus J.Krebber Weberstr.18 0228-213132

53119 Bonn Anni Kluth Paulusplatz 11 0228-660933

53173 Bonn Gabriele Frodl Beethovenallee 146 0228-356980

53225 Bonn-Beuel D.Ring, U.Ufer Obere Wilhelmstr.29 0228-468467

53340 Meckenheim Jeanette Schlieber Hauptstr.116 02225-14843

53604 Bad Honnef Sylvia Kluge-Lübke Weyermann Allee 11 02224-75636

53639 Königswinter Ursula Bruch Dollendorfer Str.42 02244-7878

53721 Siegburg Dr.Rudolf Anderson Kaiserstr.126 02241-67262

53804 Much Volker Gnatzy Hauptstr.39 02245-8365

53819 Neunkirchen Schlegel HTS

55218 Ingelheim Dr.Jörg Werner Binger Str.79-83 06132-75666

55566 Sobernheim Dr.Bolland Kurhaus Dhonau 06751-2330

56626 Andernach Helmut Wilhelmy Breite Str.113 02632-45764

59597 Erwitte Horst Schmitt Burenkamp 7 02943-6171

59872 Meschede Veramed-Klinik Am Tannenberg 0291-2090

60439 Frankfurt 50 Dörthe Hoffmann Tituscorso 069-581036

60489 **Frankfurt Dr. Petra Bracht** Am Hopfengarten 15 069-783492

**(Diese kann ich auch sehr im Krankheitsfall empfehlen)**

60596 Frankfurt 79 Ortrud Poeschke Holbeinstr.37 069-612857

61440 Oberursel Elke Marianu Oberhöchststödtr.59 06171-3839

63065 Offenbach Roland Klein Bieberer Str.10 069-811155

63579 Freigericht Egon Schneider Erlenweg 9 06055-2521

63739 Aschaffenburg Dr.Ammerschläger Herstattstr.14 06021-22614

63743 Aschaffenburg H.-F.Dehner An den Hennwiesen 06021-97982

64295 Darmstadt Vita-Centrum Dr.Mock Rheinstr.96a 06151-33561

64689 Hammelbach Kurheim Tannenhöhe Herner Allee 9 06253-4818

65185 Wiesbaden Dr.Thomas Pirlet Bahnhofstr.25 0611-372444

65719 Hofheim /Ts Vlad Marianu Elisabethenstr.18 06192-1535

66957 Eppenbrunn Dr.Sakardi Vita Natura 06335-348

67480 Edenkoben Prof.Dr.A.Gali Klosterstr.179 06323-8020

67663 Kaiserslautern Michael-F.Pelger K.-Adenauer-Str.26 0531-21365

68161 Mannheim Schubert+Neutzler Collinistr.28 0621-105104

68519 Viernheim Horst Mandel J.-Seb.-Bach-Str.5 06204-4101

66620 Nonnweiler/Sr Kurhaus Elim Mühlenweg 14 06873-6660

70182 Stuttgart Dr.Bernd Hübler Kernerstr.69 0711-232555

71083 Herrenberg Dr.Michael Bausch Markusstr.12 07032-6688

71364 Winnenden Erika Gampper Bahnhofstr.33 07195-61518

72070 Tübingen Dr.Johannes Wertz Haaggasse 15 07071-26929

72160 Horb Dr.F.G.Ludwig Sonnenberg 25 07451-1655

72250 Freudenstadt Dr. I.+H. Winkler Straßburger Str.17 07441-2650

72336 Balingen Aesculap-Therapeut F. Bahnhofstr.26 07433-2733

74343 Sachsenheim Günther Meyer Untere Zeilstr.6 07147-3535

74613 Öhringen Jürgen Schlenker Nußbaumweg 49 07941-2534

74821 Mosbach Peter Mandel Hildstr.8 07251-122558

75172 Pforzheim Dr.D.Riedl Simmlerstr.4 07231-15533

75331 Engelsbrand Dr.Frank Bartram Quellenweg 17 07082-6833

76530 Baden-Baden Issels Inst. Dr.Schöbe Maria-Viktoria-Str. 07221-33098

76532 Baden-Baden Ulrike Schüle-Schmidt Rheinstr.143 07221-63171

76646 Bruchsal Peter Mandel Hildastr.8 07251-12256

76848 Schwanheim Dr.Wolfgang Eisenlohr Höhenstr.2-4 06262-4481

77652 Offenburg Eberhard Huber Hauptstr.43 0781-77391

78048 Vill.-Schwenn. Wolfgang Spiller Farnweg 6 07721-8090

78050 Vill.-Schwenn. Dr.Frank Spiegl Klosterring 11 07721-54512

78050 Vill.-Schwenn. Wolfgang Spiller Niedere Str.24 07721-4503

78588 Denkingen Dr.Alfried Schwarz Hauptstr.42 07424-85305

79102 Freiburg Dr.Bodo Köhler Prinz-Eugen-Str.1 0761-74547

79199 Kirchzarten Peter Stork Alemannenhof 26 07661-7364

79206 Breisach Marion Bücker-Bode Schwarzwaldstr.13 07667-7621

79541 Lörrach Günther Weigel Am Lebbühl 12 07621-949240

79790 Rheinheim Dr.Wilfried Krost Darmstädter Str.2 06162-2308

80169 München Natalie Gillet Ehrengutstr.19 089-7211264

80337 München Ulla Sonnenburg Fleischerstr.6 089-778020

81476 München 71 Robert Füß Kreuzhofstr.10 089-752001

81479 München 71 Dr.Vera Rosival Grünbauerstr.1 089-7911606

81667 München 80 Hannel. Fischer-Reska Von-Bülow-Str.7 089-981688

81667 München 80 Wolfgang Möller Breisacherstr.6 089-4481000

82319 Starnberg Hans-Berth.Hertlein Maximilianstr.6 08151-16118

82319 Starnberg Günther-F.Korbella Hanfelderstr.2 08151-13498

82441 Ohlstadt Dr.Antonius Schmid Heimgartenstr.29 08841-7327

82467 Garmisch-Pkchn Kurheim Bichler Hof Alleestr.28 08821-53021

83022 Rosenheim Dr.H.Baltin Kaiserstr.6 08031-12867

83088 Kiefersfelden Elfriede Jungfer Steilnerjochstr.6a 08033-8225

83098 Brannenburg Klinik am Wendelstein Mühlenstr.60 08034-3020

83334 Inzell Veramed-Klinik Schulstr.4 08665-6710

83358 Seebruck Dr.V.-F.Haupt Kastellgasse 8 08557-7500

83373 Taching Joung Ja Dannhorn Raunbichler Str.6 08681-9656

83684 Tegernsee Dr.Woellner Ellingerstr.12 08022-4610

83700 Rottach-Egern Herbert Kania Im Oberen Ficht 26 08022-26421

84364 Birnbach Dr.Hellwig Brunnaderstr.7 08563-1632

86666 Burgheim Rudolf Schauermeier Ortelfingerstr.3 08432-1698

86668 Karlshuld Wolfgang Waldmann Augsburg Str.5 08454-8211

87439 Kempten Kurt Blechschmidt Poststr.32 0831-10009

87700 Memmingen Cordula Postel Schmelzgässle 3 08331-1219

87724 **Ottobeuren Dr.Dr.K.J. Probst** Mozartstr.22 08332-93400

**(Auch im Krankheitsfall sehr zu empfehlen)**

88085 Langenargen Kurheim Waldeck Fichtenweg 4 07543-3383

88131 Lindau Joachim Vollmer Im Wiesenthal 2 08382-3005

88339 Bad Waldsee Dr.Vinzenz Mansmann Badstr.31 07524-709100

88348 Saulgau Olaf Schultz-Friese Paradiesstr. 5 07581-2861

88348 Saulgau Dr.Klaus Barakoff Oberamteistr.1 07581-6886

88662 Überlingen Dr.Mich. Zimmermann Zum Kretzer 2 07551-8050

88709 Meersburg Wiedemann Sanator. Kurallee 18-22 07532-8020

89073 Ulm H.-G. Braig Lautenberg 1 0731-69385

90459 Nürnberg Renate Schneider Ritter-v-Schuh-Platz 3 0911-449914

91334 Hemhofen Ralph Süßmann Am Schwegelweiher 2 09195-5590

91757 Treuchtlingen Herbert Frühwirt Wett.Hauptstr.7 09142-5199

92444 Rötz Spezialklin.Neukirchen Neunburgerstr.7 09976-2090

94065 Waldkirchen Dr.Worlitscheck Marktrichterstr.3 08581-1001

94072 Bad Füssing Caspers-Klinik Beethovenstr.1 08531-21001

94379 St.Englmar Kurhotel Schmelzer Hof Rettenbach 24 09965-517

94509 Schönberg Schönb. Regenerationskur Postfach 50 08554-2531

97070 Würzburg Dr.Walter Eckl Theaterstr.6 0931-13734

97070 Würzburg Dr.Schneider,Dr.Pieper Marienstr.1 0931-59181

97272 Waldbüttelbrunn Margarethe Unser August-Bebel-Str.43 0931408332

97688 Bad Kissingen Sa. Fronius Bismarckstr.52-62 0971-9150

97828 Marktheidenfeld HG-Naturklinik Löwensteinstr.15 09394-8010

99848 Mosbach Karl-Egon Spohrer Amthausstr.1 06261-2461

## **Österreich**

A-3221 Gösing 4 Alpenhotel Gösing 0043-2728-217

A-5020 Salzburg Dr.P.Battre In der Wehrgasse 11 0043-662-849640

A-5080 Igls Dr.Helmut Maier Gletscherblick 32 0043-5222-77353

A-8892 Neuberg Gesundh.hof Neuberg Hauptstr.40

## **Schweiz**

CH-8000 Zürich Institut Draï König Waffenplatzstr.5 0041-1-2026225

CH-8047 Zürich Dr.J.von Stirum In der Ey 39 0041-1-4918253

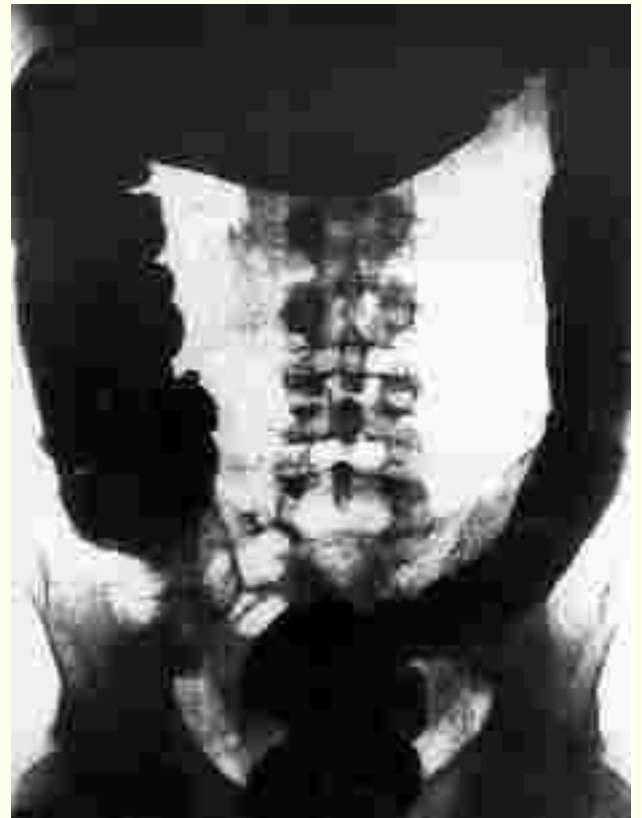
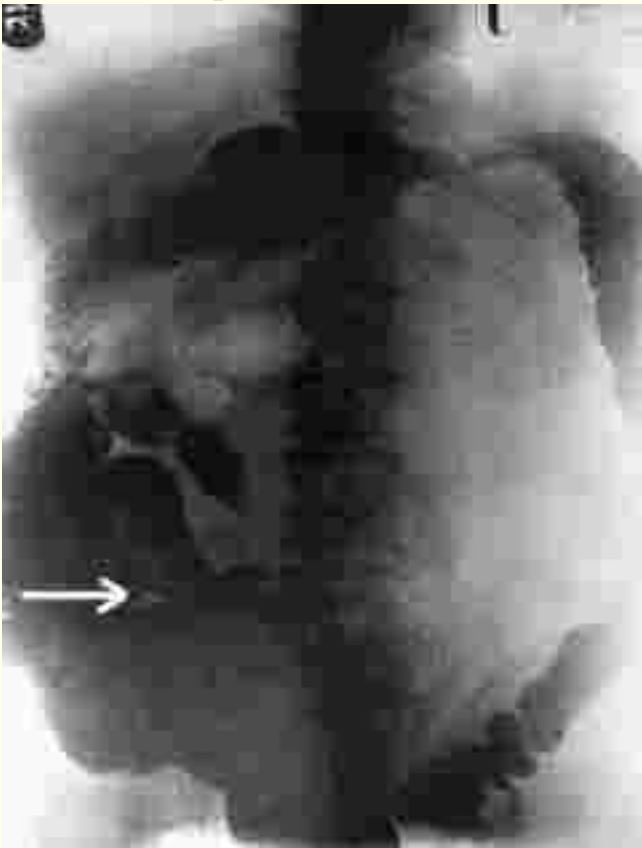
CH-9042 Speicher H.J.Gabathuiar Appenzellerhof 0041-71-943374 (Anmerkung des Webmasters, 16.7.2002: info@appenzellerhof.ch bat um Streichung, da der Eintrag nicht mehr aktuell ist)

CH-9052 Lustmühle Paracelsus-Klinik 0041-71-331080

CH-7552 Bad Tarasp Vita-Sana 0041-84-91417

**Krankenhäuser für Homöopathie und Naturheilverfahren:** • Anthroposophische Klinik Witten-Herdecke, Tel.: 02330-621-0, oder

- Anthroposophische Filderklinik bei Stuttgart, Tel.: 0711-77030, die auch künstlerische und musische Therapien bieten.



Achte darauf, daß die Darmspülung bei Dir bestens ausgeführt wird! Das ist nur dann der Fall: 1 Wenn zuvor untersucht wird, ob Dein Hinterteil nicht wegen bestehender Hämorrhoiden oder Hautfalten mittels Salben entsprechend vorbereitet werden muß, um die Spülrohre verletzungsfrei einzuführen.

1 Wenn beim Wasserkreislauf der Darm vom Therapeuten ständig massiert wird, und zwar etwa eine dreiviertel Stunde.

1 Zwei oder drei Spülungen genügen nicht. Dabei werden lediglich Kot, Schleim und Gifte gelöst. Danach erst geht es dem Kotpech an den Kragen. Doch der Darm soll auch trainiert und vom Muskel her aufgebaut werden. Bei vielen steht er nicht mehr hoch unter den Rippen, sondern hängt schlaff in den Unterleib herab. Dort drückt er auf die Organe des Unterleibs, behindert die Durchblutung der Beine und ist Ursache für die meisten Frauenleiden. Und nicht nur das:

1 Mißempfindungen und Schmerzen beim Verkehr, Potenzprobleme beim Mann, Durchblutungsstörungen im Unterleib, ja sogar Krampfaderbildungen können einen schlaffen Darm als Ursache haben.

- Du kannst das sogar selbst abtasten, ob der noch richtig liegt. Hängt er durch, so solltest Du neben der Reinigung noch ein zusätzliches Bodybuilding des Darms machen, mit etwa fünf bis sieben weiteren Sitzungen. Wenn Dein Darm durch die große Füllmenge von toter Stärke- (Vollwert) Kost wie oben im Bild seine Form verloren hat, und die Bänder, an denen der Darm in den Milz- und Leberecken seinen Halt sucht, wegen des nötigen Erschütterungs-Laufmangels ausgedehnt, kann der gärende Darminhalt



besonders die Milzecke nur schwer passieren. Du erkennst den Zusammenhang mit der dies alles berücksichtigenden UrBewegung. (à 885ff)

Zu den angeblichen Elektrolytverlusten meint der Verfasser: Die gereinigte Darmschleimhaut vermag wesentlich besser das Kalium der Nahrung zu resorbieren als die verschmutzte.

## Mediziner und Heilpraktiker

können sich nur schwer vom Heilmitteldenken lösen. Wer sie gegen meinen ausdrücklichen Rat konsultiert, hat nichts von der Klassischen Naturheilkunde begriffen und wird als bedauernswertes Weichei und Schwächling nie gesund werden. Wenn Du trotzdem hingehen willst, dann schleiche wenigstens zu denen:

»Sie wissen nicht, wie gesund Sie sein könnten, wenn Sie nicht zum Doktor gingen!« sagt er selbst bei seinen Vorträgen.

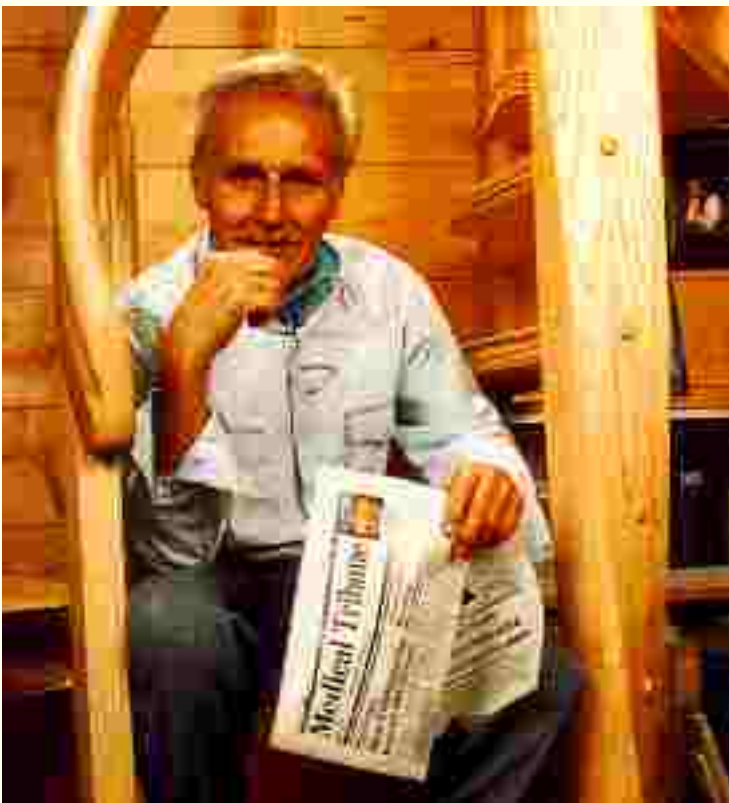
60489 Frankfurt a.M., Dr. med. Petra Bracht, Am Hopfengarten 15, 069-783492

87758 Kronburg, Dr. med. habil Dr. Dr. K.J. Probst, Greuth 3, 08394-1450

78048 Villingen, HP. Wolfgang Spiller, Farnweg 6-10, 07721-8090 (Spezialist für Verpilzung, Darmleiden, Allergien und Neurodermitis)

84518 Garching, Heilpraktiker Hubert Heindl, Gartenstraße 35, 0863-66566

48291 Telgte, Heilpraktiker H.-D. Bach, Ritterstr. 30, 02504-4807



Denke bei deren Behandlung auch stets: Liegt es im Sinne der UrTherapie? Du weißt auch: Jeder Gang zum Arzt wegen einer Krankheit bedeutet, sich schwach zu zeigen, die Verantwortung für sich selbst nicht übernehmen zu wollen.

Wenn Du Dich allerdings gegen die UrTherapie entscheidest oder eine Operation nicht mehr zu vermeiden ist, dann solltest Du wenigstens dort hingehen, wo man keine Experimente mit Dir macht und Du menschlich und liebevoll behandelt wirst. Da weiß ich Dir bisher nur eine Adresse zu nennen:

**EUBIOS-GUTSPARK-KLINIK  
JULIUS HACKETHAL,**

Praxisklinik für Ganzheitsmedizin und Ausgewählte Chirurgie, im Eubios-Zentrum im Gut Spreng, mit Bettenstation, Tagesklinik, EUBIOS-Akademie und Gesundheits-Gutspark, 83083 Riedering, Tel. 08036-3090, Fax 8825

### **Die alternativen Ärzte**

werden repräsentiert von der Hufelandgesellschaft für Gesamtmedizin e.V., Ortenaustr. 10, 76199 Karlsruhe. Wer ihr einen frankierten Rückumschlag schickt, bekommt eine Liste der Organisationen der einzelnen Fachrichtungen, z.B. der Homöopathen. Die Hufelandgesellschaft kann auch juristischen Rat geben, etwa wenn die Kasse nicht zahlen will. Allemal bist Du hier besser bedient als bei den Schulmedizinern - aber natürlich auch nicht vor Behandlungseskapaden und anderen Verrücktheiten sicher.

### **Die psychosomatischen Ärzte**

Wer seelisch nicht mit sich zurechtkommt und wer sich menschlich mehr entfalten möchte, dem empfehle ich, sich an das »Wachstums- und Therapiezentrum« Dr. Henner Ritter, Neckarstr. 81a in 70173 Stuttgart,

Tel.: 07 11-29 23 52, zu wenden.

### Krankenhäuser, die eine natürliche Geburt gestatten:

- Kreiskrankenhaus in 83419 Oberndorf / Schönram (Nähe Freilassing/Salzburg)
- Krankenhaus Buxtehude
- Krankenhaus Bensberg (Vinzenz-Palotti-Hospital),

Vorsicht: Babys kein Zuckerwasser geben lassen!

**wird COLORSEITE**

Bitte, gib mir weitere solcher Häuser sowie urzeitlich therapierende Ärzte an, damit ich auch den Lesern helfen kann, die sich nicht selbst helfen wollen oder können. (Die IGN e.V., Talstr. 36 in 52525 Heinsberg leitet Deine Briefe an mich weiter.)

Krankenhäuser für Homöopathie und Naturheilverfahren:

Wenn Du ins Krankenhaus mußt oder willst, so bevorzuge

- Anthroposophische Klinik Witten-Herdecke, Tel.: 02330-621-0, oder

• Anthroposophische Filderklinik bei Stuttgart, Tel.: 0711-77030, die auch künstlerische und musische Therapien bieten. Von Gestorbenen verabschieden sich die Ärzte und Pfleger würdig. Sie liegen nicht in der Kühlkammer oder auf dem Sezier-Stahltisch, sondern in einem Raum mit schönen Bildern und brennenden Kerzen. Kranke werden wie Gäste, nicht wie Kinder behandelt - auch Kinder!

## PM-Seite

### Felke-Lehmerde-Kur in Bad Sobernheim<sup>8308</sup> **COLORSEITE**

Das Lehmbad besitzt eine günstige Wirkung auf das gesamte Gefäßsystem und bewirkt unter anderem eine Verbesserung der Blutverteilung im Organismus. Es ist angezeigt bei Blutdruckanomalien, Kreislauf- und Durchblutungsstörungen sowie bei bestimmten rheumatischen Erkrankungen, Hautleiden, Stoffwechselstörungen, venösen Stauungen und vegetativer Dystonie.

**Blutzuckerwerte vor und nach dem Lehmbad von Probanden mit erhöhtem Blutzuckerspiegel.**

**(Dauer des Lehmbades 45 Minuten)**

Proband	vorher	nachher	BZ- Abfall
E 1	168	125	- 25,6
E 2	149	90	- 39,6
E 3	130	120	- 7,7

Entsäuernde Lehmabäder und -packungen in Kombination mit purinarmer vegetarischer Vollwertkost oder Rohkost senken die Harnsäure im Schnitt um 0,8 mg/dl. Der Blutdruck liegt schon nach einer Woche Felkekur im Normbereich, d.h. unter 140/90 mmHg. (Erfasst wurden Hypertoniker mit Werten über 160/95mmHg zu Kurbeginn.)

Fordere nähere Informationen vom Kur- und Verkehrsamt in 55562 Sobernheim, Postfach 261, Tel. 06751-81241, Fax 81266.



Der Verfasser mit unserem Wildpflanzen spezialist Erich Heiß auf einer Wildpflanzen-Wanderung. (Im Hintergrund: Harald Schmidt / Verstehen Sie Spaß?) Erich Heiß hat 1992 als 76 jähriger noch eine Tour nach Italien unternommen. Mit einem uraltem Fahrrad und Zelt - über die Alpen. »Ich habe ganz bewußt den alten verrosteten Drahtesel genommen«, erklärte er meinen Seminarteilnehmern, »im Land der großen Diebe hätte sich jeder geschämt, dieses Schreckensgestell wegzunehmen oder damit über die Straße zu fahren.« Dann warf er sich einfach so zum Entsetzen aller Teilnehmer der Länge nach von oben auf den Boden des Podiums, erhob sich lächelnd und meinte trocken: »Können Sie auch noch mit 78 Jahren. Aber Sie müssen schon 'ne Zeitlang von den knochenstärkenden Wildpflanzen gegessen haben...«

(Sein Buch »Wildgemüse und Wildpflanzen« erscheint im Leben-

Versand, Postfach 1427, 40739 Königswinter

Du siehst, man weiß von Seiten der Wissenschaft nichts Genaues. Wie bei allem, was Naturheilung betrifft. Das ist schon ganz gut so ... Ansonsten halte ich mich sehr zurück mit dem Empfehlen von Kurhäusern. Am besten kurierst Du Dich immer noch selbst. Zuerst mal von Deinen schlechten Gewohnheiten ...

**Ein Sanatorium für Erkrankte,**

**das mit beihilfefähigen Naturheilverfahren arbeitet (Kräuterbäder, Akupunkturmassagen, Hydrocolontherapie, Wandern, Joggen usw.), ist: Schönberger Regenerationskur, Postfach 50, 94509 Schönberg, Tel. 08554-2531**

**(UrKost muß Du Dir selbst besorgen).**

**Fastenwandern in allen Teilen Deutschlands und Europas**



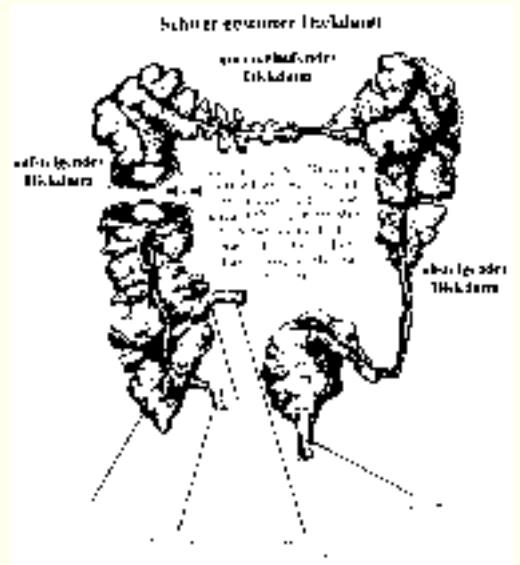
**Christoph Michl, Prajeweg 1, 21640 Horneburg, Kontakttelefon 06721/14694 und Tel. 0631-49163, Fax 49166.**

**Auch er ist bekannt für gutes Fastenwandern: Rüdiger Krauß, Künstlerhausgasse 1, A-5020 Salzburg, Tel.: 0034-662-845199 oder 0171-272-4325.**

**Fastenwandern mit Führern mehr in meinem Sinne, die gleichzeitig Ernährungsberater sind und bei denen viel Diskussion aufkommt: Verein für gesundes Leben e.V., Mühlenweg 2, 87490 Börwang, Tel. 08304-93030, Fax 93031**

Macht wandern Spaß? Spaß? Ich wage es kaum zu schreiben: Unbändige Freude löst es aus. "Geht weiter!" sagte Buddha, als er starb. Hier ist der Weg das Ziel.

**Radwanderer finden ein wild romantisches Paradies im Parc. National des Cévennes: 84.000 ha Wald- und Weideland, kaum besiedelt (knapp 600 Bewohner) Kastanien-, Pinienwälder, Ginster und Heidekraut, Adler, Geier und Wölfe. Fordere Info von der UrKost-Familie Baumann, Die alte Mühle, La Chargeadoire, Gravières, F-07140 Les Vans, Frankreich, Tel.&Fax 0033-75949996**



### **Wildpflanzenwanderungen**

**Wer sich nicht recht selbst an Urpflanzen herantraut - trotz der guten Bücher, die es darüber gibt -, der nehme an Führungen der Volkshochschulen teil. Oder melde sich bei den Urpflanzenführern an: Sepp Ott, Agilolfingerstr. 12, 81543 München, Tel.: 089-658820**

Jeden Monat veranstaltet der Waerlandkreis München eine Wanderung unter der Führung des Wildpflanzenkenners Heiß, Großvenediger Str 25, 81671 München; Tel.: 089-498129

Von den Wildpflanzenführern für die Tasche in einem Schutzumschlag mit gezeichneten und deshalb m.E. besser bestimmbareren Abbildungen ist der beste der KOSMOS Naturführer »Was blüht denn da?« 1.200 Bilder. Als kleines Taschenbuch im Schutzumschlag sehr gut: Der farbige BLV Pflanzenführer von Schauer/Caspari. Wer lieber fotografierte Pflanzenabbildungen möchte: GU Maxi-Kompaß, Blumen, 230 Bilder. (®Rz586)

Feiner Rat: Kopiere aus einem Liederbuch die Texte der schönsten Volkslieder und verteile sie unter den mit Dir Wandernden. Wie herrlich, wenn ihr zwischendurch gemeinsam ein Liedel anstimmt, das macht Brust und Sinne frei und schließt euch auf für die Schönheiten der Natur. Ich selbst erlaube mir ab und zu kleine Textänderungen. Beim »Der Mai ist gekommen« singe ich: »...es gibt so manche Straße, die nimmer ich marschiert, es gibt so manches Kräutlein, das nimmer ich probiert.«

## **Tropenreisen unter UrKost**

Sri Lanka, die Perle im indischen Ozean, und Costa Rica, die Schweiz Lateinamerikas.

· Vollverpflegung mit köstlichen vollreifen tropischen Früchten, mit exotischem Gemüse und selbst gesammelten Wildkräutern · Tägliches Bewegungstraining · Individuelle Gesundheitsberatung · Erholung am Strand · Exkursionen durch Gebirge, Dschungel und Trockensavanne, Beobachtung seltener Tiere in Nationalparks · Besuch schöner Städte und antiker Sehenswürdigkeiten. LaVita Gesundheitsreisen, 01187 Dresden, Bamberger Str. 18  
Tel./Fax: 0351-4764605

## **Freikörperkulturzentren**

**Südfrankreich am Mittelmeer, Nähe Bezier Cap d'Agde, Port Nature (Schild »Naturiste« nachfahren)**

**Westfrankreich am Atlantik, Nähe Bordeaux: Montalivet Wild romantisch, Nähe Orleans: L'Ardeche Wer in Deutschland bei einem FKK-Klub mitmachen will, entnehme die Anschrift aus dem Telefonbuch. Eine Broschüre über alle FKK-Plätze Europas gibt es im Buchhandel.**

## **Feststellen der Hörfähigkeit:**

**Hier die Nummern der Hörtest-Telefone:** Berlin: (030) 19709

Hamburg: (040) 2801205 Wendelstein: (09120) 1037

Frankfurt/M: (069) 637046 Bad Wimpfen: (07063) 541

## **Aktiv werden für den Erhalt der Natur:**

**Die umfangreiche Broschüre »Nix wie weg - Arbeiten im Ausland für Natur und Umwelt« enthält Informationen über Praktikaplätze, Tätigkeiten in Nationalparks und auf Bio-Höfen, Workcamps, Studienreisen und vieles mehr. Für 4 DM erhältlich bei: Naturschutzjugend NW, Am Lippeglacis 10, 46483 Wesel, Tel.: 0281-255094.**

## **Health- und Wellness-Clubs**

Das beste Wellness-Center findest Du unter dem einzig wirklichen Naturarzt Dr. habil, Dr. Dr. K. J. Probst in 87724 Ottobeuren, Mozartstr. 22, Tel.08332-93400, Fax 93401.

---

# Kapitel 9: Argumente des Verfassers zur Beweisführung

## 9.78 Empfehlenswerte Aktivitäten

### Gesundheitswoche und Wildpflanzenlehrgang nach der UrMethodik (Seminar)

Alle chronisch Kranken; an Krebs, Rheuma, Asthma, Herz- und Kreislauf usw. Leidende, die nicht bettlägerig sind, konnten sich nach der UrzeitMethodik gesund machen im Haus SANITAS.

Eine Woche konnte dann jeder mit mir, meinem Töchterchen Myriam, meinem Söhnchen Florian und meiner Frau Delia urzeitlich leben. Beginnend mit gemeinsamem Morgenlauf um halb sieben, Urschrei im Wald, Wildpflanzenwanderungen, gemeinsamen Wildsalat- und Bio- Obstessen, Fitnessparcours- und UrzeitTraining und abendlichen Vorträgen und Diskussionen, die keine Fragen mehr offen lassen. Anfragen bei Haus SANITAS, Förling 10, A-4150 Rohrbach, Telefon (aus Deutschland): 0043-7289-6433. Fordere dort nähere Informationen an.

»Kräuter kennen und essen lernen« für Einzelne und Familien macht Marianne Stöckeler mit Dir: Tobelbachstr.16 in 88167 Röthenbach (Allgäu), Tel. 08384-1734, Fax 1768

### Einziges biologisches Rohkost-Kurhaus in der Schweiz: Prasura in Arosa

vom 22. April bis 11. Juni und vom 22. Oktober bis 10. Dezember geschlossen. CH-7050 Arosa GR, Tel. 081-3771413, Programm 1: Die Nahrung besteht aus einheimischen und exotischen Früchten, Gemüsen, Nüssen, Kernen und Samen verschiedenster Art.

### Ismakogie-Seminare

über Osteoporose, Prostatabeschwerden, Leistenbrüche, Inkontinenz und Venenprobleme (Anmeldung und Info bei Gerlinde Lugert, Menterstr.83, D-81247 München, Tel. 089-832901)

Sie lehren Dich, wie Du mit gerader Wirbelsäule schmerzfrei sitzt, ermüdungsfrei stehst und gelenkschonend gehst und läufst, sowie Du den Fersensporn beseitigst.

Wie Du eine gesunde aufrechte Körperhaltung zur Steigerung der persönlichen Ausstrahlung und Überzeugungskraft erlangst, Deine Beckenbodenmuskulatur (verhindert Senkungen, Prostatabeschwerden, Leistenbrüche, Hämorrhoiden und unkontrollierten Harnabgang, Gebärmutterensenkung) wieder festigst, sowie Bandscheibenschäden vermeidest oder, wenn bereits vorhanden, diese besserst und heilst.

# Kapitel 9: Argumente des Verfassers zur Beweisführung

## 9.79 Wer hilft Dir bei Ärztepfusch und Nikotinsucht? 2248, 9729

### **Patientenberatungen und Selbsthilfegruppen** <sup>2222</sup>

Patientenberatung der Verbraucherzentrale Berlin, Bayreuther Str. 40, 10787 Berlin, Tel. 030-21907-232

Patientenberatung der Verbraucherzentrale Hamburg, Große Bleichen 23, 20354 Hamburg, Tel. 040-35001486

Patientenberatung der Patienteninitiative Hamburg e.V., Heidberg 42, 22302 Hamburg, Tel. 040-2796465, Fax: 2780134

Patientenstelle Bielefeld im Gesundheitsladen, Meller Str. 46, 33613 Bielefeld, Tel. 0521-133561

Patientenstelle Köln im Gesundheitsladen, Vondelstr. 28, 50677 Köln, Tel. 0221-328724

Patientenstelle München im Gesundheitsladen. Auenstr. 31, 80469 München, Tel. 089-772565

Arbeitskreis Frauenselbstgruppe bei gynäkologischen Operationen, Nerstweg 32, 22765 Hamburg, Tel. 040-3902190

Selbsthilfegruppe für chronisch schmerzkrankte Frauen nach Bauchspiegelungen, Christel Lange, Helsinkistr. 68, 24109 Kiel, Tel. 0431-523649

Arbeitskreis Kunstfehler in der Geburtshilfe e.V., c/o Marlis Sojat, Rosental 23-25, 44135 Dortmund, Tel. 0231-525872 oder 574846

Schutzverband für Impfgeschädigte, Postfach 1160, 57271 Hilchenbach, Tel. 0271-55019

### **Selbsthilfe für Amalgam-Opfer**

**- Bramberger Quecksilberkreis, Interessengemeinschaft für Amalgam- und Umweltgeschädigte, Erlend Harz, Obergreuth 5, 96158 Frensdorf, Tel. 09502-8718.**



- Beratungsstelle für Amalgamvergiftete, München, Ellen Carl, Rembrandstr. 21a, 81245 München, Tel. 089-870739.

- Patienteninitiative Amalgam- und Zahnmetallgeschädigter Niedersachsen, Manfred Klewers, Gorch-Fock-Str. 11, 48527 Nordhorn, Tel. 05921-35292 (Ratgeber »Zahnpatienten - Amalgam bedroht unsere Gesundheit« kann gegen Spende von 10 DM angefordert werden).

- PAIN-Patienteninitiative Amalgamgeschädigter Essen, Marco Gehrke, Bandstraße 114, 45359 Essen, Tel. 0201-602715 oder 693742

- Beratungsstelle für Amalgamvergiftete Stuttgart, Helmut Link, Bussenstr. 60, 70184 Stuttgart, Tel. 0711-465293

### **Rechtsanwälte** bei erlittenem Medizinerpfusch

**Der beste: Rechtsanwalt Meinecke, Köln**

Deutscher Anwaltsverein, Adenauerallee 106, 53113 Bonn, Tel. 0228-26070, Fax: 0228-2607-42, 46 und -57

Anwalt-Suchservice, Köln, Tel. 0130-5500

Arbeitsgemeinschaft Rechtsanwälte im Medizinrecht e.V., Erftstr. 78, 41460 Neuss, Tel. 02131-92050

und örtliche Anwaltsvereine.

**Schlichtungsstellen:**

Gutachter- und Schlichtungsstellen werden von den Haftpflichtversicherungen der Ärzte finanziert und arbeiten nach den Erfahrungen in der Praxis und Aussagen von unabhängigen Gutachtern wie Prof. Daschner, Prof. Hackethal und dem Verein ProPatiente (Dr. Giese) zum Nachteil der arztgeschädigten Patienten und versuchen nur, die gerechte Erledigung zu verschleppen, bis Du mürbe bist. Sich an diese Organisationen zu wenden heißt: Zeit, Geld und Nerven zu verlieren.<sup>9850 - 52</sup>

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

# Kapitel 9: Argumente des Verfassers zur Beweisführung

## 9.8 Lebensmittel unserer Nahrung

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/9/8.html> - **Update:** 13.01.2000 16:31

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---



## Bund für Gesundheit e.V.

• gemeinnützig • besonders förderungswürdig

Talstraße 34-44, D-52525 Heinsberg

• Tel: 02452-22678 • Fax: 101078

• Homepage: [www.BFGeV.de](http://www.BFGeV.de)

• e-mail: [BFGeV@t-online.de](mailto:BFGeV@t-online.de)

× Spendenkonto:

Postbank Köln, BLZ 370 100 50, Kto 443905-503

## Franz Konz: Der Große Gesundheits-KONZ

4. neu bearbeitete und aktualisierte Auflage April 1999  
© Franz Konz 1999, alle Rechte vorbehalten

Ein kostenloser Service des [Bund für Gesundheit e.V.](http://www.BFGeV.de)  
in Zusammenarbeit mit [Antivivisektion e.V.](http://www.Antivivisektion.eV) / [Tierversuchsgegner Rhein-Ruhr](http://www.Tierversuchsgegner.Rhein-Ruhr)

× [mit Navigation laden](#) × [ohne Navigation laden](#) × [Buch bestellen](#)

## Kapitel 9: Argumente des Verfassers zur Beweisführung

### 9.81 Bisher bekannte Hauptlebensstoffe der Urpflanzen

	Vitamine												
Wildpflanzen 100g enthalten:	Beta-carotin	B1	B2	C	E	Kalium	Phosphor	Magnesium	Kalzium	Eisen	Eiweiß	Kohlenhydrate	Fett
	µg	µg	µg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	g	g	g
Bärenklau	60,00	700	1400	270	0.05	540	125	75	320	3.2	2.5		

Bärlauch	63,33	400	3200	270	3,4	480	82	65	240	4.7	2.7	3	
Beinwell (Comfrey) *	40,00	2100	3200	215	0.4	630	97	46	280	4.7	3.7	4.9	0.3
Brennessel	123,33	110	80	333	0.9	410	105	71	630	7.8	5.9	0.9	
Eicheln	1,33	700	1300	86	2.4	840	220	47	200	3.9	5.0	2.6	2.0
Farn	2,16	400	900	96	0.3	480	6		450	3.1	3.2		0.2
Franzosenkraut	99,16	1200	700	75	1.7	390	56	56	410	14.0	2.1	1-38	
Gänseblümchen	26,66	2400	1300	87	3.9	600	88	33	190	2.7	2.6		
Giersch	114,00	400	1600	201	1.7	510	88	67	230	4.3	6.7	0.5	0.4
Gras	2,5	1400	3100	114	0.03	700	72	30	80	2.0	4.6	0.9	0.6
Gras (gekocht)	1,66	500	2100	31	0.8	300	49	1	40	2.0	3.0	0.1	0.4
Guter Heinrich	158,00	600	900	184	3.7	730	95	66	110	3.5	5.3		
Hagebutten	0,0005	580	660	300	0.05	50	110	120	510	9.8	3.6	22	0.5
Holunderbeeren	2,00	65	80	18	0.01	35	51		310	1.6	2.5	9.1	0.5
Huflattich	41,66	1400	90	104	1.3	670	51	58	320	3.8	5.9	0.6	0.3
Kresse (Brunnenkresse)	120,00	85	100	185	0.08	460	79	48	230	3.4	4.0		0.6
Löwenzahn	63,33	200	200	115	0.8	440	70	36	158	3.1	2.6	9.1	0.6
Malve (wilde)	15,66	100	80	178	2.6	450	95		200	5.1	7.2	1.8	
Malve (Garten)	101,00	200	1200	157	1.7	520	83	72	270	3.5	5.4	0.8	0.3
Melde	1,50	87	2400	152	0.08	413	92	84	370	4.1	4.6		0.7
Sanddorn	28,33	34	200	130	0.06	450	9	30	42	0.4	1.4	7.8	7.1
Sauerampfer	35,33	97	900	117	1.9	580	75	46	56	3.7	2.8	1	0.4
Sauerklee	155,00	200	1300	87	0.03	450	76	64	390	4.7	4.7		
Scharbockskraut	65,00	400	50	158	0.8	530	73	71	310	3.5	2.9	1.2	
Schlangen- Knöterich	121,66	83	1600	197	0.05	580	74	69	100	3.9			0.2
Taubnessel	88,50	2000	2700	216	1.1	570	85	33	270	3.7	4.1	0.8	
Vogelbeere (Eberesche)	27,16	2600	1300	98	0.08	230	33	17	42	2	1.5	23	0.3
Vogelmiere	63,83	1300	2400	89	1.7	680	54	39	80	8.4	1.5		
Weidenröschen	81,66	700	30	318	0.05	450	94	81	150	2.7	2.8	1	
Weißer Gänsefuß	61,50	900	1600	236	1.2	920	80	93	310	3.0	4.3	0.7	0.3

\* Beinwell ist eine der wenigen Pflanzen, die Vitamin B12 erzeugt. (Quelle: Wildgemüse nach Franke u. Lawrenz 1980, Dümmer 1984 u.a.)

**Erklärung zu den Lebensstoffen:** Gemeint sind damit Vitamine, Vitaminoide, ätherische Öle, Fettsäuren, Bioflavonoide, Chlorophyll, Ballaststoffe, Mineralien, Spurenelemente, Enzyme und bisher noch unerkannte Wirkstoffe.



Mehr Wildpflanzen sind bisher nicht untersucht worden. Du siehst: Die Wissenschaft interessiert sich kaum dafür. Du hast hoffentlich mehr für die Urpflanzen übrig. Revitalisiere Deine geistigen Kräfte mit den immensen und reichen Lebensstoffen in den Wildpflanzen! So - und nun vergleiche' mal Deinen Gehalt an Lebensstoffen - auf die Nährstoffe kommt's nicht an! - mit denen der von Menschen gezüchteten Kulturpflanzen.

Aber wisse: Statistiken, die Vitamine auf 100g beziehen, sind insofern wertlos, weil wir nicht unser Essen nach Gewicht bemessen, sondern nach der Sättigung. Also müßte man es besser auf 1000KJ beziehen. Wie sieht da der Gehalt an Retinol-Äquivalenten aus? Möhren 13,7-27,4 mg/1000KJ, Brennessel 16-32 mg, Löwenzahn 6-12 mg, Mangold 10,1-20,2 mg, Feldsalat 11,4-22,8 mg, Spinat 12,2-24,4 mg; zum Vergleich der vielfach gepriesene Lebertran 7 mg! Literatur:

JENGE, W.: »Gesund und leistungsfähig durch natürliche Vitamine.« Bad Homburg 1964

FRANKE, W. Dr.: »Vitamin-C-Gehalt von heimischen Wildgemüse- und Wildsalatarten« In: Ernährungsumschau 28/1981, H. 6

SCHWANITZ, F.: »Erbliche Vergrößerung des Zellvolumens - der entscheidende Schritt von der Wildart zur Kulturpflanze« In: Umschau 51/1951, S. 84-87

SCHWANITZ, F.: »Die Entstehung der Kulturpflanzen« Berlin 1957

SCHUPHAN, W.: »Zur Qualität der Nahrungspflanzen« Junk/Den Haag 1977

POPP, F. A.: »Biophotonenanalyse zu Fragen der Lebensmittelqualität und des Umweltschutzes« In: Ökologische Konzepte Nr. 26, Kaiserslautern 1987, S.39-55

HEISS, E.: »Wildgemüse - heute wichtiger denn je« Waerland Monatshefte 6/1988, Auszug:

Die Erfahrung hat mich in den letzten Jahren gelehrt, daß es selbst Kindern, die mit ihren Eltern an Kräuterwanderungen teilnehmen, Freude macht, immer mehr Pflanzen kennenzulernen, vor allem wenn man auf besondere Eigenheiten von Pflanzen hinweist (Frauenmantel, Johanniskraut, Holunder, Springkraut, Brennessel [Lupe!] u.v.a.m.). Der Hinweis auf verschiedene Bestäubungsarten (Aronstab, Schlüsselblume, Orchideen) bringt auch die nüchternsten Stadtmenschen zum Staunen. Selbstverständlich darf man nicht engherzig nur bei Pflanzen verbleiben. Das Zeigen von kleinen Miniraupen, die zwischen den härteren Blattoberflächen ihre Gänge ziehen, oder der Hinweis auf geologische Besonderheiten (z.B. Erdmoränen der Eiszeit) runden das Naturerlebnis einer Wanderung ab.

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#) × [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)

Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) (Important note!) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ☒ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/9/81.html> - Update: 13.01.2000 16:31

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!



## **Bund für Gesundheit e.V.**

• gemeinnützig • besonders förderungswürdig

Talstraße 34-44, D-52525 Heinsberg

• Tel: 02452-22678 • Fax: 101078

• Homepage: [www.BFGeV.de](http://www.BFGeV.de)

• e-mail: [BFGeV@t-online.de](mailto:BFGeV@t-online.de)

× Spendenkonto:

Postbank Köln, BLZ 370 100 50, Kto 443905-503



## **Franz Konz: Der Große Gesundheits-KONZ**

4. neu bearbeitete und aktualisierte Auflage April 1999

© Franz Konz 1999, alle Rechte vorbehalten

Ein kostenloser Service des [Bund für Gesundheit e.V.](http://www.BFGeV.de)

in Zusammenarbeit mit [Antivivisektion e.V.](http://www.Antivivisektion.de) / [Tierversuchsgegner Rhein-Ruhr](http://www.Tierversuchsgegner.de)

× [mit Navigation laden](#) × [ohne Navigation laden](#) × [Buch bestellen](#)

## **Kapitel 9: Argumente des Verfassers zur Beweisführung**

### **9.82 Bislam bekannte Hauptlebensstoffe der Tropenfrüchte**

Mit denen lebst Du wie im Paradies! Eine neue Untersuchung wies nach, daß sie in ihrer Enzymvielfalt und ihren Enzymmengen nicht zu übertreffen sind.

Sieh mal, wie überragend an Eiweiß und Kohlenhydraten die uns Menschen besonders zgedachten Früchte

**der Tropen sind! Genug Beweis dafür, daß die Hay-Diamond-Trenn-These nicht richtig ist und unser Körper durchaus beides zusammen verdauen kann.**

Tropenfrüchte 100g enthalten:	Vitamine											
	Beta-Carotin	B1	B2	C	Kalium	Phosphor	Magnesium	Kalzium	Eisen	Eiweiß	Kohlenhydrate	Fett
	µg	µg	µg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	g	g	g
Bambussprossen	14	130	80	6.5	468	53	36	15	0.7	2.5	1.1	0.3
Banane	230	44	57	12	393	28	36	9	0.5	1.2	23	0.2
Eberesche	480	0	0	98	234	33	17	42	1.5	2.5	34	0.2
Baumtomate	130	80	40	24	320	32	21	12	0.7	1.7	10.6	0.8
Cherimoya	?	90	111	15	410	32	?	13	0.4	0.4	13.4	0.3
Durian	15	450	350	42	601	45	?	12	1.0	2.7	28.5	1.8
Feige (frisch)	48	46	50	2.7	240	32	20	54	0.5	1.3	12.9	0.5
Feige (getrockn.)	51	120	85	2.5	850	108	70	193	3.3	3.5	54	1.3
Granatapfel	40	50	20	7.0	290	17	3	8	0.5	0.7	17	0.6
Grapefruit	125	48	4	9	180	17	10	18	0.3	0.6	9	0.1
Guave	220	30	40	27	290	31	13	17	0.7	1.0	7	0.5
Jackfruit	230	30	110	8	410	38	?	22	0.6	1.3	15	0.3
Kaki (Persimmon)	160	24	30	16	170	25	8	8	0.3	0.6	16	0.3
Kiwi	370	17	50	71	295	31	23	38	0.8	1.0	10.7	0.6
Kokosnuß	?	61	8	2	379	94	39	20	2.2	7.3	8	36
Kumquat	210	85	80	36	240	23	?	16	0.4	0.9	17	0.1
Litschi	33	50	50	39	182	33	?	9	0.3	0.9	17	0.3
Mango	277	45	50	38	190	13	18	12	0.4	0.6	12.8	0.3
Okra	140	70	80	36	285	75	60	84	1.2	2.1	2.2	0.2
Papaya	560	30	40	82	211	16	40	20	0.4	0.5	2.4	0.9
Passionsfrucht	0	20	0	24	340	57	?	17	1.3	2.4	13.4	0.4
Rambutan	0	10	60	53	64	15	?	20	1.9	1.0	15	0.1
Sapote	60	40	20	20	140	28	?	39	1.0	1.4	20.8	0.6
Tamarinde	10	300	80	3	570	86	?	81	1.3	2.3	56.7	0.2

Topinambur	12	0	60	4	478	78	20	10	3.7	2.4	4	0.4
Wassermelone	200	45	50	6	158	11	3	10	0.4	0.6	8.2	0.2
Zitrone	15	51	20	53	149	16	28	11	0.5	0.7	8	0.6
Zuckermelone	114	60	20	32	330	21	10	6	0.2	0.9	12.4	0.1

(Quelle: Souci u.a.: »Nährwert-Tabellen«, Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft mbH, Stuttgart, 1989)

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#) × [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ✉ = [externe Datei](#) · [Disclaimer / Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/9/82.html> - **Update:** 13.01.2000 16:31

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a>	× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr
--	---



# Kapitel 9: Argumente des Verfassers zur Beweisführung

## 9.83 Reifungs- und Lagerliste von Tropenfrüchten

Bedenke, daß eine zu tiefe Lagertemperatur den Reifungsprozeß definitiv hemmen kann, selbst wenn sie bei einer unreifen Frucht nur für kurze Zeit angewandt wird. (Zur Durian: Frische gibt es von März bis August, gefrorene und getrocknete das ganze Jahr über.

Reifegradermittlung: In die Mitte der Schale ein etwa ein Zentimeter Stückchen ausstanzen. Dann mit einem kleinen Löffelstiel probiert. Die Durian muß sahnig schmecken. Mit einem nassen Wattebausch verschließen, falls unreif.)

Produkt	Reifung (Lagerung Halbreif)	Lagerung (Reifer Zustand)	Bester Geschmack bei idealer Reife
ANANAS	15-18°C	8°C, halbfeucht	gelbes Kleid, Kronenblätter lösen sich; zuckrig, süß
APFEL	-	3-5°C, halbfeucht	viele Äpfel gewinnen »mit dem Alter« Geschmack
APFELBANANE	18°C, feucht (mit Äpfeln)	13°C, halbfeucht	gelb-bräunliche Schale, sehr weich; fruchtig
APRIKOSE	15°C	3-5°C, halbfeucht	je nach Sorte starkfarbiges Kleid, weich
AVOKADO	15°C	3-5°C, halbfeucht	deftige Sahne, (Hass), milder (Indonesien)
BANANE	18-22°C, feucht	12°C, halbfeucht	Reifung mit Äpfeln; Karamelcreme
BANANE, rosa	18-22°C, feucht(mit Äpfeln)	13°C, halbfeucht	tief- bis dunk.rote Schale, am best. sehr reif, kräftig
BENGKOANG	8°C	6°C, halbfeucht	goldgelbe Schale; feiner Kohlrabi-Apfelgeschmack
BIRNE	12°C	5°C	nicht zu weich werden lassen!

CARAMBOLE	15°C, halbfeucht	8-10°C	gelb-orange; Limonadengeschmack
CEMPEDAK	25°C, feucht	10°C, halbfeucht	gelbes Kleid, weich, goldgelbes Fleisch; Likörsahne
CHERIMOYA	10-15°C	6°C	gibt auf Fingerdruck nach; cremiger Sahnejoghurt
COROSSOL	12-18°C, halbfeucht	8°C	weich, wird dunkel
DATTELN, frisch	10°C halbfeu., ni. zu warm	1-3°C, im Kühlschrank	glänzend, weich; fruchtig- zuckrig
DURIAN	20-30°C, feucht	8°C, halbfeucht	säuert nach 10 Tag., duftend, springt auf; wie Baiser
ERDBEERE	8°C	3-5°C, nicht im Kühlschr	nur im Sommer essen, wenn natürlich gezogen
ERDNUSS, frisch	schmeckt widerlich	6°C, trocken	nicht verzehren - sind begiftet
FEIGE	8°C, halbfeucht	1°C, nicht für lange	weich, platzen leicht auf; Honiggeschmack
GEMÜSEBANANE	18-22°C, feucht(mit Äpfeln)	12°C	weich, schwarze Schale, Fleisch hell-orange
GRANATAPFEL	13°C	6°C, feucht	leuchtend-rote Schale, duftend
GRENADILLE	15°C	6-10°C, feucht	stachelbeerartig, duftend, süß, mild
GUAVE	10°C, halbfeucht	7-10°C, feucht	gelb, weich; Erdbeercreme
JACKFRUCHT	20°C, halbfeucht	6°C	strahlend-gelbes Fleisch, süß; Zitrontorte
KAKI	8°C, kühl	1-3°C	nur wenig u. für sich allein essen; schwer verträglich
KARANJI		kühl, trocken	Trockenfrucht; zitronig, limonadig, erfrischend

KASSIA(Joh.brot)		1-3°C, luftig	wenn trocken 24h in halbfeu.Tuch einwickeln; Schoko
KIWI	8°C	1-5°C	stachelbeerartig, säuerlich
KOKOSNUSS jung	nur kühl erfrischend	5°C, halbfeucht	in allen Reifegraden verzehrbar; Vanille-Erdbeermolke
LITCHIE	14°C, halbfeucht	8-10°C	tiefrote Schale; feines Erdbeersorbet
LONGAN	15-18°C, halbfeucht	8-10°C	dunkelbraune Schale, gibt auf Druck nach; Himbeer
MANGO	20°C, halbfeucht	12°C, halbfeucht	weich; es gibt auch Sorten, die auch reif grün sind
MANGOUSTAN	15-18°C, halbfeucht	4°C, halbfeucht	köstlich! weich (Achtung: hart=überreif!)
NEKTARINE	13°C	4-5°C	tiefrote Schale, weich
PAMPELMUSE rosa	13°C, ni. mit Äpf. od. Anan.	4-5°C, halbfeucht	(auf Bioqualität achten) rosa Schale; milde Pampelmu.
PAMPELMUSE wild	15°C	4-6°C	gelbe Schale; halb süße Zitrusfrucht
PAPAYA	18°C, in einer Papiertüte	8-10°C	weich, rot, kleine Schimmelstellen; Erdbeersahne
PASSIONSFRUCHT	15°C	5-10°C	reif, wenn die Schale beginnt zu knittern; säuerlich
PFIRSICH	13°C	4°C, feucht	je nach Sorte starkfarbiges Kleid, weich
PFLAUME, Ciruella	15°C	5°C	blaue oder rote Schale
PITAYA	18°C	6-8°C, feucht	tiefgelbe Schale, weich; honigartig
POMELO	15°C	4-6°C	gelbe Schale; milde und süße Zitrusfrucht
RAMBOUTAN	15°C	6-8°C	dunkelrote Schale, Haare hellbraun; süße Litchie

SAPOTILLE	18°C, halbfeucht (m.Äpfeln)	8°C	weich, duftend; Schokobirne
SAPOTE	18°C, halbfeucht (m.Äpfeln)	8-10°C	weich; Schokobirne, cremig
TAMARILLO	10°C	3-7°C, halbfeucht	dunkelrote Schale, weich; spritzig-fruchtig
TAMARINDE		trocken, kühl	bonbonartig, Trockenfrucht; sauer erfrischend
TRAUBE	5°C	1-4°C	meist gespritzte Frucht!
TUNA, Kaktusfeige	14°C, halbfeucht	6°C	weich, dunkel; Pistaziensorbet
WASSERMELONE	7-10°C	4-5°C, meist reif geernt.	müssen hohl klingen bei leichtem Schlag
ZIMTAPFEL	18°C, nie i. Kühlschr. lagern	8°C, halbfeucht	Schuppen lösen sich leicht, d'grün, weich; zuckersüß
ZITRUSFRÜCHTE	8°C	4°C	leuchtendes Kleid, duftend; erfrischend
ZUCKERMELONE	15°C	8°C	farb.Schale, duftend wenn reif u. gut, weich; honigart

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × »[Der Große GESUNDHEITS-KONZ](#)« × »[Natürlich Leben](#)«  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** e-mail : [Report an Webmaster](#) ☼ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/9/83.html> - Update: 13.01.2000 16:31

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!



## Bund für Gesundheit e.V.

• gemeinnützig • besonders förderungswürdig

Talstraße 34-44, D-52525 Heinsberg

• Tel: 02452-22678 • Fax: 101078

• Homepage: [www.BFGeV.de](http://www.BFGeV.de)

• e-mail: [BFGeV@t-online.de](mailto:BFGeV@t-online.de)

× Spendenkonto:

Postbank Köln, BLZ 370 100 50, Kto 443905-503

## Franz Konz: Der Große Gesundheits-KONZ

4. neu bearbeitete und aktualisierte Auflage April 1999  
© Franz Konz 1999, alle Rechte vorbehalten

Ein kostenloser Service des [Bund für Gesundheit e.V.](http://www.BFGeV.de)  
in Zusammenarbeit mit [Antivivisektion e.V.](http://www.Antivivisektion.de) / [Tierversuchsgegner Rhein-Ruhr](http://www.Tierversuchsgegner.de)

× [mit Navigation laden](#) × [ohne Navigation laden](#) × [Buch bestellen](#)

## Kapitel 9: Argumente des Verfassers zur Beweisführung

### 9.84 Bislang bekannte Hauptlebensstoffe

#### der Kulturpflanzen

Nur die Angaben über die Wildpflanzen und -früchte treffen noch zu. Die Tabellen der Kulturpflanzen und -früchte wurden vor 50, 60 Jahren aufgestellt. Damals waren die Böden noch nicht so ausgelaugt und durch Düngung und ständige Fruchtfolgen derart entmineralisiert wie heute. Nachmessungen haben ergeben, daß sich in den ganzen Ackerböden der USA u. der europäischen Staaten kaum noch Kalzium und so gut wie kein Magnesium und Selen mehr befindet - und gerade letzteres ist ein so wichtiges Mineral für das Wiederfinden innerer Ruhe. Weshalb man es auch als Streßsalz bezeichnet. Also: 40 – 50% verminderte Inhalte!

	Vitamine												
Kulturpflanzen 100g enthalten:	Beta-carotin	B1	B2	C	E	Kalium	Phosphor	Magnesium	Kalzium	Eisen	Eiweiß	Kohlenhydrate	Fett

	µg	µg	µg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	g	g	g
Auberginen	7,21	40	50	5	0.03	266	21.4	10.8	13	0.4	1.2	2.6	0.18
Artischocken	16,67	100	12	7.6	0.19	353	130	26	53	1.5	2.4	2.9	0.12
Blumenkohl	1,73	110	100	73	0.03	328	54	17	20	0.6	2.5	2.5	0.28
Bohnen, grün	56,34	81	120	20	0.07	248	37.8	25	57	0.8	2.4	5.3	0.24
Broccoli	143,13	95	210	114	0.5	464	82	24	105	1.3	3.3	2.8	0.20
Champignons	1,67	100	440	4.9	0.1	422	123	13	8	1.3	2.7	0.7	0.24
Chicoree	571,67	51	33	10.2		192	26	13	26	0.7	1.3	2.3	0.18
Chinakohl	70,83	30	40	36		202	30	11	40	0.6	1.2	1.3	0.30
Endivien	280,17	52	120	9.4		346	54.3	10	54	1.4	1.7	0.3	0.2
Erbsen, frisch	43,33	300	160	25	0.39	304	108	33	24	1.8	6.5	12.6	0.48
Feldsalat	650,00	65	80	35	0.60	421	49	13	35	2.0	1.8	0.7	0.36
Fenchel	743,33	230	110	93		494	51	49	109	2.7	2.4	2.8	0.3
Gartenkresse	365,00	150	190	59	0.70	550	38		214	2.9	4.2	0.8	1.4
Gurken	65,50	18	30	8	0.10	141	23	8	15	0.5	0.6	2.1	0.2
Grünkohl	861,50	100	250	105	1.7	490	87	31	212	1.9	4.3	3.0	0.9
Kohlrabi	33,33	48	46	63		372	51	18	41	0.5	2.0	5.6	1.6
Kopfsalat	239,50	62	78	13	0.44	224	33	11	37	1.1	1.3	1.1	0.2
Knoblauch		200	80	14	0.01	990	134	12	38	1.0	6.5	28.4	0.1
Kürbis	127,60	47	65	12	1.00	383	44	8	22	0.8	1.1	4.8	0.1
Kartoffel	0,87	110	47	17	0.06	443	50	25	9	0.8	2.0	15.4	0.1
Lauch	166,67	100	60	30	0.90	225	46	18	87	1.0	2.2	3.2	0.3
Mais, ganzer Kern	184,67	360	200		1.95	330	256	120	15		8.5	64.7	3.8
Mangold	588,33	98	160	39		376	39		103	2.7	2.1	0.7	0.3
Meerrettich	3,33	140	110	114		554	65.3	33	105	1.4	2.8	12.5	0.3
Möhren	1200,00	69	53	0.01	0.6	290	35	18	41	2.1	1.0	4.9	0.2
Paprika	179,77	60	50	139	3.10	212	29	12	11	0.7	1.2	3.2	0.3
Petersilie	902,17	140	300	166		19	128	41	245	5.5	4.4	1.3	0.4
Pfifferling	216,67	20	230	6	0.02	507	44.2	14	8	5.5	1.5	0.2	0.5
Porree	166,67	100	60	30	0.90	225	46	18	87	1.0	2.2	3.2	0.3
Quinoa		200	200	8.5	0.6	341	4.4	11	100	9.2	13.5	70.9	4.8
Radieschen	3,83	33	30	29		255	26.4	8	34	1.5	1.1	2.2	0.1
Rettich	1,57	30	30	27		322	29	15	33	0.8	1.1	1.9	0.2
Rhabarber	10,17	27	30	10		270	24	13	52	0.5	0.6	2.7	0.1
Rosenkohl	74,50		140	114	0.88	411	83.6	22	31	1.1	4.5	3.8	0.3

Rote Bete	1,83	22	42	10	0.03	336	45	25	29	0.9	1.5	8.6	0.1
Rotkohl	2,50	68	50	50	1.70	266	30	18	35	0.5	1.5	8.5	0.18
Sauerkraut	3,00	27	50	20		288	43	14	48	0.6	1.5	2.4	0.3
Schnittlauch	50,00	140	150	47		434	75	44	129	1.9	3.6	1.6	0.7
Schwarzwurzeln	3,33	110	35	4.0		320	75	23	53	3.3	1.4	1.6	0.4
Sellerie	2,50	36	70	8.2		321	80	9.3	68	3.5	1.5	2.7	0.3
Spargel	87,42	110	120	21	2.0	207	46	20	21	1.0	1.9		0.1
Spinat	781,17	110	230	52	1.6	633	55	58	126	4.1	2.5	0.6	0.3
Steinpilz		33	370	2.5	0.15	486	115	12	23	1.0	2.8	0.5	0.4
Tomaten	84,33	57	35	24	0.8	297	26	20	14	0.5	2.0	3.5	0.2
Topinambur	2,00	200	60	4		478	78		10	3.7	2.4	15.8	0.4
Weißkohl	11,96	48	43	46	1.7	227	27	28	46	0.5	1.4	4.6	0.2
Wirsingkohl	6,50	50	57	45	2.5	282	55.	12	47	0.9	3.0	2.4	0.4
Zwiebel	1,15	33	28	8.5	0.14	175	42.	11	31	0.5	1.3	5.8	0.3

(Quelle: Souci u.a.: »Nährwert-Tabellen«, Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft mbH, Stuttgart, 1989)

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#) × [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ☒ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/9/84.html> - **Update: 13.01.2000 16:32**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

Der Domainname ist  
eine Spende der  
[Transmedia GmbH](#)

× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch  
× [Antivivisektion e.V.](#) × [Für Vegetarismus!](#)  
- [Gegen Tierversuche](#) - [Vegi-Büro Schweiz](#)  
Tierversuchsgegner Rhein Ruhr



## Bund für Gesundheit e.V.

• gemeinnützig • besonders förderungswürdig

Talstraße 34-44, D-52525 Heinsberg

• Tel: 02452-22678 • Fax: 101078

• Homepage: [www.BFGeV.de](http://www.BFGeV.de)

• e-mail: [BFGeV@t-online.de](mailto:BFGeV@t-online.de)

× Spendenkonto:

Postbank Köln, BLZ 370 100 50, Kto 443905-503



## Franz Konz: Der Große Gesundheits-KONZ

4. neu bearbeitete und aktualisierte Auflage April 1999

© Franz Konz 1999, alle Rechte vorbehalten

Ein kostenloser Service des [Bund für Gesundheit e.V.](http://www.BFGeV.de)  
in Zusammenarbeit mit [Antivivisektion e.V.](http://www.Antivivisektion.de) / [Tierversuchsgegner Rhein-Ruhr](http://www.Tierversuchsgegner.de)

× [mit Navigation laden](#) × [ohne Navigation laden](#) × [Buch bestellen](#)

## Kapitel 9: Argumente des Verfassers zur Beweisführung

### 9.85 Bislang bekannte Hauptlebensstoffe der Früchte

Früchte	Vitamine					Kalium	Phosphor	Magnesium	Kalzium	Eisen	Eiweiß	Kohlenhydrat	Fett
	b	B1	B2	C	E								
100g enthalten:	Carotin												
Gewichtseinheit	µg	µg	µg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	g	g	g
Äpfel	7,83	35	32	12	0,49	144	12	6,4	7	0,5	0,3	12,4	0,4



Ananas	10,00	80	30	19	0.10	173	9	17	16	0.4	0.5	13.1	0.2
Apfelsinen	15,00	79	42	50	0.24	177	23	14	42	0.4	1	9.2	0.2
Aprikosen	298,33	40	53	9.4	0.5	278	21	9.2	16	0.6	1	9.9	0.1
Acerolas	28,33	20	73	1.700		83	17	12	12	0.2	0.2	3.6	0.2
Avokados	12,00	80	150	13	1.3	503	38	29	10	0.6	2	0.4	23.5
Bananen	38,33	44	57	12	0.27	393	28	36	9	0.6	1.2	23	0.2
Birnen	5,33	33	38	4.6	0.43	126	15	7.8	10	0.8	0.5	12.6	0.3
Brombeeren	45,00	30	40	17	0.72	189	30	30	44	0.9	1.2	7.2	1
Cherimoyas	4,16	90	110	15		137	32	25	13	0.4	0.4	13.4	0.3
Datteln,trocken	4,66	36	73	8		650	57	50	63	1.9	1.8	66.3	0.5
Erdbeeren	8,16	31	54	64	0.1	147	29	15	26	0.9	0.8	6.8	0.4
Feigen ,frisch	8,00	46	50	2.7		240	32	20	54	0.6	1.3	12.9	0.5
Feigen,trocken	8,50	100	85	2.5		850	108	70	193	3.3	3.5	54	1.3
Grapefruits	2,50	48	24	44	0.3	180	17	10	18	0.3	0.6	8.9	0.2
Granatäpfel	6,66	50	20	7		290	17	3	18	0.5	0.5	16.7	0.6
Guaven	36,66	30	40	273		260	31	13	17	0.7	0.9	6.7	0.5
Heidelbeeren	16,66	20	20	22		65	13	2.4	10	0.7	0.6	7.4	0.6
Himbeeren	13,33	23	50	25	0.5	170	44	30	40	1	1.3	6.9	0.3
Honigmelonen	291,66	60	20	32	0.14	265	21	10	6	0.2	0.9	12.4	0.1
Jackfruit	38,33	30	110	8		410	38		22	0.6	1.3	25.4	0.3
Johannisbeere (rot)	5,00	40	30	36	0.2	238	27	13	29	0.9	0.1	9.6	0.2
Johannisbeere (weiß)	4,26	80	20	35		268	23	8.8	30	0.9	0.9	9.2	0.2
Johannisbrot	5,00	15	10	9		950	280	80	180	5	16	62	2.5
Kakis	266,66	24	30	16		170	25	8	8	0.4	0.6	16	0.3
Kiwis	66,66	17	50	71		295	31	24	38	0.8	1	10.7	0.3
Kirschen, süß	14,00	39	42	15	0.1	229	20	11	17	0.4	0.9	14.2	0.3
Kumquat	36,66	85	80	36		240	23			0.4	0.9	17.1	0.1
Mandarinen	50,00	60	30	30		210	20	11	33	0.3	0.7	10.1	0.3
Mangostan		500	15	2			11		18	0.3	0.7	17	0.8
Maronen	4,00	200	200	27	1.2	707	87	45	33	1.3	2.5	41.2	1.9
Mirabellen	33,33	60	40	7.2		230	33	15	12	0.5	0.7	15	0.2
Passionsfrucht	50,00	20	100	24		340	57		17	1.3	2.4	13.4	0.4

Pfirsiche	66,66	27	51	9.5		205	23	9.2	8	0.5	0.7	9.4	0.1
Pflaumen	33,33	72	43	5.4	0.8	221	18	10	14	0.4	0.6	1.1	0.2
Pflaumen (getrocknet)	116,66	200	100	4		824	73	27	41	2.3	2.3	53.2	0.6
Preiselbeeren	3,83	14	24	12		72	10	5.5	14	0.5	0.3	7.6	0.5
Rambutan		10	60	53		64	15		20	1.9	1	14.9	0.1
Reneklode	41,66	19	52	6.8	0.2	243	25	9.6	14	1.1	0.8	17.3	0.4
Rosinen	5,00	120	55	1.0		782	110	15	31	0.3	2.5	66.2	0.6
Sapote	10,00	40	20	20	0.4		28		39	1	1.8	31.6	0.6
Satsumas	18,33	50	30	20		90	13		30	0.3	1	8	0.2
Stachelbeeren	33,33	16	18	35	0.4	203	30	15	29	0.6	0.8	8.9	0.2
Wassermelonen	4,50	45	50	6		158	11	2.9	11	0.4	0.6	8.3	0.2
Weintrauben	2,50	46	25	4.2		192	20	9.3	18	0.5	0.7	16.1	0.3
Zitronen		51	20	53		149	16	28	11	0.5	0.7	8.1	0.6

(Quelle: Souci u.a.: »Nährwert-Tabellen«, Wissenschaftliche Verlagsges. mbH, Stuttgart, Liebster, G., Warenkunde, morion)

Wenn Du mal eines meiner Seminare mitmachen solltest und ich bitte Dich, mir mal Deine Zunge zur Krankheitsdiagnose zu zeigen, dann sei gewarnt. Dazu fordere ich nur Redende auf, die kein Ende finden. Ich sage dem Betreffenden sodann unter dem Gelächter der anderen: »Und nun halten Sie die Zunge so lange draußen, bis ich meinen Gedanken zu Ende formuliert habe!«

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#) × [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ☼ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/9/85.html> - **Update: 13.01.2000 16:32**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

Der Domainname ist  
eine Spende der  
[Transmedia GmbH](#)

× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch  
× [Antivivisektion e.V.](#) × [Für Vegetarismus!](#)  
- [Gegen Tierversuche](#) - [Vegi-Büro Schweiz](#)  
Tierversuchsgegner Rhein Ruhr



## Bund für Gesundheit e.V.

• gemeinnützig • besonders förderungswürdig

Talstraße 34-44, D-52525 Heinsberg

• Tel: 02452-22678 • Fax: 101078

• Homepage: [www.BFGeV.de](http://www.BFGeV.de)

• e-mail: [BFGeV@t-online.de](mailto:BFGeV@t-online.de)

× Spendenkonto:

Postbank Köln, BLZ 370 100 50, Kto 443905-503

## Franz Konz: Der Große Gesundheits-KONZ

4. neu bearbeitete und aktualisierte Auflage April 1999  
© Franz Konz 1999, alle Rechte vorbehalten

Ein kostenloser Service des [Bund für Gesundheit e.V.](http://www.BFGeV.de)  
in Zusammenarbeit mit [Antivivisektion e.V.](http://www.Antivivisektion.eV/) / [Tierversuchsgegner Rhein-Ruhr](http://www.Tierversuchsgegner.Rhein-Ruhr.de)

× [mit Navigation laden](#) × [ohne Navigation laden](#) × [Buch bestellen](#)

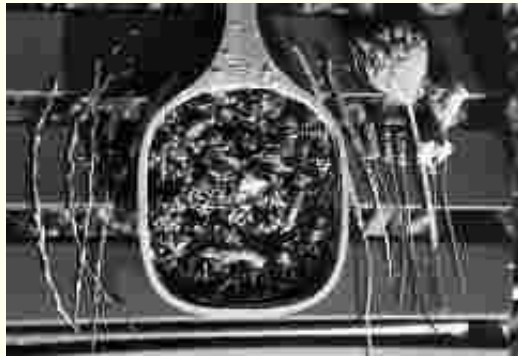
## Kapitel 9: Argumente des Verfassers zur Beweisführung

### 9.86 Bisläng bekannte Lebensstoffe der Nüsse

	Vitamine												
	b	B1	B2	C	E	Kalium	Phosphor	Magnesium	Kalzium	Eisen	Eiweiß	Kohlenhydrate	Fett
100 g Nüsse enthalten:	Carotin												
	µg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	g	g	g
Cashewkerne	60	0.6	0.3	2	0.8	552	373	267	37	0.8	17.5	32	42

Erdnüsse, roh	11	0.9	0.2	0	9.1	706	372	163	59		2.4	12	48
Erdnüsse, geröstet	8	0.3	0.2	0	8.8	775	410	180	65	2.3	26	9	42
Haselnüsse	29	0.4	0.2	3	26	636	333	156	226	3.8	14	13.7	62
Kokosnüsse	?	0.06	0.01	2	0.7	379	94	39	20	2.2	4	10.3	45
Macadamia	9	0.2	0.1	0	?	265	?	?	51	0.2	7.4	16	73
Mandeln (süße)	0.12	0.2	0.6	3	0,9	835	454	170	252	4.7	18.3	16	54
Maronen	24	0.2	0.2	0	1.2	707	87	45	33	?	2.5	41.2	1
Mohnsamens	155	0.8	0.2	3	?	530	466	123	188	2.3	20	4	42
Paranüsse	0	1,0	0.3	1	7.6	644	674	160	132	3.4	14	4	67
Pistazien	150	0.7	0.2	7	5.2	1020	500	160	136	7.3	21	13	51
Sesam,geschält	100	?	?	?	?	460	605	345	785	10.3	20	10	50
Sonnenblumenkerne	?	1.9	0.1	0	0.4	725	620	420	100	6.3	27	12	49
Walnüsse	48	0.3	0.1	2.6	6.2	544	409	129	87	2.5	14.4	14.2	65.5

(Quelle: Souci u. a.: »Nährwert-Tabellen«, Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft mbH, Stuttgart, 1989)



Die Werte liegen bei frischen Nüssen wesentlich höher. Walnüsse werden in den großen Zuchtplantagen geschwefelt. Werden Nüsse ohne Schale verkauft, so sind sie mit gefährlichen Antioxidantien behandelt worden. Die Schwefelung erkennt man an den hellen Nußschalen. Brasilnüsse enthalten jede Menge schädlicher Afloxine, Strontium 90, Radium 226/228 aus der vergifteten Erde, in der sie wachsen.



»Ich bemerkte in der Tabelle 9.84, daß die Möhre mehr Carotin als manche Wildpflanze besitzt. Da brauch ich nur einmal reinzubeißen und mein Bedarf ist für Wochen gedeckt«, sagst Du

Pech gehabt. Der nutzt Dir nichts! Warum? Weil Dein Körper nicht in der Lage ist, das Carotin aus der Wurzel herauszuziehen. Und warum? Weil der menschliche Organismus nur darauf geprägt war, seinen Vitamin A-Bedarf aus dunkelgrünen Blättern zu lösen. Also aus Blättern und Wildpflanzen - und aus dem oberen Grün von Wurzeln. Aber warum Beta-Carotin so wichtig ist? Daraus wandelt der Körper das augenfreundliche Vitamin A um. Vitamin A wiederum baut das purpurrote Sehpigment auf, das in den sogenannten Stäbchen und Zapfen im Augenhintergrund den Sehvorgang steuert.

**Hör nicht auf diesen unsinnigen Gemeinplatz: Iß - was Dir schmeckt !**

**Dir schmeckt diese krankmachende Zivilisationskost, weil Du von Kind auf daran gewöhnt wurdest. Hättest Du bloß Naturkost bekommen, würde Dir nur diese schmecken. Es dauert nur eine Zeit, bis Du Dich an den neuen Geschmack gewöhnt haben wirst, das laß Dir von mir sagen. Und ich spreche aus einer mehr als vierzigjährigen Erfahrung.**

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#) × [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

# Kapitel 9: Argumente des Verfassers zur Beweisführung

## 9.87 Anregungen zu Urzeitgerichten

### Rezepte

(Abbildungen dazu ®Kapitel 9.99 - Glanzbildteil)

für 1 bzw. 2 Pers.	Maß	Bestandteile und Art	wie zubereiten?
--------------------	-----	----------------------	-----------------

#### 01 Tomaten-Salat

2	4	Stück	Natur-Tomaten	zerstückeln
½	1	Stück	Zwiebeln	dazugeben
½	1	Stück	Zitrone	dazugeben, alles mischen
1	2	Handvoll	Blüten (hier Mutterkraut-Wucherblumen)	darüberstreuen

#### 02 Melonen-Speise

½	1	Stück	Melone	zerstückeln
3	6	Stück	Walnüsse	dazugeben
1	2	Handvoll	Wildpflanzengrün	zerzupfen, dazugeben

Vergiß nicht, hin und wieder Heilerde zu essen.

#### 03 Maronen-Möhren-Winterspeise

2	4	Stück	Möhren	zerkauen oder zerkleinern
---	---	-------	--------	---------------------------

1	2	Handvoll	Kresse oder anderes Grün	zerpflücken, darüberstreuen
3	6	Stück	Maronen, roh	dazu knabbern

#### 04 Süße Ergötzung für die Kleinen

1	2	Stück	Äpfel	zerkauen oder zerkleinern
1	2	Stück	Bananen	zerkauen oder zerkleinern
3	6	Stück	Mandeln	zerkauen oder zerkleinern
3	6	Stück	Haselnüsse	zerkauen oder zerkleinern
¼	½	Handvoll	Anis oder Kardamon	darüberstreuen
2	4	Handvoll	Krokosblüten	darüberstreuen

#### 05 Blütensuppe

1	2	Handvoll	eingeweichter Leinsamen	
1	2	Stück	Bananen	zerdrücken
2	4	Handvoll	Blüten von Sternmiere, Johanniskraut, Gänseblümchen, usw.	dazugeben
1	2	Handvoll	Löwenzahn	grob hacken
½	1	Handvoll	Pistazien oder Pinienkerne	dazugeben
¼	½	Stück	Mango oder Melone	zerstückeln
1	2	Stück	Birnen	zerstückeln
¼	½	Teelöffel	gemahlener Weiß-Ginseng	dazugeben, alles mischen

#### 06 Blüten-Samenspeise

1	2	Stück	Mangos	
½	1	Handvoll	Wegerich- oder Knöterichsamensamen	darüberstreuen
¼	½	Handvoll	verschiedene Blüten (wilde Möhre)	darüberstreuen

## 07 Erdbeer-Tannenspitzen-Gericht

4	8	Handvoll	Erdbeeren oder Himbeeren	zerdrücken
½	1	Handvoll	sehr junge Tannensprossen	darüberstreuen

## 8. Kaki-Brechen fürs Baby

2	4	Stück	Kakis	zerkauen oder zerkleinern
½	1	Stück	Rhabarber	zerkauen oder zerkleinern
1	2	Handvoll	Wildpflanzen (Beinwell) oder Bio-Gemüse	dazugeben, alles mischen

09

## Süßmais

1	2	Stück	Avocados	zerkauen oder zerkleinern
1	2	Handvoll	Wildpflanzen	zerpflücken
1	2	Kolben	Süßmais	dazugeben, alles mischen
½	1	Handvoll	Mandeln (müssen nicht frisch sein)	zerhacken, darüberstreuen

## 10 Avocado-Nußspeise

1	2	Stück	Avocados	zerdrücken
2	4	Handvoll	Bio-Salate, Breitlauch oder Weißkohl, frisch	zerkauen oder zerkleinern

½	1	Handvoll	Leinsaat, frisch oder gekeimt	dazugeben
½	1	Handvoll	Walnüsse oder Breitlauch	dazugeben, alles mischen

## 11 Kapuzinerkresse-mahl

1 zerdrücken				
1	2	Stück	Bananen	zerdrücken
2	4	Handvoll	Spitzwegerich und Kapuzinerkresseblätter	zerpflücken
1	2	Stück	Apfel	raspeln oder stückeln
½	1	Handvoll	Kapuzinerkresse oder Stiefmütterchenblüten	darüberstreuen
¼	½	Handvoll	Schafgarbe	daruntermischen

## 12 Eichel- Nußpflaumenspeise

5	10	Stück	Pflaumen	zerdrücken
10	20	Stück	Eicheln und/oder Haselnüsse	hineinstecken

## 13 Distel-Mango-Birnen-Mahl

¼	½	Handvoll	Gänseblümchen-Johanniskraut-Distelblüten	dazugeben
1	2	Stück	Birne	zerdrücken
1	2	Stück	Mango	zerstückeln
1	2	Teelöffel	Koriander, Kerbel oder Kümmel	dazugeben

## 14 Stiefmütterchengericht

1	2	Handvoll	frische oder getrocknete Maronen (18 Std. einweichen)	zerkleinern
---	---	----------	--	-------------



1	2	Stück	Avocados	zerkleinern
½	1	Handvoll	Stiefmütterchen	darüberstreuen
½	1	Handvoll	rote Nelkenblüten	darüberstreuen

### 15 Erdbirnen zum Näherkennenlernen

**Schnell und einfach: Im Winter Erdbirnen (Topinambur) allein oder zusammen mit Wildpflanzen essen. Du kannst sie auch reiben und mit einem ebenfalls geriebenen Apfel zusammen essen und Kokosflocken darüber streuen. Ich eß' sie am liebsten zusammen mit Hanfsamen. Den geb' ich in ein Schüsselchen und steck bei jedem Biß in die Erdbirne anschließend die Zunge da rein.**

### 16 Mein Söhnchen ist ganz wild aufs wilde Grün

**nämlich auf Erdbirnen mit wildem Grün, wie Du siehst, aber die Mutti muß es voressen.**

### 17 Erdbeer-Bananen-Speise

1	2	Handvoll	Blüten	zum Garnieren
1	2	Handvoll	Kartoffelrose	zum Garnieren
1	2	Stück	Bananen	in Blöckchen schneiden
1	2	Handvoll	Mandeln	hineinstecken

### 18 Birnenschiffe

1	2	Stück	Natur-Birnen oder Kakifrüchte	halbieren
½	1	Stück	Banane	in dicke Stücke zerkleinern
1	2	Stück	Pfirsich, Apfel oder anderes Obst	dazugeben
½	1	Handvoll	Mit Bienen-Blütenpollen und Borretsch- od. anderen Blüten, Samen oder Grassamen	darüberstreuen

### 19 Weihnachtsmahl zur Zeit Christi

½	1	Handvoll	Pinienkerne, frisch	
1	2	Stück	Rote Bete	zusammen mit
½	1	Stück	Kokosnuß	abwechselnd gut kauen essen

## 20 Eibenspeise

2	4	Handvoll	Eibenfrüchte (vom Taxusstrauch)	
1	2	Stück	Bananen	zerdrücken
½	1	Handvoll	Grassamen, eigengepflückt	dazugeben
3	6	Handvoll	eingeweichten Leinsamen	dazugeben, alles mischen

## 21 Bio-Weißkohl-Apfelsinen-Anis-Gericht

¼	½	Stück	kleiner Weißkohl	raspeln
2	4	Stück	Apfelsinen	zerstückeln, mischen
		Handvoll	Blüten, Milzkraut (an Bächen und nassen Waldstellen) o.a. Wildgrün untermischen, Anis (Fenchel), Kümmel oder Hanfsamen	darüberstreuen

## 22 Kakteenfrüchtemahl

2	4	Stück	Kakteenfrüchte	
1	2	Stück	Kiwi	
2	4	Stück	Kaki	zerkauen oder zerkleinern
¼	½	Stück	Kokosnuß	zerkauen oder zerkleinern
½	1	Stück	Rote Bete	zerkauen od. zerklein., mischen
			Feine Brennesselwurzelscheibchen	darüber schneiden

## 23 Kaki-Sternmiere-Teller

2	4	Stück	Kaki	zerkauen oder zerkleinern
2	4	Handvoll	Sternmiere	darüberstreuen

## 24 Ananas-Melone

½	1	Stück	Bio-Ananas	zerstückeln
½	1	Stück	Melone	zerstückeln
2	4	Stück	Apfelsinen oder Äpfel	zerstückeln, mischen
			Rosinen, Haselnüsse oder Pinienkerne	darüberstreuen



**25 frische Datteln (reifen von heller Farbe nach und nach auf dunkelbraun)**

**26 Cherimoyas, Litschis: das Köstlichste vom Köstlichen**

**27 Passionsfrüchte, Kaktusfeigen, Papayas und**

**Wasser- oder Honigmelonen**

**28 Mangustanfrüchte: Sex für die Augen**

**29 Durian, soeben geöffnet**

**30 Vogelmiere, Waldengelwurz in Avocadocreme**

**31 Süßmais mit Kürbisblüten od. anderen Blüten**

## **SCHNELLGERICHTE**

**32 Wildpflanzen zerzupft in Melone**

**33 Forsythien- oder Schlüsselblumenblüten in Kokosnuß und anderem Obst**

**34 Ferien am Meer: Salzkraut, Krähenwegerich, Zaunwinden in frischen, zerdrückt. Feigen**

35 Waldhimbeeren gesammelt in Blätterschale

36 Leckerei auf Eis: Feigen mit Walnüssen und Zimtstangen

37 Reineclauden mit Trichterwinden

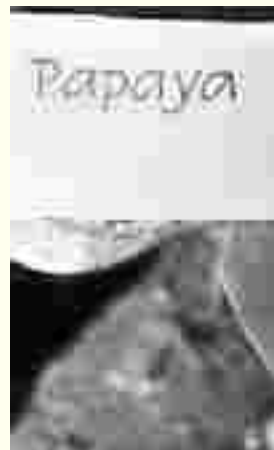
38 Brombeeren mit entkernten Weißdornfrüchten und Kokosflocken

39 Mango mit Kapuzinerkresse

40 Ameisen als Delikatesse zum Abschluß...



Hier vorab, was  
Appetit macht  
und was satt  
macht:



× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) (Important note!) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ☒ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/9/87.html> - Update: 13.01.2000 16:32

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

# Kapitel 9: Argumente des Verfassers zur Beweisführung

## 9.88 Chemiefreie Zusatztherapie für den Zappelphillip

Viele Säuglinge und Kleinkinder schreien nachts oft stundenlang und lassen sich nicht beruhigen. Zweijährige rasten bei dem geringsten Anlaß vielfach aus vor Wut - treten, schlagen, beißen jeden, der ihnen in die Quere kommt, auch die eigenen Eltern. In fast jeder Kindergartengruppe gibt es ein Problemkind, das mit seinen Altersgenossen nicht spielt, sondern statt dessen wie ein Hurrikan durch den Raum fegt und alles zerstört, was ihm in die Finger kommt. Am Tisch sitzen, beim Spielen mitmachen oder gar zuhören - das ist schier unmöglich für diese Schreckenskinder.

Für viele ist die Umstellung des Kindes auf die besänftigende, aggressionsbefreiende Urkost sehr schwierig, wenn die Eltern nicht voll mitmachen. Wenn der Zappelphilipp (à Rz 554) aber wenigstens keine Fleischnahrung und vor den Mahlzeiten Früchte bekommt, erscheint das hier dargestellte zwangsweise Festhalten des Kindes unter nicht nachlassenden Liebesbezeugungen und ans Herz drücken (um zu geringe Geborgenheitsgefühle zu vermitteln) aussichtsreich. (à Rz 561)

Das Ausflippen des Kindes ist als Folge einer nicht artgerechten Ernährung anzuerkennen - das wird von der Schulmedizin - wie wäre das bei ihrem Streben nach profiterbringender Krankhaltung auch anders möglich - als absurd abgewiesen. Wir wissen es inzwischen besser. Hinzu kommt: Solche hyperaktiven Kinder, das ist erwiesen, verbringen vielfach den größten Teil ihrer Freizeit vor dem Fernseher bzw. Videorecorder. Besonders beliebt sind dabei Serien, in denen Gewalttätigkeiten und Kampfszenen vorkommen (z.B. He-Man, Knight Rider, Turtles). Andere faszinierende Spielgefährten sind Video- und Computerspiele sowie Plastikfiguren, desto Superhelden (je gefährlicher, desto beliebter).

Wäre es da nicht besser die ganze Familie würde schwimmen gehen, Zoobesuche, Wanderungen oder gemeinsame Spiele betreiben? Und Säuglinge, die die Nacht zum Tage machen, bedürfen vor allem eines gleichmäßigen Tagesablaufs, keine Aufregungen am Nachmittag und Abend, tagsüber vieler Frischluft, Gutenachtrituale und viel Schmuserei. Schau nur auf eine Schimpansenmutter: Die trägt ihr Baby jederzeit bei sich oder ist wachsam-liebevoll stets in seiner Nähe. Sie ist darauf, wie alle Menschenfrauen, bei einer naturgemäßen, arztfremden Geburt programmiert. Hast Du diesen Trieb vernachlässigt?

Nun, wenn alles gute Zureden nichts hilft, magst Du es bei weiterem Essen von Schlechtkost mal mit einer nicht medikamentösen, harmloseren Methode des Beruhigens versuchen: dem Festhalten des ausgeflippten Kindes - auch gegen dessen Willen. Das Festhalten soll das Kind dazu bringen, Grenzen zu akzeptieren und gleichzeitig dabei Geborgenheit, Vertrauen und

Zuwendung zu erfahren.

Wenn Du dann als Mutter oder als Vater beginnst, es zum ersten Mal in den Arm zu nehmen und festzuhalten, wehrt es sich heftig, schreit und versucht, sich zu befreien. Das ist die Widerstandsphase. Manchmal dauert dieser Kampf mehrere Stunden. Während dieser Zeit darfst Du keinesfalls nachgeben und loslassen, sonst wäre die Situation schlimmer als zuvor. Dafür mußt Du, sobald sich der zappelnde Schreihals etwas beruhigt hat, Blickkontakt aufnehmen und das Kind besänftigen und ihm ständig gut und beruhigend zureden. Die Widerstandsphasen werden dann von Sitzung zu Sitzung immer kürzer. Oft schlafen die Kinder bald erschöpft ein, und irgendwann beginnen sie, von sich aus zu schmusen.

80% der Kinder schlafen nach dieser Therapie bereits in der ersten Nacht durch. Schon nach einer Woche ist die Widerstandsphase oft auf wenige Minuten zusammengeschrumpft oder Dein Kind kommt sogar freiwillig zum Festhalten. Festgehalten wird abends vor dem Schlafengehen und bei Konfliktsituationen. Wenn die Festhaltetherapie korrekt und konsequent durchgeführt wird, soll sie bislang noch nicht versagt haben. Allerdings ist sie nicht für jede Familie geeignet. Voraussetzung ist, daß Du Dein Kind wirklich liebst und den Wunsch hast, die Beziehung zu ihm zu verbessern.



---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × »[Der Große GESUNDHEITS-KONZ](#)« × »[Natürlich Leben](#)«  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch](#)!  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

# Kapitel 9: Argumente des Verfassers zur Beweisführung

## 9.89 Die komplikationslose, sanfte Geburt nach der UrMethode

COLORSEITE

Die Ärzte haben es fertiggebracht, das natürliche Wachsen im Körper der Frau als Krankheit darzustellen, die von ihnen laufend überwacht werden muß, soll es nicht zu einer Katastrophe kommen. Sie mischen sich selbstherrlich in diesen völlig natürlichen Vorgang ein und verwandeln der Schwangeren ihr größtes Erlebnis - das der Mutterwerdung - in einen Apparaturvorgang um. Durch ständige Untersuchungen wird der Frau ihr Selbstbewußtsein genommen und sie in eine unselbständige Befehlsempfängerin verwandelt. Schulmediziner lassen keine Gelegenheit aus, die Hausgeburt mies zu machen. Dabei sind Hausgeburten wesentlich ungefährlicher als Klinikgeburten, bei denen die Ärzte immer wieder Krisen erfinden, auch wenn überhaupt keine Krisensituationen vorliegen. Selbst die Ärzte-Zeitung muß positiv berichten:

### **Erste Untersuchung über Hausgeburten veröffentlicht**

Die erste Studie über Hausgeburten im Südwesten ist Ende vergangener Woche anlässlich der 2. Deutschen Arbeitstagung Haus- und Praxisgeburten in Karlsruhe vorgestellt worden. (...) »Die Ergebnisse sind außerordentlich gut«, meinte der Sprecher der Arbeitsgemeinschaft Haus- und Praxisgeburten, der Frauenarzt und Psychotherapeut Rupert Linder. Rund 95 Prozent der in der Studie erfaßten Geburten wurden zu Hause vollendet. Nur in zwei Prozent (rund 15 Prozent sind es bei einer Krankenhausgeburt) sei ein Kaiserschnitt in der Klinik nötig gewesen, in drei Prozent der Fälle - in der Klinik sind es Linder zufolge 20 bis 30 Prozent - sei das Kind mit Hilfe einer Saugglocke auf die Welt gekommen. Einen Todesfall bei der Geburt gab es nicht. Besonders ermutigend ist für Linder, daß 98 Prozent der Frauen die Möglichkeit einer Hausgeburt erneut wählen würden. (Ärzte Zeitung 191/25.10.1994)

Weißt Du, was ein Arzt einer Schwangeren sagte, die eine Hausgeburt wünschte: »Wenn das viele Frauen so halten würden, dann müßten die Krankenkassen mit den Krankenhäusern ein Abkommen vereinbaren, um den ihnen entstehenden finanziellen Verlust auszugleichen. (Für eine Hausgeburt wird dem beiwohnenden Arzt nur wenig bezahlt.)

Du bist bei einer kommenden Schwangerschaft verratz, wenn Du diesen Worten der Ärzte Glauben schenkst, mit denen sie Dich fertig machen, damit Du nur all das tust, was ihnen den höchsten Profit bringt:

- »Keine Angst, überlassen Sie nur alles mir.«
- »Wollen Sie denn, daß Ihr Baby stirbt?«
- »Wenn Sie das hier nehmen, geht's ihnen gleich besser.«
- »Mit dieser Spritze leiden Sie weniger.«

**Merke: Am leichtesten und schönsten erlebst Du allein oder mit nur Deinem Partner die Urzeitgeburt, wenn Du bereits aus Liebe zu Deinem Baby schon in der Schwangerschaft die UrTherapie anwendest - besonders deren Bewegungsprogramm. So kriegst Du so ein urgesundes Kind - im wahrsten Sinne des Wortes!**

**Wenn Du klug bist...**

entscheidest Du Dich für nichts anderes als für eine Hausgeburt gemeinsam mit Deinem Partner. Ohne Hebamme und Arzt! Denn auch die Hebammen von heute sind von den Ärzten ausgebildet und sind voll in die von denen vermittelte unnatürliche Geburtsabwicklung eingegliedert. Sie haben gesagt bekommen, was man dann und dort und in diesen und jenen Fällen zu tun hat. Sie wollen es schnell hinter sich bringen und haben wenig Zeit, werden müde, was weiß ich. Bei einer urzeitlichen Geburt hat aber niemand etwas zu tun außer der Mutter! Und die macht alles richtig, wenn sie sich dem überläßt, was ihr der eigene Körper sagt - falls sie das auch tun kann. Denn sie ist Herrin der Geburt. Und die läßt sich das von keinem abnehmen oder gar hereinreden! Dazu sollte sie sich gründlich vorbereiten, ihren Körper von zu vielen behindernden Fettwülsten befreien und sich beweglich durch entsprechende UrzeitBewegung machen. (Geburtsterminberechnung ®LV9107)

Und der Partner nimmt sich frei und hat nun Zeit, alles in Ruhe und ohne Hektik auf sich zukommen zu lassen. Er ist in der Hauptsache nur zum seelischen Beistand da. Wenn der Partner allerdings ein Waschlappen ist und kein Mann, tja, dann sagt ihm eine couragierte Frau, daß es auch ohne ihn geht. Wen es aber beruhigt, der kann mit einer Hebamme oder einem Naturarzt auch verabreden, sich telefonisch für Notfälle erreichbar zu halten, wenn das Baby erwartet wird.

Es gibt an vielen Orten ambulant tätige, vernünftige Ärzte, die sich auf Hausgeburten eingestellt haben. Wenn dann wirklich etwas schief gehen sollte, dann kann der immer noch kommen. Und wenn Scheide oder Damm tatsächlich etwas eingerissen sein sollte, dann kann auch später immer noch genäht werden, wenn Du das unbedingt willst. Kleinere Einrisse - bis zu 10 cm - sind normal und heilen besser, wenn Du keinen Arzt ranläßt. Dann kriegst Du keine Spritzen gesetzt - alles tut Dir doch noch weh, während Du vom Riß nur etwas spürst, wenn Du Wasser lassen muß. Und in einer Woche ist alles verheilt. **PM-Seite**

Gesundheitsgesetz zur Geburt



**Liebst Du Deine Frau, Deine Lebenspartnerin, die zukünftige Mutter Deiner Kinder wirklich tief, innig und fürsorglich? Dann laß sie bei einer normalen Schwangerschaft zur Geburt in kein Hospital gehen!**

Wenn Du den Arzt von Anfang an dazunehmen willst, dann mach ihm klar, daß er nur zur Beruhigung der Gebärenden engagiert ist und nur in äußersten Notfällen<sup>9124</sup> helfen soll, wobei Du ihn an eine alte Weisheit aus der Geburtshilfe erinnerst, daß nämlich der beste Platz für die Hände des Geburtshelfers in seinen Hosentaschen sei. Schließlich möchtest Du und Deine Frau sich den Stolz nicht nehmen lassen, selbst das eigene Kind gesund auf die Welt gebracht zu haben. Was meine tapfere Frau und ich durchzogen, als »wir« unsere Tochter Myriam zur Welt brachten, das kannst Du auch! Aber: Wie Du Dein Baby am schnellsten, am einfachsten und - nur mit Deinem Lebenspartner - am schönsten kriegst - sag' ich Dir hier vorab in Stichworten:

- Der Mann ist nicht dazu da, heißes Wasser zu kochen. Letzteres für das Baby anzuwenden ist überhaupt nicht nötig, ja es ist sogar schädlich für ein Neugeborenes. Es ist zudem widernatürlich. Das Baby muß sofort an kaltes Wasser gewöhnt werden. Es sollte frühestens nach drei Tagen erstmals mit Wasser in Berührung kommen.
- Laß Dir von Deinem Partner - wenn Du ihn überhaupt dabei haben willst - den Rücken massieren. (Meine Frau hat mich bei meinen Ansätzen dazu weggescheucht: »Laß sein! Das stört nur meine Konzentration!«)
- Gehe zwischen den Wehen ständig herum, möglichst auch auf Händen und Füßen, und leg Dich nur hin und wieder kurz zum Verschnaufen hin. Dehne und strecke immer wieder Deinen Körper.
- Hab keine Angst! Tue nur das, was Dir Dein Körper befiehlt. Die Schmerzen für Mütter, die zum ersten Mal ein Baby bekommen, können schlimm sein. Doch wenn Du zu Hause allein entbindest, kommst Du gar nicht erst in Versuchung, nach Schmerzmitteln zu fragen. (Die Du vorher alle aus der Wohnung gegeben hast! Deinem Mann schärfst Du ein, sich nicht erweichen zu lassen, Dir welche bei den Wehen in einer Apotheke zu holen.) Eine Schmerzspritze vom Arzt betäubt Dich nur ein bißchen für 'ne halbe Stunde, erschwert Dir das Pressen und verlängert die Qual um drei Stunden. Und: In der Aufregung »vergißt« der Arzt gerne, Dir zu sagen, daß seine mit Pethidin gefüllte Schmerz-Spritze für Deine Flucht in die Chemie Deinem erbarmenswerten Baby später leicht Kinderkrebs bringen kann. <sup>1118</sup> Und wenn Du Glück hast und Dein Kind kriegt den nicht, dann wird es ständig von anderen Krankheiten wegen seiner Anfälligkeit heimgesucht werden. Und Du mit...

Du solltest wissen:

- Daß Deine Wehen viel erträglicher werden, wenn Du einfach auf Knie und Hände runtergehst, wenn Dich eine zu sehr mitnimmt
- Daß Du zwei dicke Paar Socken anziehen sollst und ein kurzes, baumwollenes Unterhemd

nebst einem Pullover (bei freiem Unterkörper), wenn das Baby kommen will, da Du schnell frierst. Den Unterkörper kannst Du in eine Decke einschlagen, wenn es Dir zu kalt wird. Im Zimmer muß stets frische Luft herrschen, damit Du und später Dein Kind genügend Sauerstoff atmen können.

- Wenn das Baby kommt, muß es warm im Zimmer sein, damit es sich wohl fühlt und Lust zum Saugen bekommt. Das erreichst Du am schnellsten, wenn Du Dir Dein Kind auf den Bauch legst und ihm den Rücken streichelst. Das Baby muß seine Händchen frei bewegen können und sich langsam mit Deiner Hilfe zur Brust hocharbeiten. das Streicheln hilft ihm auch beim Atmen.
- Es rutscht leichter hoch zum Busen, wenn seine »Käseschmiere« an ihm bleibt. (Für vier Tage!)

Brachte nicht auch die Mutter Maria mit einer Urzeitgeburt den Gottessohn zur Welt? In Heu und in Stroh? Vielleicht war deshalb Jesus so natürlich geblieben, weil sein Näschen schon früh an den Duft von Kuhfladen und Eselskötteln gewöhnt und programmiert wurde. Und im Stall von Bethlehem gab's sicher auch kein Wasser um die Geburtsschutzcreme des Jesulein abzuseifen. Und auch keinen Arzt oder eine Hebamme, welche die Mutter des Gottessohns bevormunden und mit dummem, typisch medizinverbildetem Besserwissen belehren wollte.

Ja, was einen Gott frommte und für ihn gut genug war, was Er sich zur Menschwerdung erkor, das willst Du kleines Menschenlicht verwerfen und Dich in die vorgetäuschte Sterilität eines Krankenhauses begeben? Und um Dich dem Willen und Sagen fremder Menschen dort untertan zu machen? Die nichts anderes als nur Profit, Profit, Profit um jeden Preis wollen. Da müßtest Du doch blöd sein!

Wenn Du allerdings als arztbesessene Frau nicht davon abzuhalten bist, in einem Massenhaus für Kranke Dein Baby zu bekommen, dann solltest Du Dir wenigstens eines suchen, das keinerlei Disziplin von Dir verlangt, und wo Du Dich als Gebärende fallenzulassen vermagst. Und wo Du nicht bedrängt wirst, »vorschriftsmäßig« zu atmen oder Chemiedreck einzunehmen. Aber wisse: Wegen der schlimmen, überaus stark vorhandenen Krankheitskeime in einem Krankenhaus ist stets eine latente Gesundheitsgefahr für Dich und Dein Baby dort gegeben. Die Statistik der Geburts-Todesfälle sieht noch ganz günstig aus - aber über die danach aufkommenden schweren Infektionsfälle, die nur mit schwersten Antibiotika zum Schaden für Dich und Dein Baby beherrschbar sind, wird kein Wort verloren!

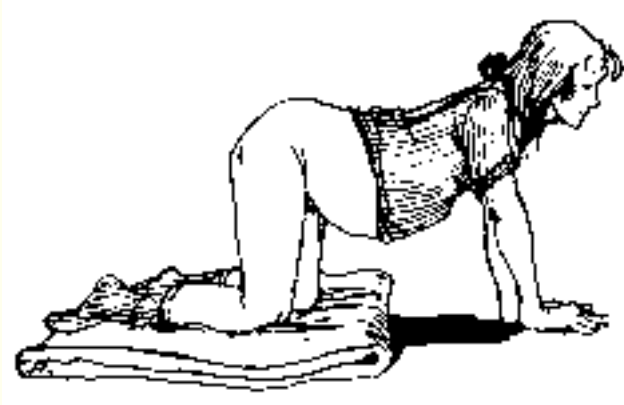
### Merke:

- Wenn die Nabelschnur um Kopf oder Hals des Babys liegt, dann soll Dein Partner sie, wenn der Kopf geboren ist, dem Kind über den Kopf wegziehen. Keine Sorge, die ist lang genug.
- Dein Partner hat die Aufgabe, nach Auspulsieren die Nabelschnur zu durchtrennen. Ich meine: Keine Eile damit und frühestens 40 Minuten nach der Geburt. Besser erst dann, wenn sie völlig schlaff geworden ist. Die Affenmenschen machen das sehr spät, halten oft

Nachgeburt und Nabelschnur lange Zeit fest.

· Der aseptische Geruch in einem Kreißsaal hält das Kind vom Suchen der Brust und vom Trinken des Kolostrums ab. Und Dich als Mutter vom Stillen! Deshalb versprühe auch zu Hause kein Sagrotan oder andere Chemikalien. Und verzichte lange genug vorher auf alle Cremes, Deodorants, Seifen und Waschmittel. Und vor allem auf das widerliche Parfüm!.<sup>9120</sup>

· Wenn die Wehen stärker werden, knie Dich zum Ausruhen ruhig mal hin.



Dadurch lassen auch die Rückenschmerzen nach! Wenn Du aber täglich Dein UrTraining gemacht hast, sind die kaum erwähnenswert. Denn dann besitzt Du genügend und gekräftigte Muskulatur, die diese Schmerzen abfangen.

Die zweite Position hilft Dir auch, eine zu schnelle Austreibung zu bremsen.

Wenn Du den Bauch gut durchhängen läßt, bleiben Deine Wehen nicht aus. So benötigst Du auch keine Oxytoxinspritzen, um diese einzuleiten. Und Dein Baby findet dann oft noch völlig überraschend in die richtige Hinterhauptslage, falls nach eilfertiger Meinung der Ärzte die vorher nicht gegeben war. Du kannst während der Wehen mit den Händen abtasten, ob der hart anzufühlende Kopf richtig unten im Becken liegt. Sonst kannst Du das Drehen des Kindes auch dadurch erreichen, daß Du Dich mit angezogenen Knien auf den Rücken legst und den Bauch soweit nach oben wie möglich (bei hochgedrückten Schultern und Gesäß) streckst. Hierbei handelt es sich um eine alte, aber wirksame indische Unterweisung. Ja - so einfach ist das alles bei der urzeitnahen Geburt! Wenn Du Dir nur die Ärzte vom Leibe hältst!

**Wenn Du völlig entspannt bleibst und Dich viel in den gezeigten Stellungen bewegst, kriegst Du in der Eröffnungsphase des Muttermunds keine ganz so schlimmen Schmerzen. Die kommen auf Dich erst während der letzten zehn Wehen zu, die den Muttermund für die jetzt einsetzende Geburt ins Endstadium erweitern und die dann erst das Gefühl zum Mitpressen in Dir erzeugen. Und die statt der bis dahin gewöhnlichen, nun eine tiefere Atmung auslösen. Vergiß dabei Deine Umgebung, und konzentriere Dich ganz auf Dich und das Baby. Treibt so eine Kontraktion ihrem höchsten Punkt zu, dann halte während des Mitpressens die Atmung an, das ist das einzige was Du Dir merken solltest. Dabei kannst Du oft sogar in eine Art hypnotischen Dämmerzustand geraten, der richtig angenehm sein kann. Meine Frau hat es selbst erlebt. Und weil ich der einzige bei ihr war, war es in unserem Heim eine wunderbare Beglückung für uns beide. Jede schmerzstillende Spritze macht Dir dieses Gefühl kaputt, macht Dich lahmarschig, konzentrationslos und bedusselt Dich.<sup>9481</sup> Und das Baby auch, so daß es nicht mithelfen kann, sich herauszuwinden. Und zu bedäppert zum Saugen wird. Und so Deine wertvollste Erstmilch nicht erhält.**

**Du als Mutter fühlst selbst, wann Du pressen mußt. Presse nie im Liegen, sondern möglichst im Knien oder in diesen Stellungen:**

**Nimm stets die Stellung ein, in der Du Dich jeweils am wohlsten befindest.**

**Willst Du Dein Baby allein holen, dann geht das am einfachsten im Hocken oder Knien! Halb kniend, halb hockend oder beidseitig kniend kannst Du Dein Baby aber auch in Empfang nehmen, so wie es die Affenmenschen tun:**



Nach einer häuslichen Urzeitgeburt nehmen Dir keine eilfertigen Hände Dein Baby, um es im warmen Wasser seiner Käseschmiere zu berauben.

»Aber, das ist nur allzu hygienisch und wurde schon immer so gemacht!« entsetzt Du Dich.

Aber nicht in der Urzeit. Die Mütter damals waren nicht so dumm, ihrem Baby den besten Wärmeschutz zu nehmen, den ihm die Natur mitgab. Und die unersetzlich wertvollen Nähr-, Lebens- und Immunstoffe abzuwaschen, die es durch seine Haut aufnehmen *muß*, damit es in den ersten Tagen nicht zu viel an Gewicht verliert und später keine Allergien

oder Neurodermitis bekommt und sich sofort wohl fühlt. Und dann nicht wegen der ihm so fehlenden Lebensstoffe schreien muß... Und so ein Schreibaby bereits in seiner ersten Lebensminute für Dich programmiert wird. Da kriegst Du noch Freude! Aber versuch mal, in einem Massengeburtshaus Dein Baby vier Tage vor dem Warmwasserwaschen zu bewahren!!

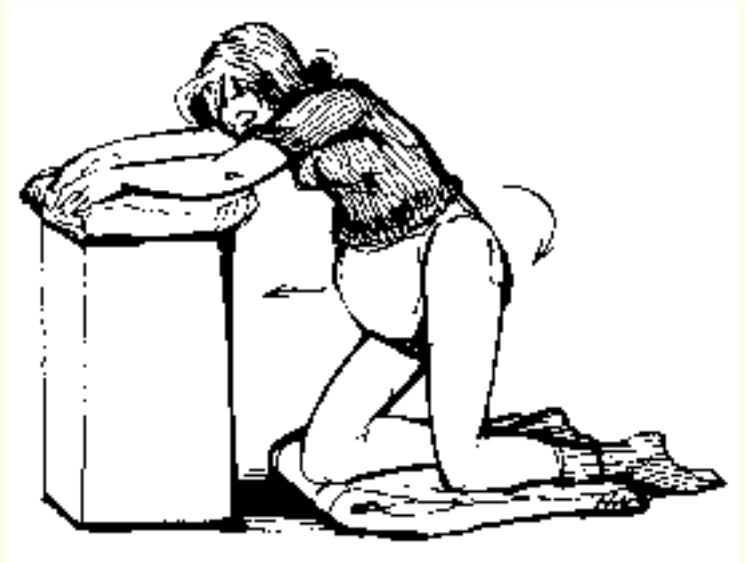
Nochmals: Dein Baby darf die ersten Tage überhaupt nicht gewaschen werden. Die Schmiere trocknet ein und rieselt dann später von selbst ab! Nichts riecht! Das ist wie Naturpuder.

**Sag Dir immer wieder: Ich bleibe während der Geburt völlig entspannt. Die Geburt ist etwas Natürliches, vor dem ich keine Angst haben muß. Deshalb übergebe ich mein Tun und Lassen voll und ganz der Natur und niemandem sonst. Ich weiß, daß es im Krankenhaus zu vielen, zu Hause aber kaum zu Komplikationen kommt. Wie viele Kinder werden im Taxi, im WC, im Zug, ja sogar im Flugzeug komplikationslos ohne Wehenschreiber, Muttermunduntersuchung, Zangen, Saugglocken, Apparate und Kaiserschnitt geboren!**

**Und wenn mir die Natur dabei Schmerzen zumutet, dann will ich die in Kauf nehmen. Ihr Wille geschehe - nicht meiner! Ich habe mir diese Schmerzen vielleicht auch deshalb**

zuzuschreiben, weil ich meinen Körper vor der Geburt nicht genügend bewegte, kräftigte und fit hielt.

Diese kniende Geburtstellung empfehle ich vor allem den Frauen, denen die Ärzte den Bauch durch einen Kaiserschnitt verunstaltet haben, aber auch allen anderen, wenn sie es so am angenehmsten für sich finden. Manche Frauen können besser pressen, wenn sie nicht knien, sondern vornübergebeugt abgestützt breitbeinig stehen. Du machst das alles so, wie es Dir Deine Gefühle eingeben. Und nicht, wie es eine Hebamme oder ein Arzt anordnet. Die



Dich nur verrückt machen mit »Jetzt hecheln!«, »Jetzt tief atmen!«, »Jetzt pressen!« Wer kann sich schon in einen anderen so hineinversetzen! Niemand hat Dir reinzureden! Du bist die Herrin Deiner Geburt. Es ist *Deine* Geburt, nicht die eines anderen!

Wiege Dich in den Hüften und setze in dieser Stellung ab und zu mal ein Knie nach vorne!

So ist am wenigsten ein Bruch der alten Kaiserschnittnarbe zu erwarten. Selbst bei falscher Lage kannst Du Dein Baby am einfachsten hockend oder kniend meist ohne Komplikationen holen.

Doch genau so gut kann Dir der Vater des Babys oder Dein Partner dabei helfen, das Baby zu holen, richtiger, Dir etwas Halt dabei zu geben.



Das macht der am besten so: Oder so:

Merke: Die Gebärmuttermuskeln arbeiten um ein Drittel stärker, wenn Du in den Urzeitpositionen Dein Baby holst. In der Hocke und im Knien wird das Becken um fast 2 cm mehr erweitert - Du kannst Dir denken, wieviel leichter Dein Baby aus Dir raus kann.

In dieser Stellung oder im Vierfüßlerstand gleitet das Baby - ist erst mal der Kopf geboren, dann leicht aus Dir heraus. Und das in trauter Umgebung und ohne die Dir meist völlig fremde Personen, die nie eine innere Verbindung zu Dir haben und haben werden. Für die eine Geburt kein Wunder, sondern nur reine Routinesache bedeutet, die auf die Uhr schauen, weil sie nach Hause wollen, vielleicht Hunger haben, sich nicht wohl fühlen oder immer ihre Eier dazulegen wollen.

In der Stellung des rechten Bildes dient Dein Partner mehr der seelischen Unterstützung. Wenn erst mal der Kopf gekommen ist, braucht er nichts zu halten. Dann dauert es eine Weile und beim nächsten Pressen flutscht das Baby - sich selbst drehend (falls nicht durch Chemie geschwächt oder irritiert) - so schnell heraus, daß es kaum zu halten ist. Ist auch nicht nötig - es ist natürlich und einprogrammiert, daß es ein Stückchen fällt und aufplumpst. Der kleine Stoß animiert es sofort zur Eigenatmung.

**Meine Frau und ich hatten vor, unser Baby bei uns im Garten in Empfang zu nehmen. Als es dann zu dunkel wurde, habe ich Zaunwinden und Gras gerupft. Und von unseren Essigbäumchen kleine Äste mit ihren Blättern abgebrochen und im Wohnzimmer am Boden aufgeschichtet. Damit das Baby sofort als ersten Eindruck von unserer Welt keinen sich wichtig und alles falsch machenden, gefühlsarmen Weißkittel, sondern strahlungsintensive Natur intensivprägend zu erleben vermochte. Und auch hier hieß es wieder: Zurück zur Erfahrung unserer Altvorderen, die nach der Geburt das Baby auf die bloße Erde legten, damit die Erdkräfte in das junge Leben strömen konnten. So geschehen am 1.9.1994 und 15.2.1997 bei unseren Schätzchen Myriam und Florian.**

**Und dann kannst Du geduldig auf die Nachgeburt warten. Du wirst von keinem gedrängt, keiner sagt Dir, es sei schon viel zu spät dafür, und niemand wird sie Dir mit Gewalt herausdrücken! Du fühlst, wann sie kommen will.**

**Keine Ungeduld von Routiniers verdirbt Dir zu Hause das wunderschöne Geburtserlebnis!**

Dein Baby kann bei Dir bleiben, nackt, in innigem, von Dir sehnlichst gewünschten Kontakt. Es wird nicht in Tücher eingewickelt, die es Dir entfremden. Es kommt nicht in ein Kinderbett, wo es hilflos liegt und schreit und voller Verzweiflung seine Lippen zum Saugen zusammenpreßt - aber nichts bekommt. Es wird auch nicht brutal seiner Schutzschicht durch Waschen beraubt! Sein Sehnen will gerade in seinen ersten Erdentagen die Mutter ohne Unterbrechung nackt fühlen - das ist ihm eingeprägt seit 30 Millionen Jahren! Das Gesichtchen reinigt man mit einem Tuch - aber am Körper bleibt die Käseschmiere so lange dran, bis sie von selbst als feiner Staub in drei Tagen abfällt.

Nur Deine Angst macht Dir die Geburt unerträglich! Bei einer Geburt wie zur Urzeit mußt Du keine Angst haben. Alles kommt von selbst, wenn Du entspannt bleibst. Du fühlst auch am besten selbst, wann Du zu pressen hast. Weil Dir keiner dazwischenquatscht, wie Du atmen sollst. Welch ein hirnverbrannter Unsinn, Dir als Frau vorzuschreiben, unnatürlich wie ein Hund beim Jagen zu hecheln, wo Dir das wie und wann Dein Körper klar aus seiner Urprogrammierung mitteilt. Es ist Deine Geburt! Sind Spezialisten dabei, sehen diese Gespenster und machen sie dadurch zu einem Drama. Das muß nicht immer so sein, aber wenn Du Pech hast, trifft es gerade Dich...

**Die Geburt ist keine Krankheit - die dabei eingreifenden Ärzte und Hebammen machen sie dazu und bringen erst die Schwierigkeiten auf, die sonst zu vermeiden sind.<sup>9481</sup>**

Jede Frau empfindet anders! Jede Frau muß nach ihrem Empfinden, nach ihrem Körper die Geburt vollziehen. Es gibt kein Einheitsschema - nach dem aber die ärztlichen Helfer handeln wollen!

Laß die Nabelschnur vorerst in Ruhe! Nimm dem Baby nur vorsichtig den Schleim von Mund und Näschen. Du kannst diesen auch mit einem Gummisaugbällchen absaugen, dessen Öffnung Du etwas vergrößert hast. Aber ein Wattestäbchen tut es auch. Lege Dein Kind stets auf der linken Seite an, wenn es die nicht schon gleich von selbst aufsucht. Die Frauen bei den Naturvölkern halten es alle so.

Lege Dich nach der Geburt hin und ziehe Dich ganz aus. Pack Dir Dein Baby auf den Bauch und widme Dich ihm ganz. Nur so kann eine innige Liebe zwischen Dir und Deinem Kind erwachsen. Und wenn Dich Dein Partner stört, schick ihn heraus.

Das Abnabeln, frühestens nach deren Auspulsieren, kannst Du so machen:

Schneide von einer Mullbinde (weniger Empfindliche können dazu auch ein Stück Bindfaden nehmen) zwei 15 cm große Stücke, drehe sie zusammen, und schlinge damit, ca. 6 cm und 4 cm vom Nabel des Babys entfernt, zwei Knoten (jeweils vorn einmal und hinten zweimal geknotet),

und zwar fest um die Nabelschnur, durchtrenne sie mit einem Messer oder Schere (desinfizieren ist lächerlich!), und klebe den Nabelschnurrest am Bauch des Babys mit Pflaster fest.

Wenn Du die Nachgeburt - auch nur hockend oder kniend - ausgestoßen hast, verknotest Du ein weiteres Bändchen dicht am Babynabel und schneidest 1 cm dahinter die Nabelschnur ab, legst ein vierfach gefaltetes Stückchen Mull von der Binde darüber und klebst es mit Pflaster fest.

Sieh das klar: Bei der Urzeitgeburt kommt keiner mit einer Zange an Dich ran, kann Dir keiner einen unnötigen Kaiserschnitt verpassen, keine Wehen einleiten und keine Schmerzmittel einflößen - Gründe dafür, daß Du völlig benommen bist und folglich auch noch mit dem Stillen warten mußt, bis all der Medikamentendreck wieder aus dem Körper ausgeschieden ist. Dann ist es oft für das Stillen längst zu spät, kann Dein Baby längst an die gräßliche Kunstmilch gewöhnt sein, die ihm später Allergien und Neurodermitis bringt. Daneben ein schwaches Immunsystem, so daß Dein Baby für alle Krankheiten anfällig wird und alle naslang mit einer Rotznase rumläuft und sich wund hustet.



Bei der Urzeitgeburt nimmt auch keine fremde Person mit talkumierten Gummihandschuhen Dein Kind auf und stellt alles mögliche mit ihm an, legt es auf eine harte Waage, mißt es und verwirrt so die Sinne und Empfindungen Deines Kindes, das nichts anderes sucht als Geborgenheit bei Dir und erste Nahrung.

Willst Du Dir Dein eigenes Kind von gefühllosen Technikern der Geburt bereits entfremden und Deine Mutterliebe zerstören und Dich frustrieren lassen?

So verrückt bist Du doch wohl nicht, bloß weil diese Medizinerclique den Frauen tausend Ängste einjagt, um sie aus Profitgründen in den Krankenhäusern in ihre Gewalt zu bekommen. Und glaub mir, das geschieht zwangsläufig dort: Du hast Dich unterzuordnen und kannst nichts selbst entscheiden, vor allem nicht das, was Du als richtig empfindest. Nein! Laß dem Kind die schützende Schmiere, halte Dein Baby ständig an Dich gedrückt.<sup>9131</sup> Streichle es mit Deiner Brust auf seiner Wange, und Du wirst sehen, daß es sich gleich der Brustwarze zuwendet. Drücke es fest an, damit es nicht nur mit den Lippen an der Brustwarze nuckelt, sondern sie tief in sein Mündchen nimmt. Dann mußt Du keine Angst haben, es tue Dir beim Saugen jetzt oder später weh.

Und ziehe es nie von der Brust weg. Das kann zu Rissen in der Warze führen! Möchtest Du, daß es mit dem Trinken aufhört und nicht nur nuckelt, ohne zu trinken, dann schiebe einen Finger in seinen Mundwinkel, und es wird die Warze freigeben. Und denke auch beim Waschen an die Urzeit.

Keine Mutter hat sich je in der Urzeit nach dem Stillen die Brust gewaschen oder gar eingecremt. Soll Dein Kind den Chemiedreck schon so früh schlucken? Seife, Creme und



Spray zerstören nur den Säureschutzmantel Deiner Brust und begünstigen Entzündungen und ein Aufweichen der Warze. Sie können mit ihrem Fremdgeruch sogar das Kind vom Trinken und kräftigen Saugen abhalten, wodurch bei Dir wiederum zu wenig Milch erzeugt wird.

Kein Wunder, daß Du dann Schmerzen bekommst. Sollte sie aber wund geworden sein, so behandle sie mit nichts anderem als Lehm.

Aber *Deine* Brust wird niemals wund!

»Warum nicht? Darüber klagen doch die meisten Frauen!«

Sie wird es deshalb nicht, weil Du nicht nur die Geburt urzeitlich-natürlich ablaufen läßt, sondern Dich auch *danach* um volles Naturverhalten bemühst. Ich habe das bei unserer Geburt genau beobachtet und drauf aufgepaßt: Eine Bekannte brachte etwa gleichzeitig ihr Kind in einem als »fortschrittlich« bekannten Hospital (das die »fortschrittliche« aber trotzdem widernatürliche Wassergeburt im Programm hat) zur Welt. Dem Baby wurde schon am ersten Tag ein Fläschchen mit Nuckel voll Kindertee verpaßt. Jede Mutter glaubt: Wie schön! Wie süß es (am Suchttee) nuckelt! Die Folge: Die Bekannte leidet nun unter einem Kind, das ständig ohne Anlaß schreit, zu dick ist und ihr die Brust zerbeißt. Die jetzt die Milch abpumpt und sie in der Flasche mit dem Schnuller reicht. Merke: Gib Deinem Baby nie einen Nuckel!<sup>0784</sup> Dumm wird es dadurch auch noch!

»Und Du hast jetzt den Grund dafür gefunden, warum das Kind so widernatürlich seiner Mutter die Warze zerbeißt?« fragst Du.

Willst Du nicht mal selbst darüber nachdenken? Um Dir zu beweisen, daß Du aus meinem Buch auch wirklich was gelernt hast und in Zukunft alle für Dich und Dein Kind wichtigen Entscheidungen selbst treffen kannst? Also nun schalte mal Deinen gesunden Menschenverstand ein und versuche, selbst auf die Lösung zu kommen. (Allen, die nicht drauf stoßen, sag' ich's später dann aus meiner Sicht - besser: aus Sicht der Natur.)

Zu Hause kannst Du auch ohne Büstenhalter herumlaufen oder Dir in den Büstenhalter vorne ein Loch schneiden. Warum? Damit frische Luft drankommen kann und Deine Brust nicht feucht und damit aufgeweicht bleibt. Laß an Deinen Busen viel Luft, Licht und Sonne, und härte ihn höchstens ab und zu mal durch eine kurze Waschung mit kaltem Wasser ab. Und wenn Deine Brustwarzen trotzdem einmal zu wund geworden sein sollten, dann pumpe die Milch vorsichtig heraus, oder gib Mandelmilch (®Rz.793) als Ersatz. Und verordne Deinem Busen Licht und Sonne in der Zwischenzeit.

Übrigens: Die beste Vorbereitung fürs Stillen kann Dein Partner leisten: indem er oft und viel Deine Brustwarzen während der Schwangerschaft (und auch sonst!) mit dem Mund liebkost.

Und dann ein letztes: Von den Medizinerinnen und Hebammen wirst Du als Mann bei einer Geburt nur als besserer Hanswurst angesehen und auch so behandelt. Oder als lästiger Eckensteher, der überall im Weg ist und den man am besten damit beschäftigt, die Haustür zu öffnen, wenn

es klingelt. Laß das nicht zu! Laß Dich nicht entmannen von Leuten, die für eine Geburt bezahlt werden. **Du als Vater trägst am Ende allein die Verantwortung. Und wenn etwas schiefgeht - und das passiert zu 99% in einer Klinik - dann hast Du die Last, für ein verkrüppeltes oder geistig behindertes Kind zu sorgen und wirst Deines Lebens nicht mehr froh! Nichts schweißt Euch so sehr zusammen, als wenn Du *allein* mit Deiner Frau *Euer* Baby ins Leben rutschen seht.** Und Du ihr dabei hilfst. Was heißt schon hilfst! Du sprichst ihr gut zu, massierst Rücken und Steißbein, kühlst und wäschst ihr Gesicht während der Wehen, feuchtest die Lippen an, lobst und ermutigst sie. Deine Frau spürt so, daß sie kein Weichei, sondern einen Mann an ihrer Seite hat. Und so seelisch unterstützt, schafft sie es noch einmal so gut! Das Krankenhaus sollten allerdings aufsuchen:

- verfettete oder von den Ärzten verängstigte Frauen, Wehleidige, künstlich Befruchtete,
- Frauen, die ab dem 5. Monat unter Blutungen zu leiden hatten,
- zu Krämpfen Neigende und Frauen, die mit Myomen in der Gebärmutter zu tun oder sich einer vorherigen Gebärmutteroperation unterzogen haben,
- zuckerkrank Mütter, ältere Erstgebärende, Nierenkranke,
- Drogensüchtige, an Röteln in der Schwangerschaft arg Erkrankte, Medikamentenschluckerinnen, Alkoholikerinnen und an EPH-Gestose und Plazenta-Anomalien Leidende.

Um Dich mal über die Dir eingeredeten »gefährlichen Komplikationen« aufzuklären: Von dem seltenen Fall der vorzeitigen Plazentalösung abgesehen, die sich meist in der Eröffnungsperiode durch stärkere Blutungen kenntlich macht, handelt es sich meist dabei um einen vorzeitigen Fruchtblasensprung. Und wenn ein solcher Dir passieren sollte, bist Du und Dein Baby vorerst nicht in Gefahr. Du hast dann genug Zeit, ein Taxi zu bestellen und ein Krankenhaus aufzusuchen. Obschon die dort auch nicht genau wissen, wie sie damit fertig werden sollen.<sup>9104</sup>

**Guter Rat:** Laß das Wasser von Mal zu Mal kälter werden, worin Du Dein Baby stets ohne Seife oder Shampoo badest. (So vermeidest Du, daß sich seine Haut schuppt.) Ein Bad in der Woche ist genug - nur die Popo-Gegend wasche mehrmals täglich kalt. So kriegst Du ein abwehrkräftiges Kind, das dir nicht durch Kranksein und Geschrei Deine Tage und Nächte zur Qual macht.



»Mein Baby ist schon ganz schön abgehärtet. Ich ziehe ihm, obwohl mich sogar fremde Menschen auf der Straße deswegen schelten, niemals eine Mütze an, weil ich von Dir gelernt habe: "Kopf kalt, Füße warm - macht den besten Doktor arm." Aber trotzdem hält sich mein Kind am Schreien...«

Dann überlege doch mal, was Du sonst noch an Unnatürlichem tust. Besonders, was Dich selbst betrifft. Denn das kriegt ja auch Dein Baby mit.

»Keine Ahnung - ich wüßte nicht, was ich verkehrt mache«, sagst Du.



Stell es Dir mal richtig vor: Für Dich selbst bedeutet die Tasse Kaffee oder Tee nur noch einen feinen Genuß. Dein Körper hat sich längst an die Gifte Koffein und Teein gewöhnt. Für den kleinen zarten Körper Deines Babys ist das aber etwas völlig Neues, was da mit der Muttermilch in ihn hineingebracht wird. Und während Dein Körperrhythmus darauf abgestimmt ist, erst am späten Abend zu schlafen, ist der Deines Babys darauf von der

Natur aus programmiert, alle zwei Stunden zu schlafen. Und jetzt halten die Gifte Koffein oder Teein das Baby wach, das dringend schlafen will. Und das unbedingt und unverzichtbar seinen Schlaf zum guten Gedeihen braucht, weil es Ruhe und Geborgenheit finden muß.

Und nun zwingst Du, kaffee- oder teesüchtige Mutter, Dein Baby ständig durch diese Suchtmittel in diesen aufgeputschten Wachzustand hinein. Weißt Du, wie schlimm Schlafentzug sein kann? Laß Dich doch mal selbst mitten in der Nacht alle paar Stunden aus dem Schlaf reißen!

Das arme Würmchen kann sich aber nun mal nicht anders als durch Schreien wehren und so den Eltern zeigen, daß sie was falsch machen.

Auch die Mit Spuren von Nikotin verseuchte Raucherinnenmuttermilch läßt das Kind ständig schreien: nach mehr Nikotin

Da gab es kürzlich noch einen Prozeß gegen eine Mutter, die ihr Baby deswegen aus dem Fenster warf...

Du entscheide Dich: für ein gesundes Baby, für heile Nerven Deinerseits - oder für Deine Genußgifte und einen Schreihals. Alles liegt nur an Dir! (® LV 9439c)

Wenn wir bislang so viel darum gegeben haben, unserer äffischen Verwandtschaft einiges von ihrer Lebensführung abzusehen, wenn wir richtiges Bewegen, richtiges Essen und vorbildliches soziales Verhalten von ihnen lernen konnten, ja, dann können wir doch auch getrost von ihrem Verhalten lernen, das sie während einer Geburt praktizieren.

»Und? Was tun die da so besonderes?« fragst Du.

Was mir aufgefallen ist:

Die Affenmenschendamen quälen sich dabei nicht. Die haben keine fremde Hilfe nötig, die stöhnen nicht vor Schmerzen, die legen sich erst hin, wenn sie im Hocken das Kind selbst von unten her geholt haben, um es dann an ihre Brust zum Nähren zu geben.

Und alle vier Affenmenschenarten essen nach einer kleinen Ruhepause die Nachgeburt ganz oder teilweise auf. Wie das die meisten Säugetiere tun und noch manche urzeitlich lebende Stämme. (Wie die Ethno-Medizinerin Dr. Kreifelder feststellte: KROEBER-WOLF, G., Der Weg ins Leben, Ffm. 1994.) Ja, selbst die Kühe, die sonst nie Fleisch anrühren würden, verzehren ihre Plazenta, wenn sie draußen auf der Weide ein Kälbchen bekommen. Im Stall nimmt sie ihnen der Bauer stets weg...

Warum soll sich die Frau also länger quälen als nötig? Warum soll sie sich nicht gleich selbst um ihr Kind kümmern können? Und das um so mehr, je besser sie körperlich gestellt ist? Wenn fremde Hände das Kind anfassen, kann sie schon eine Abneigung gegen es entwickeln! Wie das auch bei anderen Säugetieren der Fall ist.

**Und sie ist körperlich bereits bestens nach einer halben bis einer Stunde gestellt, weil die Hormone der - ein paar Stückchen zu sich genommenen, gesäuberten und vielleicht in eine Salattunke gegebenen Plazenta das Becken schließt, die Gebärmutter zusammenzieht und den Bauch faltenlos zurückbildet. (Bisher sind folgende Hormone darin ermittelt worden: Choriongonadotropin, Aktogen, Östrogen, Progesteron.)**

Meine Frau hat eine halbe Stunde nach der Geburt jedenfalls davon gegessen, nachdem ich ihr Häppchen des leberkäsartigen rosig-schwammigen Teils zum Nachahmen vorgegessen hatte. Meine Überraschung dabei: Die Plazentastückchen schmecken nicht im geringsten nach Fleisch. Sie besitzen den feinen, unaufdringlich-zarten Geschmack von Baumkuchen. Heißt vielleicht nicht auch deshalb die Plazenta »Mutterkuchen«?

»Mein Gott, jetzt bist Du mit Deiner Frau auch noch zum Kannibalismus übergegangen! Wir sind doch keine Tiere! Wir müssen doch nicht alles so machen wie die!«

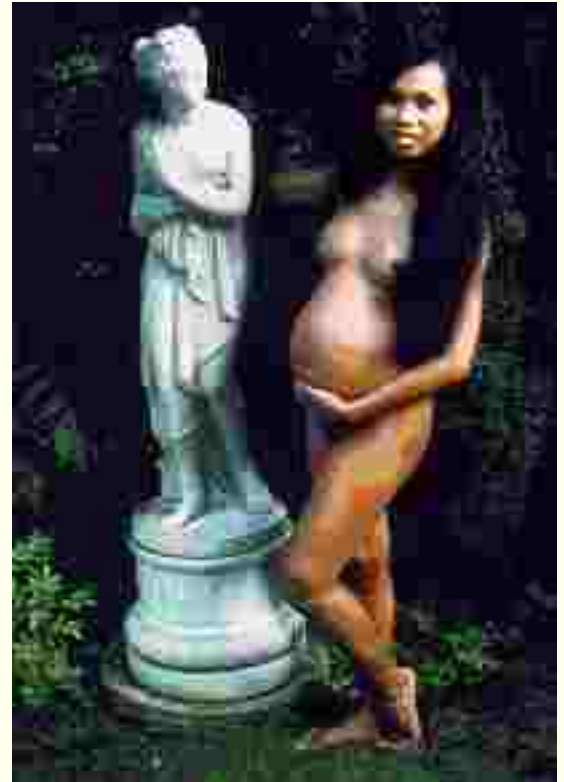
Das hat nichts mit Kannibalismus zu tun.<sup>9133</sup> Du leckst ja auch Dein Blut ab, wenn Du Dich in den Finger geschnitten hast. Und wenn ich mal als große Ausnahme ein Stückchen Fleischkuchen von einem geliebten, gesund lebenden Wesen zum Mutmachen zu mir nehme, na - mich kratzt da Dein Einwand nicht ein bißchen!

Überlege nur, welche Urkraft an Prägung dahinter steckt, wenn ein Tier, was nie in seiner Entwicklungsgeschichte oder je in seinem Leben Fleisch auch nur angerührt hat, jetzt seine Nachgeburt aufißt! Diese Urprägung müßte eigentlich auch noch in den Menschenfrauen stecken.

Und so bitte ich Euch Gebärende, alles Geniertsein einmal hintanzustellen und mir zu berichten, ob nach der Geburt Eures Babys vielleicht ein Gefühl leicht in Euch aufkeimte, etwas von der Plazenta zu essen... Die mutigen Muttis, die ihrem Wohl zuliebe von ihrer Plazenta gegessen haben, mögen mir bitte auch sagen, wie schnell sie dadurch wieder fit wurden.

Der Verfasser hat am 1.9.1994 bei seiner Tochter Myriam eine Urzeitgeburt selbst gestaltet - ohne **Arzt**, ohne **Hebamme**. Diese ist **bebildert** und wird in eine ausführliche Darstellung in ein ausführliches Buch über die Urzeitgeburt einfließen. Wenn Du darüber Näheres erfahren und wissen willst, wann das Buch im Buchhandel erscheint, dann hinterlege Deine Adresse mittels Postkarte unter dem Stichwort »KONZ: Urzeitgeburt« beim Verlag. Der benachrichtigt Dich dann zur gegebenen Zeit, ab wann das Buch in den Buchhandlungen aufliegt.

Ach ja, Du willst ja noch wissen, wieso es möglich ist, daß Kinder ihren Müttern den für ihre Ernährung wichtigsten Teil, nämlich die Brustwarze, unbrauchbar machen. Und sich so dem Hunger und vielleicht sogar dem Tod überantworten.



Glaubst Du, Gott (die Natur) hat die jüngsten Geschöpfe, die er (sie) gerade ins Leben rief, so ungeschickt programmiert, daß sie sich die Quelle ihres Lebens vorzeitig zerstören? Das bringen sie nur als, von akademischen Ärzten und Wissenschaftlern dumm bequatschte und von denen ihres gesunden Menschenverstandes beraubte, Erwachsene fertig: ihren Lebensquell, die vormals blühende bewaldete Gottesnatur zu vergiften, abzuholzen und zu vernichten.

»Ja - Du hast recht. Ich habe so gedacht: Wäre das in der Urzeit passiert und die Urzeitmutter hätte vor lauter Schmerzen ihr Kleines nicht nähren können, dann wäre es tatsächlich wohl umgekommen. Denn damals gab es keine Glaspümpchen, in welche die Milch abgesaugt werden konnte.«

Falsch! Damals konnte das gar nicht passieren.

Denn zu jener Zeit gab es vor allem noch keine dummen Ärzte, die es zuließen, daß in den Krankenhäusern Kindern das Nuckeln an in der Natur nicht existierenden Gumminuckeln, statt an den Nippeln ihrer Mütter erlaubt wird.

»Mein Gott! Was soll daran schon schlimm sein!« sagst Du.

Das: Der Nuckel ist keine Brustwarze. Die Mundgefühle des Babys sind nur auf letztere eingestellt. Auf ein lebendes, körperwarmes, weiches, gegen frischevernichtenden Sauerstoff abgedichtetes fleischiges Pfröpfchen, gegen das man seinen harten Kiefersaum mit aller Vorsicht drückt, um es sich lange, lange Zeit als Lebenssaftöffnung zu erhalten.

So mußt Du das sehen! Du hast es doch in den voraufgegangenen Kapiteln immer wieder gehört, dieses Frage-Dich-Immer:

**Wie wäre es natürlich, wie wäre es, wenn wir noch in der Urzeit leben würden?!**

Du kannst Dir den Beweis für mein Sagen übrigens schnell verschaffen: Steck Deinem Baby mal Deinen Zeigefinger zwischen die süßen, ach so zartweichen weidenrösleinfarbenen Lippen: Weil es den Zeigefinger viel härter (nämlich etwa so wie einen Gumminuckel) im Mündchen spürt, *beißt* es nun zu.

Da staunst Du, was! Was so ein hilfloses Bündelchen Mensch für eine Kraft in den Kiefern aufzubringen vermag. Aber auch, was für ein Feingefühl beim Saugen an den Brüsten! Wenn die dumme Mutti so klug ist, alles natürlich zu sehen und zu halten. Statt sich in einem Krankenhaus oder von Massenmenschenmüttern den gesunden Menschenverstand verbiegen zu lassen. Und fremde, von nicht natürlich lebenden und deshalb auch nicht natürlich denken könnenden Menschen erfundene Dinge wie harte Gummischnuller oder Rasseln andrehen zu lassen. Sapere aude: Willst Du in den prägenden ersten Monaten den Sinnen Deines Babys schon durch von CD's oder dem Radio kommende harte Rock-, Beat- oder Hotmusik die Gewöhnung an den primitivsten Ausschuß der Zivilisation einimpfen?

Einem Wesen, das 30 Millionen Jahre lang nur süßes Singen von Vögelchen vernahm. Oder willst Du - auch als junge Mutti - Dich und Dein Baby in dieser für Dich beglückendsten Zeit Deines Lebens nicht lieber von den beruhigenden Klängen Bachs, Händels oder Mozarts erfüllen lassen? Willst Du es auf den Weg in die alles Feine und lebenswerte zerschlagende



Ohrenbetäubungs-Disco's, zum Müßiggang, zum Alkohol- und Drogenkonsum bringen, oder willst Du, daß es später statt dessen zur Geige greift, Klavier spielt, gute Bücher zur Hand nimmt und einen ebenso wertvollen Partner findet? Nochmals: Sapere aude!

»Ich komm immer noch nicht drüber, daß Du und Deine Frau die Plazenta gegessen haben!«

Machte ich Dich denn nicht schon auf der ersten Seite mit der Ankündigung bekannt, Du würdest auf jeder Seite mit nie Gehörtem konfrontiert werden? Du wirst aber auch gemerkt haben, daß ich dieses Buch in der Hauptsache für aufgeschlossene Menschen schrieb, die sich ihren Verstand noch nicht verbauen haben lassen und vorurteilsfrei zu denken vermögen. Und wenn sie nicht dazu fähig sind, zu versuchen, sie dahin zu führen...

Und dann überlege mal, was da für eine ungeheure Kraft in der Plazenta stecken und wie wertvoll sie sein muß, wenn die Krankenhäuser sie an die Kosmetikfabrikanten verkaufen, die daraus ihre Antifaltencremes herstellen. Die ja tatsächlich für einige Zeit das faltige Gewebe zusammenziehen und so die Falten glätten. Und ganz scharf sind die Geburtsverderbens-

Stationen auf das aus der Plazenta stammende Nabelschnurblut! Deshalb wartet man auch vielfach nicht ab, bis deren Blut ins Baby zurückgeflossen ist, sondern sammelt

es wegen dessen wertvollen basophilen Zellen, mit denen die Knochenmarkbildung gefördert werden kann. Auch werden sie gegen die in Südostasien und in den Mittelmeerländern häufig vorkommende Thalassämie (eine verbreitete Blutkrankheit) eingesetzt. Was entginge den Krankenhäusern für ein Geschäft, wenn sie nicht mit allen Tricks versuchten, Dich in ihre Häuser zum Entbinden zu bekommen...



**Ist das nicht herrlich?**

**Ein gesundes Kind, einen gesunden Partner bei sich zu wissen und selbst gesund zu sein? Wie alt willst Du noch werden, bis Du das einsiehst? Wie lange willst Du noch warten, etwas dafür zu tun? Besonders, wenn Du bereits jetzt mit dem Kränkeln oder Dickwerden (das gleiche!) anfängst?**

**Und schaff Dir gleich nach der Geburt ein glückliches, urgesundes Kind mit bester Zukunft, also: nur Muttermilch, danach UrKost – und viel gemeinsames Singen. Tägliches UrTraining auch für das Kind.**

PM-Seite

Sind so kleine Hände....

**Pfeif auf Hebamme, Arzt und Krankenhaus,**

**wenn Du eine wunderschöne Geburt erleben willst!**

Lieber Franz Konz!

Ich halte gerade mein zweites Baby im Arm und bin übergücklich über eine ganz natürliche UrGeburt zu Hause ohne medizinisches Personal, nur Jürgen, mein Lebenspartner, und Sohn Lars (3 ½ Jahre) waren dabei. Seit Beginn mit der Urkost hatte ich keine Regelblutung mehr bekommen. So begann ich mit Temperaturmessungen jeden Morgen vor dem Aufstehen. Als ich dann plötzlich eine leichte Blutung bekam und die Temperatur konstant bei 37,2 - 37,4°C blieb, wußte ich, daß ich wieder schwanger war. (So konnte ich den Geburtstermin in etwa bestimmen.)

**Die ganze Schwangerschaft fühlte ich mich fit und fröhlich. Manchmal kam es mir vor, als ob ich gar nicht schwanger wäre, so gut und gesund fühlte ich mich.**

**Bis Anfang des fünften Monats stillte ich Lars noch früh und abends bis eines Tages keine Milch mehr kam. Auch hier entscheidet sich die Natur dafür, jetzt allein dem werdenden Leben alle Mutterkräfte zur Verfügung zu stellen. Lars war inzwischen 3 Jahre und kommt auch ohne Muttermilch aus. Bis drei Wochen vor der Geburt bin ich mit der Familie auf nahe gelegene Berge geklettert und lange Touren gewandert, neben dem täglichen Urbewegungstraining. Es hat mir nichts ausgemacht. Drei Wochen vor der Geburt lag das Baby schon recht tief, so daß ich bei weiten Wandertouren öfter eine Pause einlegen mußte. Langsam wurden auch die Vorwehen immer stärker, man hat das Gefühl, es geht bald los. Am 11.3.97 war es dann soweit, um drei Uhr morgens bin ich aus dem Schlaf erwacht, weil die Wehen losgingen.**

**Ich legte Decken und Bettücher bereit, aber im Stehen konnte ich die Wehen zur Zeit noch am besten ertragen. Ich machte ganz einfach das, was mir mein Gefühl sagte und was für mich gerade am Angenehmsten war. Genau also so, wie Du es in Deinem Großen Gesundheits-Konz forderst. Drei Uhr dreißig, Jürgen und Lars waren inzwischen munter geworden. Ich spürte einen sehr starken Druck auf den Darm und suchte noch einmal die Toilette auf. Der Druck war so stark, daß ich zum Mitpressen gezwungen wurde. Eigentlich wollte ich nur mit der Hand fühlen, wie weit der Muttermund schon geöffnet war, da hatte ich das Babyköpfchen in der Hand. Schnell rief ich Jürgen und stand kurz von der Toilette auf. Das Baby glitt in die auffangenden Arme von seinem Papa. Es hatte, wie eine Mütze, noch die Fruchtblase um den Kopf, welche ich sofort beiseite streifte. Nase und Mund waren frei vom Schleim und Blut. Ich nahm mein Baby in die Arme und drückte es vorsichtig an mich. Es war ein kleiner Junge, welcher erst einmal kurz schrie, sich dann aber beruhigte und vorsichtig aus seinen kleinen Äugelein die Umgebung anschaute.**

**Nach 15 Minuten suchte Timo die Brust und trank gemütlich. Die Nabelschnur war noch mit dem Mutterkuchen verbunden, reichte aber bis zur Brust. Nach 45 Minuten kam mit**



**ein paar leichten Wehen der Mutterkuchen heraus. Die Nabelschnur war inzwischen ganz schlaff und weiß geworden, es war kein Blut mehr darin. Jürgen trennte erst jetzt das Baby von ihr ab.**

Zur Bestätigung für die Geburtsurkunde haben wir nach fünf Stunden eine Hebamme gerufen. Diese stellte uns ein Schreiben über die Geburt von Timo aus, und somit gab es auf dem Standesamt keinerlei Probleme.

**Ansonsten war ich die ganze Schwangerschaft bei keinem Arzt gewesen. Was sollte ich auch da, ich habe doch selbst gemerkt, wie gut es mir unter der UrMethodik geht. Der Arzt ist für uns nur zum Krankschreiben da, wenn man im Berufsleben steht oder um etwas zu bescheinigen.**

Timo hängt wie ein kleines Äffchen fast den ganzen Tag an mir, und abends muß jemand mit ihm im Bett liegen, sonst schläft er nicht. So wie Du es empfiehlst, schlafen wir vier nun alle zufrieden in einem 2x2m großen Naturholzbett. Wir finden es ganz natürlich, daß die Kinder auch in der Nacht die Wärme der Eltern spüren. Leider zum Entsetzen der ganzen Verwandtschaft. Wenn das Baby weint, dann fehlt ihm irgend etwas, entweder hat es Hunger, die Windel voll oder es will einfach nur Nähe, Wärme und Liebe von Mama oder Papa spüren. Am besten schläft Timo tagsüber immer noch bei mir im Arm ein. Dabei kann man auch schreiben, lesen und noch viel mehr tun.

Durch dieses wunderschöne Naturerlebnis habe ich fast ganz die fast schrecklich zu nennende Geburt von Lars im Krankenhaus verdrängt.

Timos Geburt hat mich sehr, sehr glücklich gemacht.

*Sabine Rudolph, Josef-Leusch-Straße 14, 56656 Brohl-Lützing*

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = [externe Datei](#) · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/9/89.html> - **Update: 13.01.2000 16:32**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

# Kapitel 9: Argumente des Verfassers zur Beweisführung

## 9.90 Hier kannst Du nachsehen, woher Deine Leiden kommen

mit Anhang: **Feststellbare Schäden durch medizinische Labortests**

---



### Symptome

*verursacht durch*

### Abgeschlagenheit

*Blutdrucksenker (Doxazosin), Blutfettsenker (Lovastatin), Hemmer der Schilddrüsenfunktion (Thiamide), Antivirenmittel (Aciclovir), harntreibende Mittel, Quecksilberpräparate, warme Mahlzeiten*

### Abszesse

*Kortison-Präparate, Antivirenmittel (Foscarnet), Impfstoffe (FSME-, Hepatitis-B, Tetanus-, Tuberkulose-), Rheumamittel, Krankenhausaufenthalt, Milch, Normalkost, vor allem Fleisch*

### Abwehrschwäche

*die meisten Medikamente, besonders Rheumamittel, Bestrahlungen, Szintigramme, Blutübertragungen*

### Aggressivität

*Mittel gegen Magengeschwüre (Omeprazol), Rheumamittel, Antivirenmittel, Psychopharmaka, Antiepileptika (Vigabatrin - bei Kindern), Schmerzmittel, Beruhigungs- und Schlafmittel (Buspiron), Kaffee, Mikrowellen, Vitaminmangel, Fleisch, Getreide essen*

## Akne

*Anabolika, Mittel gegen Magengeschwüre (Famotidin), Vitamin-B-Präparate, Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), Jod- und Kortison-Präparate, die (Mini-) Pille, Sexualhormone (Androgene, Gestagene), Antivirenmittel, krebshemmende Mittel, Schlafmittel, Immunsuppressiva (Ciclosporin A), Zucker, Milch, Fast food, Cola, Limonaden, Schokoladen*

## Allergie

*Antidiabetika (Metformin), Insuline, Mittel gegen Durchfall (Loperamid), Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen, Magen- und Darmmittel, Appetithemmer (Norephedrin), Gallensteinauflöser (Piprozolin), Mittel gegen Magengeschwüre, Abführmittel (Phenolphthalein), Mittel gegen Blutarmut (Folsäure), Blutgerinnungshemmer, Blutdruck- und Blutfettsenker, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen, Mittel gegen Krampfadern, harntreibende Mittel, durchblutungsfördernde Mittel, Herzmittel, Hautmittel, die Minipille, Sexualhormone (Gestagene, Östrogene), Behandlung von Harnwegsinfekten, Prostatamittel (Brennnesselwurzel-Extrakt), Jod- und Kortisonpräparate, Hemmer der Schilddrüsenfunktion, Antibiotika, Mittel gegen Pilzinfektionen (Ketoconazol), Antivirenmittel (Aciclovir, Zidovudin), Immunglobuline, zahlreiche Impfstoffe, krebshemmende Mittel, Rheumamittel, Muskelrelaxantien, Gichtmittel (Probenecid), (Stark-) Schmerzmittel, Psychopharmaka, Antiepileptika, Migränemittel (Clonidin), Beruhigungs- und Schlafmittel, Wurmmittel, Krätze- und Läusemittel, Antiallergika, Asthma-Dosieraerosole, Mittel zur Bronchienerweiterung, Erkältungsmittel, Augentropfen und -salben, Schlechtkost, Milch, Süßigkeiten, Deodorants, Duftstoffe*

## Alpträume

*Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen, Appetithemmer (Fenfluramin), Mittel gegen Magengeschwüre (Nizatidin), Mittel gegen Herzrhythmusstörungen, Blutdrucksenker, durchblutungsfördernde Mittel (Pentoxifyllin), Behandlung von Harnwegsinfekten, Antibiotika (Gyrasehemmer), Rheumamittel, Muskelrelaxantien (Baclofen), Schmerzmittel (Nalbuphin), Psychopharmaka, Barbiturate, Beruhigungs- und Schlafmittel (Antihistamine), Antiallergika*

## Anfälle, epileptische

*die Pille, Kortison-Präparate, Migränemittel (Pizotifen), Psychopharmaka*

## Angina pectoris

*Mittel geg. Übelkeit u. Erbrechen (Ondansetron), Appetithemmer, Mittel geg. Magengeschwüre (Omeprazol), Blutdrucksenker (Nicardipin), Blutfettsenker,*

*Mittel geg. Herzrhythmusstörungen (Mexiletin), blutdrucksteigernde Mittel, harntreib. Mittel (Amilorid), Nitro-Präparate, Schilddrüsenhormone, Antibiotika (Gyrasehemmer), krebshemm. Mittel, Rheumamittel, Migränemittel ((Dihydro-) Ergotamin), Parkinsonmittel, Malariamittel (Chinin), Mittel z. Bronchienerweit., Augentropfen u. -salben, Erkältungsm.*

### **Angstzustände, allgemeine**

*Mittel geg. Übelkeit u. Erbrechen, Gallensteinauflöser, Mittel geg. Magengeschwüre, Blutdruck- u. Blutfettsenker, durchblutungsförd. Mittel (Pentoxifyllin), Mittel geg. Herzrhythmusstörungen (Propafenon), Akne- u. Hautmittel (Vitamin-A-Säure), Sexualhormone (Androgene) Behandlung von Harnwegsinfekten mit Norfloxacin, Antivirenmittel (Foscarnet), Mittel geg. Pilzinfektionen (Miconazol), Antibiotika, TBC-Mittel (Ethambutol), krebshemm. Mittel, Interferone, Muskelrelaxantien, Rheumamittel, Schmerzmittel, Antiepileptika, Psychopharmaka, Beruhigungs- u. Schlafmittel, Parkinsonmittel (Amantadin), Malariamittel (Mefloquin), Antiallergika, Asthma-Dosieraerosole, Mittel zur Bronchienerweiterung, Augentropfen u. -salben (Timolol), Kaffeegenuß*

### **Angstzustände, exzessive**

*Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen (Promethazin, Triflupromazin), Psychopharmaka (Neuroleptika), Antiallergika*

### **Appetitmangel**

*Anabolika, Antidiabetika, Vitamin-Präparate (A, D), Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen, Kalzium- und Eisen-Präparate, Blutgerinnungshemmer (Heparin-Präparate), Krampflöser, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen, Blutdruck- und Blutfettsenker, harntreibende Mittel, Herzmittel, Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), die Pille, Antibiotika, Sexualhormone (Östrogene), Jod-Präparate, Schilddrüsenhormone, Mittel gegen Pilzinfektionen, Antivirenmittel (Ganciclovir, Zidovudin), Impfstoff (Hepatitis-B-, FSME-), krebshemmende Mittel, Interferone, Rheumamittel, Gichtmittel (Probenicid), Muskelrelaxantien, Schmerzmittel (Ibuprofen), Psychopharmaka, Parkinsonmittel, Antiepileptika, Beruhigungs- und Schlafmittel, Antiallergika, Asthma-Dosieraerosole, Mittel zur Bronchienerweiterung, Erkältungsmittel, Augentropfen und -salben*

### **Appetitsteigerung**

*Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen (Bamipin, Flunarizin), Mittel gegen Magengeschwüre (Pirenzepin), Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Mexiletin), Mittel gegen Krampfadern (Tribenosid), Kortison-Präparate, Antibiotika (Gyrasehemmer), Muskelrelaxantien (Diazepam, Tetrazepam),*

*Psychopharmaka (Antidepressiva), Antiepileptika, Schlafmittel, Antiallergika (Astemizol), Mittel zur Bronchienerweiterung (Ketotifen)*

### **Arterienverkalkung**

*Schlechkost, besonders homogenisierte Milch*

### **Arthritis, einfache, nicht: Poly-A. od. rheumatoide**

*Milch, Käse, Fleisch, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Procainamid),  
Blutdruck- und Blutfettsenker, Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Mittel),  
Normalkost*

### **Arzneimittelabhängigkeit**

*Appetithemmer, Nitro-Präparate, Sexualhormone (Östrogene), Kortison-  
Präparate, Muskelrelaxantien (Diazepam, Tetrazepam), Barbiturate,  
Antiepileptika, Beruhigungs- und Schlafmittel, Erkältungsmittel  
(Dextromethorphan, Hydrocodon-Präparate)*

### **Asthmaanfälle**

*Einspritzung von Kontrastmitteln bei der Röntgenbehandlung,  
Krankenhausaufenthalt bei Kindern, gemeinsames Schlafen mit Hunden und  
Katzen, Milch*

### **Asthma bronchiale**

*Mittel gegen Magengeschwüre, Antidiabetika, Insuline, Blutgerinnungshemmer  
(Heparin-Präparate), Blutdruck- und Blutfettsenker, Mittel gegen  
Herzrhythmusstörungen (Chinidin), Kortison-Präparate, Antibiotika,  
Antivirenmittel (Ganciclovir), Rheumamittel, Schmerzmittel (Aspirin,  
Ibuprofen), Malariamittel (Chinin), Mittel zur Bronchienerweiterung,  
Erkältungsmittel, Augentropfen und -salben, Suchtkost, vor allem Milch und  
Fleisch*

### **Atemnot (Dyspnoe)**

*Antidiabetika, Appetithemmer, Mittel geg. Übelkeit und Erbrechen  
(Ondansetron), Kalium- u. Eisen-Präparate, Mittel geg.  
Herzrhythmusstörungen, Blutdrucksenker, harntreibende Mittel (Amilorid),  
Akne- u. Hautmittel (Vitamin-A-Säure), Jod- u. Kortison-Präparate,  
Antivirenmittel, Antibiotika, FSME-Impfstoff, TBC-Mittel (Rifampicin),  
krebshemmende Mittel, Interferone, Rheumamittel, Muskelrelaxantien,  
Schmerzmittel (Aspirin, Ibuprofen, Paracetamol - auch bei Kindern),*

*Psychopharmaka, Antiepileptika, Augentropfen u. -salben (Timolol),  
Malaria Mittel, Erkältungsmittel, Kaffee, hohe Sauerstoffbeatmung, Kinder:  
rauchende Eltern*

### **Atemstillstand**

*Mittel geg. Übelkeit u. Erbrechen, Antibiotika-Schock, Mittel geg.  
Herzrhythmusstörungen (Chinidin), Muskelrelaxantien, Antiepileptika,  
Barbiturate, Psychopharmaka, Beruhigungs- u. Schlafmittel (Midazolam,  
Barbiturate), hohe Sauerstoffbeatmung*

### **Atemstörungen**

*Magnesium-Präparate, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen, Blutdrucksenker  
(Nifedipin), harntreibende Mittel (Amilorid), Antibiotika, Antivirenmittel, TBC-  
Mittel (Rifampicin), Rheumamittel, Muskelrelaxantien, (Stark-) Schmerzmittel,  
Beruhigungs- und Schlafmittel (Midazolam), Mittel zur Bronchienerweiterung  
(Theophylline), Augentropfen und -salben, Erkältungsmittel, Wurmmittel,  
künstliche Sauerstoffbeatmung, Kaffeegenuß*

### **Augendruck, erhöhter**

*harntreibende Mittel (Amilorid), Gichtmittel (Flavoxat), Muskelrelaxantien  
(Suxamethonium)*

### **Augenlidentzündung**

*Augentropfen und -salben (Idoxuridin), Krankenhausaufenthalt, verschimmeltes  
Brot (Patulin)*

### **Augenschmerzen**

*Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Ipratropiumbromid),  
Schilddrüsenhormone, Interferone, Rheumamittel (Piroxicam), Antibiotika,  
Antivirenmittel (Foscarnet), Augentropfen und -salben*

### **Augentrockenheit, Augenschäden**

*Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen (Scopolamin), Blutfettsenker (Lovastatin),  
Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Disopyramid), Blutdrucksenker  
(Betarezeptorenblocker), Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), Urologika  
(Oxybutynin), Psychopharmaka Antidepressiva), Migränemittel (Clonidin),  
Schlafmittel (L-Tryptophan), Asthma-Dosieraerosole (Oxitropiumbromid),  
Augentropfen und -salben, Kernspintomographie*

## **Augenzittern**

*Vitamin-A-Präparate, Blutdrucksenker (Verapamil), Kortison-Präparate, die Pille, Antibiotika (Aminoglykoside), Antivirenmittel (Foscarnet), Muskelrelaxantien, Antiepileptika, Barbiturate, Beruhigungs- und Schlafmittel, Wurmmittel (Piperazine)*

## **Ausfluß, vaginaler**

*Antibiotika, Kortison-Präparate, naturwidrige Lymphographie, Suchtkost, Süßigkeiten, Milch, Fleisch, Krankenhausaufenthalt*

## **Austrocknung**

*Abführmittel (Überdosis), harntreibende Mittel, Antibiotika (Tetrazykline), Muskelrelaxantien, Psychopharmaka (Lithium-Präparate), Antiepileptika, Beruhigungs- und Schlafmittel*

## **Bauchfellentzündung**

*Blutdrucksenker (Betarezeptorenblocker), Fleischkost*

## **Bauchhöhlen-geschwülste**

*Eileiteroperationen infolge Jodeindringens in die Bauchhöhle*

## **Bauchschmerzen**

*Antidiabetika, Mittel gegen Durchfall (Loperamid), Mittel gegen Magengeschwüre (Misoprostol), Magen- und Darmmittel (Sulfasalazin), Mineralverbindungen (Kalium-, Kalzium-, Eisen-Präparate), Laktitol in Abführmittel und Leber-Therapeutika, Vitamin-Präparate (D, E), Blutgerinnungshemmer, Blutdrucksenker, Blutfettsenker (Gemfibrozil), Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Amiodaron), harntreibende Mittel (Amilorid), durchblutungsfördernde Mittel (Pentoxifyllin), Herzmittel, Nitro-Präparate, Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), Schilddrüsenhormone, Jod-Präparate, Antibiotika, Mittel gegen Pilzinfektionen, Antivirenmittel (Ganciclovir, Zidovudin), FSME-Impfstoff, krebshemmende Mittel, Interferone, Rheumamittel, Muskelrelaxantien, Schmerzmittel (Ibuprofen), Psychopharmaka, Antiepileptika, Parkinsonmittel (Levodopa), Beruhigungs- und Schlafmittel, Wurmmittel, Malariamittel (Mefloquin), Mittel zur Bronchienerweiterung, Erkältungsmittel, Verstopfung*

## **Bauchspeicheldrüsenentzündung (Pankreatitis)**

*Mittel gegen Magengeschwüre (Omeprazol), Vitamin-D-Präparate, Blutdrucksenker, harntreibende Mittel, Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), die Pille, Sexualhormone (Östrogene), Antibiotika, Kortison-Präparate, Antivirenmittel, krebshemmende Mittel (Asparaginase), TBC-Mittel (Rifampicin), Rheumamittel, Schmerzmittel, Beruhigungs- und Schlafmittel*

### **Behaarung bei Frauen (Hirsutismus)**

*Anabolika, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Phenytoin), Blutdrucksenker (Minoxidil), harntreibende Mittel (Sprironolaktone), Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), die (Mini-) Pille, Sexualhormone (Androgene, Gestagene, Östrogene), Kortison-Präparate, Antiepileptika, Psychopharmaka (Neuroleptika), Beruhigungs- und Schlafmittel, Immunsuppressiva (Ciclosporin A)*

### **Behaarung, vermehrte (Hypertrichose)**

*Anabolika, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Phenytoin), Blutdrucksenker (Minoxidil), Sexualhormone (Androgene), Kortison-Präparate, Antiepileptika (Phenytoin), Immunsuppressiva (Ciclosporin A)*

### **Benommenheit**

*Antidiabetika (Metformin), Insuline, Mittel gegen Durchfall (Loperamid), Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen, Appetithemmer (Fenfluramin), Mittel gegen Magengeschwüre, Abführmittel (Bittersalz), Krampflöser, Blutfettsenker (Lovastatin), Blutdrucksenker (Prazosin), Mittel gegen Herzrhythmusstörungen, Nitro-Präparate, Hemmer der Schilddrüsenfunktion (Perchlorat), Antibiotika, Antivirenmittel (Ganciclovir), TBC-Mittel (Isoniazid), Rheumamittel, Gichtmittel, Muskelrelaxantien, (Stark-) Schmerzmittel (Tramadol), Psychopharmaka, Antiepileptika (Benzodiazepine), Parkinsonmittel, Beruhigungs- und Schlafmittel, Wurmmittel, Malariamittel, Antiallergika (Promethazin), Erkältungsmittel (Kodein), Augentropfen und -salben*

### **Beri-Beri-Symptome**

*hohen Nahrungsanteil von poliertem Reis*

### **Bettnässen (Enuresis)**

*Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Urapidil), Blutdrucksenker, Beruhigungs- und Schlafmittel, Mittel zur Bronchienerweiterung (Ketotifen), bei Kindern durch Krankenhausaufenthalt*



## Bewegungskoordination - Störungen

*Mittel gegen Übelkeit u. Erbrechen (Flunarizin), Magen- u. Darmmittel, Krampflöser (Anticholinergika), Blutgerinnungshemmer (Sulfinpyrazon), Mittel geg. Herzrhythmusstörungen, harntreibende Mittel (Spironolakton), Antibiotika, Antivirenmittel, TBC-Mittel (Rifampicin), krebshemmende Mittel, Muskelrelaxantien, Gichtmittel (Sulfinpyrazon), Antiepileptika, Barbiturate, Psychopharmaka (Clozapin), Starkschmerzmittel (Morphin-Präparate), Parkinsonmittel, Beruhigungs- und Schlafmittel, Wurmmittel, Augentropfen und -salben*

## Bewußtlosigkeit, kurze (Synkope)

*Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen, Appetithemmer, Abführmittel (Phenolphthalein), Blutdruck- und Blutfettsenker, Blutgerinnungshemmer (Dipyridamol), Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Propafenon), Nitro-Präparate, Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), Schilddrüsenhormone, Kortison-Präparate, Antivirenmittel, Antibiotika, Hepatitis-B-Impfstoff, Rheumamittel, Muskelrelaxantien, Psychopharmaka (Fluvoxamin, Clozapin), Barbiturate, Antiepileptika, Starkschmerzmittel (Pentazocin), Schlafmittel, Malariamittel (Mefloquin), Antiallergika, Mittel zur Bronchienerweiterung, Augentropfen und -salben*

## Bewußtseinsstörungen

*Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen, Mittel gegen Magengeschwüre (Cimetidin), Appetithemmer, Vitamin-D-Präparate, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Mexiletin), Antibiotika, Psychopharmaka, Barbiturate, Starkschmerzmittel, Beruhigungs- und Schlafmittel (Chloralhydrat), Antiallergika*

## Blähungen (Meteorismus)

*Antidiabetika (Acarbose, Guarmehl), Appetithemmer (Fenfluramin), Gallensteinauflöser (Chenodeoxycholsäure), Mittel gegen Magengeschwüre (Misoprostol, Omeprazol), Kalium-Präparate, Magen- und Darmmittel (Olsalazin), Laktulose in Abführmittel und Leber-Therapeutika und Laktulose, Vitamin-E-Präparate, Blutfettsenker (Lovastatin), Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Disopyramid), Blutdrucksenker (Nifedipin), Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), Antivirenmittel (Zidovudin), Antibiotika, Rheumamittel, Schmerzmittel (Ibuprofen), Psychopharmaka (Antidepressiva), Parkinsonmittel (Levodopa), zu viele verschiedene Nahrungsarten durcheinander gegessen. Gilt nicht für Rohkost.*

## Blasenkrebs

*gefärbte Angelwürmer in gefangenen Fischen, Arbeit in Gummi-, Farben-, Kunststoffbetrieben, Druckereien und Bergbau, als Lastwagenfahrer, durch Schlechtkost*

### **Blasenreizung**

*Anabolika, Sexualhormone (Androgene), Behandlung von Harnwegsinfekten (Methenamin), Krankenhausaufenthalt*

### **Blinddarmentzündung**

*Blutfettsenker (Gemfibrozil), kurz nach Entfernung der Mandeln, Fleischessen*

### **Blindheit**

*Antivirenmittel, Dauerbehandlung mit Antibiotika und TBC-Mittel, Psychopharmaka (Lithium-Präparate), Barbiturate, Migränemittel, Röntgenaufnahmen des Wirbelkanals infolge Einspritzung von Jodkontrastmitteln, Sauerstofftherapie*

### **Blut, Anstieg pH-Wert**

*Mittel gegen Magengeschwüre (Carbenoxolon), Rheumamittel, harntreibende Mittel, Kortison-Präparate*

### **Blut - Senkung des pH-Wertes**

*Blutgerinnungshemmer (Heparin-Präparate, Aspirin), harntreibende Mittel, Antivirenmittel (Foscarnet), Antibiotika (Ciprofloxacin), TBC-Mittel (Isoniazid), krebshemmende Mittel (Ifosfamid), Schmerzmittel (Aspirin)*

### **Blutbildveränderung, allergische (Agranulozytose)**

*Antidiabetika, Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen, Magen- und Darmmittel (Sulfaguanol), Mittel gegen Magengeschwüre (Omeprazol), Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Aprindin), Blutdrucksenker, harntreibende Mittel, durchblutungsfördernde Mittel (Tolazolin), Hemmer der Schilddrüsenfunktion, Antibiotika (Penicilline), Rheumamittel (Gold-Salze), Gichtmittel (Allopurinol), Schmerzmittel (Metamizol), Psychopharmaka (Clozapin, Phenothiazine), Parkinsonmittel (Levodopa), Beruhigungs- und Schlafmittel*

### **Blutdruckabfall**

*Vitamin-B-Präparate, Abführmittel, Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen,*

*Appetithemmer, Mittel gegen Magengeschwüre, Kalium-, Eisen- und Magnesium-Präparate, Krampflöser, Blutgerinnungshemmer, Blutdruck- und Blutfettsenker, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen, harntreibende Mittel, durchblutungsfördernde Mittel, Nitro-Präparate, Mittel gegen Pilzinfektionen (Terconazol), Behandlung von Harnwegsinfekten (Norfloxacin), Antivirenmittel, Antibiotika, Immunglobuline, Tetanus-Impfstoff, TBC-Mittel (Rifampicin), krebshemmende Mittel, Rheumamittel, Muskelrelaxantien (Baclofen), Schmerzmittel (Ibuprofen, Paracetamol - auch für Kinder), Psychopharmaka, Barbiturate, Antiepileptika, Parkinsonmittel (Amantadin, Bromocriptin), Migränemittel, Beruhigungs- und Schlafmittel, Malariamittel (Chinin), Antiallergika, Asthma-Dosieraerosole, Mittel zur Bronchienerweiterung, Erkältungsmittel, Augentropfen und -salben, Quecksilberpräparate*

### **Blutdruckkrise**

*Appetithemmer (Norephedrin)*

### **Blutdrucksteigerung**

*Appetithemmer, Blutgerinnungshemmer (Heparin-Präparate), Mittel gegen Durchfall (Loperamid), Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen, Magen- und Darmmittel (Sulfasalazin), Abführmittel (Glaubersalz), Vitamin-D-Präparate, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen, Kreislaufmittel (Adrenalin), Blutdrucksenker, Nitro-Präparate, die (Mini-) Pille, Sexualhormone (Gestagene, Östrogene), Kortison-Präparate, Antibiotika, Mittel gegen Pilzinfektionen (Ketoconazol), Antivirenmittel (Ganciclovir), krebshemmende Mittel, Interferone, Rheumamittel (Tolmetin), Muskelrelaxantien, Schmerzmittel (Ibuprofen), Migränemittel, Psychopharmaka, Antiepileptika, Beruhigungs- und Schlafmittel, Antiallergika, Erkältungsmittel, Augentropfen und -salben, Immunsuppressiva (Ciclosporin A), bei 30- 70jährigen allein durch Leben in einer Großstadt, Zivilisationskost, tierische Fette, Milch, Kaffee*

### **Bluterkrankung (Anämie)**

*Vitamin-D-Präparate, Insuline, Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen, Mittel gegen Magengeschwüre (Omeprazol), Abführmittel, Kortison-Präparate, Blutdruck- und Blutfettsenker, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen, harntreibende Mittel, Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), Antibiotika, Mittel gegen Pilzinfektionen, Antivirenmittel (Foscarnet, Zidovudin), krebshemmende Mittel, Interferone, Rheumamittel, Gichtmittel, Schmerzmittel (Aspirin, Ibuprofen), Psychopharmaka, Antiepileptika, Beruhigungs- und Schlafmittel, Wurmmittel (Mebendazol), Malariamittel, Augentropfen und -salben, Immunsuppressiva (Ciclosporin A), Entfernen von Magen- und Darmteilen nach Operation, ACTH, Einläufe, Lakritzeinnahme (echt), Traubenzuckerinfusionen, Milch*

## **Blutpropfbildung (Thrombose)**

*Insuline, Blutdruck- und Blutfettsenker, Blutgerinnungshemmer (Heparin-Präparate), harntreibende Mittel, Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), die Pille, Sexualhormone (Östrogen), Kortison-Präparate, Antivirenmittel (Foscarnet), TBC-Mittel (Rifampicin), Antibiotika, Muskelrelaxantien, Antiepileptika, Beruhigungs- und Schlafmittel, Augentropfen und -salben, Sulfonamide, Noradrenalin, Röntgenstrahlen, ACTH, Einspritzung von Röntgen-Kontrastmittel, Infusionslösungen*

## **Blutung, allgemein**

*Blutgerinnungshemmer (Fibrinolytika, Heparin-Präparate), Antivirenmittel (Ganciclovir), Antibiotika (Gyrasehemmer), krebshemmende Mittel, Rheumamittel, Schmerzmittel (Aspirin), Salizylate*

## **Blutung, gynäkologische**

*harntreib. Mittel, die Minipille, Sexualhormone (Gestagene, Östrogene), Migräne- u. Rheumamittel, Antiepileptika, Lytostatika*

## **Blutvergiftung (Sepsis)**

*Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Procainamid), Antivirenmittel, Antibiotika (Mitoxantron), Schmerzmittel (Metamizol), Krankenhausaufenthalt*

## **Bronchitis**

*Blutdrucksenker, Jod-Präparate, Antibiotika, Antivirenmittel, Rheumamittel, Schmerzmittel, Psychopharmaka, Schlafmittel, Malariamittel (Mefloquin), Erkältungsmittel, Rauchen*

## **Brustbildung, weibliche**

*Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen, Blutdrucksenker, harntreibende Mittel, Herzmittel, die Pille, Sexualhormone (Östrogene), Rheumamittel, Psychopharmaka*

## **Brustdrüsensekretion (Galaktorrhoe)**

*Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen, die (Mini-) Pille, Sexualhormone (Gestagene, Östrogene), Psychopharmaka, Antiepileptika, Beruhigungs- und Schlafmittel, Antiallergika*

## **Brustdrüsenvergrößerung beim Mann (Gynäkomastie)**

*Anabolika, Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen, Appetithemmer (Amfepramon), Vitamin-E-Präparate, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Mexiletin), Blutdrucksenker, Herzmittel, Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), Sexualhormone (Androgene, Östrogene), Interferone, Rheumamittel, Psychopharmaka, Antiepileptika, Antiallergika (Promethazin), Immunsuppressiva (Ciclosporin A)*

## **Brustkrebs**

*harntreibende Mittel, die Pille, häufiger bei Frauen ohne Kinder oder bei Müttern, die nicht gestillt haben, Mandelentfernung, besonders durch tierische Fette, Milch, Eier, Schlechtkost, Kaffee, Rauchen*

## **Darmentzündung (Kolitis)**

*Magen- und Darmmittel (Sulfasalazin), Blutfettsenker (Gemfibrozil), Blutgerinnungshemmer (Aspirin), Blutdrucksenker (Betarezeptorenblocker), Akne- und Hautmittel (Clindamycin), Sexualhormone (Östrogene), Antibiotika (Cephalosporine), Rheumamittel, Schmerzmittel (Aspirin, Ibuprofen), Abführtee (auch Senneschoten und -blätter)*

## **Darmverschuß (Ileus)**

*Mittel gegen Magengeschwüre, Mittel gegen Durchfall (Loperamid), Blutdrucksenker, harntreibende Mittel, Rheumamittel, Schmerzmittel (Ibuprofen), Psychopharmaka (Neuroleptika), Quecksilberpräparate,*

## **Delirium**

*Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen, Krampflöser, Mittel gegen Magengeschwüre, Blutgerinnungshemmer (Aspirin), Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Chinidin), Blutdrucksenker (Atenolol), Herzmittel, Rheumamittel, Muskelrelaxantien, (Stark-) Schmerzmittel, Antiepileptika, Barbiturate, Psychopharmaka, Migränemittel (Clonidin), Parkinsonmittel, Beruhigungs- und Schlafmittel, Malariamittel (Chinin, Mefloquin), Antiallergika (Promethazin), Augentropfen und -salben (Atropin)*

## **Depressionen**

*Anabolika, Mittel gegen Durchfall, Mittel gegen Übelkeit u. Erbrechen (Flunarizin), Appetithemmer, Insuline, Mittel gegen Magengeschwüre, Krampflöser, Vitamin-D-Präparate, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen, Blutdruck- und Blutfettsenker, Herzmittel, harntreibende Mittel, Akne- u.*

*Hautmittel (Vitamin-A-Säure), die (Mini-) Pille, Sexualhormone (Androgene, Gestagene, Östrogene), Kortison-Präparate, Antivirenmittel, Antibiotika, FSME-Impfstoff, krebshemmende Mittel, Interferone, Rheumamittel, Muskelrelaxantien, Schmerzmittel, Psychopharmaka, Antiepileptika, Parkinsonmittel, Beruhigungs- u. Schlafmittel, Antiallergika, Mittel zur Bronchienerweiterung, Augentropfen und -salben, Kaffeegenuß Herzoperationen bei 50 % Patienten, Vitaminmangel, zu langer Verbleib in Wohnungen, Eierstock- oder Gebärmutterentfernung, Nierendialyse, Krankenhausaufenthalt*

## **Doppeltsehen**

*Mittel gegen Übelkeit, Mittel gegen Magengeschwüre, Vitamin-A-Präparate, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Flecainidazetat, Chinin), Blutfettsenker (Lovastatin), Herzmittel, Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), die (Mini-) Pille, Sexualhormone (Gestagene), Mittel gegen Pilzinfektionen (Amphotericin B), Antibiotika (Gyrasehemmer), FSME-Impfstoff, Rheumamittel, Muskelrelaxantien, Antiepileptika (Vigabatrin), Barbiturate, Migränemittel, Parkinsonmittel (Levodopa), Beruhigungs- und Schlafmittel, Malariamittel (Chinin), Antiallergika, Augentropfen und -salben*

## **Durchblutungsstörungen der Extremitäten**

*Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Phenytoin), Blutdrucksenker (Betarezeptorenblocker), Antiepileptika (Phenytoin), Migränemittel (Lisurid, Ergotamin), Parkinsonmittel (Bromocriptin, Lisurid)*

## **Durchfall (Diarrhoe)**

*Anabolika, Antidiabetika, Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen Metoclopramid, Ondansetron), Appetithemmer (Fenfluramin), Gallensteinauflöser (Chenodeoxycholsäure), Magen- und Darmmittel (Famotidin), Laktitol in Abführmittel und Leber-Therapeutika, Eisen-, Magnesium- und Kalium-Präparate, Mittel gegen Magengeschwüre (Misoprostol), Vitamin-Präparate, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Mexiletin), Blutdruck- und Blutfettsenker, Blutgerinnungshemmer, harntreibende Mittel, Nitro-Präparate, Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), die Minipille, Sexualhormone (Androgene, Gestagene), Jod-Präparate, Antivirenmittel (Foscarnet), Antibiotika, Hepatitis-B-Impfstoff, TBC-Mittel, krebshemmende Mittel, Interferone, Rheumamittel (Auranofin), Muskelrelaxantien, Gichtmittel (Allopurinol), Schmerzmittel, Psychopharmaka, Antiepileptika, Migränemittel, Malariamittel, Beruhigungs- und Schlafmittel, Wurmmittel, Antiallergika, Mittel zur Bronchienerweiterung, Erkältungsmittel, Augentropfen und -salben, Immunsuppressiva (Ciclosporin A), Arsenpräparate, Magenoperation,*

## **Eisenmangel**

*Salicylsäure (Ausgangsstoff vieler Arzneimittel) und Glucokortikoide, Krankenhausaufenthalt*

## **Ejakulationsstörungen**

*Mittel geg. Übelkeit u. Erbrechen, Blutdrucksenker (Guanethidin), Sexualhormone (Androgene), Prostatamittel, Rheumamittel (Naproxen), Muskelrelaxantien, Psychopharmaka (Clomipramin, Paroxetin), Beruhigungs- u. Schlafmittel, Antiallergika*

## **Ekzem**

*Deo-Sprays, Kosmetika, Duftstoffe in Lebens- u. Reinigungsmitteln*

## **Embolie**

*Kortison-Präparate, Rheumamittel, Operation der Eileiter infolge Eindringens von Jodöl, Mittel gegen Embolien (Heparin)*

## **Entzündung, allgemeine**

*Jod-Präparate, Cholera-Impfstoff, Schmerzmittel, Blutübertragungen*

## **Epilepsie**

*Pertussis-Impfstoff, Rheumamittel, Schmerzmittel (Ibuprofen)*

## **Erbrechen**

*Anabolika, Mittel gegen Magengeschwüre, Antidiabetika, Mittel gegen Durchfall, Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen, Mittel gegen Magengeschwüre, Abführmittel, Gallensteinauflöser (Chenodeoxycholsäure), Kalium-, Kalzium- und Eisen-Präparate, Vitamin-Präparate (A, B1, D), Leber-Therapeutika (Laktulose), Blutgerinnungshemmer (Aspirin), Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Amiodaron), Blutdruck- und Blutfettsenker, blutdrucksteigernde Mittel, harntreibende Mittel (Amilorid), Mittel gegen Krampfadern, Herzmittel, Nitro-Präparate, Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), die (Mini-) Pille, Blasen- und Nierentees, Sexualhormone (Gestagene, Östrogene), Schilddrüsenhormone, Jod- und Kortison-Präparate, Hemmer der Schilddrüsenfunktion, Antibiotika, Mittel gegen Pilzinfektionen (Amphotericin B), Antivirenmittel, Immunglobuline, FSME-Impfstoff, TBC-Mittel, krebshemmende Mittel, Interferone, Rheumamittel, Muskelrelaxantien, Gichtmittel (Probenecid), Schmerzmittel (Aspirin), Psychopharmaka, Antiepileptika, Migränemittel (Ergotamin), Parkinsonmittel (Levodopa),*

*Beruhigungs- und Schlafmittel, Wurmmittel, Antiallergika, Asthma-Dosieraerosole, Mittel zur Bronchienerweiterung, Erkältungsmittel, Augentropfen und -salben, Immunsuppressiva (Azathioprin), Chemotherapie*

## **Erbschäden**

*Durch synthetisches Vitamin C*

## **Erkältung**

*Blutfettsenker (Pravastatin), Schlechtkost, Milch, Käse*

## **Farbveränderung der Haut**

*Mittel gegen Magengeschwüre (Wismut-Präparate), Vitamin-A, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Amiodaron), Blutdrucksenker, Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), Antivirenmittel (Foscarnet, Zidovudin), TBC-Mittel (Pyrazinamid), krebshemmende Mittel (Busulfan), Rheumamittel, Psychopharmaka (Chlorpromazin), Schlafmittel (Carbromal), Malariamittel (Chloroquin), Halsschmerzmittel (Acridflaviniumchlorid)*

## **Farbveränd. der Nägel**

*Blutdrucksenker (Timolol), Antivirenmittel (Zidovudin), Augentropfen und -salben (Timolol), Krankenhausaufenthalt*

## **Farbveränd. des Stuhls**

*Mittel gegen Magengeschwüre (Wismut-Präparate), Eisen-Präparate, TBC-Mittel (Rifampicin), Rheumamittel*

## **Farbveränderung des Urins**

*Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen, Gallensteinauflöser (Piprozolin), Magen- und Darmmittel (Sulfasalazin), Abführmittel, Antibiotika (Metronidazol), TBC-Mittel (Rifampicin), Muskelrelaxantien (Methocarbamol), Schmerzmittel (Nefopam), Psychopharmaka (Neuroleptika), Parkinsonmittel (Levodopa), Antiallergika (Promethazin)*

## **Fettdurchfall**

*Magen- und Darmmittel, Antibiotika, Rheumamittel, Magenoperation*

## **Fettembolie Fettsucht**



*Gefäßverletzung bei Rückenmarkpunktion, Krankenhausaufenthalt, Kortison-Präparate, Sexualhormone, die Pille*

## **Fieber**

*Antidiabetika, Insuline, Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen, Mittel gegen Magengeschwüre, Magen- und Darmmittel, Krampflöser, Vitamin-Präparate (A, B, D), Eisen-Präparate, Blutgerinnungshemmer, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen, Blutdruck- und Blutfettsenker, Mittel gegen Krampfadern, harntreibende Mittel, Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), die Minipille, Sexualhormone (Gestagene, Östrogene), Behandlung von Harnwegsinfekten, Jod-Präparate, Schilddrüsenhormone, Hemmer der Schilddrüsenfunktion, Antibiotika, Mittel gegen Pilzinfektionen, Antivirenmittel (Foscarnet, Zidovudin), Immunglobuline, Impfstoffe (Grippe-, Hepatitis-B-, Masern-), TBC-Mittel, krebshemmende Mittel, Interferone, Rheumamittel, Gichtmittel, Schmerzmittel (Aspirin, Ibuprofen), Psychopharmaka, Antiepileptika, Barbiturate, Parkinsonmittel, Schlafmittel, Wurmmittel, Malariamittel, Mittel zur Bronchienerweiterung, Erkältungsmittel (Ambroxol), Augentropfen und -salben, Immunsuppressiva (Ciclosporin A)*

## **Furunkulose**

*Anabolika*

## **Gallenblaseentzündung**

*Gallensteinauflöser (Ursodeoxycholsäure), Blutfettsenker (Anionenaustauschharze), Antibiotika (Erythromycin)*

## **Gallensteinleiden**

*Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen (Promethazin), Blutfettsenker (Anionenaustauschharze), Psychopharmaka (Neuroleptika)*

## **Gallenwegeentzündung**

*Gichtmittel (Allopurinol)*

## **Gangstörung**

*Mittel geg. Magengeschwüre (Wismut-Präparate), Mittel geg. Herzrhythmusstörungen (Tocainid), Blutdrucksenker (Diltiazem, Perhexilin), durchblutungsfördernde Mittel (Cinnarizin), Impfstoffe (Mumps-, Röteln-), Antiepileptika, Barbiturate, Malariamittel*

## Gebärmutterkörperkrebs

*Sexualhormone (Östrogene)*

## Gebeugte Haltung

*Antiallergika, Psychopharmaka (Chlorprothixen), Blutdrucksenker (Reserpin)*

## Gedächtnisstörungen

*Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen (Scopolamin), Krampflöser, Blutdruck- und Blutfettsenker, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen, blutdrucksteigernde Mittel (Adrenalin), TBC-Mittel, Mittel gegen Pilzinfektionen (Ketoconazol), Muskelrelaxantien, Psychopharmaka, Parkinsonmittel, Antiepileptika, Beruhigungs- und Schlafmittel (Triazolam), Wurmmittel (Piperazine), Augentropfen und -salben, Vitamin-Mangel*

## Gedächtnisstörungen

*Mittel gegen Herzrhythmusstörungen, Herzmittel, Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), Antivirenmittel (Ganciclovir)*

## Gefäßentzündung (Angiitis)

*Antidiabetika, Mittel gegen Magengeschwüre (Cimetidin), Magen- und Darmmittel (Sulfasalazin), Blutgerinnungshemmer, Blutdruck- und Blutfettsenker, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen, harntreibende Mittel, Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), Behandlung von Harnwegsinfekten, Kortison-Präparate, Antibiotika, Antivirenmittel (Zidovudin), Tetanus-Impfstoff, TBC-Mittel, Schmerzmittel (Aspirin), Rheumamittel, Antiepileptika, Psychopharmaka (Antidepressiva), Gichtmittel (Allopurinol), Malariamittel (Chinin), Augentropfen und -salben*

## Gehirnentzündung

*FSME-Impfstoff, Rheumamittel (Gold-Präparate)*

## Gehirnschädigungen

*Antibiotika-Schock (Penicillin), Herzversagen, durch Impfung gegen Keuchhusten, Starrkrampf und Diphtherie. Sogar Spuren von Verbrennungsstoffe können Gehirn- und Nervensystem bei sensiblen Menschen nachweislich stark beeinträchtigen*

## Gelbsucht (Ikterus)

*Anabolika, Antidiabetika, Mittel gegen Magengeschwüre (Cimetidin, Omeprazol), Leber-Therapeutika (Tiopronin), Blutfettsenker, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen, harntreibende Mittel, die (Mini-) Pille, Sexualhormone (Gestagene, Östrogene), Behandlung von Harnwegsinfekten mit Nalidixinsäure, Hemmer der Schilddrüsenfunktion, Antibiotika, Mittel gegen Pilzinfektionen, Antivirenmittel (Zidovudin), krebshemmende Mittel, Schmerzmittel, Psychopharmaka, Antiepileptika, Barbiturate, Beruhigungs- und Schlafmittel, Augentropfen und -salben, Gallenkontrastmittel*

## Gelenkentzündung (Arthritis)

*Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Procainamid), Blutdruck- und Blutfettsenker, Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), Hemmer der Schilddrüsenfunktion, Röteln-Impfstoff, TBC-Mittel (Isoniazid), Malariamittel (Mefloquin), Meniskusoperation, Zivilisationskost*

## Gelenkschmerzen (Arthralgie)

*Antidiabetika, Mittel gegen Magengeschwüre, Magen- und Darmmittel (Mesalazin), Vitamin-Präparate (A, D), Eisen-Präparate, Blutgerinnungshemmer (Heparin-Präparate), Blutdruck- und Blutfettsenker, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen, harntreibende Mittel (Metolazon), Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), Behandlung von Harnwegsinfekten, Jod-Präparate, Hemmer der Schilddrüsenfunktion, Antibiotika, Röteln-Impfstoff, Antivirenmittel, TBC-Mittel, krebshemmende Mittel (Interferone), Rheumamittel, Muskelrelaxantien, Schmerzmittel (Ketorolac), Psychopharmaka (Antidepressiva), Antiepileptika, Barbiturate, Schlafmittel, Malariamittel (Chinin, Mefloquin), Antiallergika (Astemizol), Cromoglicinsäure in Asthma-Dosieraerosole und Erkältungsmittel*

## Geruchssinn, Störung

*Hemmer der Schilddrüsenfunktion, Antibiotika (Gyrasehemmer), FSME-Impfstoff, Rheumamittel (Flurbiprofen), Schlafmittel (Triazolam), Asthma-Dosieraerosole, Nasenmittel*

## Geschmacksinn, Störung

*Antidiabetika, Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen, Appetithemmer, Gallensteinauflöser (Ursodeoxycholsäure), Magen- und Darmmittel (Sulfasalazin), Kalzium-Präparate, Leber-Therapeutika (Tiopronin), Krampflöser, Vitamin-D-Präparate, Blutfettsenker, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Propafenon), Blutdrucksenker (Captopril),*

*harntreibende Mittel, Herzmittel, Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), Schilddrüsenhormone, Jod-Präparate, Hemmer der Schilddrüsenfunktion, Antibiotika, Antivirenmittel (Zidovudin), krebshemmende Mittel, Interferone, Rheumamittel (Gold-Präparate), Muskelrelaxantien, Gichtmittel (Allopurinol), Psychopharmaka, Parkinsonmittel (Levodopa), Schlafmittel (Zopiclon), Wurmmittel (Niclosamid), Antiallergika (Promethazin), Asthma-Dosieraerosole (Nedocromil), Mittel zur Bronchienerweiterung, Erkältungsmittel, Augentropfen und -salben*

## **Geschwüre im Magen-Darm-Trakt**

*Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen (Betahistin), Kalium-Präparate, Blutgerinnungshemmer (Aspirin), Blutdrucksenker, Kortison-Präparate, krebshemmende Mittel, Rheumamittel, Schmerzmittel (Aspirin), Mittel zur Bronchienerweiterung, Psychopharmaka (Reserpin), Antiepileptika, Injektionen von Kontrastmitteln, seelische Fehlbehandlungen*

## **Gewichtsverlust**

*Antidiabetika (Acarbose), Abführmittel, Leber-Therapeutika, Krampflöser, Vitamin-D-Präparate, Blutdruck- und Blutfettsenker, Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), die (Mini-) Pille, Sexualhormone (Gestagene, Östrogene), Schilddrüsenhormone, Antibiotika, Antivirenmittel, krebshemmende Mittel, Interferone, Rheumamittel, Psychopharmaka, Antiepileptika, Parkinsonmittel, Malariamittel, Augentropfen- und Salben (Azetazolamid), Krankenhausaufenthalt*

## **Gichtanfall**

*harntreibende Mittel, Harnsäureanstieg im Blut, bedingt durch Salizylate, TBC-Mittel (Pyrazinamid), Schlechtkost*

## **Gleichgewichtsstörung**

*Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Felcainidazetat), Blutdrucksenker (Enalapril, Fosinopril), Rheumamittel, Psychopharmaka (Trazodon), Schmerzmittel (Diflunisal), Wurmmittel, Mittel zur Bronchienerweiterung (Ketotifen)*

## **Grauer Star (Katarakt)**

*Kortison-Präparate, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Phenytoin), Blutdrucksenker (Diazoxid), Akne- u. Hautmittel (Vitamin-A-Säure), Antiepileptika (Carbamazepin), Psychopharmaka (Neuroleptika), Wurmmittel (Piperazine), bei Langzeiteinnahme: Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen,*

*Blutfettsenker, Augentropfen und -salben (Promethazin, Ecothiopatjodid), Schlechtkost, Milch*

### **Haarausfall (Alopezie)**

*Anabolika, Appetithemmer, Mittel gegen Magengeschwüre (Omeprazol), Leber-Therapeutika, Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), Blutgerinnungshemmer (Heparin-Präparate), Blutdruck- und Blutfettsenker, Herzmittel, die (Mini-) Pille, Sexualhormone (Androgene, Gestagene, Östrogene), Schilddrüsenhormone, Hemmer der Schilddrüsenfunktion, Antibiotika, Antivirenmittel, krebshemmende Mittel, Interferone, Rheumamittel, Gichtmittel (Allopurinol), Muskelrelaxantien, Schmerzmittel (Ibuprofen), Psychopharmaka, Parkinsonmittel, Schlafmittel, Wurmmittel, Antiallergika, Asthma-Dosieraerosole, Mittel zur Bronchienerweiterung, Augentropfen- u. Salben, (Timolol), Pflanzenschutzmittel*

### **Hämorrhoiden**

*Magen- und Darmmittel (Mesalazin), Blutfettsenker (Anionenaustauscharze), Zivilisationskost*

### **Halluzinationen**

*Anabolika, Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen (Scopolamin), Mittel gegen Magengeschwüre, Krampflöser, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen, Blutdrucksenker, Herzmittel, die Pille, Antibiotika, Mittel gegen Pilzinfektionen, Antivirenmittel (Foscarnet), TBC-Mittel (Ethambutol), krebshemmende Mittel, Rheumamittel, Muskelrelaxantien, Schmerzmittel (Ibuprofen), Antiepileptika (Vigabatrin), Barbiturate, Parkinsonmittel (Amantadin), Schlafmittel, Wurmmittel (Piperazine), Malariaemittel (Mefloquin), Antiallergika, Erkältungsmittel, Augentropfen und -salben, Immunsuppressiva (Ciclosporin A)*

### **Halsschmerzen**

*Magen- und Darmmittel (Sulfaguanol), Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), Aknemittel (Clindamycin), Antibiotika, Rheumamittel, Psychopharmaka (Antidepressiva), Antiepileptika, Beruhigungsmittel (Buspiron), Asthma-Dosieraerosole, Nasenmittel*

### **Harnsäureanstieg im Blut (Hyperurikämie)**

*Mittel gegen Magengeschwüre (Nizatidin), Blutdruck- und Blutfettsenker, Aspirin in Blutgerinnungshemmer, Rheumamittel und Schmerzmittel (in niedriger Dosierung bei Gicht-Patienten), harntreibende Mittel, durchblutungsfördernde Mittel, Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure),*

*Antibiotika (Penicilline), TBC-Mittel, krebshemmende Mittel, Rheumamittel (Carbasalat, Flurbiprofen), Schmerzmittel (Carbasalat), Parkinsonmittel (Levodopa), Augentropfen und -salben*

### **Harnvergiftung**

*Vitamin-D-Präparate, Antivirenmittel, Rheuma- und Schmerzmittel (Ibuprofen), Gichtmittel (Allopurinol),*

### **Harnverhaltung**

*Krampflöser, Mittel gegen Magengeschwüre (Pirenzipin), Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Disopyramid), Blutdrucksenker, harntreibende Mittel, Antivirenmittel, Rheumamittel, Muskelrelaxantien, Parkinsonmittel, Schlafmittel, Antiallergika, Mittel zur Bronchienerweiterung, Erkältungsmittel (Kodein-Präparate), Augentropfen und -salben (Timolol)*

### **Harnwegeentzündung**

*Mittel gegen Magengeschwüre (Omeprazol), Blutdrucksenker, Antivirenmittel, Rheumamittel (Flurbiprofen), Psychopharmaka, Krankenhausaufenthalt*

### **Hautausschläge (Exanthema)**

*Insuline, Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen, Appetithemmer, Gallensteinauflöser, Krampflöser, Mittel gegen Magengeschwüre, Eisen-Präparate, Vitamin-Präparate (B1, B12, B6), Blutgerinnungshemmer, Blutdruck- und Blutfettsenker, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen, Herzmittel, harntreibende Mittel, Mittel gegen Krampfadern, Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), die Pille, Sexualhormone (Androgene, Östrogene), Schilddrüsenhormone, Kortison-Präparate, Hemmer der Schilddrüsenfunktion, Antibiotika, Mittel gegen Pilzinfektionen (Fluconazol), Antivirenmittel (Zidovudin), Impfstoffe (Cholera-, Windpocken-), TBC-Mittel, krebshemmende Mittel, Interferone, Rheumamittel (Auranofin, Gold-Präparate), Muskelrelaxantien, Gichtmittel, Schmerzmittel (Ibuprofen), Psychopharmaka, Parkinsonmittel, Beruhigungs- und Schlafmittel, Wurmmittel, Antiallergika, Erkältungsmittel, Augentropfen und -salben, Computerarbeiten, Schlechtkost, Milch, Fleisch, tierische Produkte, Zucker*

### **Hautblutungen (Purpura)**

*Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen, Magen- und Darmmittel, Vitamin B1, Blutfettsenker (Lovastatin), Blutgerinnungshemmer, Blutdrucksenker, Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), Hemmer der Schilddrüsenfunktion (Methylthiouracil), Antibiotika, TBC-Mittel, Rheumamittel (Naproxen),*

*Gichtmittel (Allopurinol), Schmerzmittel (Aspirin, Ibuprofen), Antiepileptika (Carbamazepin), Psychopharmaka, Schlafmittel (Carbromal), Beruhigungsmittel (Meprobamat), Antiallergika (Promethazin)*

### **Hautentzündung (Dermatitis)**

*Abführmittel, Vitamin-E-Präparate, Blutdruck- und Blutfettsenker, Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), Antiallergika, Mittel geg. Herzrhythmusstörungen, Mittel geg. Schuppenflechte, Sexualhormone (Östrogene), Hemmer d. Schilddrüsenfunktion, Antibiotika, Antivirenmittel, TBC-Mittel, krebshemmende Mittel, Interferone, Rheumamittel, Schmerzmittel (Ibuprofen), Beruhigungs- u. Schlafmittel, Malariamittel, Asthma-Dosieraerosole, Mittel z. Bronchialerweiterung, Augentropfen u. -salben, Zivilisationskost*

### **Hauterkrankung (ekzematöse Exanthema)**

*Blutdrucksenker, Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), Antibiotika, Antivirenmittel, Rheumamittel, Psychopharmaka (Lithium-Salze), Malariamittel, TBC-Mittel, Schlafmittel, Antiallergika, Arsen-Präparate*

### **Hautreaktion, allergische**

*Antidiabetika, Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen, Magen- und Darmmittel, Abführmittel (Phenolphthalein), Krampflöser (Dicycloverin), Mittel gegen Magengeschwüre (Pirenzepin), Vitamin-B-Präparate, Blutdruck- und Blutfettsenker, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen, Mittel gegen Krampfadern, harntreibende Mittel, durchblutungsfördernde Mittel, Nitro-Präparate, Akne- und Hautmittel, die (Mini-) Pille, Sexualhormone (Androgene, Gestagene), Behandlung von Harnwegsinfekten, Jod- und Kortison-Präparate, Hemmer der Schilddrüsenfunktion, Antibiotika, Immunglobuline, Impfstoffe (FSME-, Mumps-, Tetanus-), krebshemmende Mittel, Rheumamittel, Muskelrelaxantien, Gichtmittel, (Stark-) Schmerzmittel, Psychopharmaka, Antiepileptika, Barbiturate, Migränemittel, Parkinsonmittel, Beruhigungs- und Schlafmittel, Wurmmittel, Malariamittel, Antiallergika, Hustenmittel (Kaliumjodid), Augentropfen und -salben, Fast food, Milch, tierische Produkte*

### **Hautreizung (Erythem)**

*Antidiabetika, Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen, Magen- und Darmmittel, Appetithemmer (Amfepramon), Mittel gegen Magengeschwüre, Abführmittel (Phenolphthalein), Krampflöser (Dicycloverin), Mittel gegen Magengeschwüre (Pirenzepin), Vitamin-B-Präparate, Blutgerinnungshemmer, Blutdruck- und Blutfettsenker, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen, Mittel gegen Krampfadern, durchblutungsfördernde Mittel, Herzmittel, Nitro-Präparate, Akne- und*

*Hautmittel (Vitamin-A-Präparate, Econazol), Sexualhormone (Östrogene), Kortison-Präparate, Antibiotika, Antivirenmittel (Aciclovir), Immunglobine, Impfstoffe (Hepatitis-B-, Tollwut-), krebshemmende Mittel, Rheumamittel, Muskelrelaxantien, Gichtmittel, Schmerzmittel, Psychopharmaka, Antiepileptika, Barbiturate, Parkinsonmittel, Beruhigungsmittel, Krätze- und Läusemittel, Malariamittel, Antiallergika, Mittel zur Bronchienerweiterung (Ipratropiumbromid), Hustenmittel (Bromhexin), Augentropfen und -salben*

### **Herzfrequenz, gesteigerte (Tachykardie)**

*Antidiabetika, Mittel gegen Durchfall, Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen, Appetithemmer, Mittel gegen Magengeschwüre, Kalzium-Präparate, Krampflöser, Vitamin-Präparate (A, B1), Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Tocainid), Blutdrucksenker, blutdrucksteigernde Mittel (Dobutamin, Dopamin), Mittel gegen Krampfadern (Tribenosid), Nitro-Präparate, Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), Prostatamittel, Schilddrüsenhormone, Jod-Präparate, Antibiotika, Antivirenmittel (Ganciclovir), Tetanus-Impfstoff, krebshemmende Mittel, Rheumamittel (Fenoprofen), Muskelrelaxantien, Schmerzmittel (Ibuprofen, Nefopam), Antiepileptika, Psychopharmaka (Clozapin), Starkschmerzmittel, Parkinsonmittel, Beruhigungs- und Schlafmittel, Wurmmittel, Malariamittel (Mefloquin), Antiallergika, Asthma-Dosieraerosole, Mittel zur Bronchienerweiterung, Erkältungsmittel, Augentropfen und -salben*

### **Herzfrequenz, verminderte (Bradykardie)**

*Mittel gegen Übelkeit u. Erbrechen, Mineralverbindungen (Kalzium-, Magnesium-Präparate), Blutgerinnungshemmer (Fibrinolytika), Mittel gegen Herzrhythmusstörungen, Blutdrucksenker (Diltiazem, Sotalol), Herzmittel, Nitro-Präparate, Rheumamittel, Muskelrelaxantien, Gichtmittel (Allopurinol), (Stark-) Schmerzmittel, Antiepileptika, Barbiturate, Migränemittel, Psychopharmaka, Parkinsonmittel (Bromocriptin), Malariamittel (Mefloquin), Antiallergika, Erkältungsmittel (Kodein), Augentropfen und -salben, Schlechtkost, Bewegungsmangel, Rauchen, Krankenhausaufenthalt*

### **Herzinfarkt**

*Vitamin-D-Präparate, Blutdrucksenker, die Pille, Schilddrüsenhormone, Antivirenmittel, krebshemmende Mittel, Psychopharmaka, Migränemittel, Augentropfen und -salben, Milchgenuß (je höher der Milchverbrauch eines Landes, desto höher liegt die Rate an Herzattacken mit Todesfolge), Schlechtkost, Fleischverzehr, Bewegungsmangel, Rauchen*

### **Herzkreislaufversagen**

*Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen (Promethazin), Mittel gegen*



*Herzrhythmusstörungen (Chinin), Blutdrucksenker, Muskelrelaxantien, Starkschmerzmittel, Psychopharmaka (Neuroleptika), Schlafmittel (Clomethiazol), Antiallergika (Promethazin), Hustenmittel (Kodein), Augentropfen und -salben (Troicamid), zu wenig Bewegung*

## **Herzmuskelinfarkt**

*Blutgerinnungshemmer, ärztliche Milch-Diätverordnung bei Magen- und Darmleiden, Rauchen, Schlechtkost*

## **Herzrhythmusstörungen**

*Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen, Appetithemmer, Kalium-, Kalzium- und Eisen-Präparate, Abführmittel, Krampflöser, Vitamin-D-Präparate, Blutdrucksenker, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Amiodaron, Chinidin), harntreibende Mittel, durchblutungsfördernde Mittel, Herzmittel, Kortison-Präparate, Schilddrüsenhormone, Antivirenmittel, krebshemmende Mittel, Interferone, Rheumamittel, Muskelrelaxantien, Psychopharmaka, Barbiturate, Parkinsonmittel, Malariamittel, Antiallergika, Asthma-Dosieraerosole, Mittel zur Bronchienerweiterung, Augentropfen und -salben. bei Kleinkindern durch Puder, bei Erwachsenen durch Schüttelmixturen, Umschlagslösungen, Borsäure-Präparate, Kaffeegetränk, Sauerstofftherapie, Ozonbehandlung, Thymus- und Zelltherapie*

## **Herzschäden**

*Abführmittel, Kalzium-Präparate, Schmerzmittel Psychopharmaka, potenzstärkende Mittel, Migränemittel, Schlafmittel, Bestrahlungen, Rauchen, homogenisierte Milch, Thymus- und Zelltherapie, Bewegungsmangel, Schlechtkost, Rauchen*

## **Herzschwäche**

*Anabolika, Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen (Promethazin), Appetithemmer (Fenfluramin), Abführmittel (Bittersalz), Vitamin-D-Präparate (Calcitrol), Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Felcainidazetat), Blutdrucksenker (Nifedipin, Sotalol), Sexualhormone (Androgene), krebshemmende Mittel, Rheumamittel, Schmerzmittel (Ibuprofen), Psychopharmaka, Antiepileptika (Carbamazepin), Antiallergika (Promethazin), Augentropfen und -salben*

## **Herzversagen**

*Kalzium-Präparate, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen, Blutdrucksenker (Kalziumantagonisten), Antibiotika-Schock, Antivirenmittel, Rheumamittel (Fenoprofen), Schmerzmittel (Metamizol), Mittel zur Bronchienerweiterung*

*(Fenoterol), Augentropfen und -salben, infolge ärztlicher  
Geburtshilfemaßnahmen, Fehler bei der Narkotisierung*

## **Hirnhautentzündung**

*Kortison-Präparate, Antibiotika, FSME-Impfstoff, Frischzellentherapie (noch  
fünf Jahre danach möglich)*

## **Hirnnervenschädigung**

*röntgenologische Darstellung des Wirbelkanals mittels Kontrastmittel*

## **Hitzegefühl**

*Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen (Ondansetron), Kalzium-Präparate,  
Blutgerinnungshemmer (Dipyridamol), Mittel gegen Herzrhythmusstörungen  
(Lidokain), Blutdrucksenker (Nifedipin, Nifedipin), Nitro-Präparate,  
Schilddrüsenhormone, Immunglobuline, Parkinsonmittel (Levodopa), Mittel zur  
Bronchienerweiterung, Junk-food*

## **Hodenverkleinerung**

*Sexualhormone (Östrogene), zur Behandlung bei Vorsteherdrüsenkrebs  
(Prostatakarzinom)*

## **Hörstörungen**

*Magen- und Darmmittel, Blutgerinnungshemmer (Aspirin), Mittel gegen  
Herzrhythmusstörungen (Chinin), Blutdrucksenker (Betarezeptorenblocker),  
harntreibende Mittel, Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), die (Mini-) Pille,  
Sexualhormone (Gestagene), Antibiotika, Antivirenmittel, krebshemmende Mittel  
(Cisplatin - bei Kindern), Interferone, Rheumamittel (Fenoprofen),  
Schmerzmittel (Aspirin, Ibuprofen), Antiepileptika, Beruhigungs- und  
Schlafmittel, Malariamittel (Chinin)*

## **Hörverlust**

*Magen- und Darmmittel, Blutdrucksenker, harntreibende Mittel, Antibiotika-  
Schock, Rheumamittel*

## **Homosexualität**

*männlichen Hormonmangel der während der Schwangerschaft überlasteten  
Mütter*

## **Hornhautentzündung**

*Hepatitis-B-Impfstoff, Augentropfen und -salben*

## **Hornhauttrübung**

*Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), Rheuma- und Malariamittel (Chloroquin), Schlechtkost*

## **Husten**

*Mittel gegen Magengeschwüre (Nizatidin, Omeprazol), Blutfettsenker (Pravastatin), Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Ipratropiumbromid), Blutdrucksenker (ACE-Hemmer, Nifedipin), Antibiotika, Antivirenmittel, Impfstoffe (Masern-, Hepatitis-B-, Grippe-), krebshemmende Mittel, Interferone, Rheumamittel, Psychopharmaka (Fluoxetin), Wurmmittel (Piperazine), Asthma-Dosieraerosole, Mittel zur Bronchienerweiterung, Nasenmittel (Cromoglicinsäure)*

## **hyperkinetisches Syndrom (Zappelphilipp)**

*Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Phenytoin), Blutdrucksenker (Nifedipin, Nimodipin), Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), Antivirenmittel (Foscarnet), Antibiotika (Lomefloxacin), Antiepileptika, Barbiturate, Psychopharmaka (Neuroleptika), Parkinsonmittel (Amantadin, Levodopa), Antiallergika, Zucker*

## **Hysterie**

*Antibiotika (Ofloxacin), Vitaminmangel, Schlechtkost, Mangel an Bewegung*

## **Immunschwäche**

*Blutdrucksenker, Kortison-Präparate, krebshemmende Mittel, TBC-Mittel (Rifampicin), Bestrahlungen, Operationen (selbst Blinddarmoperation!), tierische Produkte, Alkohol, Rauchen, Kaffee, Zucker*

## **Impotenz**

*Anabolika, Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen, Appetithemmer, Mittel gegen Magengeschwüre, Mittel gegen Krämpfe, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen, Blutdruck- und Blutfettsenker, harntreibende Mittel, Sexualhormone (Androgene), Prostatamittel (Finasterid), Kortison-Präparate, Mittel gegen Pilzinfektionen (Ketoconazol), krebshemmende Mittel, Interferone,*

*Rheumamittel (Ketoprofen), Muskelrelaxantien, Gichtmittel (Allopurinol), Psychopharmaka, Starkschmerzmittel, Parkinsonmittel, Antiallergika, Augentropfen und -salben*

## **Inkontinenz, Anal**

*Blutdrucksenker (Prazosin), Nitro-Präparate*

## **Inkontinenz, Urin**

*Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen, Nitro-Präparate, Muskelrelaxantien (Dantrolen), Psychopharmaka (Neuroleptika), Parkinsonmittel, Antiallergika (Promethazin), Augentropfen und -salben (Ecothiopatjodid)*

## **Juckflechte (Ekzem)**

*Antidiabetika, Blutfettsenker (Gemfibrozil), Blutdrucksenker, Akne- und Hautmittel (Bufexamac), Hepatitis-B-Impfstoff, Antibiotika, Rheumamittel, Gichtmittel (Allopurinol), Schmerzmittel (Aspirin), Barbiturate, Psychopharmaka (Neuroleptika), Antiallergika (Promethazin), Schlechtkost, Krankenhausaufenthalt*

## **Juckreiz (Pruritus)**

*Antidiabetika, Insuline, Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen, Gallensteinauflöser, Mittel gegen Magengeschwüre, Laktitol in Abführmittel und Leber-Therapeutika, Kalium- und Eisen-Präparate, Vitamin-Präparate, Mittel gegen Blutarmut (Folsäure), Blutgerinnungshemmer, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen, Blutdruck- und Blutfettsenker, harntreibende Mittel, Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure, Tioconazol), Antivirenmittel, Mittel gegen Schuppenflechte (Calcipotriol), die (Mini-) Pille, Sexualhormone (Gestagene, Östrogene), Schilddrüsenhormone, Kortison-Präparate, Hemmer der Schilddrüsenfunktion, Antibiotika, Mittel gegen Pilzinfektionen, Tollwut-Impfstoff, TBC-Mittel, krebshemmende Mittel, Interferone, Rheumamittel (Auranofin, Gold-Präparate), Muskelrelaxantien, Gichtmittel, Schmerzmittel (Ibuprofen), Psychopharmaka, Migränemittel, Schlafmittel, Krätze- und Läusemittel, Malariamittel, Antiallergika, Erkältungsmittel, Kaffee, Junk-food*

## **Kältegefühl**

*Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Tocainid), Blutdrucksenker (Betarezeptorenblocker), blutdrucksteigernde Mittel (Midodrin), Lisurid in Migräne- und Parkinsonmittel, Alkohol, Vitaminmangel*

## **Karies**

*Nitro-Präparate, Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), die Pille, Antibiotika (Tetracycline), Psychopharmaka (Antidepressiva), Starkschmerzmittel (Morphin), Zucker, Mehlspeisen, Weichkost*

### **Kater**

*Muskelrelaxantien (Diazepam), Antiepileptika, Barbiturate, Beruhigungs- und Schlafmittel*

### **Knochenbrüche**

*Kortison-Präparate, ACTH, Antibiotika (Tetracyclin)*

### **Knochen- und Gliederschmerzen**

*Vitamin-Präparate (A, D), Blutdruck- und Blutfettsenker, Blutgerinnungshemmer (Heparin-Präparate), die Minipille, Sexualhormone (Gestagene), Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), Antibiotika (Gyrasehemmer), FSME-Impfstoff, krebshemmende Mittel, Narkosemittel, Beruhigungs- und Schlafmittel,*

### **Knochenhautentzündung**

*schmerzstillende Spritzen bei Hexenschuß, Bandscheiben- und Wirbelleiden*

### **Knochenmarkentzündung**

*Hepatitis-B-Impfstoff, krebshemmende Mittel*

### **Knochenmarkschädigung**

*Antidiabetika, Magen- und Darmmittel (Sulfaguanol), Blutgerinnungshemmer (Sulfinpyrazon), Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Chinin), Blutdrucksenker (Thiazid-Diuretika), Antibiotika (Chloramphenicol, Sulfonamide), Rheumamittel (Phenylbutazon), Gichtmittel, Antiepileptika, Psychopharmaka (Promazin), Schlafmittel. Besonders gefährdet: Landwirte und Beschäftigte der Nahrungswirtschaft wegen ständigem Chemiekontakt*

### **Knochenmarkschwund**

*Antibiotika (Chloramphenicol, Sulfonamide), Quecksilber- und Arsen-Präparate*

### **Knochenchwund (Osteoporose)**

*Insuline, Abführmittel, Blutgerinnungshemmer (Heparin-Präparate), Dauerbehandlung von Herzrhythmusstörungen und Rheuma mit Phenytoin, Kortison-Präparate, Psychopharmaka (Pyrazolon), Bestrahlung, Vitamin-A-Präparate, Einläufe, Rauchen, Alkohol, Milch, Zivilisationskost, Operationsfolge, Krankenhausaufenthalt*

## **Knochensklerose**

*Strahlenbehandlung, Zuckergenuß, Rauchen, Alkohol,*

## **Kolik**

*Abführmittel (Phenolphthalein), Antibiotika (Tetrazykline), Verstopfung, Kochkost*

## **Kopfschmerzen**

*Antidiabetika, Insuline, Mittel gegen Durchfall (Loperamid), Mittel gegen Übelkeit u. Erbrechen (Ondansetron), Appetithemmer, Gallensteinauflöser, Mittel gegen Magengeschwüre (Famotidin, Omeprazol, Misoprostol), Magen- u. Darmmittel (Mesalazin), Leber-Therapeutika (Laktitol), Natrium-, Fluor- u. Eisen-Präparate, Vitamin-Präparate (A, B<sub>6</sub>, D, E), Krampflöser, Blutgerinnungshemmer, Blutdruck- und Blutfettsenker, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Disopyramid, Mexiletin), blutdrucksteigernde Mittel, harntreibende Mittel (Amilorid, Metolazon), Herzmittel, Nitro-Präparate, Akne- u. Hautmittel (Vitamin-A-Säure), die (Mini)- Pille, Sexualhormone (Gestagene, Östrogene), Behandlung von Harnwegsinfekten mit Norfloxacin, Schilddrüsenhormone, Kortison-Präparate, Hemmer der Schilddrüsenfunktion, Antibiotika, Antivirenmittel (Foscarnet, Zidovudin), Mittel gegen Pilzinfektionen, Impfstoffe (Hepatitis-B-, Tollwut-), TBC-Mittel, krebshemmende Mittel, Interferone, Rheumamittel (Fenoprofen), Muskelrelaxantien (Baclofen), Gichtmittel, Schmerzmittel (Ibuprofen, Diflunisal), Psychopharmaka (Fluoxetin), Antiepileptika, Migränemittel, Parkinsonmittel, Beruhigungs- u. Schlafmittel, Kopfschmerz- u. Migränemittel, Wurmmittel, Antiallergika (Astemizol), Asthma-Dosieraerosole (Nedocromil), Mittel zur Bronchienerweiterung, Erkältungsmittel, Augentropfen u. -salben, Immunsuppressiva (Ciclosporin A), Kaffeegenuß, Aufenthalt i. d. Nähe v. Hochspannungsleitungen, Röhrenlicht, Verstopfung, Bewegungsmangel, spätes Aufstehen, langen Aufenthalt i. betonierten od. mit Kunststoff ausgestatt. od. mit Holzschutzmittel gestrichenen Räumen, Alkohol u. bei schlechten Zähnen u. Zahnverfall, heißes Dauerduschen, Schokolade u. Käse (wirkt über Stoffwechsel) , Krankenhausaufenthalt*

## **Krätze (Psoriasis)**

*Blutfettsenker (Gemfibrozil), Blutgerinnungshemmer (Aspirin), Blutdrucksenker (Betarezeptorenblocker), Rheumamittel (Aspirin), Schmerzmittel (Aspirin, Carbasalat), Psychopharmaka (Lithium-Präparate), Schlechtkost*

## **Krampfanfälle**

*Magen- u. Darmmittel, Krampf löser, Eisen-Präparate, Blutdrucksenker (bei Überdosierung), Mittel geg. Herzrhythmusstörungen, Sexualhormone (Östrogene), Antibiotika, Antivirenmittel (Foscarnet), FSME-Impfstoff, TBC-Mittel, Rheumamittel, Muskelrelaxantien, Schmerzmittel, Psychopharmaka, Parkinsonmittel, Beruhigungs- u. Schlafmittel, Wurmmittel, Antiallergika, Immunsuppressiva (Ciclosporin A), nach Pockenschutzimpfung, beim Säugling durch Menthol, durch Röntgenkontrastmittel, Pflanzenschutzmittel*

## **Krebs**

*Anabolika, die Pille, Sexualhormone (Gestagene, Östrogene), Immunsuppressiva (Azathioprin, Ciclosporin A), Strahlenbehandlung, Vorsorgeuntersuchungen, Diagnoseverfahren, Vitamin-C-Präparate (Aflatoxin), Alkohol, Rauchen, gebackene, gebratene, gegrillte, gekochte, geschmorte, gedünstete Nahrungsmittel (lassen kanzerogene Nitrosamine entstehen), Kaffee, UV-Licht von Quarzlampen, Asbest, Nitrit, Mais-, Mazola-, Sonnenblumenöl, Erdnußbutter, Salz, alle Lebensmittel, die einem Gärungsprozeß unterworfen wurden, wie Bier, Brot, Wein, Spirituosen, gekochter Zucker, Karamel, usw., Frischzellentherapie, Sauerstoff- und Ozonbehandlung, hauptsächlich durch Essen von Fleisch und Tierprodukten, laut Ergebnissen aus Tierversuchen: Magen- und Darmmittel (Olsalazin-Na), Abführmittel (Mineralöle, Paraffinöl), Eisen-Präparate, Blutdruck- und Blutfettsenker, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Lidocain), harntreibende Mittel (Furosemid), Antibiotika, Antivirenmittel, Wurmmittel (Piperazin-Präparate), Prostatamittel, krebshemmende Mittel, Rheumamittel (Auranofin), Muskelrelaxantien (Dantrolen), Psychopharmaka (Valproinsäure-Na, Reserpin), Beruhigungs- und Schlafmittel (Chloralhydrat, Doxylamin), Antiallergika (Cetirizin-2HCl, Doxylamin), Asthma-Dosieraerosole (Budesonid), Erkältungsmittel (Anethol, Budesonid), Augentropfen und -salben (Idoxuridin), Immunsuppressiva (Azathioprin, Ciclosporin A), Szintigramme, Röntgen, Coputertomographien usw., Rauchen, Trinken alkohol. Getränke, künstliche Vitamine, ausdünstende Kunststoffe in der Wohnung (Möbel usw.), ® weitere Gefahren siehe Buchteil*

## **Kreislauf-Kollaps**

*Mittel gegen Magengeschwüre, Magnesium- und Eisen-Präparate, Vitamin-Präparate (B<sub>1</sub>, B<sub>12</sub>), Blutdrucksenker, harntreibende Mittel, Antibiotika, Mittel gegen Pilzinfektionen (Amphotericin B), Rheumamittel (Piroxicam), Muskelrelaxantien (Suxamethonium), Psychopharmaka (Lithium-Präparate),*

*Parkinsonmittel (Bromocriptin), Beruhigungs- und Schlafmittel, Mittel zur Bronchienerweiterung (Theophylline), Wurmmittel, Augentropfen und -salben (Clonidin), Punktion bei Leberzirrhose, Magenoperation, Rauchen, Verstopfung, Darmverkotung*

## **Kreuzschmerzen**

*Mittel gegen Magengeschwüre (Omeprazol), Eisen-Präparate, Blutdrucksenker (Felodipin), Antivirenmittel, Antibiotika (Gyrasehemmer), Hepatitis-B-Impfstoff, Interferone, die Pille, Muskelrelaxantien (Dantrolen), Psychopharmaka (Fluoxetin), Kummer, Ärger, Autofahren, Fettleibigkeit, Bewegungsmangel*

*Fleisch- und Zuckerverzehr: Zucker und das säurebildende Fleisch suchen im Körper nach einem basischen Puffer. Da dieser bei der wenig basenbildenden heutigen Nahrung nicht vorhanden ist, wird dazu Kalk aus Knochen und Knorpeln gezogen. Kalziumtabletten und Milch nützen nichts. Erstere sind als anorganisch nicht verwertbar und führen zu schädlichen Ablagerungen. Zweitere ist hitzebehandelt, wodurch der in ihr enthaltene Kalk ebenfalls anorganisch wurde. Außerdem führt der Kalziumabbau zu Nierenschaden und Nierensteinen*

## **Kribbeln (Parästhesie)**

*Antidiabetika, Mittel geg. Übelkeit u. Erbrechen, Appetithemmer (Amfepramon), Mittel geg. Magengeschwüre, Magen- u. Darmmittel, Kalium-Präparate, Krampflöser, Vitamin-Präparate (B<sub>6</sub>, D), Blutdruck- u. Blutdrucksenker, Mittel geg. Herzrhythmusstörungen (Tocainid), harntreibende Mittel (Azetazolamid), durchblutungsfördernde Mittel, Herzmittel, Schilddrüsenhormone (Calcitonine), Kortison-Präparate, Hemmer d. Schilddrüsenfunktion (Perchlorate), Antibiotika, Antivirenmittel (Ganciclovir, Zidovudin), Impfstoffe (FSME-, Hepatitis-B-, Pneumokokken-), TBC-Mittel (Isoniazid), krebshemmende Mittel, Interferone, Rheumamittel, Muskelrelaxantien, Gichtmittel (Allopurinol), Schmerzmittel (Ibuprofen), Psychopharmaka, Antiepileptika, Migränemittel, Parkinsonmittel, Beruhigungs- u. Schlafmittel, Wurmmittel (Piperazine), Malariamittel (Chloroquin), Antiallergika, Mittel z. Bronchienerweit. (Ipratropiumbromid), Augentropfen u. -salben (Azetazolamid), Immunsuppressiva (Ciclosporin A), alte Verletzungen*

## **Kropfbildung (Struma)**

*Phenytoin in Mittel gegen Herzrhythmusstörungen und Antiepileptika, Jod-Präparate, Hemmer der Schilddrüsenfunktion, Akne- und Hautmittel (Resorzin), Schlafmittel Rheumamittel, Malariamittel, Schlankheitsmittel, Strahlenbehandlung, Anilin-Präparate, Sulfonamide, Schlechtkost*



## Lähmungserscheinungen (Parese)

*Impfstoffe (FSME-, Hepatitis-B-, Tetanus-), Mittel gegen Pilzinfektionen (Amphotericin B), Muskelrelaxantien, Schmerzmittel, Schlafmittel, Ozonspritzen, fehlerhafte Injektionstechnik, Magnesium-Präparate, Bandwurmekuren, Einspritzen von Kontrastmittel, Strahlenbehandlung*

## Leberentzündung (Hepatitis)

*Antidiabetika, Mittel gegen Magengeschwüre, Magen- u. Darmmittel (Sulfasalazin), Krampflöser, Blutdruck- u. Blutfettsenker, Akne- u. Hautmittel (Vitamin-A-Säure), die Pille, Sexualhormone (Androgene, Östrogene), Mittel geg. Pilzinfektionen (Fluconazol), Antivirenmittel, Antibiotika, TBC-Mittel (Isoniazid), Muskelrelaxantien (Dantrolen), Gichtmittel (Allopurinol), Schmerzmittel, Antiepileptika, Barbiturate, Beruhigungs- u. Schlafmittel, Malariamittel, Blutübertragungen, Schlechtkost, Alkohol*

## Leberflecke

*seelische Verspannungen, Normalkost*

## Leberfunktionsstörungen

*Anabolika, Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen, Krampflöser (Papaverin), Blutdruck- und Blutfettsenker, Blutgerinnungshemmer, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen, Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), die (Mini-) Pille, Sexualhormone (Androgene, Gestagene), Antibiotika, TBC-Mittel, Antivirenmittel, Mittel gegen Pilzinfektionen, Wurmmittel, krebshemmende Mittel, Rheumamittel, Muskelrelaxantien, Gichtmittel (Allopurinol), Schmerzmittel, Psychopharmaka, Barbiturate, Antiepileptika, Beruhigungs- und Schlafmittel, Parkinsonmittel (Levodopa), Malariamittel (Chinin), Alkohol, Zivilisationskost*

## Leberschäden

*Antidiabetika, Mittel gegen Magengeschwüre (Wismut-Präparate, Cimetidin), Blutdruck- und Blutfettsenker, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen, harntreibende Mittel, Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), Sexualhormone (Östrogene), Hemmer der Schilddrüsenfunktion, Antibiotika, Mittel gegen Pilzinfektionen, TBC-Mittel (Isoniazid), krebshemmende Mittel (Plicamycin), Rheumamittel, Muskelrelaxantien (Dantrolen), Schmerzmittel (Aspirin), Antiepileptika, Psychopharmaka (Mianserin, Phenothiazin), Beruhigungsmittel, Schlafmittel, Malariamittel, Immunsuppressiva (Ciclosporin A), Quecksilber-Präparate, Einspritzung von Kontrastmitteln, Alkohol, Schlechtkost*

## Lebervergrößerung (Hepatomegalie)

*Vitamin-A, Blutfett- u. Blutdrucksenker (Betarezeptorenblocker), Antibiotika, Antivirenmittel, TBC-Mittel (Pyrazinamid), Gichtmittel (Allopurinol), Strahlenschäden, Thoriumverabreichung, Zyklophosphamid, Blinddarmentzündung, Schlechtkost, Alkohol*

## Leberzirrhose

*Blutdrucksenker (Betarezeptorenblocker, Perhexilinmaleat), Alkohol, Suchtkost*

## Leistungsschwäche

*Appetithemmer, Mittel gegen Magengeschwüre (Ranitidin), Insuline, Schmerzmittel (Meptazinol), Schlafmittel, Magenoperation, Rauchen, frühere Mandelentfernung, Zivilisationskost*

## Lethargie

*Antidiabetika (Metformin), Blutdrucksenker, harntreibende Mittel (Spironolakton), Akne- u. Hautmittel (Vitamin-A-Säure), Antibiotika, Antivirenmittel (Aciclovir), Immunglobine, krebshemmende Mittel (Buserelin, Goserelin), Interferone, Psychopharmaka, Antiepileptika, Parkinsonmittel (Amantadin), Starkschmerzmittel (Morphinpräparate), Beruhigungs- und Schlafmittel, Antiallergika, Zivilisationskost, Bewegungsmangel*

## Libidoverlust

*Anabolika, Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen, Appetithemmer, Mittel gegen Magengeschwüre, Krampflöser, Vitamin-D-Präparate, Blutdruck- und Blutfettsenker, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen, harntreibende Mittel, die (Mini-) Pille, Sexualhormone (Androgene, Gestagene, Östrogene), Prostatamittel (Finasterid), Mittel gegen Pilzinfektionen (Ketoconazol), krebshemmende Mittel, Interferone, Muskelrelaxantien, Gichtmittel, Psychopharmaka, Antiepileptika, Starkschmerzmittel, Parkinsonmittel, Schlafmittel, Antiallergika, Augentropfen und -salben, Brustamputation, Krankenhausaufenthalt*

## Lichtempfindlichkeit der Haut

*Magen- und Darmmittel, Blutfettsenker, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Amiodaron), Mittel gegen Krampfadern (Benzaron), harntreibende Mittel, Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), die (Mini-) Pille, Sexualhormone (Gestagene, Östrogene), Behandlung von Harnwegsinfekten, Antibiotika, TBC-Mittel, Rheumamittel (Carprofen), Muskelrelaxantien (Dantrolen),*

*Schmerzmittel (Ibuprofen, Diflunisal), Antiepileptika, Barbiturate, Psychopharmaka (Neuroleptika), Schlafmittel, Antiallergika, Augentropfen und -salben, Vitaminmangel, Mangel an rohen Grünpflanzen*

### **Lippenentzündung**

*Vitamin-A, Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), Behandlung von Harnwegsinfekten*

### **Luftembolie**

*Blutübertragungen, Spülung der Kiefernhöhle, Lufteinblasung in Eileiter oder Bauchhöhle*

### **Luftröhrentzündung**

*Antibiotika, Schmerzmittel*

### **Lungenembolie**

*Vitamin-E-Präparate, die (Mini-) Pille, Sexualhormone (Gestagene), Antibiotika (Gyrasehemmer), krebshemmende Mittel, Injektion von Kontrastmittel, Rauchen*

### **Lungenentzündung (Pneumonie)**

*Blutdrucksenk. (Enalapril), Antivirenmittel, Antibiotika (Sulfonamide), Psychopharm. (Neuroleptika), Krankenhausaufenthalt, Nasentropfen, Lebertran, Lungenkontrastmittel, Erkältungskrankheiten, Alkohol, Pflanzenschutz- u. Wurmmittel, Vitaminmangel*

### **Lungentuberkulose, aktiv.**

*Magenoperation und dadurch bedingte Ernährungs-, Vitamin- und Mineraliensstörungen, Vitaminmangel*

### **Lymphknotenschwellung**

*Vitamin-A, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Phenytoin), Blutdrucksenker (Hydralazin), Hemmer der Schilddrüsenfunktion, Tuberkulose-Impfstoff*

### **Magenblutung**

*Kalium-Präparate, Krampflöser (Moxaverin), Blutgerinnungshemmer (Aspirin), Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Mexiletin), Blutdrucksenker (Nimodipin),*

*harntreibende Mittel, die Pille, Jod- und Kortison-Präparate, Rheumamittel, Schmerzmittel (Aspirin, Ibuprofen), Quecksilber-Präparate (Amalgam), Arsenpräparate Wismutsalben, jodhaltige Röntgenkontrastmittel, Malaria-mittel, Bier (regt Säureabsonderung zu stark an!), gebratene Fette, Rauchen*

## **Magen-Darm-Störung**

*Antidiabetika (Acarbose, Guarmehl), Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen, Appetithemmer (Fenfluramin), Mittel gegen Magengeschwüre, Magen- und Darmmittel (Mesalazin), Leber-Therapeutika (Tiopronin), Krampflöser, Vitamin-Präparate (A, D), Mittel gegen Blutarmut (Folsäure), Eisen-Präparate, Blutgerinnungshemmer (Aspirin, Ticlopidin), Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Amiodaron, Mexiletin), Blutdruck- und Blutfettsenker, Mittel gegen Krampfadern, harntreibende Mittel, durchblutungsfördernde Mittel, Herzmittel (Dipyridamol), Nitro-Präparate, Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), die (Mini-) Pille, Sexualhormone (Gestagene, Östrogene), Behandlung von Harnwegsinfekten (Nitroxolin), Prostatamittel, Schilddrüsenhormone, Hemmer der Schilddrüsenfunktion, Antibiotika, Mittel gegen Pilzinfektionen (Fluconazol), Antivirenmittel, Impfstoffe (Hepatitis-B-, Tetanus-, Typhus-), TBC-Mittel (Rifampicin), krebshemmende Mittel, Rheumamittel, Muskelrelaxantien, Gichtmittel, Schmerzmittel (Aspirin, Ibuprofen, Mefenaminsäure), Starkschmerzmittel, Psychopharmaka, Antiepileptika, Parkinsonmittel, Beruhigungs- und Schlafmittel, Wurmmittel (Pyrantelmonat), Antiallergika, Asthma-Dosieraerosole, Mittel zur Bronchienerweiterung, Erkältungsmittel, Augentropfen und -salben (Azetazolamid), Schlechtkost*

## **Magenkrämpfe**

*Gallensteinauflöser (Chenodeoxycholsäure), Magen- und Darmmittel (Mesalazin), Leber-Therapeutika (Laktulose), Blutfettsenker (Lovastatin), Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Chinidin, Mexiletin), Blutdrucksenker, harntreibende Mittel, Akne- und Hautmittel (Clindamycin), die Pille, Sexualhormone (Östrogene), Mittel gegen Pilzinfektionen (Amphotericin B), Hepatitis-B-Impfstoff, TBC-Mittel (Rifampicin), Rheumamittel (Goldpräparate), Wurmmittel (Mebendazol), Augentropfen und -salben (Azetazolamid)*

## **Magenschleimhautentzündung**

*Blutfettsenker, Antibiotika (Penicilline), TBC-Mittel (Protionamid), Rheumamittel (Tolmetin), Antiepileptika, Beruhigungs- und Schlafmittel, Schlechtkost, Kaffee, Rauchen*

## **Magenschmerzen**

*Gallensteinauflöser (Chenodeoxycholsäure), Magen- u. Darmmittel (Mesalazin), Blutgerinn.hemmer (Aspirin), Blutdrucksenker, durchblutungsförd. Mittel (Bencyclan), Nitro-Präparate, Akne- u. Hautmittel (Vitamin-A-Säure), Antibiotika, TBC-Mittel (Ethambutol), Rheumamittel, Gichtmittel, Schmerzmittel (Aspirin), Malariamittel (Chloroquin-Präparate), Zivilisationskost, Kaffee, Rauchen*

### **Menstruationsstörung, Menstruationsschmerz**

*Anabolika, Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen, Mittel gegen Magengeschwüre (Misoprostol), Blutdrucksenker (Reserpin), Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), die (Mini-) Pille, Sexualhormone (Androgene, Gestagene, Östrogene), Kortison-Präparate, Schilddrüsenhormone, krebshemmende Mittel (Tamoxifen), Rheumamittel (Naproxen), Muskelrelaxantien, Psychopharmaka, Antiepileptika, Schlafmittel, Antiallergika*

*Kochkost, Lebensstoffe*

### **Migräne**

*Blutdrucksenker, die (Mini-) Pille, Sexualhormone (Gestagene, Östrogene), Hepatitis-B-Impfstoffe, TBC-Mittel (Isoniazid), Interferone, Rheumamittel (Ketoprofen), Parkinsonmittel (Selegilin), Migräne- u. Kopfschmerzmittel, Erkältungsmittel, Augentropfen und -salben, Immunsuppressiva (Ciclosporin A), Kaffeegenuß, Aufenthalt in der Nähe von Hochspannungsleitungen, Röhrenlicht, Verstopfung, Bewegungsmangel, spätes Aufstehen, langen Aufenthalt in betonierten oder mit Kunststoff ausgestatteten oder mit Holzschutzmittel gestrichenen Räumen, Alkohol und bei schlechten Zähnen und Zahnverfall, heißes Dauerduschen, Schokolade und Käse (wirkt über Stoffwechsel)*

### **Milzvergrößerung**

*Vitamin A, Blutdrucksenker (Hydralazin), Antibiotika (Aminoglykoside),*

### **Mißbildungen**

*Vitamin-K-Präparate, Antidiabetika, Insuline, Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), Magen- und Darmmittel (Sulfaguanol, Sulfaloxinat), Mittel gegen Magengeschwüre (Misoprostol), Kortison-Präparate, Sexualhormone (Östrogene), Rheumamittel (Gold-Präparate), Antibiotika (Penicillin, Tetracyclin) Muskelrelaxantien, Psychopharmaka, Antiepileptika (Valproinsäure), Starkschmerzmittel (Morphin), Beruhigungs- und Schlafmittel, Malariamittel (Mefloquin, Chinin), Erkältungsmittel (Kodein), Einnahme von mehr als 7 Schnäpsen oder 3 Flaschen Bier täglich, Rauchen, Röntgen- und Atombestrahlung*

## **motorische Fehlfunktion (Dyskinesie)**

*Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen (Dopamin-Antagonisten), Psychopharmaka (Clozapil, Lithium-Präparate), Parkinsonmittel (Levodopa), Beruhigungs- und Schlafmittel (Buspiron), Malariamittel (Mefloquin), Antiallergika*

## **Müdigkeit**

*Insuline, Mittel geg. Durchfall (Loperamid), Mittel geg. Übelkeit u. Erbrechen (Ondansetron), Appetithemmer, Gallensteinauflöser, Mittel geg. Magengeschwüre, Magen- u. Darmmittel, Magnesium-Präparate, Krampflöser, Vitamin-Präparate (A, B1, D, E), Blutfettsenker (Gemfibrozil), Mittel geg. Herzrhythmusstörungen (Flecainid), Blutdrucksenker (Indoramin, Clonidin), harntreib. Mittel, durchblutungsfördernde Mittel, Herzmittel, Akne- u. Hautmittel (Vitamin-A-Säure), Antiallergika, die (Mini-) Pille, Sexualhormone (Gestagene), Hemmer der Schilddrüsenfunktion, Antivirenmittel, Antibiotika, Impfstoffe (FSME-, Grippe-, Hepatitis-B-, Tetanus-), krebshemm. Mittel, Interferone, Rheumamittel (Fenoprofen), Muskelrelaxantien (Baclofen, Tizanidin), (Stark-) Schmerzmittel (Nalbuphin, Buprenorphin), Psychopharmaka, Barbiturate, Antiepileptika, Migränemittel (Clonidin), Parkinsonmittel, Beruhigungs- u. Schlafmittel, Wurmmittel, Malariamittel, Antiallergika, Asthma-Dosieraerosole, Mittel zur Bronchienerweiterung (Ketotifen), Erkältungsmittel, Augentropfen u. -salben, gekochte od. gebratene Nahrung, Bierhefe, Alkohol, Krankenhausaufenthalt*

## **Mundschleimhaut-entzündung (Stomatitis)**

*Magen- und Darmmittel, Vitamin-E-Präparate, Blutfettsenker, Sexualhormone (Androgene), Jod-Präparate, Hemmer der Schilddrüsenfunktion, Antivirenmittel, Antibiotika, krebshemmende Mittel, Interferone, Rheumamittel, Schmerzmittel, Antiepileptika, Antiallergika, Erkältungsmittel, Krankenhausaufenthalt, heißes Essen*

## **Mundtrockenheit**

*Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen (Scopolamin, Ondansetron), Appetithemmer (Fenfluramin), Mittel gegen Magengeschwüre (Pirenzepin), Kalzium- u. Magnesium-Präparate, Krampflöser (Anticholinergika), Vitamin-D-Präparate, Blutfettsenker (Gemfibrozil), Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Disopyramid), Blutdrucksenker (Guanfacin, Clonidin), harntreibende Mittel, Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), Urologika (Oxybutynin), Hemmer der Schilddrüsenfunktion (Perchlorat), Antibiotika, Rheumamittel (Fenoprofen), Muskelrelaxantien (Anticholinergika), Schmerzmittel (Ibuprofen, Nalbuphin),*

*Psychopharmaka, Antiepileptika, Migränemittel (Clonidin), Parkinsonmittel (Anticholinergika), Beruhigungs- und Schlafmittel, Antiallergika, Asthma-Dosieraerosole (Astemizol), Mittel zur Bronchienerweiterung (Ipratropiumbromid), Erkältungsmittel, Augentropfen und -salben, Rauchen*

## **Muskelkrämpfe**

*Anabolika, Antidiabetika (Metformin), Mittel geg. Übelkeit u. Erbrechen (Metoclopramid), Mittel geg. Magengeschwüre, Krampflöser, Blutdruck- u. Blutfettsenker, harntreibende Mittel, Akne- u. Hautmittel (Vitamin-A-Säure), Hemmer der Schilddrüsenfunktion (Perchlorat), Antivirenmittel, Antibiotika (Vancomycin), Muskelrelaxantien, Psychopharmaka (Clomipramin), Parkinsonmittel, Salbutamol in Asthma-Dosieraerosole u. Mittel z. Bronchienerweiterung, Augentropfen u. -salben (Azetazolamid)*

## **Muskellähmung**

*Vitamin-D-Präparat (Calcitriol), Pflanzenschutz- und Wurmmittel*

## **Muskelschwäche**

*Magen- und Darmmittel (Sulfasalazin), Kalium-Präparate, Abführmittel, Leber-Therapeutika (Laktulol), Krampflöser, Vitamin-E-Präparate, Blutdruck- und Blutfettsenker, harntreibende Mittel, Jod- und Kortison-Präparate, Antibiotika, Rheumamittel, Muskelrelaxantien, Schmerzmittel (Metamizol), Psychopharmaka (Lithium-Präparate), Antiepileptika, Migränemittel (Ergotamin), Parkinsonmittel, Beruhigungs- und Schlafmittel, Augentropfen und -salben, Bewegungsmangel*

## **Muskelschwund**

*Abführmittel, Kortison-Präparate, Antiepileptika, Barbiturate, Malariamittel (Chinin), TBC-Mittel (Streptomycin), Bewegungsmangel, Vitaminmangel*

## **Muskelstarre (Rigor)**

*Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen (Promethazin), Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), Mittel gegen Pilzinfektionen, Interferone, Psychopharmaka (Lithium-Präparate), Beruhigungs- und Schlafmittel, Malariamittel (Chinin), Antiallergika (Promethazin)*

## **Muskelzucken**

*Vitamin-C-Präparate, Behandlung von Harnwegsinfekten mit Norfloxacin, Antivirenmittel (Ganciclovir), FSME-Impfstoff, Rheumamittel,*

*Muskelrelaxantien (Suxamethonium), Schmerzmittel (Aspirin - bei Kindern), Psychopharmaka, Mittel zur Bronchienerweiterung (Theophylline)*

### **Nagelerkrankung**

*Abführmittel (Phenolphthalein), durchblutungsfördernde Mittel (Pentoxifyllin), Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), Rheumamittel (Penicillamin), Suchtkost*

### **Nasenbluten**

*Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen (Promethazin), Mittel gegen Magengeschwüre (Omeprazol), Blutgerinnungshemmer (Fibrinolytika), Blutdrucksenker (Felodipin), Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Amiodaron), durchblutungsfördernde Mittel (Pentoxifyllin), Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), Antivirenmittel, Antibiotika, krebshemmende Mittel, Psychopharmaka (Neuroleptika), Antiepileptika (Valproinsäure), Asthma-Dosieraerosole, Nasenmittel (Azelastin)*

### **Nasenschleimhautentzündung**

*Erkältungsmittel (Kaliumjodid). Röntgenkontrastmittel*

### **Nasentrockenheit**

*Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen, Appetithemmer (Norepherin), Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Disopyramid), Clonidin in Blutdrucksenker und Migränemittel, Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), Schlafmittel (Antihistaminika), Antiallergika, Asthma-Dosieraerosole, Nasenmittel*

### **Nebenhodenentzündung**

*Anabolika, Sexualhormone (Androgene), Antibiotika (Lomefloxacin)*

### **Nervenleiden (Neuropathie)**

*Magen- und Darmmittel, Blutdrucksenker (Ramipril, Thiazid-Diuretika), die (Mini-) Pille, Sexualhormone (Gestagene), Antivirenmittel, Impfstoffe (FSME-, Hepatitis-B-, Mumps-, Pertussis-), krebshemmende Mittel, Rheumamittel, Schlafmittel (L-Tryptophan)*

### **Nervosität**

*Mittel gegen Durchfall, Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen, Appetithemmer,*



*Mittel gegen Magengeschwüre, Krampflöser, Blutdruck- und Blutfettsenker, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Mexiletin), harntreibende Mittel, die (Mini-) Pille, Sexualhormone (Gestagene), Schilddrüsenhormone, Jod-Präparate, Antivirenmittel, Antibiotika, krebshemmende Mittel, Interferone, Rheumamittel (Fenoprofen), Muskelrelaxantien, Schmerzmittel (Ibuprofen), Psychopharmaka (Fluoxetin), Parkinsonmittel, Beruhigungs- und Schlafmittel (Buspiron), Antiallergika, Asthma-Dosieraerosole, Mittel zur Bronchienerweiterung, Erkältungsmittel, Magenoperation, Kaffeegenuß, Suchtkost, Bewegungsmangel, Kaffee, Rauchen*

### **Netzhautablösung**

*die Pille, Antivirenmittel, Malariamittel (Chloroquin), Zivilisationskost*

### **Netzhautblutung**

*Vitamin-A-Präparate, Blutdrucksenker (Perhexilinmaleat), Sulfonamide, Malariamittel*

### **Netzhauterkrankung**

*die Pille, Rheumamittel, Antiepileptika (Trimethadion), Malariamittel (Chloroquin)*

### **Nierenfunktionsstörungen**

*Vitamin-Präparate (A, D), Abführmittel, Blutgerinnungshemmer (Heparin-Präparate), Blutdrucksenker, harntreibende Mittel, Behandlung von Harnwegsinfekten, Antibiotika, Antivirenmittel (Foscarnet), krebshemmende Mittel, Rheumamittel, Muskelrelaxantien (Baclofen), Schmerzmittel (Ibuprofen), Magenoperation*

### **Nierenschäden**

*Vitamin-D-Präparate, Abführmittel, Blutgerinnungshemmer (Aspirin), Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Chinidin), Hemmer der Schilddrüsenfunktion, Antibiotika, Antivirenmittel, krebshemmende Mittel, Rheumamittel (Auranofin), Schmerzmittel (Aspirin), Psychopharmaka (Lithium-Präparate), Cromoglizinsäure in Asthma-Dosieraerosole und Erkältungsmittel, Immunsuppressiva (Ciclosporin A), Röntgenkontrastmittel für Nieren, und Galle, Sulfonamide, Verordnung von Milch-Diät bei Magen- und Darmleiden, Punktion der krankhaften Aorta, Genuß von Süßigkeiten, Suchtkost, Krankenhausaufenthalt*

### **Nierensteinbildung**

*Vitamin-Präparate (C, D), harntreibende Mittel, Rheumamittel, Magenoperation, Zivilisationskost*

### **Nierenversagen, akutes**

*Abführmittel, Blutdruck- und Blutfettsenker, Mittel gegen Krampfadern (Aescin - bei Überdosis), durchblutungsfördernde Mittel (Naftidrofuryl), Mittel gegen Pilzinfektionen (Amphotericin-B), Antivirenmittel, Antibiotika, FSME-Impfstoff, TBC-Mittel, Rheumamittel, Malariamittel (Chinin), Nieren- und Gallenkontrastmittel, Myelographie*

### **Ohrenentzündung**

*Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), Antivirenmittel (Foscarnet), Krankenhausaufenthalt, zu wenig hart gekaut (s.u.)*

### **Ohrenschmerzen**

*Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Tocainid), durchblutungsfördernde Mittel (Pentoxifyllin), Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), Antibiotika (Aminoglykoside), Impfstoffe (FSME-, Hepatitis-B-), Schmerzmittel (Mefenaminsäure)*

### **Ohrgeräusche (Tinnitus)**

*Antidiabetika, Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen (Bamipin), Mittel gegen Magengeschwüre (Famotidin), Magen- und Darmmittel, Blutdruck- und Blutfettsenker, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Mexiletin), harntreibende Mittel, Antibiotika, TBC-Mittel (Streptomycin), Rheumamittel (Naproxen, Fenopropfen), Muskelrelaxantien, Schmerzmittel (Aspirin, Ibuprofen), Antiepileptika, Schlafmittel- und Beruhigungsmittel, Malariamittel (Chinin), Antiallergika, Hustenmittel (Kodein), Augentropfen und -salben (Azetazolamid), Einsatz künstlicher Herzklappen, Ohrschmerzmittel, zu wenig hart gekaut (Ohrspeicheldrüse vertrocknet)*

### **Ohrschäden (Innenohr)**

*Antibiotika, bei Babys durch Brutkasten, Chemotherapie*

### **Parkinson-Syndrom**

*Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen, Blutdrucksenker (Methyldopa), durchblutungsfördernde Mittel (Cinnarizin), Rheumamittel (Verschlechterung),*

*Schmerzmittel (Ibuprofen), Psychopharmaka (Neuroleptika), Antiepileptika (Valproinsäure), abruptes Absetzen von Anticholinergika*

### **Periode, Ausbleiben der (Amenorrhoe)**

*Anabolika, Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen, Mittel gegen Magengeschwüre (Ranitidin), Blutdrucksenker (Methyldopa), harntreibende Mittel (Spironolakton), die (Mini-) Pille, Sexualhormone (Androgene, Gestagene, Östrogene), Kortison-Präparate, krebshemmende Mittel, Antiepileptika (Valproinsäure), Psychopharmaka (Neuroleptika)*

### **Periode, schmerzhafte**

*die (Mini-) Pille, Sexualhormone (Gestagene, Östrogene), Antibiotika (Ofloxacin), Psychopharmaka (Antidepressiva), Normalkost*

### **Persönlichkeitsstörungen**

*Appetithemmer (bei längerem Gebrauch), Mittel gegen Magengeschwüre, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen, Antivirenmittel, Antibiotika (Gyrasehemmer), Rheumamittel, Psychopharmaka (Paroxetin), Schlafmittel (Triazolam), Malariamittel (Mefloquin)*

### **Pilzbefall - allgemein (Candidosis)**

*Kortison-Präparate, die (Mini-) Pille, Sexualhormone (Gestagene), Antibiotika, Asthma-Dosieraerosole, Nasenmittel, Krankenhausaufenthalt, warmes Duschen, Schlechtkost*

### **Prostatakrebs**

*Anabolika, Sexualhormone (Androgene), Zivilisationskost, Rauchen, Alkohol*

### **Psychische Störungen**

*Anabolika, Appetithemmer, Mittel gegen Magengeschwüre, Krampflöser, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen, Herzmittel, Behandlung von Harnwegsinfekten, Kortison-Präparate, Schilddrüsenhormone, Antibiotika, TBC-Mittel, Rheumamittel, Muskelrelaxantien (Memantin), Schmerzmittel, Psychopharmaka, Antiepileptika, Parkinsonmittel, Beruhigungs- und Schlafmittel, Malariamittel (Mefloquin), Augentropfen und -salben, nach Herzoperationen*

### **Quaddeln, juckende (Urtikaria)**

*Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen, Appetithemmer, Mittel gegen Magengeschwüre, Gallenauflöser (Ursodeoxycholsäure), Magen- und Darmmittel, Krampflöser, Vitamin-Präparate (B1, B12, D), Eisen-Präparate, Blutgerinnungshemmer (Heparin-Präparate), Blutfettsenker, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen, harntreibende Mittel, Herzmittel, Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), die (Mini-) Pille, Sexualhormone (Gestagene, Östrogene), Kortison-Präparate, Hemmer der Schilddrüsenfunktion, Antibiotika, Mittel gegen Pilzinfektionen, Antivirenmittel, Immunglobuline, zahlreiche Impfstoffe, TBC-Mittel, krebshemmende Mittel, Interferone, Rheumamittel, Muskelrelaxantien, Gichtmittel, Schmerzmittel (Aspirin, Ibuprofen), Antiepileptika, Psychopharmaka, Beruhigungs- und Schlafmittel, Wurmmittel, Malariamittel, Antiallergika, Asthma-Dosieraerosole, Mittel zur Bronchienerweiterung, Erkältungsmittel, Augentropfen u. -salben, Blutübertragungen, Einspritzung von Röntgenkontrastmitteln, Krankenhausaufenthalt, Normalkost, besonders Fleischverzehr*

### **Rachenschleimhautentzündung (Pharyngitis)**

*Mittel gegen Magengeschwüre (Nizatidin), Blutdrucksenker (Betarezeptorenblocker), Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), Antivirenmittel, Hepatitis-B-Impfstoff, Interferone, Rheumamittel (Gold-Präparate), Psychopharmaka (Fluoxetin), Antiallergika (Astemizol)*

### **Reaktionsstörungen**

*Antidiabetika, Insuline, Mittel gegen Durchfall (Diphenoxylat), Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen, Appetithemmer, Mittel gegen Magengeschwüre, Krampflöser, Blutfettsenker (Gemfibrozil), Blutdrucksenker, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen, harntreibende Mittel, durchblutungsfördernde Mittel, Nitro-Präparate, Behandlung von Harnwegsinfekten, Prostatamittel (Phenoxybenzamin), Antivirenmittel, Antibiotika, TBC-Mittel, Interferone, Rheumamittel, Muskelrelaxantien, (Stark-) Schmerzmittel, Psychopharmaka, Barbiturate, Antiepileptika, Migränemittel, Parkinsonmittel, Beruhigungs- und Schlafmittel, Wurmmittel (Praziquantel), Malariamittel (Mefloquin), Antiallergika, Mittel zur Bronchienerweiterung (Ketotifen), Hustenmittel, Augentropfen und -salben, Krankenhausaufenthalt, Schlechtkost*

### **Reizhusten**

*Mittel gegen Magengeschwüre (Omeprazol), Blutdrucksenker (ACE-Hemmer), Schlafmittel (Clomethiazol), Asthma-Dosieraerosole (Nedocromil), Mittel zur Bronchienerweiterung (Bromhexin)*

### **Rheuma**

*Harnsäure in Fleisch u. a. tierischen Produkten, Gebrauch von Essig, der zudem die Kalzium-Aufnahme verhindert*

## **Rückenschmerzen**

*Myelographie, Rücken-OP, Bewegungsmangel, zu weiche Schlafgelegenheit, Muskelvernachlässigung, Milch und Käse*

## **Scheidenentzündung**

*Kortison-Präparate, Antibiotika (Cefradin), Hemmer der Schilddrüsenfunktion, Krankenhausaufenthalt*

## **Schielen**

*Rheumamittel (Pyrazinobutazon), Muskelrelaxantien (Baclofen), Psychopharmaka (Chlorprothixen), Starkschmerzmittel (Morphin), Schlafmittel, Wurmmittel (Piperazine), Erbschäden, Mutter Alkoholikerin oder Raucherin*

## **Schilddrüsenstörungen**

*Jod-Präparate, Radiojodstrahlen (oft tödlich), Chlor-Präparate, Sulfonamide, Malariamittel, Rheumamittel, Normalkost*

## **Schilddrüsenüberfunktion**

*Blutfettsenker (Dextrothyroxin), Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Amiodaron), Jod-Präparate, CT-Untersuchung (Jod)*

## **Schlafstörungen**

*Antidiabetika, Anabolika, Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen, Appetithemmer, Gallensteinauflöser (Ursodeoxycholsäure), Insuline, Krampflöser, Mittel gegen Magengeschwüre, Blutdruck- und Blutfettsenker, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen, durchblutungsfördernde Mittel, Herzmittel, Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), die Minipille, Sexualhormone (Androgene, Gestagene), Kortison-Präparate, Schilddrüsenhormone, Antibiotika, Mittel gegen Pilzinfektionen (Itraconazol), Antivirenmittel (Zidovudin), Hepatitis-B-Impfstoff, krebshemmende Mittel, Interferone, Rheumamittel (Fenoprofen), Muskelrelaxantien (Baclofen), Schmerzmittel (Ibuprofen), Psychopharmaka (Antidepressiva), Antiepileptika, Parkinsonmittel (Amantadin), Beruhigungs- und Schlafmittel (Buspiron), Wurmmittel (Mebendazol), Antiallergika, Asthma-Dosieraerosole, Mittel zur Bronchienerweiterung, Erkältungsmittel, Augentropfen und -salben, Krankenhausaufenthalt, Essen nach 19 Uhr, Schlechtkost*

## **Schlagaderentzündung**

*durchblutungsfördernde Mittel, Erkältungsmittel (Cromoglizinsäure), die Pille, Kortisonbehandlung*

## **Schlaganfall**

*Appetithemmer (Norephedrin), Blutdrucksenker, Rheumamittel, Psychopharmaka (Antidepressiva), Schlechtkost*

## **Schluckauf**

*Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Mexiletin), Muskelrelaxantien, (Stark-) Schmerzmittel (Morphin, Nalbuphin), Antiepileptika, Parkinsonmittel (Levodopa), Beruhigungs- und Schlafmittel*

## **Schluckstörungen**

*Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen, Krampflöser, Blutfettsenker (Anionenaustauschharze), Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Mexiletin), Gichtmittel (Emepronium), Hemmer der Schilddrüsenfunktion, Rheumamittel (Auranofin), Muskelrelaxantien, Psychopharmaka (Neuroleptika), Parkinsonmittel (Levodopa), Asthma-Dosieraerosole*

## **Schnupfen, gesteigerte Anfälligkeit**

*Vitamin-B-Präparate, Gallensteinauflöser, Blutgerinnungshemmer (Heparin-Präparate, Aspirin), Blutdruck- und Blutfettsenker, die Pille, Jod-Präparate, Antivirenmittel, Antibiotika, Impfstoffe (Grippe-, Hepatitis-B-), TBC-Mittel (Rifampicin), Interferone, Rheumamittel (Flurbiprofen), Schmerzmittel (Aspirin, Ibuprofen), Erkältungsmittel, Kaffeegenuß*

## **Schock, (anaphylaktischer - oft tödlich)**

*Vitamin-B-Präparate, Insulin, Magen- und Darmmittel, Blutgerinnungshemmer (Heparin-Präparate, Aspirin), Mittel gegen Blutarmut (Folsäure), harntreibende Mittel, Behandlung von Harnwegsinfekten, Antibiotika, Rheumamittel, TBC-Mittel, Schmerzmittel (Aspirin, Ibuprofen), Beruhigungs- und Schlafmittel, Schlangen-Tetanusserum, Röntgenkontrastmittel, Blutübertragung, Frischzellentherapie*

## **Schwächezustand**

*Antidiabetika, Mittel gegen Magengeschwüre (Omeprazol), Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen, Magen- und Darmmittel (Sulfasalazin), Krampflöser, Fluor-Präparate, Vitamin-Präparate (B1, D, E), Blutfettsenker, Blutdrucksenker (Guanfacin, Sotalol, Terazosin), Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Flecainidazetat), harntreibende Mittel, durchblutungsfördernde Mittel, Nitro-Präparate, die Pille, Hormone, Antivirenmittel (Zidovudin), Antibiotika, Impfstoffe (FSME-, Hepatitis-B-), krebshemmende Mittel, Interferone, Rheumamittel (Fenoprofen, Tolmetin), Muskelrelaxantien (Baclofen), Schmerzmittel, Psychopharmaka, Migränemittel, Parkinsonmittel, Beruhigungs- u. Schlafmittel, Wurmmittel, Malariamittel (Mefloquin), Antiallergika, Erkältungsmittel (Kodein-Präparate), Augentropfen u. -salben, Quecksilber-Präparate, Bierhefe, Zivilisationskost, Alkohol, Rauchen, Bewegungsmangel, Krankenhausaufenthalt*

### **Schwerhörigkeit**

*Mittel gegen Herzrhythmusstörungen, Blutdrucksenker (Enalapril), Antibiotika (Erythromycin-Präparate) TBC-Mittel, Rheumamittel, Schmerzmittel (Ibuprofen), Ohrentropfen, überhöhtem Lärm (von Maschinen, Musikgeräten, usw.)*

### **Schwierigkeiten beim Wasserlassen (Dysurie)**

*Appetithemmer (Fenfluramin), Krampflöser, Blutdruck- und Blutfettsenker, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Disopyramid), Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), Behandlung von Harnwegsinfekten mit Methenamin, Antivirenmittel, Antibiotika, Hepatitis-B-Impfstoff, TBC-Mittel (Pyrazinamid), krebshemmende Mittel, Rheumamittel, Schmerzmittel, Antiepileptika, Parkinsonmittel, Schlafmittel, Antiallergika, Suchtkost*

### **Schwindel**

*Antidiabetika, Mittel gegen Durchfall, Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen (Ondansetron), Mittel gegen Magengeschwüre, Magnesium-Präparate, Krampflöser, Blutdrucksenker (Clonidin, Terazosin), Blutgerinnungshemmer (Dipyridamol), Blutfettsenker, Mittel gegen Krampfadern, harntreibende Mittel (Amilorid), durchblutungsfördernde Mittel, Herzmittel, Nitro-Präparate, Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), Sexualhormone (Gestagene, Östrogene), die (Mini-) Pille, Behandlung von Harnwegsinfekten mit Norfloxacin, Kortison-Präparate, Hemmer der Schilddrüsenfunktion, Antibiotika, Antivirenmittel (Zidovudin), Impfstoffe (Hepatitis-B-, Tollwut-), TBC-Mittel, krebshemmende Mittel, Interferone, Rheumamittel (Fenoprofen, Tolmetin), Muskelrelaxantien (Baclofen), Gichtmittel, Schmerzmittel (Ibuprofen), Psychopharmaka (Clozapin), Barbiturate, Antiepileptika, Migränemittel, Parkinsonmittel (Bromocriptin), Beruhigungs- und Schlafmittel, Wurmmittel, Antiallergika,*

*Asthma-Dosieraerosole, Mittel zur Bronchienerweiterung, Erkältungsmittel, Augentropfen und -salben, Bewegungsmangel, Suchtkost*

### **Schwitzen (Hyperhidrosis)**

*Insuline, Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen, Appetithemmer, Mittel gegen Magengeschwüre (Nizatidin), Mineralverbindungen (Magnesium-Präparate), Krampflöser (Papaverin), Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Tocainid), Omeprazol (Antra), Pantoprazol, Blutdruck- und Blutfettsenker, Herzmittel, Nitro-Präparate, Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), Jod- u. Kortison-Präparate, Antivirenmittel (Aciclovir, Ganciclovir), Antibiotika (Gyrasehemmer), Impfstoffe (FSME-, Hepatitis-B-), krebshemmende Mittel (Buserelin, Goserelin), Interferone, Rheumamittel (Fenoprofen), Muskelrelaxantien, Schmerzmittel (Nefopam, Tramadol), Psychopharmaka (Fluoxetin, Paroxetin), Parkinsonmittel (Levodopa), Beruhigungs- u. Schlafmittel, Antiallergika, Orciprenalinsulfat in Asthma-Dosieraerosole u. Mittel zur Bronchienerweiterung, Hustenmittel (Kodein), Augentropfen u. -salben*

### **Sehen, verschwommenes**

*Mittel gegen Durchfall (Diphenoxin), Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen, Appetithemmer (Fenfluramin), Magen- und Darmmittel (Polymyxin B), Krampflöser, Mittel gegen Magengeschwüre (Propanthelinbromid), Blutdruck- und Blutfettsenker, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen Disopyramid, Mexiletin), harntreibende Mittel, durchblutungsfördernde Mittel, Urologika (Oxybutynin), Mittel gegen Pilzinfektionen (Amphotericin B), TBC-Mittel (Rifampicin), Rheumamittel, Muskelrelaxantien, Schmerzmittel, Psychopharmaka, Parkinsonmittel, Beruhigungs- und Schlafmittel, Antiallergika, Mittel zur Bronchienerweiterung (Ipratropiumbromid), Augentropfen und -salben, Normalkost*

### **Sehstörungen**

*Vitamin-Präparate (A, D, E), Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen, Mittel gegen Magengeschwüre (Cimetidin), Kortison-Präparate, Schilddrüsenhormone, Magen- und Darmmittel, Krampflöser, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Flecainidazetat), Blutdruck- und Blutfettsenker, harntreibende Mittel, Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), die (Mini-) Pille, Sexualhormone (Gestagene, Östrogene), Behandlung von Harnwegsinfekten (Nalidixinsäure), Antibiotika, Antivirenmittel (Foscarnet), Impfstoffe (FSME-, Hepatitis-B-), TBC-Mittel (Ethambutol), krebshemmende Mittel, Interferone, Rheumamittel, Muskelrelaxantien, Psychopharmaka, Antiepileptika, Migränemittel, Parkinsonmittel, Beruhigungs- und Schlafmittel, Wurmmittel, Malariamittel (Chinin), Antiallergika, Mittel zur Bronchienerweiterung, Erkältungsmittel,*



## **Sodbrennen**

*Antidiabetika (Guamehl), Gallensteinauflöser, Blutfettsenker, Blutgerinnungshemmer (Aspirin), Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Mexiletin), harntreibende Mittel (Amilorid), durchblutungsfördernde Mittel, Jod-Präparate, Antibiotika, TBC-Mittel (Rifampicin), Rheumamittel (Fenbufen, Naproxen), Schmerzmittel (Ibuprofen), Antiepileptika, Schlafmittel, Erkältungsmittel, Kaffeegenuß, Kuchen, Limo, Zivilisationskost*

## **Speicheldrüenschwellung**

*Leber-Therapeutika (Tiopronin), Hemmer der Schilddrüsenfunktion (Jod-Präparate), Rheumamittel (Mofebutazon), Psychopharmaka (Antidepressiva), Asthma-Dosieraerosole (Cromoglyzinsäure), Nasenmittel (Kaliumjodid)*

## **Speichelfluß**

*Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen, Jod-Präparate, Antibiotika (Aminoglykoside), Rheumamittel, Schmerzmittel (Ibuprofen), Antiepileptika (Clonazepam, Valproinsäure), Psychopharmaka (Clozapin), Schlafmittel (Clomethiazol), Antiallergika (Promethazin), Augentropfen und -salben, Amalgamplomben*

## **Speiseröhreentzündung**

*Rheumamittel, Schlafmittel, Kortison-Präparate, Antibiotika, krebshemmende Mittel, Suchtkost*

## **Sprechschwierigkeiten**

*Krampflöser, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Mexiletin), Blutdrucksenker, Mittel gegen Pilzinfektion, Antivirenmittel, krebshemmende Mittel, Interferone, Muskelrelaxantien, Antiepileptika, Parkinsonmittel, Beruhigungs- und Schlafmittel, Mittel zur Bronchienerweiterung*

## **Stuhlgang, schmerzhafter**

*Blutfettsenker (Anionenaustauschharze), Rheumamittel, Zivilisationskost, Bewegungsmangel, Drogen*

## **Taubheit**

*Blutgerinnungshemmer (Aspirin), harntreibende Mittel (Furosemid), Antibiotika, Antivirenmittel (Foscarnet), Rheumamittel (Aspirin, Carbasalat), Schmerzmittel (Aspirin), Wurmmittel, Ohrentropfen*

## **Tremor**

*Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen, Appetithemmer, Mittel gegen Magengeschwüre (Wismut-Präparate), Insuline, Krampflöser, Blutfett- und Blutdrucksenker, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Mexiletin), blutdrucksteigernde Mittel (Adrenalin), harntreibende Mittel (Amilorid), Jod-Präparate, Schilddrüsenhormone, Antibiotika, Antivirenmittel, TBC-Mittel, FSME-Impfstoff, Interferone, Rheumamittel (Fenoprofen), Muskelrelaxantien, Psychopharmaka, Parkinsonmittel (Levodopa), Beruhigungs- und Schlafmittel, Wurmmittel, Malariamittel, Antiallergika (Promethazin), Asthma-Dosieraerosole, Mittel zur Bronchienerweiterung, Augentropfen und -salben, Immunsuppressiva (Ciclosporin A)*

## **Tod, rasch eintretender**

*Blutfettsenker (Probucol), an sich harmlosen Wespenstich nach Einnahme von Schmerztabletten oder anderen entzündungshemmenden Medikamenten, harte Drogen*

## **Unruhe, allgemein**

*Antidiabetika, Insuline, Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen, Appetithemmer, Mittel gegen Magengeschwüre (Ranitidin), Vitamin-B-Präparate, Blutdrucksenker, blutdrucksteigernde Mittel, durchblutungsfördernde Mittel, Nitro-Präparate, Behandlung von Harnwegsinfekten, Kortison-Präparate, Schilddrüsenhormone, Antivirenmittel, Antibiotika, TBC-Mittel, Muskelrelaxantien, Schmerzmittel, Psychopharmaka, Antiepileptika, Parkinsonmittel, Malariamittel, Antiallergika, Mittel zur Bronchienerweiterung, Erkältungsmittel, Augentropfen und -salben*

## **Unruhe, beim Sitzen (Akathisie)**

*Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen (Metoclopramid), Blutdrucksenker (Diltiazem), Antiepileptika (Benzodiazepine), Psychopharmaka (Neuroleptika), Schlafmittel (Benzodiazepine), Antiallergika*

## **Unterkühlung (Hypothermie)**

*Magnesium-Präparate, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Prazosin), durchblutungsfördernde Mittel (Piribedil), Antivirenmittel (Foscarnet), Muskelrelaxantien, Antiepileptika, Barbiturate, Parkinsonmittel (Bromocriptin),*

*Beruhigungs- und Schlafmittel, Malariamittel (Chinin)*

### **Verfall, geistiger**

*Antivirenmitt. (Ganciclovir), Parkinsonmitt. (Levodopa), Suchtkost, Bewegungsmangel, Drogen, Krank.hausaufenthalt, Medikam.*

### **Vergiftung, allgemein**

*Abführmittel (Bittersalz), Krampflöser (Anticholinergika), Blutgerinnungshemmer (Aspirin), Rheumamittel (Aspirin, Carbasalat), Muskelrelaxantien (Anticholinergika), Schmerzmittel (Aspirin, Carbasalat), Psychopharmaka (Lithium-Präparate), Parkinsonmittel (Anticholinergika), Schlafmittel, Augentropfen- und salben*

### **Vergiftung beim Säugling**

*Antibiotika (Chloramphenicol), Augentropfen und -salben (Azidamfenicol, Borsäure), Nasenmittel, Vitamin-A-Präparate, Wurmmittel*

### **Verhaltensstörungen**

*Appetithemmer, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen, Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), TBC-Mittel (Rifampicin), Muskelrelaxantien (Diazepam, Tetrazepam), Psychopharmaka (Trazodon), Antiepileptika, Beruhigungs- und Schlafmittel, Augentropfen und -salben (kurzfristig, bei Kindern), Insektenmittel, Krankenhausaufenthalt (bei Kindern)*

### **Vermännlichung von Frauen**

*Anabolika, Minipille, Sexualhormone (Androgene, Gestagene, Testosteron), bei Behandlung von Hauterkrankungen*

### **Verstopfung (Obstipation)**

*Mittel gegen Durchfall, Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen (Ondansetron), Appetithemmer, Gallensteinauflöser, Mittel gegen Magengeschwüre, Kalzium- und Eisen-Präparate, Abführmittel (bei Dauerbehandlung), Krampflöser, Vitamin-D-Präparate, Blutfettsenker, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Disopyramid), Blutdrucksenker, Mittel gegen Krampfadern, harntreibende Mittel, Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), die (Mini-) Pille, Sexualhormone (Gestagene), Mittel gegen Pilzinfektionen, TBC-Mittel, krebshemmende Mittel, Interferone, Rheumamittel, Muskelrelaxantien (Baclofen), Schmerzmittel, Psychopharmaka (Fluvoxamin, Paroxetin, Clozapin), Migränemittel (Clonidin), Antiepileptika, Wurmmittel, Parkinsonmittel*

*(Bromocriptin), Malariamittel (Mefloquin), Antiallergika, Mittel zur Bronchienerweiterung, Erkältungsmittel, Augentropfen und -salben, Kaffee und Tee*

### **Verwirrheitszustände**

*Anabolika, Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen, Appetithemmer (Fenfluramin), Mittel gegen Magengeschwüre, Kalium-Präparate, Krampflöser, Blutdruck- und Blutfettsenker, Blutgerinnungshemmer (Aspirin), Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Mexiletin), harntreibende Mittel, durchblutungsfördernde Mittel, Herzmittel, Nitro-Präparate, Prostatamittel, Jod-Präparate, Antibiotika, Mittel gegen Pilzinfektionen, Antivirenmittel, krebshemmende Mittel, Interferone, Rheumamittel (Fenoprofen), Muskelrelaxantien Baclofen), Schmerzmittel (Aspirin, Ibuprofen), Psychopharmaka (Antidepressiva, Clozapin), Antiepileptika (Benzodiazepine), Barbiturate, Beruhigungs- und Schlafmittel, Migränemittel, Parkinsonmittel, Malariamittel, Antiallergika, Erkältungsmittel, Augentropfen und -salben (Timolol), Immunsuppressiva (Ciclosporin A), harte Drogen*

### **Vitaminmangel**

*Blutfettsenker (Anionenaustauschharze - A, D), Antidiabetika (Metformin - B12), Leber-Therapeutika (Tiopronin - B6), TBC-Mittel (Isoniazid - B6), Zivilisationskost, Rauchen, Drogen, Licht- und Sonnenmangel, Alkohol, Normalkost*

### **Völlegefühl**

*Antidiabetika (Guarmehl), Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen, Laktulose in Abführmittel und Leber-Therapeutika, Mittel gegen Magengeschwüre (Famotidin), Magen- und Darmmittel (Sulfasalazin), Blutdruck- und Blutfettsenker, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen, durchblutungsfördernde Mittel, die Minipille, Sexualhormone (Gestagene, Östrogene), Mittel gegen Pilzinfektionen, TBC-Mittel (Teridon), Gichtmittel, Schmerzmittel, Antiepileptika (Valproinsäure), Schlafmittel (Chloralhydrat), Mittel zur Bronchienerweiterung (Ipratropiumbromid), Zivilisationskost*

### **"Vollmond-Gesicht" (Cushing-Syndrom)**

*Kortison-Präparate, Asthma-Dosieraerosole (bei Hochdosen)*

### **Wachstumsverzögerung**

*Vitamin-A-Präparate (Überdosen), Kortison-Präparate, Antibiotika (Tetracycline - bei Anwendung bei Kindern), Asthma-Dosieraerosole (unter*

*Anwendung bei Kindern)*

### **Wärmestau (Anhidrosis)**

*Mittel gegen Übelkeit u. Erbrechen, Krampflöser, Ipratropiumbromid in Mittel gegen Herzrhythmusstörungen u. Mittel zur Bronchienerweiterung, Muskelrelaxantien, Psychopharmaka (Neuroleptika), Parkinsonmittel, Antiallergika, Augentropfen u. -salben*

### **Wahnvorstellungen**

*Antibiotika (Ofloxacin), Psychopharmaka (Antidepressiva), Parkinsonmittel (Levodopa), Schlafmittel (Triazolam), nach Herzoperationen - wahrscheinlich durch Sauerstoffmangel (Herz-Lungen-Maschine)*

### **Wassersucht (Ödem)**

*Anabolika, Insuline, Abführmittel (Glaubersalz), Vitamin-A, Mittel gegen Herzrhythmusstörungen (Mexiletin), Blutdruck- und Blutfettsenker, Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), die (Mini-) Pille, Sexualhormone (Androgene, Gestagene, Östrogene), Behandlung von Harnwegsinfekten, Hormone, Kortison-Präparate, Hemmer der Schilddrüsenfunktion, Antibiotika, Antivirenmittel, Tetanus-Impfstoff, TBC-Mittel (Rifampicin), krebshemmende Mittel, Interferone, Rheumamittel (Naproxen), Muskelrelaxantien, Schmerzmittel (Ibuprofen), Psychopharmaka, Antiepileptika, Parkinsonmittel, Beruhigungs- und Schlafmittel, Wurmmittel, Immunsuppressiva (Ciclosporin A), ACTH, Strahlenbehandlung,*

### **Wildheit bei Kindern**

*Lebensmittelfarbstoffe, Eier, Soja-Produkte, Zucker, Vitaminmangel*

### **Wundheilung, schlechte**

*Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), Jod- und Kortison-Präparate, Augentropfen und -salben, Antibiotikapulver-Gabe auf das Operationsfeld, Vitaminmangel, Mineralstoffmangel (organische Mineralien)*

### **Zahnfleischblutung**

*Blutgerinnungshemmer, Antiepileptika (Trimethadion), Schlechtkost, zu harte Zahnbürste*

### **Zahnfleiscentzündung (Gingivitis)**

*Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), Blutdrucksenker (Reserpin), die Pille, Antibiotika, Interferone, Rheumamittel, Schmerzmittel (Ibuprofen), zu hartes Zähneputzen, Zivilisationskost*

### **Zahnschäden**

*Vitamin-C-Kautabletten (bei Dauerbehandlung), Psychopharmaka, die Pille, Zahnpasten, Eis, Cola, Limonaden, Kuchen, alle zuckerhaltigen Nahrungsmittel*

### **Zelltod (Nekrose)**

*Kalium-Präparate, Rheumamittel, bei Injektion von: blutdrucksteigernde Mittel (Dopamin), Antibiotika (Fusidinsäure), Rheumamittel (Orgotein), Psychopharmaka (Amitriptylin, Promethazin), Antiepileptika (Phenobarbital, Phenytoin), Starkschmerzmittel (Pentazocin), Beruhigungs- und Schlafmittel (Clorazepat, Flunitrazepam, Midazolam), Antiallergika (Promethazin)*

### **ZNS-Erkrankung**

*Rheumamittel (Indometazin), antiseptische Puder- und Umschlagslösungen, durch Liegen in Brutkästen bei Babys*

### **Zuckerkrankheit**

*Anabolika, Antivirenmittel, Blutdrucksenker, harntreibende Mittel, die (Mini-) Pille, Sexualhormone (Gestagene, Östrogene), Kortison-Präparate, krebshemmende Mittel, Interferone, Rheumamittel (Naproxen), Psychopharmaka, Migränemittel (Clonidin), Antiallergika, Mittel zur Bronchienerweiterung (Salbutamol), Zivilisationskost*

### **Zungenentzündung (Glossitis)**

*Akne- und Hautmittel (Vitamin-A-Säure), Antibiotika, krebshemmende Mittel, Antivirenmittel (Foscarnet), Rheumamittel, Schmerzmittel (Ibuprofen), Antiepileptika (Carbamazepin), Krankenhausaufenthalt*

### **Zyklusstörungen**

*Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen, Mittel gegen Magengeschwüre (Ranitidin), harntreibende Mittel, Sexualhormone (Östrogene), Psychopharmaka, Migränemittel (Dimetotiazin), Antiallergika (Promethazin), Mangel an Lebensstoffen*

---

**Quelle: Sammlung aus internationalen Fachzeitschriften und -büchern wie SPAIN "Iatrogenic diseases" McTAGGERT "What doctors don't tell you", und hauptsächlich des sehr empfehlenswerten Werkes "Vom Verdacht zur Diagnose - das ABC der unerwünschten Arzneimittelwirkungen", bestellbar bei Arzneimittelinformation- und telegramm (ATI), Petzower Straße 7, 14109 Berlin. (©LV 9706, 9829)**

---

Wie Du erkennst, stammt diese Übersicht aus vielen Quellen. Wenn ich *alle* durch Medikamente verursachte Schäden hier hätte aufnehmen wollen, würde ich zehn weitere Bücher gefüllt haben. In England wird *jedes Jahr* ein dicker Band von 1500 Seiten allein über die Medizinschäden vorgelegt.

**Ist ja klar: Es gibt 120.000 Chemiemedikamente – folglich gibt es auch 120.000 Nebenschäden! Was sag ich! Mindestens zehnmals so viele! Denn jedes Chemiemittel verursacht ja dutzendweise Schäden.**

Was sagt Dir denn jetzt Dein gesunder Menschenverstand, nachdem ich ihn Dir mit diesem Buch wieder aufgemöbelt habe? So krank wirst Du gemacht, wenn Du an einen Schulmediziner geraten bist - ein wahrer Arzt schützt Dich vor allen, auch den kleinsten Nachteilen seiner Behandlung! Ich hoffe, die wenigen hier aufgewiesenen Schäden genügen, daß Du zukünftig die Finger von jedem Chemiepräparat und den meist krankheitsverursachenden Nahrungs- und Genußmitteln aus den Fabriken und von den Giftböden der Chemiebauern lassen kannst.

### **Spätschäden der Medikamente - Spätdyskinesien (motorische Fehlhaltungen):**

Solche Muskelverkrampfungen treten bei 20 bis 30 Prozent der Patienten unter mehrjähriger Neuroleptika-Medikation auf und sind meist bleibend. Am häufigsten findet man stereotype, repetitive Hyperkinesen (übersteigerte Bewegungsformen) des Mundes, der Zunge und der Backen- und Kaumuskeln, die sich als Saug-, Schmatz- und Kaubewegungen äußern. Auch bizarre Wälzbewegung und/oder ein Hervorstößen der Zunge, Blinzeln, Hochziehen der Augenbrauen, ein Lidkrampf oder unwilliges Grimassieren sind häufig. Am übrigen Körper können sich distal betonte choreo-athetotische (groteske Muskulatur) Bewegungsabläufe zeigen, d.h. die Patienten leiden unter unwillkürlichen Muskelzuckungen bzw. komplexen bizarren Drehbewegungen der Arme und Beine. Seltener sind sogenannte ballistische oder hemiballistische Bewegungsstörungen, bei denen die Betroffenen Wurfbewegungen ausführen, oder die Dystonien (abnorme Haltungen, z.B. Kopfschiefhaltung). (Ärztliche Praxis 10/4.2.1995/3)



Solche bizarren Körperhaltungen sind Ausdruck von Neuroleptika-induzierten Spätschäden. Willst Du aus Dir ein solches Frankenstein-Monster machen lassen? Durch die Ärzte, die all diese Verbrechen mittels Chemie straffrei ausüben dürfen? Wird es nicht Zeit, daß wir uns dagegen erheben?

Beachte: Neben dem Kortison müssen auch Neuroleptika langsam abgesetzt werden oder eine Zeit auf atypische Neuroleptika, wie Sulpirid (z.B. Dogmatil, Meresa) oder Clozapin (Leponex), kurzzeitig übergegangen werden. Bevor Du Dich von ihnen endlich befreit hast. Wie dumm Du doch warst!

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × »[Der Große GESUNDHEITS-KONZ](#)« × »[Natürlich Leben](#)«  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#) ☼ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/9/90.html> - Update: 13.01.2000 16:33

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

<p>Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a></p>	<p>× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr</p>
---	---



# Kapitel 9: Argumente des Verfassers zur Beweisführung

## 9.91 Diese Schäden sind durch Labortests aufzudecken

Bei Abweichungen -  $\bar{}$  von den angegebenen Normalwerten

Damit bist Du in der Lage, Laborberichte über Urin- und Harntests selbst richtig zu beurteilen

Bezeichnung des Tests	Normalwerte	Hinweise auf Schäden
Bilirubin	gesamt: bis 1,1 mg/dl direkt: bis 0,3 mg/dl	- des »direkten« Bilirubins: Leberzellschäden, Galleabflußstau  - des »indirekten« Bilirubins: Hämolysen (hämolytischer Ikterus)
BSG Blutkörperchensenkungsgeschwindigkeit	Frauen 10-20 mm/Std. Männer 4-10 mm/Std.	- Entzündungen, Tumoren, Leukämien, Nieren- Leberschäden  - Rheumamittel, Aspirin, Kortison

Calcium	2,2-2,7 mmol/l (8,8-10,2 mg/dl)	- Hyperparathyreoidismus, D-Hypervitaminose, Knochenabbau  - entzündl. Darmerkrankg, Nebenschilddrüsen- Unterfunktion, Nierenerkrankg
Chlorid	Serum: 97-108 mmol/l  Urin: Tagesausscheidung: 120-240 mmol	- Niereninsuffizienz  - Erbrechen, Magenspülungen
Cholesterin	150-240 mg/dl  (Alters- und Geschlechtsabhängig!)	- Hypercholesterinämie, Hyperlipoproteinämien  - Hyperthyreose
CK (Creatinkinase) CPK (Creatinphosphokinase)	Männer 10-80 U/l  Frauen 10-70 U/l	- Herzinfarkt: 4-6 Stunden nach Infarkt, Maximum nach etwa 24 Stunden; Skelettmuskelschäden
CK-MB	unter 10 U/l	- Herzinfarkt: 15 bis 160 U/l
CRP (C-reaktives Protein)	bis 8,2 mg/l	- Entzündungen, Viruserkrankungen, rheumatische Erkrankungen

Differentialblutbild	<p>Erwachsene Neutrophil 55-70 % davon stabkernige 3-5 %</p> <p>Eosinophile 2-4 %, Basophile 0-1 %</p> <p>Lymphozyten 25-40 % Monozyten 2-6 %</p>	<p>- Granulozyten: bakterielle Infektionen, Vergiftungen, Blutverluste; Virusinfektionen</p>
Eisen	<p>Männer 40-170 µg/dl</p> <p>Frauen 37-150 µg/dl (je nach Alter)</p>	<p>- Eisenmangelanämien, Infektionskrankheiten</p>
Eiweiß	<p>Gesamteiweiß</p> <p>Serum: 66-83 g/l</p>	<p>- Flüssigkeitsmangel</p> <p>- Eiweißmangelernährung; Eiweißverluste z.B. durch Niereninsuffizienzen, Blutungen, Verbrennungen</p>
	<p>Urin: Gesamt bis 150 mg/24 Std.</p> <p>Albumin bis 20 mg/24 Std.</p>	<p>- Niereninsuffizienz, Pyelonephritis u.a. Entzündungen der ableitenden Harnwege</p>
Eiweiß-Fraktion	<p>Serum:</p> <p>Albumin 58-70 % (abs.: 35-50 g/l)</p>	<p>- Nierenerkrankung, Leberzirrhose</p>
	<p>α<sub>1</sub>-Globuline 2-4 % (abs.: 1,3-4 g/l)</p>	<p>- Nierenerkrankung, Frühstadium der akuten Entzündung</p>
	<p>α<sub>2</sub>-Globuline 5-10 % (abs.: 5,4-11 g/l)</p>	<p>- Akute Entzündung, Nierenerkrankung, subakut-chronische Entzündung</p>

	b-Globuline 7-13 % (abs.: 6-12 g/l)	- Nierenerkrankung, chronische Entzündung, Leberzirrhose, Hepatitis
	g-Globuline 11-19 % (abs.: 6-15 g/l)	- Entzündungen mit Immunreaktion, Leberzirrhose  - Nephrotisches Syndrom, Nierenerkrankung
Erythrozytenzahl	Erwachsene, weiblich: 3,9-5,6*10 <sup>6</sup> /ml  Erwachsene, männlich: 4,5- 6,5*10 <sup>6</sup> /ml	- Anämie, Blutverluste  - Flüssigkeitsverluste, Polyglobulie
Eisen	Männer 35-217 mg/l, Frauen 23-110 mg/l  Säuglinge u. Erwachs. üb. 65 Ja. bis 600mg/l	- Anzeichen für beginnenden Eisenmangel  - Chronische Entzündung, Tumor
Glucose	70-100 mg/dl	- Diabetes mellitus  - Überdosierung von Antidiabetika
oGTT	Blutzuckerwerte nach 1 Std. < 160 (Grenzbereich 160- 220) mg/dl, nach  2 Std. < 120 (Grenzbereich 120- 150) mg/dl	- Diabetes (Nüchternblutzucker im oberen Grenzbereich), Überschreiten des Grenzbereiches nach Belastung gilt als krankhaft

GOT	Männer bis 19 U/l  Frauen bis 15 U/l	- Lebererkrankungen  - Herzinfarkt, Skelettmuskelbeschädigungen
GPT	Männer bis 23 U/l  Frauen bis 19 U/l	- Lebererkrankungen
g-GT	Männer 6- 28 U/l  Frauen 4-18 U/l	- Lebererkrankungen, Verschlußikterus, Hepatitis, Leberzirrhose
Harnsäure	Serum: Männer bis 7,0 mg/dl  Frauen bis 5,7 mg/dl	- Gicht, Niereninsuffizienz
Harnstoff BUN  Harnstoff-Stickstoff	Serum: 5.23 mg/dl	- Nierenfunktionsstörungen, erhöhter Eiweißabbau (z.B. Abszesse)
Hämatokritwert	Kinder (1-10 Jahre) 35- 38 %  Erwachsene, weiblich 36-47 %  Erwachsene, männlich 40-54 %	- Anämie, Blutverluste  - Polyzytämie
Hämoglobin	Gesamthämoglobin: g/dl  Männer 13,3-17,7  Frauen 11,7-15,7	- Anämie
	MCH = mittlerer Hämoglobingehalt des Erythrozyten 27-34 pg	- Eisenmangelanämie

	MCHC = mittlere Hb-Konzentration im Erythrozyten 30-35 g Hb/dl Erythrozyten	- Eisenmangelanämie
Immungobuline	IgG IgA IgM g/l 8-18 0,9-4,5 6-2,8  Immunglobulin E:  Erwachsene bis 0,003 g/l	- chronische Infekte, Leberkrankheiten  - Antikörpermangel  - Allergien  - Tumoren
Kalium	3,5-4,7 mmol/l  Tagesausscheidung: 35-80 mmol	- Niereninsuffizienz, chronische Durchfälle, Mißbrauch von Abführmitteln, Diuretika  - Niereninsuffizienz, M. Addison
Kreatinin	Serum: Männer 0,7-1,4 mg/dl  Frauen 0,6-1,2 mg/dl  Urin: Tagesausscheidungen  Männer 8,7-24,6 mg/kg Körpergewicht  Frauen 7,3-21,4 mg/kg Körpergewicht	- Einschränkungen der Nierenfunktion  (z.B. Glomerulonephritis, Pyelonephritis, Harnstauung)

<p>LDH</p> <p>HBDH</p>	<p>Erwachsene 120-240 U/l</p> <p>Erwachsene 68-135 U/l</p>	<p>- Herzinfarkt (Spätdiagnostik, HBDH); Lebererkrankungen (Extremwerte bei Vergiftungen) und Skelettmuskelschäden (LDH<sub>5</sub>); Anämien; Leukämie</p>
<p>Leukozytenzahl</p>	<p>Kinder, 2-7 Jahre 6.000-15.000/ml</p> <p>Kinder, 8-12 Jahre 4.500-13.500/ml</p> <p>Erwachsene 4.000-10.000/ml</p>	<p>- Bakterielle Infektion, nichtinfektiöse Gewebsschädigungen, Stoffwechselstörungen, Leukämien</p> <p>- Knochenmarkschädigungen, Virusinfektionen, Immunkrankheiten</p>
<p>Lipase</p>	<p>Serum: &lt; 190 U/l</p>	<p>- Entzündungen der Bauchspeicheldrüse</p>
<p>Magnesium</p>	<p>Frauen: 1,87-2,51 mg/dl</p> <p>Männer: 1,78-2,56 mg/dl</p>	<p>- Niereninsuffizienz</p> <p>- Resorptionsstörungen, Erbrechen, Leberzirrhose (Symptome: Muskelkrämpfe)</p>
<p>Prolaktin</p>	<p>Frauen 58-519 mU/ml</p> <p>Männer 47-301 mU/ml</p>	<p>- Männliche und weibliche Sterilität, Aussetzen der Menstruation)</p>
<p>Quick-Test</p>	<p>70-120 %, therapeutischer Bereich: 15-25 %</p>	<p>Kontrolle bei der Behandlung mit Grinnungshemmern (z.B. Marcoumar)</p>

Retikulozytenzahl	Erwachsene 5-12 ‰ der Erythrozyten	- Hämolytische Anämien, Eisenmangelanämien nach Eisen-Therapie  - Aplastische Anämie
Thromboplastinzeit, partielle (PTT)	30-40 Sekunden	- Störungen im Gerinnungssystem
Thrombozytenzahl	Erwachsene 140.000- 400.000/ml	- Knochenmarkschädigung, gesteigerter Abbau  - Thrombozytose (400.000- 1.000.000/mm <sup>3</sup> bei Infekten und nach Blutverlust
Thyroxin (T <sub>4</sub> )	Gesamt-Thyroxin 5- 12 mg/dl  Freies Thyroxin FT <sub>4</sub> 0,8-2,0 ng/dl	- Hyperthyreose (Überfunktion der Schilddrüse)  - Hypothyreose (Unterfunktion der Schilddrüse)
Transferrin	Frauen 200-310 mg/dl  Männer 210-340 mg/dl	- Eisenmangel  - Tumor, chronische Entzündung, Nierenschäden
Trijodthyronin (T <sub>3</sub> )	Gesamt-T <sub>3</sub> 0,7-1,8 ng/ml  Freies T <sub>3</sub> 2,5-6,0 pg/ml	- Hyperthyreose <i>Quelle: Auszüge aus NACHT NEBEL, J.,</i>  - Hypothyreose <i>Normalwerte unseres Körpers, Bildbuch Vgl, Wien</i>

## I Erste Hilfe beim Herzstillstand und Ertrunkenen I

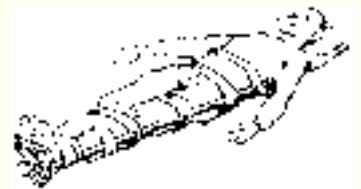




1. Knie Dich seitlich am Kopf des Liegenden hin.
2. Lege Deine linke Hand an seinen Stirnansatz, Deine rechte an das Kinn und beuge mit beiden Händen seinen Kopf weit zurück. Fixiere diese Lage mittels einem untergeschobenen Bekleidungsstück.
3. Lege den Daumen der rechten Hand quer unter die Unterlippe und schiebe sie nach oben, den Mund des Verunglückten so verschließend. Lege Deinen weit geöffneten Mund um seine Nase und blase kräftig Luft ein.
4. Hebe Deinen Mund hoch, ohne daß Du seine Kopflage veränderst, so daß seine Luft aus dem Brustkorb entweichen kann.
5. Presse erneut den Mund auf und blase wieder Luft ein. Wiederhole das Freigeben des Atemweges.
6. Bei Erwachsenen gebe etwa 16 mal, bei Kindern etwa 30 mal pro Minute einen Atemstoß in die Lunge.



Ì



### Erste Hilfe bei Knochenbruch Ì

Die hohe Kunst der Schulmedizin besteht nicht in der Heilkunst, also der Kunst des Heilens. Sie besteht darin, Dich mit ihren Chemiemedikamenten im Krankheitsfall nach deren erster Einnahme und Röntgen- und Atombestrahlungen für den Rest Deines Lebens schleichend krank und ausnutzbar zu halten.

Dies gelingt ihr dadurch, daß Dir die Ärzte Furcht einjagen vor etwas, das Dir nicht schaden kann (z.B. Bakterien). Und daß sie Dich begehrllich nach etwas machen, das scheinbar zuerst hilft (Medikamente), Dir später aber um so mehr Schäden zufügt.

Die Schulmedizin zieht damit ein auf entgegengesetzten Realitäten bestehendes Wertsystem auf: indem sie die Menschen durch betrügerische Hoffungsmache einen verhängnisvollen, durch nichts berechtigten Glauben an sie einpflanzt. Befreie Dich von diesem Glauben, der nichts als bloßer Aberglaube ist.

Gewinne Deine Freiheit durch die UrMethodik zurück, die Dich von allen Ängsten befreit und von Zukunftssorgen unabhängig macht.

## Medikamente für Notfälle

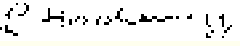
Diese Medikamente kann der Arzt in Notfällen ausnahmsweise einmal anwenden. Prüfe nach, ob er die richtigen nimmt oder genommen hat. Und ob sie nicht bereits zu alt sind.

<b>Notfall</b>	<b>Wirkstoff / Begegnung</b>	<b>Dosierung</b>	<b>Alter der Medizin bis höchstens Jahre</b>
<b>Angina Pectoris</b>	Coro-nitro (Glyzeroltrinitrat)  oder Nitratkapsel	nicht inhalieren; bis 2 Hübe in Mund	2
<b>Asthma</b>	Apsomol o.ä.  (Salbutamol-Aerosol)	Erwachsene = 1-2 Hübe, Kinder=1 Hub  (Herzfrequenz unter 130/min)	
<b>Angstzustände und Bewegungsstörungen (verursacht durch Neuroleptika)</b>	Urapidil,  Akineton (Biperiden)	12,5mg i.v. alle 5- 10 min wiederho.; bis 60mg  2,5 - 5mg i.m. oder langsam i.v.	5
<b>Blutverlust, erheblicher</b>	Kochsalzlösung;  besser: Elektrolytlösung		
<b>Blutdrucküberhöhungs- Krise</b>	Nifedipin	5mg-Kapsel zerbeißen	3

<b>Erbrechen, Schwindel</b>	Vomex A (Dimenhydrinat)	Erw.=bis 124mg i.v., Ki.=1,25mg/kg Gewicht	5
<b>Herzinfarkt</b>	Oberkörper hoch lagern, Sauerstoffbeatmung, Nitroglycerinspray  oder Atropin	2 Hübe / bis 1mg i.v.	5
<b>Herzinfarkt, schmerzhafter</b>	Aspirin oder Morphin  oder Diazepam	500mg Tabl. oder i.v. 5 - 10mg i.v.	3
<b>Herz- Rhythmusstörung  (auch bei Infarkt)</b>	Xylocain (Lidokain)	50 - 100mg i.v. nur unter EKG- Kontrolle	3
<b>Hexenschuß</b>	Diclofenbeta (Diclofenac)	100mg rektal	
<b>Kreislaufstillstand</b>	Mini-Jet-Adrenalin, Adrenalin	Erw.=0,1mg i.v.; Ki.=0,01mg pro 10kg i.v. 0,5 - 1mg langsam i.v.; 0,1mg pro 10kg i.v.	1
<b>Krampfanfall</b>	Diazepam Desitin (Doryl bei Afterschließmuskelkrampf)	Erw.= 10mg rektal, ggf. wiederholen;  Kinder= 5mg	
<b>Lungenödem</b>	Nitrendipin  (oder eine Nitroglycerinkapsel) oder Furo (Furosemid)	5mg = 1 Phiole in Mund  20 - 40mg i.v. (max. 4mg/min)	
<b>Nierenkolik</b>	Novalgin (Matamizol)	lt. Packungsanweisung	

<b>Schmerzen, allgemein</b>	Voltaren (Diclofenac)	100mg rektal	
<b>Koliken</b>	BS-Ratiopharm	Erwachsene = 30mg i.m. oder langsam i.v.;  Kinder = 5mg i.v.	
<b>Migräne</b>	Ergotamin	1 Hub; wiederholen nach 10 min.	
<b>für Dauerschmerz</b>	Morphin	5 - 10 mg i.v. (10mg/min)	
<b>Unterzuckerung</b>	Glukosteril (Glukose 40%)	20 - 100ml langsam i.v.	4

Als UrMethodiker hast Du diese Chemie nie mehr nötig!

 Ach, es gibt so viele kluge, einsichtsvolle und wahre Ärzte (also keine Mediziner!) - mir tut es für sie sehr leid, daß ich über ihre Kollegen hier so oft pauschal die Wahrheit sagen mußte:

Daran erkenn' ich die gelehrten Herrn: Was ihr nicht tastet, steht euch meilenfern; was ihr nicht fasst,

das fehlt euch ganz und gar! Was ihr nicht rechnet, glaubt ihr, sei nicht wahr; was ihr nicht wägt,

hat für euch kein Gewicht, was ihr nicht münzt, das, meint ihr, gelte nicht. (*Goethe, Faust II*)



## 9.92 Literatur-Verzeichnis mit Zitaten und Autoren-Anmerkungen dazu

Hier findest Du alle Nachweise meiner Ausführungen und Behauptungen im Buchteil. Die meisten der hier aufgeführten Werke kannst Du, willst Du Dir die Beschwer antun, in den Universitäts-, Stadt- oder Gemeindebüchereien einsehen. Die medizinischen Zeitschriften findest Du alle in den medizinischen Abteilungen der Universitäten bzw. in den Universitätskliniken.

**Ich begnüge mich hier, im Gegensatz zum sonst üblichen, nicht mit bloßen Quellenangaben. Ich gebe das Wichtigste für Deine Erkenntnisse und Deine Gesunderhaltungs- und Gesundheitsabsichten hier auszugsweise wieder. So bist Du in der Lage, Dir ein**

## **objektives Urteil zu bilden.**

Leser berichteten mir, dieses Literatur-Verzeichnis sei oft noch spannender als das Buch selbst.

Ich wünsche Dir viel Spaß dabei, meinen im Buchteil oft kaum glaubhaften Behauptungen hier auf den Grund zu gehen. Und Dir die Nachweise dafür anhand zu geben. Womit nun die sogenannte wissenschaftliche Medizin mit ihren eigenen Waffen geschlagen wird. Merke:

- Die in Klammern stehenden Übersetzungen lateinischer Ausdrücke sind von mir der Quellenfassung zugefügt, damit Du gleich alles verstehst und Dich davon nicht abschrecken läßt, den Text zu lesen.

Eine Klammer mit drei Punkten (...) bedeutet, daß ein Zwischenteil des Quellentextes von mir nicht zitiert worden ist. Alle Unterstreichungen der Texte wurden von mir, dem Verfasser, zum Verdeutlichen und Hervorheben der Bedeutung des Zitats vorgenommen.

Unterpunktierte Worte bedeuten: Diese sind im Sachwort-Verzeichnis aufgeführt. Zusätzlich findest Du dort aber auch nicht unterpunktierte Schlagnach-Worte. Deshalb sieh bei einem Dich besonders interessierenden Thema stets in diesem Index nach.

- Das hinter den Überschriften gelegentlich in Klammern vermerkte Wort »Originalschlagzeile« (O.S.) habe ich deshalb manchmal zusätzlich setzen lassen, weil es Dir vielfach unglaublich erscheinen mag, daß so etwas in den Fachzeitschriften der Mediziner wörtlich schwarz auf weiß geschrieben wurde.
- Sind die Ausführungen im folgenden Literaturverzeichnisteil in der gleichen Schriftart wie diese Zeilen gesetzt, so handelt es sich um meinen (des Verfassers) Kommentar zum wiedergegebenen Quellentext.
- Die schmallaufende Schriftart (Schriftart Univers) im folgenden Literaturteil bedeutet: Hier wird nicht etwas auf meinem Mist Gewachsenes zitiert, sondern ein Auszug aus dem angegebenen Buch oder der angeführten Zeitschrift wiedergegeben, der mir am wichtigsten oder prägnantesten für Dich und die Wahrheitsfindung schien. So bleibt Dir selbst meist erspart, die Zeitschriften einzusehen oder die Bücher auszuleihen bzw. zu erwerben. Du siehst - wie würde der Kaufmann es ausdrücken -, ich habe im Gegensatz zu den anderen Fachautoren keine Mühe und Kosten gescheut, um Dich besonders gut und umfassend aufzuklären. Denn die meisten Verlage verlangen für die Rechte, deren Texte oder Bilder nachzudrucken, erhebliche Lizenzgebühren. Und alle mußte ich für diese Genehmigungen anschreiben - ein wahnsinniges Unterfangen.
- Die über dem Quellentext stehenden Zahlen, denen ein Buch-Symbol & vorgesetzt ist, verweisen auf den Text im vorderen Buchteil. Dadurch bist Du schnell in der Lage, den dieser Quelle entsprechenden Abschnitt im vorderen Buchteil wiederzufinden. Auch das ist ein absolutes Novum in der Handlichmachung eines Fachbuches für Dich, geschätzter Leser.

Wenn Du im Buchteil ein Thema nicht besprochen findest (z.B. über Schluckauf), dann

schaue im Sachwortverzeichnis nach, ob es sich unter einer Nummer im Literatur-Verzeichnis befindet. Du kannst auch das Sachwortverzeichnis durchgehen und nachschlagen, was Dich interessiert.

- **Bei bereits bei Dir sicher diagnostizierten Krankheiten schau unbedingt unter den Stichworten (z.B. Krebs *und* Brustkrebs) nach und gehe *alle* im Sachwortverzeichnis angegebenen Quellennummerangaben durch, die sich manchmal sehr verstreut - um Deine Aufmerksamkeit auf Hochtouren zu halten - im Literaturteil befinden.**
- Die fetten, im Literatur-Verzeichnis neben dem Rand stehenden Zahlen sind identisch mit den hochgestellten kleinen Ziffern im vorderen Buchteil. Sie erlauben Dir beim Lesen des Hauptbuchteils einen sofortigen Zugriff auf die hier wiedergegebenen Quellen nebst meinen Kommentaren zum Thema.
- Alle ein- bis dreistelligen Zahlen betreffen den reinen Buchteil: 1-999. Es sind die Randziffern (Rz).

Alle vierstelligen Zahlen geben im Buchteil Hinweise für das Literatur-Verzeichnis: 0001-9999 (LV).

---

× [Bund für Gesundheit e.V.](#) × [»Der Große GESUNDHEITS-KONZ«](#) × [»Natürlich Leben«](#)  
× [UrMedizin](#)

Machen Sie einen Eintrag in unser [Gästebuch!](#)  
Bitte besuchen Sie das [Urkostforum](#) von Brigitte Rondholz!

**Service :** [English!](#) ([Important note!](#)) : [Français!](#) : [Gesamtübersicht](#) : [Download \(7 MB\)](#)

**Suchen :**

**Kontakt :** [e-mail](#) : [Report an Webmaster](#)    ⌘ = externe Datei · [Disclaimer](#) / [Haftungsausschluß](#)

**URL :** <http://www.bfgev.de/dggk/9/91.html> - **Update: 13.01.2000 16:33**

Wir informieren Sie über Neuigkeiten: × [Anmelden](#) × [Abmelden](#) - Einfach klicken und leer absenden!

Der Domainname ist eine Spende der <a href="#">Transmedia GmbH</a>	× Erstellung × Wartung × Support kostenlos durch × <a href="#">Antivivisektion e.V.</a> × <a href="#">Für Vegetarismus!</a> - <a href="#">Gegen Tierversuche</a> - <a href="#">Vegi-Büro Schweiz</a> Tierversuchsgegner Rhein Ruhr
--	---