



## Inhalt

<b>Einführung</b>	
Der Mensch ist mehr als sein Krebs	2
<b>Teil I</b>	
<b>Was kann ich tun?</b>	
Grundsätzliches zum Einstieg	3
Ernährungsprinzipien	5
Der optimale Tagesablauf	6
Das Programm	7
Einkaufsliste	12
<b>Teil II</b>	
<b>Die Probleme und ihre Lösung</b>	13
<b>1. Krebs ist ein Immunschwächeproblem</b>	14
Lösung: Stärkung des Immunsystems	15
<b>2. Krebs ist ein Vergiftungsproblem</b>	21
Lösung: Entgiftungsmaßnahmen	22
<b>3. Krebs ist ein Übersäuerungsproblem</b>	26
Lösung: Säure-Basen-Ausgleich	28
<b>4. Krebs ist ein Sauerstoffproblem</b>	32
Lösung: Aktivierung der Zellatmung	33
<b>5. Krebs ist ein Energieproblem</b>	35
Lösung: Regulierung des Energiehaushalts	37
<b>6. Krebs ist ein Stressproblem</b>	43
Lösung: Konflikt- und Stressmanagement	45
<b>7. Krebs ist ein Bewusstseinsproblem</b>	48
Lösung: Entwicklungsschritte des Bewusstseins	50
<b>Empfehlenswerte Literatur</b>	53



## Einführung

### **Der Mensch ist mehr als sein Krebs.**

Viele von Krebs betroffene Menschen bezeichnen die Diagnose im Rückblick als Einschnitt und Wendepunkt in ihrem Leben. In einer Situation voller Ungewissheit und Angst ist es mehr denn je wichtig, gute Entscheidungen für sich selbst zu treffen.

Der Erfolg der Therapie wird mitbestimmt von der passenden Lösungsstrategie und der entsprechenden Einstellung und Haltung der Krankheit gegenüber.

Von Krebs betroffen zu sein bedeutet, sich in einem Prozess zu befinden, in dessen Auswirkung schließlich der Tumor in Erscheinung tritt. Dieser Tumor jedoch ist immer nur ein Symptom, das sich in aller Regel über Jahre hinweg aus der Summe unterschiedlicher Einflussfaktoren entwickelt. Krebs ist eine multifaktorielle Erkrankung.

Heilungserfolge resultieren deswegen nicht allein aus der Bekämpfung des Symptoms, sondern aus der Behandlung des Patienten in der Gesamtheit seiner individuellen körperlichen, geistigen und seelischen Aspekte. Erfolgreiche, nachhaltige Therapie zur Wiedererlangung der Gesundheit bedingt, den Fokus auf die physischen und psychischen Ursachen der Krebsentstehung zu richten.

Werden Zusammenhänge rund um die Entstehung des Krankheitsbildes erkannt und die individuellen Gründe für das ungebremste Zellwachstum verstanden, erschließen sich wertvolle zusätzliche Ansätze zur Unterstützung der Behandlung. Gesundheit ist letztendlich die Summe vieler Einzelaspekte.

„Krebs als Chance“ ist eine Sammlung von erprobten Maßnahmen begleitend zu Chemotherapie und Bestrahlung, um die Nebenwirkungen abzumildern und die Überlebenschancen zu erhöhen. Gleichzeitig beschreibt die Anleitung eine Strategie, um den multifaktoriellen Krankheitsprozessen bei Krebs ganzheitlich zu begegnen.



## Teil I

### Was kann ich tun?

#### Grundsätzliches zum Einstieg

##### **Keine Angst vor der Angst!**

Eine Krebsdiagnose macht Angst. Dennoch - auch Ängste haben positive Seiten. Wenn sie zum Beispiel als Antrieb verstanden werden können, um sich für das Leben stark zu machen, um aktiv zu werden und längst fällige Veränderungen in Angriff zu nehmen, oder um sich verdrängten Sorgen und Konflikten zu stellen, die mit einem tieferen Verständnis der Dinge immer im Zusammenhang mit der Erkrankung zu sehen sind.

Jede Angst verliert ihren Schrecken, wenn ihr Sinn angenommen und akzeptiert werden kann.

##### **Entschleunigen!**

Die Präcancerose, d.h. der Zeitraum, in dem sich ein Tumor zu einer messbaren Größe entwickelt, kann 10 bis 15 Jahre dauern. Unter diesem Gesichtspunkt können Entscheidungen über erforderliche Eingriffe und Maßnahmen in Ruhe abgewogen werden. Eine gut durchdachte Entscheidung ist die Basis für das Vertrauen und die Sicherheit in die Wahl der Therapie.

##### **Das Symptom ist nicht die Krankheit!**

Der Tumor ist ein Symptom, das als Ergebnis unterschiedlicher Prozesse auf emotionaler, mentaler und organischer Ebene auftritt. Diese individuellen Faktoren sind in der Summe die Ursache und bewirken die eigentliche Krankheit.

Allein das Symptom zu bekämpfen, kann die Gesundheit nicht wieder herstellen. In aller Regel verschlimmert sich die Lage dadurch zusätzlich (Rezidive, Metastasen), weil neue, krankmachende Faktoren hinzukommen. Die Ursachenanalyse und deren Behandlung bewirken eine Veränderung der Symptomatik und damit eine Verbesserung des Krankheitsbildes.

##### **Im Vordergrund steht der Mensch!**

Bei einer Krebserkrankung richtet sich alle Aufmerksamkeit auf den Tumor. Betroffen ist jedoch immer der ganze Mensch, der mit seinem persönlichen Schicksal und seinen Gefühlen wesentlicher Teil des Geschehens ist.

Nachhaltigen Erfolg erzielt eine Therapie vor allem dann, wenn sich der Mensch über die körperlichen Funktionen hinaus in seiner Gesamtheit als geistig-seelisches Wesen begreifen lernt und er dementsprechend handelt und behandelt wird.



### **Gesundheit ist die Summe vieler Aspekte!**

Krebs ist eine multifaktorielle Krankheit. Das Erkennen der unterschiedlichen Auslöser ermöglicht differenzierte Ansatzmöglichkeiten für die Behandlung und erhöht die Chance, das Geschehen in positiver Weise beeinflussen zu können.

Wenn bildlich gesprochen alle Hebel in Bewegung gesetzt werden, erhöhen sich die Aussichten auf nachhaltige Regeneration.

### **Hilf dir selbst!**

Jede Therapie ist nur so gut wie die Chancen, die sie bietet und nur so erfolgreich, wie der Patient, der sie anwendet. Kein Therapeut kann die Verantwortung für das Leben seines Patienten übernehmen. Krebs ist eine persönliche Lebensaufgabe. Sie anzunehmen bedeutet gleichzeitig Einfluss zu nehmen auf das Krankheitsgeschehen und den Gesundheitsverlauf.

### **Alles ist vollkommen**

Schwere Krankheit ist eine Herausforderung, die dazu auffordert, das scheinbar Paradoxe zu erkennen und anzunehmen: Die Vollkommenheit in allem was ist, die andere Realität hinter dem scheinbaren Drama, das wirklich Bedeutsame für die Entwicklung der Seele, das Einverständnis mit einem tieferen Sinn des Leidens.

Das (Er)Leben ist immer ein Spiegelbild unserer Überzeugungen. Wenn wir erkennen, dass alles vollkommen ist, werden wir erleben, dass alles möglich ist.



## Ernährungsprinzipien bei Krebs

**Um einen spürbaren Effekt zu erzielen, ist es empfehlenswert, über einen Zeitraum von drei bis sechs Monaten auf folgende Nahrungsmittel zu verzichten:**

- tierisches Eiweiß: Fleisch, Fleischwaren, Wurst, Eier, Fett
- Gebratenes, Geröstetes und Gegrilltes
- Weißmehl und Weißmehlprodukte, Konditorwaren
- Nudeln
- Zucker – alle Formen raffinierten Zuckers, auch brauner Zucker, zuckerhaltige Nahrungsmittel und Getränke
- Kaffee, Alkohol und Nikotin
- hochoverhitzte Pflanzenöle
- gehärtete Fette wie Butter, Margarine oder Back-, Brat- und Frittierfett
- Konservierungsmittel bzw. Konserven, Zusatzstoffe, Geschmacksverstärker
- jodiertes, fluoridiertes Industriesalz
- gedüngte, chemisch behandelte Nahrungsmittel
- Tiefkühlkost
- aufgewärmte Speisen

**Grundsätzlich erlaubt und empfehlenswert:**

- Gemüse: alle Sorten (mögl. aus biologischem Anbau), als Salate oder schonend gedämpft. Nachträglich mit Oleolux und Kräutern würzen.
- Salate: alle Sorten (mögl. aus biologischem Anbau), auch Wildkräuter
- Obst: alle Sorten (mögl. aus biologischem Anbau), sonnengereift
- Beilagen: Buchweizen, Hirse, Quinoa, Amaranth, Kartoffeln, Reis
- Fette und Öle: Leinöl, Kokosfett
- Nüsse: Mandeln, Pinienkerne, Cashew-Kerne, Haselnüsse, Walnüsse, Paranüsse, usw. (aber: keine Erdnüsse); Leinsamenschrot, Erdmandelflocken
- Brot: eher sporadisch, dann nur Vollkornbrot
- Brotaufstriche: Oleolux als Butterersatz, alle Sorten Käse, Aufstriche auf Quark-Leinöl-Basis, z.B. mit Avocado, Kräutern
- Süßungsmittel: Honig, Fruchtsäfte (z.B. Trauben- oder Apfelsaft), Datteln, Feigen
- Gewürze: frische Kräuter, hefefreie Gemüseswürzmischungen ohne Geschmacksverstärker, wenig Stein- oder Himalayasalz
- Getränke: Stilles Wasser, alle Sorten Kräutertee (Basenteel!), Grüntee, Muttersäfte aus Obst und Gemüse, Sauerkrautsaft, frisch gepresste Säfte

- Wichtig:**
- Rohkost bis ca. 14 Uhr
  - Reihenfolge: Getränke vor Rohkost vor Gekochtem
  - Letzte Mahlzeit bis ca. 18 Uhr
  - Trinkmenge mindestens 30ml pro kg Körpergewicht
  - Mindestens 3x täglich ein warmes Getränk
  - Speisen frisch zubereiten (keine Speisereste, keine Mikrowelle)



## Der optimale Tagesablauf

Beginnen Sie mit 2 bis 3 Einleitungstagen, in denen Sie nur Haferflocken und 250 g Linomel mit Fermentgold (Muttersaft, d.h. 100-prozentiger Direktsaft aus Papaya und Apfel) zu sich nehmen. Danach halten Sie sich an folgendes Tagesprogramm:

Vor dem Frühstück:

- Ölziehen
- Kaffee-Einlauf
- Körpereinreibung mit Eldi-Öl „R“ (Elektronen-Differenzierungs-Öl) nach Dr. Johanna Budwig
- Visualisierungsübungen während der Einwirkzeit des Eldi-Öls (15 Minuten)
- 1 Glas Sauerkrautsaft
- Flor-Essence (Anleitung siehe Packungsbeilage)
- Milchsäuretropfen (RMS Petrasch, RMS Asconex; Anleitung siehe Packungsbeilage)

Frühstück:

- 1 Glas frisch gepresster Saft
- Budwig-Frühstück mit Leinöl-Quark-Müsli
- abwechselnd Basentee-Mischung, Grüner Hafer-, Kräuter-, Salbei-, Grüntee, stilles Wasser

Zwischenmahlzeit:

- 1 Glas frisch gepresster Saft
- Milchsauer vergorene Getränke und Gemüse

Mittagessen:

- Rohkostsalate und Vollwertgerichte nach Dr. Budwig anschließend
- Leberwickel
- Mittagsschlaf
- 15 Min. Visualisierungsübungen

Nachmittags:

- 1-3 Eßl. Linomel oder frisch geschroteter Leinsamen in Ananassaft oder Fermentgold
- Bewegung an der frischen Luft, mindestens 30 Minuten

Abends:

- gedämpftes Gemüse, Suppe mit Flocken oder Körnern, Buchweizenmus mit Gemüsebrühe, Tee und stilles Wasser
- Eldi-Öl-Massage
- Basenvollbad, Fußbad  
Alternativ: Basenstrümpfe über Nacht
- Sauna, Dampfbad
- Abendspaziergang, Meditation
- 15 Min. Visualisierungsübungen
- Leberwickel



## Das Programm im Tagesablauf

### Nach dem Aufstehen:

#### Ölsaugen

Täglich morgens nach dem Aufstehen:

1 Eßl. kaltgepresstes Sonnenblumen-Öl durch die Zahnzwischenräume ziehen und im Mundraum hin und her spülen.

Nach etwa 10-15 Minuten wird das Öl immer dünnflüssiger und kann ausgespuckt werden.

Vorsicht, nicht schlucken! Das Öl ist voller Keime und sollte am besten in ein Papiertuch gespuckt und im Restmüll entsorgt werden.

Den Mund gründlich mit klarem Wasser spülen, die Zunge mit einem Zungenschaber (Apotheke oder Reformhaus) reinigen. Anschließend Zähne putzen, Zahnzwischenräume reinigen und den Mund nochmals mit einer Solelösung oder Mundwasser ausspülen.

**Sonnenblumenöl:** Bio-Qualität, kaltgepresst, in dunkle Flaschen abgefüllt

**Solelösung:** Salzbrocken in einem Schraubglas über Nacht mit Quellwasser ansetzen, bis die Lösung gesättigt ist.

#### Kaffee-Einlauf

1 Liter Wasser abkochen (destilliertes Wasser oder Quellwasser)

3 Eßl. biologischer, koffeinhaltiger Kaffee (nach Möglichkeit frisch gemahlen)

aufgießen, 20 Minuten ziehen lassen, abseihen, auf Körpertemperatur abkühlen

Um Kotbestandteile des Dickdarms zu lösen, lässt man vor dem Kaffee-Einlauf etwa 500-700 ml körperl warmes Wasser mit etwas Natriumbicarbonat (Kaiser-Natron, pH-Wert zwischen 8 und 8,5) in den Darm einlaufen. Dieser vorbereitende Basen-Einlauf kann schnell wieder abgelassen werden.

Zum Einführen wird ein Irrigator (Eimer-Schlauch-System aus der Apotheke) mit einer flexiblen Einlaufhilfe benutzt.

Den auf Körpertemperatur abgekühlten Kaffee lässt man in den Schlauch einlaufen, damit die Luft entweichen kann und führt ihn wie folgt ein:

1. After und Ende des flexiblen Schlauches mit etwas Vaseline oder einer fetthaltigen Creme gleitfähig machen
2. Irrigator erhöht befestigen, damit ein Gefälle entsteht
3. Knie-Ellenbogen-Lage einnehmen und Schlauch langsam einführen
4. zum Einlauf Seitenlage einnehmen
5. Nach dem Einlauf den Schlauch entfernen, zunächst auf die linke Seite legen (Flüssigkeit gelangt in den absteigenden Dickdarmast), danach Rückenlage mit erhöhtem Becken und dann bequem auf der rechten Seite einige Minuten liegen bleiben. Sollte ein starker Drang entstehen, nochmals Rückenlage mit erhöhtem Becken einnehmen.



Sind 10 bis 20 Minuten um, auf die linke Seite drehen, dies löst meist den Drang zur Entleerung aus. Wenn nicht, nimmt man den Vierfüßler-Stand ein und atmet wie ein Blasebalg in den Bauch ein. Damit erreicht man eine schnelle und oft vollständige Entleerung. Dies unter Umständen wiederholen.

Es hört sich viel komplizierter an, als es ist!

Anfangs kann man, sollte es mit einem Liter nicht klappen, mit weniger Flüssigkeit beginnen. Es ist auch normal, wenn der Drang bei den ersten Malen schon nach kurzer Zeit sehr stark wird. Aber mit einigen Versuchen stellt sich die deutlich wahrnehmbare, wohltuende Wirkung ein.

Ist viel Luft im Darm, empfiehlt es sich, mehrere Male kleine Mengen Wasser einlaufen zu lassen, um die Luftblasen aufzulösen. Erst nachdem das Wasser gut gehalten werden kann, sollte man den Kaffee-Einlauf beginnen.

Es ist normal, wenn eine wesentlich geringere Menge Flüssigkeit den Darm wieder verlässt, da große Teile Koffein und Wasser durch die Darmwand aufgenommen werden.

## **Körpereinreibung mit Eldi-Öl „R“ (Elektronen-Differenzierungs-Öl) nach Dr. Johanna Budwig**

Das Eldi Öl wird für die Anwendung am ganzen Körper benutzt. In der Regel sollte der Ablauf 2 mal täglich (morgens und abends) durchgeführt werden:

Man trägt das Öl auf den ganzen Körper auf und massiert es dabei besonders intensiv in Achsel- und Leistengegend (Lymphgefäße) sowie an den speziellen Problemzonen (z.B. Brust, Leber) in die Haut ein. Auf schmerzempfindliche Bereiche wird selbstverständlich Rücksicht genommen.

Man lässt das Eldi-Öl etwa 10-20 Minuten einwirken. Dabei zieht man am besten einen alten Bademantel an, da sich die Ölflecken beim Waschen kaum mehr entfernen lassen.

Danach sollten 2 Duschgänge stattfinden:

Man bleibt einige Minuten unter dem angenehm temperierten Duschstrahl stehen, wodurch sich die Poren öffnen und noch mehr Öl in die Haut aufgenommen werden kann.

Versuchen Sie, diesen Teil der Dusche ganz bewusst zu genießen, die Wärme und die leichte Massage der Wassertropfen zu spüren.

Dann seift man sich mit einer sehr milden Seife ein (z.B. Stutenmilchseife) und spült sie mit dem noch warmen Duschstrahl wieder ab.

Anschließend wird die Temperatur auf „kalt“ eingestellt und der Duschgang abgeschlossen.

Wie lange Sie die kalte Dusche aushalten, hängt von Ihrem persönlichen Empfinden ab. Sie sollten sich weder quälen, noch einem kurzfristigen Unbehagen zu schnell nachgeben. Die Toleranz gegenüber dem kalten Abschluss wird im Laufe der Zeit immer größer werden. Sollten Sie zu den kälteempfindlichen Naturen gehören, wählen Sie eine Wassertemperatur, die Sie selbst subjektiv als kalt erleben.

Durch den abschließenden Kältereiz schließen sich die Poren der Haut, der Organismus wird ange-regt, die Haut besonders gut zu durchbluten und das Ausgleichssystem zu trainieren.

Danach 15-20 Minuten Bettruhe





## Frühstück:

### Frisch gepresste Säfte

Für die Säfte bitte unbedingt eine Saftmaschine mit Magnet-Presskolben verwenden.

#### Saftmischung nach Breuss:

- 300 g rote Beete, 100g Karotten, 100g Sellerie, etwa 30g schwarzer Rettich und eine kleine Kartoffel, die besonders bei Leberkrebs sehr wichtig ist.

#### Vorschläge für Saft- und Kraft-Mischungen:

- 2 Äpfel, 2 Fenchelknollen, frischer Ingwer
- 1 rote Beete, 4 Äpfel, 4 Karotten, 1 Zitrone (die Hälfte mit Schale)
- 1/4 Ananas, 2 Kiwi, 1 Süßkartoffel, mit Mandelblättchen bestreuen
- 1/2 Ananas, 1 Fenchelknolle, 3-4 Karotten, 1 Zitrone

### Leinöl-Quark-Müsli nach Dr. Budwig

100-125 g Magerquark (Ziegen- oder Schafquark bevorzugt) mit 3 Eßl. Leinöl und etwas Milch oder Buttermilch gut verrühren, so dass eine homogene Masse entsteht. Bei Bedarf kann 1 Eßl. Honig, Zimt, Vanille oder Traubensaft dazugegeben werden.

Frisches Obst nach Jahreszeit sowie LInomel (Leinsaat-Honiggranulat) oder frisch geschroteter Leinsamen zur Creme dazugeben.

Wer morgens viel Hunger hat, kann zusätzlich Erdmandelflocken ins Müsli mischen. Sie sind basisch und sehr sättigend.

Die Creme kann auch mit frischen Kräutern gemischt und zu Avocado, Tomaten, Gurke, Radieschen, usw. gegessen werden. Dazu empfiehlt sich hin und wieder Vollkornbrot oder Essener Brot. Mit Kartoffeln und Rohkostsalaten ergibt der Leinöl-Kräuter-Quark ein vollwertiges Mittagessen.

### Trinken

- stilles Wasser
- Tee
- Dr. Budwig erlaubt 1 Glas Sekt!

### Zwischenmahlzeiten

- frisch gepresster Saft
- Nüsse, Samen, Trockenfrüchte



## Mittag:

### Als Vorspeise: Rohkost und basische Brühe

- Salat mit Leinöl-Mayonnaise (3 Eßl. Leinöl mit Quark und Gewürzen gemischt) oder
- Rohkost (z.B. Karotte, Süßkartoffel, Sellerie, Rote Beete, Kraut) in Leinöl-Zitronen-Marinade mit Gemüseswürze mit Gomasio (Sesamsalz)
- **Rezeptbeispiel für eine basische Brühe**, die nach Belieben mit allen jahreszeitlich frischen Gemüsesorten variiert werden kann:
  - 1 Zwiebel, 4 Petersilienwurzeln und 1 Sellerieknolle in kleine Würfel schneiden in 2 Liter Wasser ansetzen
  - 2 Lorbeerblätter, etwas Bohnenkraut und Majoran dazugeben
  - 3 Stangen Lauch in feine Ringe schneiden,
  - 2 Rote Bete (oder Zucchini) in kleine Würfel und
  - 1 kleinen Weißkohl in feine Streifen.

Alle Zutaten in die Suppe geben und eine halbe Stunde köcheln lassen.  
Gemüse aus der Brühe nehmen (nicht als Beilage verwenden) und die Brühe sofort heiß trinken.

### Als Hauptgericht: Basische Vollwertkost

- frisches Gemüse, gekochte Kartoffeln mit Kräuterquark, Oleolux oder Leinöl-Mayonnaise
- Buchweizen, Quinoa, Hirse, Vollkornreis
- 1 mal pro Woche Spaghetti
- **Oleolux** (zum Verfeinern und als Butterersatz)

125 ml Leinöl  
250 g ungehärtetes Kokosfett  
1 mittelgroße Zwiebel  
10 Knoblauchzehen

Leinöl in eine Schüssel geben und ins Gefrierfach stellen.  
Zwiebel schälen, vierteln und mit dem Kokosfett zusammen solange erhitzen, bis sich die Zwiebeln bräunen (6-8 Min).  
Knoblauchzehen schälen und dazugeben (4-5 Min).  
Das Kokosfett durch ein Sieb zu dem vorgekühlten Leinöl gießen und die Mischung solange durchrühren, bis sich keine Ölsuren mehr zeigen.  
Anschließend gibt man das Öl in Gläser mit Schraubverschluss und stellt diese zum möglichst schnellen Abkühlen ins Gefrierfach.  
Oleolux im Kühlschrank aufbewahren.

### Als Dessert:

- Quark-Leinöl-Speise mit Honig



## Nachmittag:

### Leberpackung

Eine Leberpackung nach dem Mittagessen und abends zum Einschlafen unterstützt die Entgiftungsleistung und entspannt.

Ein Tuch mit etwa 250 ml warmem Natronwasser (2 TL Natriumbicarbonat/Natron) tränken, ausdrücken und so warm wie möglich eine Handbreite unter dem rechten Brustkorb (unterster Rippenbogen) platzieren.

Mit einer Wärmflasche und einem Tuch abgedeckt mindestens 15 bis 20 Minuten ruhen.

## Abend:

### Als Mahlzeit: Gekochtes und Suppen

- Gemüseteller mit Kräutern, Leinöl oder Oleolux verfeinert
- Getreidesuppe
- Buchweizenmus mit Gemüsesoße

### Basenbad

Zur Vorbereitung empfiehlt sich eine Bürstenmassage.

Für ein basisches Vollbad oder, wenn dies nicht möglich ist, alternativ für ein Fußbad, wird Natriumbicarbonat/“Kaiser Natron“ (im 5 Kilo Eimer aus der Apotheke oder über Internet) im Wasser aufgelöst, bis ein pH Wert von 8,5 erreicht ist (Mess-Stäbchen erhält man in der Apotheke).

Beim Fußbad empfiehlt es sich, heißes Natronwasser in einer Thermoskanne bereit zu halten, um abkühlendes Wasser wieder zu erwärmen.

Je wärmer die Wassertemperatur (37 Grad oder wärmer), desto intensiver der Stoffwechsel.

Zur intensiven Entsäuerung sollte die Mindestdauer täglich 30 Minuten, besser 40 bis 90 Minuten betragen. Es bietet sich an, die Zeit für entspannende Musik, Visualisierungsübungen oder Meditation zu nutzen.

Zur Nachbereitung ohne Seife warm abduschen, nachruhen oder ins Bett gehen.

Der Erfolg der Anwendung wird messbar im Badewasser (nach dem Bad sauer) und im Urin (nach dem Bad basisch).



## Einkaufsliste

Als Prinzip für alle verwendeten Lebensmittel sollte gelten: Frische, regionale Produkte der Jahreszeit, kontrolliert biologischer Anbau, Öle biologisch kaltgepresst und kühl gelagert.

- Saftpresse  
Oscar Vitalmax · [www.einfach-gesund-gut.de](http://www.einfach-gesund-gut.de) · Tel. 08051-3089665  
Champion · [www.keimling.de](http://www.keimling.de) oder bei der Heilpraxis Rausch, Tel. 07774-922348

### aus der Apotheke:

- Indikatorpapier zu pH-Wert-Messung
- Natriumbicarbonat (Kaiser-Natron, 5-kg-Eimer) oder Basenpulver (z.B. von Jentschura)
- RMS Petrasch oder RMS Asconex Tropfen
- Irrigator für Kaffee-Einläufe
- Vaseline, fetthaltige Creme
- Wärmflasche
- Mundwasser (z.B. „Retterspitz“)

### aus dem Reformhaus, Naturkostladen, Naturprodukte-Versand:

- Eldi Öl
- Eldi Öl Balsamicum Salbei  
Reformwaren Thomas Bloching · [www.eldi-oele.de](http://www.eldi-oele.de) · Tel. 07441-2877
- Flor Essence
- Trank des Lebens, Heilgetränk aus dem Himalaya  
Quintessence Naturprodukte · [www.natuerlich-quintessence.de](http://www.natuerlich-quintessence.de) · Tel. 07529-973730
- Sonnenblumenöl oder ein anderes hochwertiges Öl
- Leinöl  
Ölmühle Walz · [www.oelmuehle-walz.de](http://www.oelmuehle-walz.de) · Tel. 07802-2294  
Ölmühle Ditzingen · [www.oelmuehle-ditzingen.de](http://www.oelmuehle-ditzingen.de) · Tel. 07156-8249  
Quintessence Naturprodukte · [www.natuerlich-quintessence.de](http://www.natuerlich-quintessence.de) · Tel. 07529-973730
- Kokosfett
- Ziegen- oder Schafquark, ansonsten Magerquark
- Wasser, still, hoher Ohm-Wert, z.B. „Lauretana“
- Zungenbürste/-schaber
- Sauerkrautsaft
- ungehärtetes Kokosfett für „Oleolux“
- Kaffee aus biologischem Anbau für Einläufe
- Linomel von Flügge (Leinsamen-Honig-Granulat) oder frische Leinsamen zum Schroten
- Erdmandelflocken (als basischer Müsli-Zusatz)
- bittere Aprikosenkerne (Vitamin B17)  
Quintessence Naturprodukte · [www.natuerlich-quintessence.de](http://www.natuerlich-quintessence.de) · Tel. 07529-973730
- Fermentgold (Papaya-Apfel Muttersaft) · [www.fermentgold.de](http://www.fermentgold.de) · Tel. 0800-0009250
- Gemüsewürze
- Gomasio (Sesamsalz)

Versand von Gesundheitsprodukten: [www.alternative-gesundheitsprodukte.de](http://www.alternative-gesundheitsprodukte.de)

Buch als Kochanleitung: Dr. Johanna Budwig, „Die Öl-Eiweiß-Kost“, ISBN 3-93257664-0



## Teil II

### Die Probleme und ihre Lösung

Krebs bezeichnet in der Medizin einen malignen (bösartigen) Tumor, dessen Zellen entartet sind und der durch sein ungebremstes Wachstum gesundes Gewebe zerstört. Das Gleichgewicht der gesunden Körperzelle zwischen Zellzyklus (Wachstum und Teilung) und Zelltod ist bei Krebszellen aus dem Lot geraten.

Als Gründe, die im Zusammenhang mit der Krebsentstehung eine Rolle spielen, gelten Umweltbelastungen (z.B. Luft, Wasser, Boden, schädliche Chemikalien wie Herbizide, Pestizide), geophysische Faktoren (z.B. Sonnenlicht, Strahlenbelastung), Tabakkonsum, Alkohol, Ernährung, Lebensmittel-Zusatzstoffe, Arzneimittel, genetische Faktoren.

Der sogenannten Mutationstheorie zufolge entstehen unter der Einwirkung solcher Faktoren (Noxen) Veränderungen in der Erbsubstanz (DNS) des Zellkerns und daraus im Laufe der Jahre Krebs.

Bis sich jedoch im Organismus ein Tumor von etwa 2 Zentimeter Größe ausgebildet hat, braucht es in aller Regel 10 bis 15 Jahre. Zwar ist der Patient von der Diagnose Krebs meist plötzlich und unvermittelt getroffen, die Ausbildung des Tumors jedoch ist ein prozesshaftes Geschehen im Organismus, bei dem neben bekannten übereinstimmenden Ursachen immer individuell unterschiedliche Faktoren aufeinandertreffen. Demnach ist die Genmutation eine Folge dieser Prozesse, nicht aber die Ursache, wie wissenschaftliche Erkenntnisse der Epigenetik und der Mitochondrienforschung belegen. Ziel einer erfolgreichen Therapie muss daher sein, die Summe der verantwortlichen Faktoren herauszufiltern, um eine Erweiterung und Verbesserung der Behandlungsmöglichkeiten zu erreichen.

Der Leitfaden stellt unterschiedliche Ursachen der Krebsentstehung dar und zeigt Lösungswege für eine ganzheitliche Behandlungsstrategie.



## 1. Krebs ist ein Immunschwächeproblem

Das größte menschliche Immunorgan ist der Darm. Er ist über die Mikroorganismen der Darmflora die zentrale Ausbildungsstätte des Immunsystems und beherbergt 10 Mal mehr Bakterien als der Mensch Körperzellen hat. Über 500 Arten verschiedener Darmbakterien können den Organismus entweder mit gesunden oder toxischen Stoffwechselprodukten überfluten. Darüber entscheidet die Zusammensetzung der Darmflora, die wiederum stark von der Ernährung bestimmt wird. Die heute übliche fleischreiche und ballaststoffarme Ernährung und die häufige Verwendung von Medikamenten wie Antibiotika, insbesondere auch im Fleisch, führt zu einer deutlichen Abnahme gesunder Darmbakterien und zur Zunahme problematischer Keime, welche beispielsweise mit Dickdarmkrebs in Zusammenhang gebracht werden.

Im Darm entscheidet sich, wie die aufgenommene Nahrung verwertet wird, wie lebenswichtige Nähr- und Energiestoffe aufgeschlossen und an den Organismus weitergegeben werden und ob Gift- und Schlackenstoffe mit dem Kot ausgeschieden werden können. Die Funktionstüchtigkeit des Darms bestimmt darüber, wie die Nahrung in Lebenskraft, Vitalität und Leistungskraft verwandelt wird.

Ist die Balance von Darm und Darmflora gestört, indem schädliche Stoffwechselprodukte die schützende und Leben erhaltende Schicht der Flora verdrängen, verschiebt sich der mikrobielle Stoffwechsel des Darms entweder zu Gärung oder Fäulnis. Wichtige Nährstoffe können nicht mehr in die Blutbahn transportiert werden. Pilze, Giftstoffe von Bakterien und Parasiten greifen die Darmschleimhaut an, verletzen ihre Stabilität und belasten das Verdauungs- und damit das Immunsystem.

Heute wird die Belastung durch Umweltgifte und ihre Auswirkung auf den Menschen stark diskutiert. Diese sind häufig nur der Tropfen, der das Fass zum Überlaufen bringt. Die größten Giftmengen entstehen durch falsches Ernährungsverhalten jeden Tag aufs Neue im Darm und belasten damit die gesamte Entgiftungskapazität des Organismus, insbesondere die von Nieren und Leber. Allein durch die bakterielle Verstoffwechslung von tierischen Eiweißen im Dickdarm entsteht neben vielen anderen Toxinen Ammoniak, das als starkes Zellgift Zellschäden verursacht und krebsbildend wirkt. Je höher also der Eiweißkonsum, desto alkalischer der Dickdarm und desto schwerer die Ausleitung der giftigen Gase. Hinzu kommt, dass über den sog. enterohepatischen Kreislauf das im Darm zurückgehaltene Ammoniak der Leber immer wieder zur Entgiftung angeboten wird und die Leber damit zusätzlich belastet (Teufelskreis).

Für die gesunde Darmflora ist ein saures Milieu lebenswichtig. Im alkalischen Dickdarm hingegen führen pathogener Pilzbefall (Candida) und Fäulnisbakterien neben anderen schädigenden Zellgiften zu Belastungen, die der Organismus nicht kompensieren kann.

Mit der Diagnose Krebs wird gleichzeitig immer auch ein kranker Darm mit einem geschädigten Immunsystem diagnostiziert. Eine derart geschwächte körpereigene Abwehr, dazu noch zusätzlich durch Chemotherapie oder Bestrahlung belastet, wird ohne therapeutische Intervention dem Krebsgeschehen zwangsläufig erliegen.



## Therapieansatz: Stärkung des Immunsystems

Die Stimulierung des Immunsystems bei Krebs beginnt mit einer grundlegenden Sanierung des Darms. Ziel ist die Wiederherstellung der biologischen Ordnung des Darms und damit die Entlastung des Leberstoffwechsels und anderer Entgiftungssysteme des Organismus sowie der Ausgleich des Säure-Basen-Haushalts. Nur so können andere immunstimulierende Verfahren erst wirken und therapeutische Maßnahmen wirkungsvoll unterstützen.

### Darmreinigung mit der Colon-Hydro-Therapie

Die Colon-Hydro-Therapie ist ein ausleitendes Verfahren, das den Dickdarm von angesammelten Rückständen aus Stuhl-, Gär- und Fäulnisstoffen reinigt. Durch die Ausscheidung der Schlacken und Kotsteine wird die Darmtätigkeit angeregt, der Organismus entgiftet und der Stoffwechsel angekurbelt.

Die Durchführung erfolgt zugedeckt in bequemer Rückenlage auf einer Behandlungsliege. Durch ein dünnes Darmrohr wird unter hygienisch sauberen Bedingungen Wasser mit unterschiedlichen Temperaturen von ca. 25° bis 41° und mit wechselnder Druckentwicklung in den Darm gespült und wieder ausgeleitet. Durch die Temperaturerhöhung über 40° wird ein künstliches Fieber erzeugt und das Immunsystem angeregt.

Aufgrund des geschlossenen Systems entstehen in keiner Weise unangenehme Gerüche. Die auflösende Wirkung des Wassers, der Temperaturreiz neben einer zusätzlichen Bauchreflexzonen-Massage führen schonend zu einer Ausleitung von verhärteten Fäulnisstoffen selbst aus verborgenen Darmtaschen. Der Therapeut kann die ausgespülten Darminhalte durch ein klares Sichtrohr beobachten und eine genaue Analyse über Zusammenhänge von Verdauungstätigkeit und Nährstofftransport im Organismus treffen.

Literatur zum Thema:

Robert Gray: Das Darmheilungsbuch, Droemer-Knauer

Manfred A. Ullrich: Colon-Hydro-Therapie, Chronische Krankheiten durch Darmsanierung heilen, Werner Jopp Verlag

### Mikrobiologische Therapie

Bei der mikrobiologischen Therapie werden – sinnvollerweise in Verbindung mit einer grundlegenden Darmreinigung – sauerstoffhaltige Präparate, Bitterstoffe und spezielle, das Darmmilieu stabilisierende, probiotische Mikroorganismen (Bifidobakterien und Laktobazillen) verabreicht. Empfehlenswert sind auch kolloidale Mineralien und grüne Papaya.



## Darmkur mit Leinsamen

Die Reinigung des Dün- und Dickdarms kann mit einer einfachen und wirkungsvollen Leinsamenkur (6 Wochen) unterstützt werden. Wohlgemerkt dient diese Kur nur der Unterstützung und ersetzt nicht die grundlegend erforderliche Sanierung des Darms!

Abends vor dem Schlafengehen:

1 Eßl. Leinsamen (goldgelb, ganz) in etwa 2 Tassen Wasser kochen bis Schleim austritt.

Die Masse abseihen und den Absud vor dem Schlafengehen trinken

## Anti-Candida-Pilz-Kur

Candidapilze im Darm bilden sog. Mykotoxine, die u.a. durch Vergärung von Zucker Fuselalkohole produzieren, die die Leber erheblich belasten können (evtl. Anstieg der Transaminasen). Weiterhin muss der Organismus diese Toxine neutralisieren, was nur durch den Verbrauch von Mineralien geschehen kann und so in der Folge den Körper entmineralisiert.

Um das schädliche Pilzmilieu in ein gesundes Darmmilieu mit einer Wiedereinführung von Sauerstoff umzustellen, muss eine Mischung aus aeroben und anaeroben Bakterien eingenommen werden.





## Frisch gepresste Säfte

Frisch gepresste Säfte spielen eine wichtige und maßgebliche Rolle bei der Behandlung von Krebserkrankungen und sollten als tägliche Bestandteile des Ernährungsprogramms eingeplant werden.

Die Lebensdauer menschlicher Zellen und ihre Fähigkeit zur Erneuerung sind maßgeblich von der Zufuhr energiespendender Enzyme abhängig. Enzyme sind als lebendige Wirkstoffe in Samen von Pflanzen enthalten und bestimmen deren Wachsen und Gedeihen. Unter bestimmten Bedingungen sind sie Tausende von Jahren überlebensfähig. Beispiele hierfür sind Samenkörner aus archäologischen Funden oder prähistorischen Tierkadavern, die nach ihrer Entdeckung noch keimfähig waren und beim Einpflanzen sofort wieder aktiv wurden. Andererseits sind Enzyme äußerst temperaturempfindlich, d.h. bei einer Erwärmung über 40 Grad werden sie vernichtet.

Bestimmte Wirkstoffe, wie z.B. lebenswichtige organische Mineralien und Salze, sind heute in unserer Nahrung gar nicht oder nur unzureichend vorhanden und damit eine Ursache vieler Krankheiten. Alles, was der Körper für natürliche Vitalität und Gesundheit benötigt, ist in frisch gepressten Obst- und Gemüsesäften enthalten.

Durch die schonende Ausfilterung der Faserstoffe können die wertvollen Inhaltsstoffe des Saftes ohne lange Verweildauer im Magen-Darmtrakt direkt ins Blut und den Stoffwechsel gelangen.

Deshalb sollten nur Saftpressen mit Presswalzen eingesetzt werden. Saftmaschinen mit Zentrifugen, die das Obst oder Gemüse beim Zerkleinerungsvorgang „zerschlagen“, zerstören die Enzyme und nehmen dem Saft förmlich seine Lebenskraft. Beim Entsaften darf darüber hinaus kein Sauerstoff eingewirbelt werden, damit die empfindlichen Inhaltsstoffe geschont bleiben.

Experimentieren macht Spaß! Kombinationen mit Himbeeren (Krebszellen mögen keine Himbeeren!) oder Kirschen (Vitaminbomben), mit dunklen Trauben (Kerne enthalten Resveratrol gegen Krebs!), ein Versuch mit Paprika und Tomaten (Lycopin gegen Krebs) oder der Zusatz von Vanille zu Obstsaften und frischen Kräutern zu Gemüsesäften lohnen sich!

Es ist wichtig, immer nur frisches, reifes Obst der Jahreszeit, möglichst aus kontrolliert biologischem Anbau zu verwenden!

Schalen und Kerne nach Möglichkeit mitverwerten, dort sammeln sich die meisten Nährstoffe. Auf einen hohen Gemüseanteil achten und reine Obstsaften nur ab und zu morgens trinken. Die Säfte in kleinen Mengen gut einspeicheln, etwa 1/2 Liter pro Tag.

Literatur zum Thema:

Dr. Norman Walker: Frische Frucht- und Gemüsesäfte, ISBN 3-442-13694-6

Bezugsadresse für Saftpressen: siehe Einkaufsliste



## Kräuter und Beeren

Kräuter wie Melisse, Anis, Fenchel, Löwenzahn, Salbei (Bitterstoffe) balancieren, entspannen und entblähen den Darm. Konzentrierte Auszüge aus Amla-Beeren, die als die wichtigsten Beeren des Ayurveda gelten, sowie Holunderbeeren und Granatapfel wirken im Darm gegen Entzündungen und schützen vor freien Radikalen. Grapefruitkern-Extrakte entfalten eine antibakterielle Wirkung.

## Orthomolekulare Substanzen

Orthomolekulare Substanzen (griech. richtige Bausteine) sind essentielle Nähr- und Vitalstoffe, die vom Organismus für die Abläufe des Stoffwechsels benötigt werden und in der Naturmedizin als zentrale Bausteine für die Vermeidung und Behandlung von Krankheiten gelten. Zu diesen Stoffen gehören Antioxidantien, Vitamine, Enzyme, Mineralien, Spurenelemente, sekundäre Pflanzenstoffe, Fettsäuren und Aminosäuren.

Im Zusammenhang mit einer Krebserkrankung geht die orthomolekulare Medizin davon aus, dass ein Zusammenhang zwischen Krebs und einer Unterversorgung der Zellen besteht. Durch eine Verabreichung hoch dosierter Vitalstoffe sollen die Immunschwäche und das Energiedefizit behandelt werden und im Falle einer Behandlung mit Chemotherapie und Bestrahlung die darüber hinaus entstehenden freien Radikale neutralisieren.

Freie Radikale sind aggressive Zwischenprodukte, die bei Stoffwechselprozessen zur Energiegewinnung entstehen und in der Regel vom gesunden Organismus neutralisiert werden können. In der chemischen Struktur freier Radikale fehlt ein Elektron, das sie anderen Molekülen „rauben“. Angegriffene Moleküle werden dadurch ebenfalls zu freien Radikalen und brauchen selbst wiederum ein Elektron. Ein Teufelskreis entsteht.

Freie Radikale können in hohen Konzentrationen wichtige Proteine des Stoffwechsels, Zellmembranen und sogar die Erbsubstanz (DNS) angreifen, wodurch es zu massiven Schädigungen von Körperzellen kommen kann. Bei einem gesunden Menschen besteht ein sogenanntes oxidatives Gleichgewicht zwischen der unvermeidbaren Entstehung von freien Radikalen und der Aufnahme von schützenden Antioxidantien, u.a. aus rohkostreicher Ernährung und frisch gepressten Säften. **Bei Krebspatienten sollten Antioxidantien als Radikalfänger in Form von orthomolekularen Substanzen in hoher Dosierung zum Ausgleich von Mangelerscheinungen und zum Schutz und zur Gesundung der Mitochondrien eingesetzt werden. Nebenwirkungen und Folgen der Chemo- oder Strahlentherapie können gemindert, das Immunsystem stabilisiert werden.**

Es empfiehlt sich eine Mikronährstoffanalyse des Blutes, um einer willkürlichen Verabreichung zu entgehen. Auf keinen Fall sollte eine Selbstdosierung vorgenommen werden! Die beste Voraussetzung für eine individuelle und gezielte Therapie ist die exakte Feststellung des tatsächlichen Bedarfs an entsprechenden Substanzen und womöglich die Zuführung über Infusionen. **Vorsicht vor Wechselwirkungen mit Zytostatika!**



## Vitamin B17

Vitamin B17 (Laetril) ist die Chemotherapie der Natur gegen Krebszellen und kommt in seiner natürlichen Form hochdosiert in Aprikosen- und Pfirsichkernen vor, auch in Apfelkernen, in Gerste, Bohnen, Linsen, Hirse, Kichererbsen.

Sogenannte Zyanogene Glycoside sind natürliche Ernährungsfaktoren bei Volkstämmen, bei denen kein Krebs bekannt ist.

Laetril setzt sich zusammen aus einer stabilen Verbindung aus Benzaldehyd und Zyanid. Beide Substanzen sind als Monosubstanz hochgiftig und in höherer Dosierung tödlich. In ihrer natürlichen, gebundenen Form des Vitamin B17 sind sie chemisch inaktiv und haben keinerlei Wirkung auf lebendes Gewebe.

Nur eine Substanz kann Laetril aufspalten, nämlich das Enzym Beta-Glucosidase. Dieses Spaltenzym kommt in großen Mengen ausschließlich in Krebszellen vor, oft mehr als das 100fache der Konzentration von gesunden Zellen! So kann Vitamin B17 nur in der Krebszelle aufgespalten werden und seine Gifte wirken nur dort.

Trifft Laetril in der Krebszelle mit dem Spaltenzym zusammen, werden Zyanid und Benzaldehyd freigesetzt. Wirken beide Stoffe zusammen, ist ihre Wirkung synergistisch und 100 Mal giftiger als jede der beiden Substanz für sich.

Das Enzym Rodanase wirkt als Schutzzym und kann Benzaldehyd und Zyanid so neutralisieren, dass ihre Nebenprodukte vom Organismus als Nährstoffe verwertet werden können. Rodanase kommt im gesunden Organismus in großen Mengen vor – außer in Krebszellen! Gesundes Gewebe ist somit geschützt, da das Schutzsystem die Wirkung des Spaltsystems vollständig neutralisiert. Krebszellen dagegen reagieren höchst empfindlich auf die Freisetzung von Benzaldehyd und Zyanid, weil ihnen das Schutzzym fehlt und sie eine wesentlich höhere Konzentration an Spaltenzymen haben.

Dies führt zu einer höchst wirkungsvollen Doppelleienschaft von Laetril: Von gesundem Gewebe kann Vitamin B17 als Nährstoff aufgenommen werden und ist damit förderlich für die Gesundheit. Darüber hinaus wirkt es antirheumatisch, antiseptisch sowie analgetisch (schmerzstillend), während es für Krebszellen eine natürliche toxische Wirkung hat. Biochemische Gutachten bestätigen den Einsatz in der Praxis als völlig unproblematisch und effektiv.

### **Verzehrempfehlungen von Vitamin B17 (Laetril) für Krebspatienten:**

Aprikosenkerne kann man in jedem Reformhaus kaufen. Im Sommer empfiehlt es sich, frische Aprikosen und Pfirsiche zu essen und die Steine zu knacken. Äpfel immer mit Kernen essen.

Für Gesunde gibt es die Empfehlung, täglich mindestens 50mg B17 (ca. 10 bis 12 Aprikosenkerne) zu sich zu nehmen, für Krebspatienten müsste die Dosis deutlich erhöht werden.

Literatur zum Thema:

Philip Day: Stahl, Strahl, Chemo & Co, ISBN 1-904015-01-8

Peter Kern, Krebs bekämpfen mit Vitamin B17



## Heilkraft der Pilze

Die Heilbehandlung mit Pilzen zählt zu den klassischen Naturheilverfahren und hat vor allem in China und Japan eine lange Tradition.

Pilze enthalten eine Vielzahl an bioaktiven Substanzen, die sowohl ernährungsphysiologisch als auch in pharmakologischer Hinsicht sehr wichtig sind. Sie enthalten neben hochwertigen essentiellen Aminosäuren Spurenelemente wie Mangan, Zink, Selen, Chrom, Kupfer, Molybdän und Bor, sind reich an Ballast- und Mineralstoffen wie Kalzium, Eisen, Magnesium und Phosphor. Zudem sind Pilze mit ihrem hohen Gehalt an Vitamin B, D, E, sowie Folsäure wahre Vitaminbomben.

In reinem Pilztrockenpulver sind alle Spurenelemente und Bioaktivsubstanzen mit allen Stoffen vorhanden, die zur Aufnahme durch den Organismus erforderlich sind und können daher auch vollständig verwertet werden.

Literatur zum Thema:

Prof. J. Lelley: Die Heilkraft der Pilze

Beratung:

[www.mykotroph.de](http://www.mykotroph.de), Institut für Pilzheilkunde, Telefon 06047 988530

## Hyperthermie

Hyperthermie bedeutet Überwärmung des ganzen Körpers oder einzelner Körperareale. Bei Fieber macht sich der Organismus die Erhöhung der Körpertemperatur zunutze, um Krankheitserreger abzutöten. Bei Hyperthermie Behandlungen wird ebenfalls Wärme benutzt, um auf den Krankheitsherd, d.h. das Tumorgewebe einzuwirken und die körpereigenen Abwehrkräfte des Organismus zu mobilisieren. Die Anwendung erfolgt in der Regel lokal oder als Teil- oder Ganzkörper-Hyperthermie.

Durch elektromagnetische Strahlung wird in bestimmten Körperbereichen eine Temperatur zwischen 40° und 42° Celsius erzeugt. Als Folge der erhöhten Durchblutung im betroffenen Gebiet sollen Tumorzellen direkt abgetötet werden und Medikamente wirkungsvoller in die Krebszellen gelangen. Darüber hinaus findet durch das künstlich erzeugte Fieber eine Anregung und Aktivierung des Immunsystems statt.

Der positive Einfluss von Hyperthermie Behandlungen konnte in zahlreichen Studien nachgewiesen werden. So liegt die Überlebenschance bei Frauen mit Brustkrebs etwa doppelt so hoch, wenn neben der klassischen Therapie zusätzlich mit Hyperthermie behandelt wird.



## 2. Krebs ist ein Vergiftungsproblem

Der menschliche Organismus verfügt mit Haut, Nieren, Leber und Lunge über wichtige Entgiftungssysteme.

Das Versagen der Leber bei ihrer Entgiftungsleistung wurde bereits vor Jahrzehnten von der Medizinerin und Ernährungswissenschaftlerin Dr. Katherine Kousmine als Ursache für die Tumorentstehung nachgewiesen. Wissenschaftlichen Studien zufolge kann eine Tumorzelle die 80-fache Menge einer normalen Körperzelle an Giftstoffen verarbeiten. Dr. Kousmines Arbeiten unter Laborbedingungen zeigen, dass im Vergleich zu einer gesunden Körperzelle die 200-fache Giftmenge aufgewendet werden muss, um eine Krebszelle zu zerstören. Im Gegensatz zu Fettzellen, die Giftstoffe „nur“ speichern können, sind Krebszellen in der Lage, Gifte zu verstoffwechseln. Ein Tumor funktioniert quasi als „Entgiftungsfabrik“ wie eine zweite Leber. Nicht umsonst bilden sich Metastasen oftmals in der Leber oder Lunge – der Körper baut ein zusätzliches Entgiftungsorgan genau dort, wo es am dringendsten gebraucht wird.

Die Arbeiten Dr. Kousmines erklären, warum sich bei Patienten, die intensive Entgiftungsmaßnahmen durchführen, die Tumore zurückbilden. Sie erklären auch, warum nach Operationen vermehrt Metastasen auftreten und warum Tumore nach Chemotherapie und Bestrahlung schneller und aggressiver wachsen. Aufgrund der erzielten Behandlungserfolge bei Krebspatienten im Endstadium lohnt es sich, ihren Schlussfolgerungen Aufmerksamkeit zu schenken.

Ein Tumor ist demnach grundsätzlich als intelligente Leistung und natürlicher Selbstheilungsmechanismus zu betrachten, bei dem die überlastete Leber durch die Fähigkeit des Tumors, Gifte zu verstoffwechseln, unterstützt werden soll.

Werden Tumore durch operative Eingriffe entfernt und der Organismus durch das Aufbürden zusätzlicher toxischer Belastungen angegriffen, muss er daher zwangsläufig mit der verstärkten Neubildung von Tumoren reagieren, weil er diese zur Entgiftung umso mehr braucht.

In jedem Fall sollte zur Unterstützung vor der operativen Entfernung bzw. Therapie des Tumors die Durchführung einer intensiven Entgiftungstherapie stehen, um einen Ausgleich zu schaffen und die Bildung neuer Tumore zu verhindern.

Literatur zum Thema:

Uwe Karstädt: Entgiften statt vergiften, TAS Distribution



## Therapieansatz: Stärkung des Immunsystems

In der ganzheitlichen Krebsmedizin spielen Entgiftungsmaßnahmen eine bedeutende Rolle. Für krebsbetroffene und damit bereits toxisch hoch belastete Menschen ist es enorm wichtig, Giftstoffe zu vermeiden und die bereits im Körper abgelagerten Gifte wieder auszuleiten. Diese Vorgänge können für Patienten lebenserhaltend sein. Es sollten keine körperfremden Chemikalien zu Behandlungszwecken eingesetzt werden, ohne ein Entgiftungsprogramm eingeleitet zu haben.

### Ölsaugen

Eine Methode der Volksheilkunde zur Reinigung und Entgiftung, Anregung der Drüsentätigkeit, Aktivierung von Speicheldrüsen und Lymphsystem. Die über Nacht ausgeschiedenen und in der Mundhöhle und auf der Zunge abgelagerten Schad- und Giftstoffe werden vom Öl gebunden.

Beschreibung des Ölsaugens siehe Seite 7.

Literatur zum Thema:

Hammelmanns: Natürlich entgiften mit der Öl-Zieh-Kur, ISBN: 3-635603910

Norbert Messing: Gesund und fit durch Ölsaugen, ISBN: 3-92078844-3

### Kaffee-Einlauf

Koffein regt die Durchblutung von Leber und Darm an und öffnet die Gallengänge, so dass Abfallstoffe aus dem Organismus transportiert werden können. Durch Kaffe-Einläufe wird eine schnelle und tiefgreifende Entgiftung eingeleitet, die Muskulatur entspannt und eine hervorragende schmerzlindernde Wirkung setzt ein.

Der Krebsarzt Dr. Gerson beginnt sein Buch „Eine Krebstherapie“ mit dem Satz: „Dieses Buch wurde geschrieben, um darauf aufmerksam zu machen, dass es eine wirksame Krebstherapie gibt, sogar bei fortgeschrittenen Fällen“. Die Patienten von Dr. Gerson, die in der Regel alle 4 Stunden einen Einlauf durchführten, konnten nach kurzer Zeit auf Schmerz- und Beruhigungsmittel verzichten. „Nach zwei Wochen hätten Sie diese Patienten nicht wieder erkannt! Sie waren auf der Trage gekommen und jetzt gingen sie umher. Sie hatten Appetit. Sie nahmen zu und die Tumore nahmen ab.“

Beschreibung des Kaffee-Einlaufs siehe Seite 7.

Literatur zum Thema:

Dr. Max Gerson „Eine Krebstherapie“ 50 geheilte Fälle, ISBN 3-89881-013-5

Halima Neumann “Stopp Krebs, MS, Aids“ Eine neue Ganzheitsmethode

Dr. Veronica Carstens „Diagnose und Therapie von Krebs mit Mitteln der Naturheilkunde“, Natur und Medizin e.V. Tel.: 0201-5630570, [www.naturmedizin.de](http://www.naturmedizin.de)



## Leberreinigung und Leberpackung

Die Leber produziert über 95% der Bluteiweiße, steuert den Blutzuckergehalt durch Auf- und Abbau von Glucose (Zucker), regelt den Fettstoffwechsel (z.B. Cholesterin), speichert Eisen, produziert die Galle, entgiftet körpereigene und körperfremde Stoffe, verstoffwechselt organische Säuren und ist damit ein zentrales Organ im Säure-Basen-Haushalt (siehe Kapitel 3).

Dies ist nur ein Auszug der Funktionen, die die Leber zum wichtigsten Stoffwechselorgan machen. Um die unterschiedlichsten Stoffe des Organismus so um-, auf- und abbauen und damit verwertbar machen zu können, erhält die Leber sozusagen als Filter auf direktem Weg das gleichermaßen mit Nähr- und Schadstoffen gefüllte Blut aus dem Darm. Während die umgebauten guten Stoffe über die Venen in den Organismus eingespeist werden, gelangen die schädlichen über die Gallenflüssigkeit in den Darm, wo sie über den Stuhlgang ausgeschieden werden. Die Gallenflüssigkeit dient nicht nur der Entgiftung, sondern auch der Fettverdauung im Darm. Sie wird in der Leber gebildet, über feinste Gänge in die Gallenblase geleitet, dort gesammelt und nach Bedarf an den Darm abgegeben.

Bei der Reinigung der Leber geht es hauptsächlich um die Gallengänge, die bei den allermeisten Menschen im Laufe des Lebens durch die Entgiftungsleistung verstopfen und den Gallenfluss behindern. Die Behinderung des Gallenflusses durch Gallensteine und Gallengrieß, der sich der modernen Diagnostik durch Ultraschall und Röntgen entzieht, hat große Auswirkung hinsichtlich der Leistungsfähigkeit der Leber.

### **Eine Leberreinigung sollte immer nur unter professioneller Begleitung erfolgen!**

Eine **Leberpackung** nach dem Mittagessen und abends zum Einschlafen unterstützt die Entgiftungsleistung.

Beschreibung der Leber-Packung siehe Seite 11.

Literatur zum Thema:

Andreas Moritz, Die wundersame Leber-Gallenblasen-Reinigung, ISBN 978-3-9812215-0-3

## Flor Essence, indianische Heilkräuter

Die 8-Kräuter-Mischung nach einer Rezeptur aus uraltem Indianer-Heilwissen hat eine starke, entgiftende Wirkung, unterstützt das Immunsystem, reguliert den Stoffwechsel und wirkt sich günstig auf die Darmflora aus.

In den USA und Kanada sind viele Zeugnisse und Bestätigungen für Heilungserfolge von krebserkrankten Menschen bekannt.

Literatur zum Thema:

Paula Bakkuis, „Gesund durch Indianerheilwissen – ein Tee macht Geschichte“, Verlag Ernährung und Bewusstsein, Tel. 07427-914788



## Zähne

Zähne stehen in Wechselbeziehung zum Organismus. Es besteht eine Verbindung über das Blut-, Lymph- und Nervensystem und über das aus der chinesischen Medizin bekannte Meridiansystem, „Kanäle“, auf denen Akupunkturpunkte liegen. Jeder Meridian ist einem Organ bzw. Organsystem zugeordnet. Über Meridiane verbunden, kann der Wirkungsort einer Herderkrankung (z.B. Tumor) an einer vom Ursprungsort (z.B. Zahn) weit abweichenden Stelle liegen.

Zähne als Krankheitsherd bilden Störfelder und können sich damit negativ auf den Organismus auswirken. Eine solche Fernwirkung können wurzeltote Zähne ausüben. Sie bringen kontinuierlich Bakterien, Abbauprodukte und Gifte in die Blutbahn. Ein toter Zahn wird im Durchschnitt von 150 verschiedenen Bakterien (u.a. Siphonospora-Bakterien) besiedelt. Seine Zerfallsprodukte enthalten Toxine (Thioäther, Mercaptan), die über die Blutbahn und den gesamten Organismus streuen und ihn kontinuierlich belasten.

Für Krebspatienten mit geschwächtem Immunsystem ist es zwingend erforderlich, potentielle Entzündungsherde wie tote Zähne entfernen zu lassen.

## Amalgam

Zahnamalgam besteht zu etwa 50% aus einem Puder aus Silber, Zinn, Kupfer, Zink und Spuren anderer Schwermetalle wie Palladium und zu 50% aus flüssigem Quecksilber. Irrtümlich wird oft angenommen, Amalgam sei eine Legierung, wie z.B. Messing. Es handelt sich jedoch um ein sog. Eutektikum, bei dem die einzelnen Bestandteile noch gelöst sind. Der Organismus von Menschen mit Amalgam-Füllungen ist ohne Pause in ständigem Kontakt mit toxischen Schwermetallen, die Nerven- und Immunsystem gleichermaßen belasten. Die langfristige Zufuhr kleiner Einzeldosen führt zur gleichen toxischen Wirkung wie die Zufuhr einer hohen Einzeldosis.

Gemäß einer Studie der Uni Tübingen haben 65 % aller Personen mit Amalgam-Füllungen zu hohe Quecksilberwerte im Speichel. Jede 50ste hatte eine Quecksilberbelastung, die die von der WHO erlaubten 43 Mikrogramm um das hundertfache überstiegen.

Amalgame können mit anderen Metallen als Gegenelektroden im Mund einen Ionenfluss (elektrische Ströme) auslösen und damit eine verstärkte Herauslösung der toxischen Metalle bewirken.

Nach Dr. Klinghardt ist die Anwendung von Koriander die einzige bekannte Methode, Gehirn und Nervengewebe von Quecksilber zu entgiften. Durch die Wirkung von Koriander wird das Quecksilber ins Bindegewebe verschoben, weshalb es nie als Einzeltherapeutikum angewendet werden darf, sondern nur in Verbindung mit der Entgiftung des Bindegewebes, zusammen mit Chlorella und Bärlauch. Nur so kann das freigewordene Quecksilber auch aus dem Bindegewebe ausgeschieden werden.

Krebspatienten sollten sich Amalgamplomben als ständige Giftquellen unter vorkehrenden Schutzmaßnahmen entfernen lassen. Es ist absolut notwendig, vor einer Sanierung testen zu lassen, ob der Organismus zu dem Zeitpunkt eine Ausleitungstherapie überhaupt verkraftet oder ob er vorbehandelt werden muss. Eine Schwermetallentgiftung sollte grundsätzlich nur unter Anleitung eines





## Fluor/Fluorid

Fluor ist ein starkes Zellgift. In den 50er Jahren, zeitgleich mit dem Anfallen großer Mengen Fluor (Gas) und Fluorid (Salz) in der Metall verarbeitenden Industrie, wurde die westliche Welt kurzerhand zum Fluormangelgebiet erklärt. Seither wird mit dem Argument Kariesschutz mit Nachdruck eine künstliche Fluoridzufuhr über Trinkwasser, Salz sowie Zahnpasta und Mundspülungen vorangetrieben. Trotz aller Behauptungen leiden fluoridversorgte Menschen gleichermaßen an Karies wie andere. Kariesvorbeugung durch Fluorid konnte nie bewiesen werden.

Ein erwachsener Mensch trägt eine Gesamtmenge von vier bis zehn Gramm Fluorid überwiegend in den Knochen und Zähnen und ist dort für den Einbau von Mineralstoffen in den Zahnschmelz und dessen Aushärtung mitverantwortlich. Hieraus wurde abgeleitet, durch eine zusätzliche Zufuhr könne man die Härte und Beständigkeit der Zähne noch weiter steigern.

Wissenschaftlich steht bis heute nicht fest, wie viel Fluorid der Mensch benötigt. Die Annahme, die Bevölkerung sei mit Fluorid unterversorgt, wurde bisher nie bewiesen, zudem liegen empfohlene Zufuhr und nachgewiesener Schaden eng beisammen: 3-4 mg Fluorid täglich gelten als notwendig, 5 mg jedoch bereits als schädlich! Es ist jedoch sicher, dass Fluorid im Körper eingelagert wird und schon ab der Aufnahme von 100 mg (vergleichbar mit dem Inhalt einer Tube Zahnpasta) bei einem Erwachsenen akut giftig wirkt. Bei einer solchen akuten Vergiftung durch Enzymblockaden und Unterzuckerung werden Muskulatur einschließlich Herz, Nervensystem und Stoffwechsel gehemmt, im ungünstigsten Fall bis hin zum tödlichen Kollaps.

Eine dauerhaft zu hohe Fluoridzufuhr, die deutlich häufiger auftritt, als eine akute Vergiftung, führt zur Zahnfluorose. Die Zähne bekommen weiße Flecken, die sich dann bräunlich verfärben und mit einem Aufweichen des Zahnschmelzes einhergehen. Eine längere Überdosierung bewirkt außerdem, dass Zähne und Knochen porös und brüchig werden. Genau das Gegenteil der beabsichtigten Wirkung wird herbeigeführt.

Kritiker, wie Mitglieder der Gesellschaft für ganzheitliche Zahnmedizin (GZM) oder des Bundesverbandes naturheilkundlich tätiger Zahnärzte (BNZ) lehnen jegliche Fluoridierungs-Maßnahmen mit dem Hinweis auf mögliche Gesundheitsschäden und den nicht bewiesenen Nutzen ab.

Man sollte unbedingt auf fluorhaltige Zahnpasten verzichten. In Reformhäusern und Naturkostläden werden Alternativen angeboten, oder man kann die Zähne mit etwas Natronpulver (z.B. schadstofffreies Backsoda von Hulda Clark) auf der angefeuchteten Zahnbürste putzen.

### Literatur zum Thema:

Dr. med. J. Mutter (mit Einführung von Dr. med. D. Klinghardt): Amalgam-Risiko für die Menschheit, ISBN 3-89881522-6

Dr. med. D. Klinghardt/Dr. Mutter: DVD Schwermetalle - die unterschätzte Gefahr, Vortrag vom 11.11.05 in Freiburg, ISBN: 3-93776624-3

Rosemarie Miege: Krankheitsherd Zähne. Schnelle Heilung durch Erkenntnis der Herdforschung, ISBN: 3-43103556-6

Dr. med. M.O. Bruker, Rudolf Ziegelbecker: Vorsicht Fluor, ISBN: 3-89189013-3

### Information zum Thema:

Internationale Gesellschaft für Ganzheitliche Zahn-Medizin, [www.gzm.org](http://www.gzm.org)



### 3. Krebs ist ein Übersäuerungsproblem

Der menschliche Organismus benötigt zur Aufrechterhaltung seiner Funktionssysteme und zur Erfüllung der vielfältigen Lebensprozesse sehr spezifische, den Organen angepasste pH-Wert-Bedingungen. Es gibt eine Skala von 1 bis 14, wobei pH 1 der stärkste Säuregrad, pH 14 die stärkste Base ist. Jede Verschiebung in den sauren Bereich erhöht die Gefahr organischer Störungen und führt früher oder später zu gesundheitlichen Schäden.

Die höchste Säurekonzentration des Organismus findet man in der Salzsäure des Magens mit einem pH von ca. 1,5.

Sie wird benötigt, um die Nahrung aufzuschließen und Keime abzutöten. Das Blut als Haupttransportmittel für den Stoffwechsel muss vom Organismus konstant im basischen Bereich zwischen 7,35 und 7,45 gehalten werden. Ein gesundes Bindegewebe, das die Organe umgibt, hat Werte zwischen 7,08 und 7,29. Basisch sind Bauchspeicheldrüse und Dünndarm mit Werten über 8, um die im Magen gesäuerte Nahrung zu neutralisieren, damit die Nährstoffe im Dünndarm aufgenommen und weitergeleitet werden können. Der Dickdarm dagegen liegt im leicht sauren Milieu.

Sind Leber und Bauchspeicheldrüse beispielsweise durch einen Vitalstoffmangel in ihrer Funktion eingeschränkt und können in der Folge nur ein minderwertiges Sekret produzieren, wird der Speisebrei aus dem Magen nur unzureichend alkalisiert. Das Milieu des Zwölffingerdarms bleibt sauer, Fette, Kohlenhydrate und Proteine können nur unvollständig verdaut werden und bedingen eine abnorme Darmflora mit Fäulnis- und Gärungsprozessen, Blähungen, auch Verstopfung und eine Überlastung der Leber.

Um Schwankungen des pH-Wertes auszugleichen und die ätzenden Säuren zu neutralisieren, verfügt der Organismus über verschiedene Puffer- bzw. Regulierungssysteme. Zur Abdeckung des Bedarfs werden basische Mineralstoffe wie Kalium, Kalzium, Magnesium, Natrium oder Eisen benötigt, die mit der Nahrung und ggf. mit Nahrungsergänzungsmitteln aufgenommen werden müssen. Kann der Bedarf hierüber nicht gedeckt werden, werden die körpereigenen Mineralstoffdepots entmineralisiert.

#### **Alles Leben entsteht im basischen Umfeld, alle Vorgänge des Zerfalls im sauren Milieu.**

Die Übersäuerung des Organismus wird in erster Linie durch falsche Ernährung verursacht, vor allem durch zu viel tierisches Eiweiß und tierische Fette, Süßwaren, Gebäck und Weißmehlprodukte, durch Nahrungsmittel mit Zusätzen wie Geschmacksverstärker und chemische Konservierungsstoffe, durch Genussgifte wie Alkohol, Nikotin, Kaffee, durch Fertiggerichte, gesüßte Getränke, Getränke mit Kohlensäure oder Phosphorsäure (Cola). Dazu kommen falsche Essgewohnheiten, wie hastiges Essen und üppige Mahlzeiten.



Säurebildend wirken Umweltgifte wie Abgase, Dämpfe, Lösungsmittel, Pestizide, Insektizide oder Düngemittel, Schwermetalle, Elektrosmog. Auch Krankheiten und Medikamente wie Antibiotika und Hormone sowie Bewegungs- und Schlafmangel oder Überanstrengung reduzieren die Umwandlungstätigkeit und Sauerstoffversorgung im Organismus und führen dazu, dass der Körper Säuren ungenügend ausscheiden kann.

Vor allem aber Zustände wie Stress und Druck, negative Gefühle wie Ärger, Wut, Neid, aber auch eine innere Haltung wie Angst, Sorge, Kummer und Depression sind stark säurebildende Faktoren.

„Ich bin sauer“ bringt den Zustand auf der Gefühls- sowie auf der Körperebene gleichermaßen zum Ausdruck. Sämtliche emotionalen Zustände unterliegen dem vegetativen Nervensystem, das alle automatisch und unbewusst ablaufenden Funktionen des Organismus steuert. Parallel zur mentalen und emotionalen Ebene (d.h. zu dem, was uns bewegt oder in Aufregung versetzt) unterliegen in Korrespondenz dazu Prozesse auf der biochemischen Ebene (z.B. die Absonderung der Magensäfte, der Gallenfluss, die Magen-Darmtätigkeit, die Schweißabsonderung oder Beschleunigung des Herzschlags), ebenso der vegetativen Steuerung dieses autonomen Nervensystems. Über die Nervenfasern findet ein ständiger Austausch, eine Art „Übersetzung“ von der Gefühlsebene auf die Körperebene statt. Jedes Organ, jede Zelle reagiert auf negative emotionale Inputs mit einer Störung des inneren Gleichgewichts und dadurch der Säure-Basen-Balance.

Eine zunehmende Überlastung mit Säuren setzt das Nervensystem unter Dauerstress. Der Mensch kommt nicht mehr zur Ruhe, ist gereizt, grundlos aggressiv und weniger belastbar. Die weiteren Folgen sind Antriebslosigkeit, Müdigkeit und Schlafprobleme.

Die chronische Übersäuerung des Organismus vermindert zudem die Fließgeschwindigkeit des Blutes und die Elastizität der Blutgefäße. Das regulierende Bindegewebe wird durch den Säuremüll geschädigt, der Transport von Sauerstoff und Nährstoffen sowie der Abtransport von Schadstoffen behindert. Stoffwechselkrankheiten sind die Folge.

**Bei Krebspatienten liegt neben der chronischen Übersäuerung des Bindegewebes immer eine gleichzeitige Erhöhung des Blut-pH-Wertes vor (Gegenregulation), wodurch sich die O<sub>2</sub>-Abgabe aus den Erythrozyten erschwert. Im Gegenzug wird weniger Kohlendioxid (Stoffwechselschlacke) aufgenommen und in der Lunge abgeatmet. Durch ein vermindertes O<sub>2</sub>-Angebot und der damit verbundenen Störung der Atmungskette schaltet die Zelle auf den archaischen Gärungsstoffwechsel um. Über die verminderte Zellatmung wird das Blut zu wenig durch Kohlendioxid, das den Bicarbonat-Puffer bildet, angesäuert.**

In der Folge wird die Pufferkapazität des Blutes vermindert, die Voraussetzung dafür ist, dass die toxische Milchsäure aus dem Gewebe abtransportiert werden kann. Ein Teufelskreis entsteht, dessen Verlauf eine gesteigerte Zellteilung bewirkt, Krebszellen am Leben erhält und gesunde Körperzellen schädigt. Erschwerend kommt meistens noch eine intrazelluläre Azidose hinzu (z.B. durch intrazellulären Kaliummangel), mit fatalen Folgen für den gesamten Stoffwechsel.

Literatur zum Thema:

Jentschura/Lohkämper: Gesundheit durch Entschlackung, ISBN 978-3-933-874-33-7



## Therapieansatz: Säure-Basen-Ausgleich

Das Verhältnis von Säuren und Basen im menschlichen Organismus ist nicht konstant, vielmehr ist der jeweilige Anteil einem unaufhörlichen Wechsel unterworfen, hervorgerufen vor allem durch Ernährung und stressbedingte Faktoren. Der gesunde Organismus sorgt permanent für Ausgleich und Ordnung in diesem Wechsel, indem er zur Neutralisierung eines Übermaßes an Säuren auf Körperdepots zurückgreift und die gebundenen Säuren als Schlacken ausscheidet.

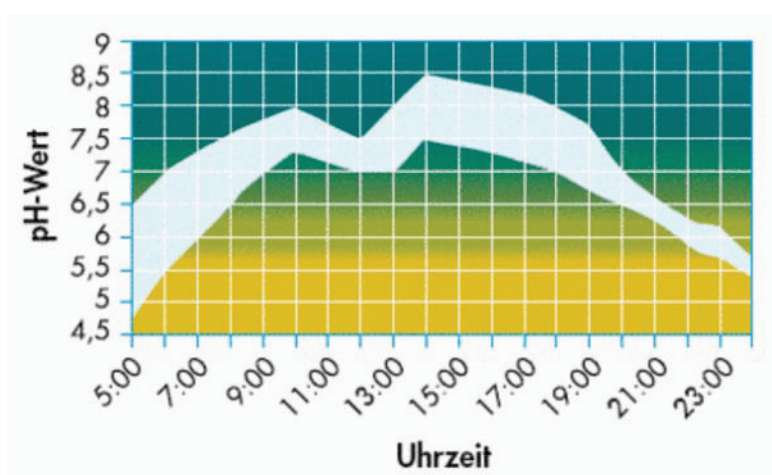
### Ermitteln Sie Ihre eigene Übersäuerung

Eine chronische Übersäuerung oder Azidose, wie sie bei Krebspatienten feststellbar ist, lässt sich durch die Erstellung eines sogenannten Tagesprofils bestimmen. Das Profil gibt dem erfahrenen Therapeuten auch Hinweise auf eine mögliche intrazelluläre Azidose.

Verwenden Sie Indikatorpapier zur pH-Wert-Messung (erhältlich in Apotheken), das für einen kurzen Moment in den Urin gehalten wird. Nach wenigen Sekunden zeigt sich an der Farbveränderung des Papierstreifens die für den pH-Wert jeweils charakteristische Färbung.

Zur Beurteilung des Säure-Basen-Haushalts sollten pro Tag 6-7 Messungen durchgeführt werden, beginnend mit dem ersten Morgenurin.

Der gemessene pH-Wert wird unter der jeweils angegebenen Uhrzeit festgehalten. Die Einzelwerte miteinander verbunden ergeben die Tageskurve. Im Idealfall weisen die pH-Werte im Tagesverlauf Schwankungen auf, die innerhalb der abgebildeten weißen Kurve liegen sollten. Morgens ist der Urin sauer (pH-Wert zwischen 5 und 6), da der Organismus über Nacht entsäuert. Nach den Mahlzeiten sollte er in den basischen Bereich ansteigen (pH-Wert zwischen 7 und 8).





## Basische Ernährung und Rohkost

Um die Überlastung des Organismus durch Übersäuerung abzubauen und die damit verbundene Entmineralisierung und Verschlackung aufzuhalten, sollte eine Ernährungsweise eingehalten werden, die in der Hauptsache auf basischen Komponenten aufbaut. Für Krebspatienten gilt die konsequente Meidung säurebildender Nahrungsmittel.

Basische Lebensmittel sind Kartoffeln, Gemüse, Obst, Blattsalate, Kräuter, Gewürze, Samen, Keime, Sprossen, Avocados, Pilze, Molke, Buttermilch, Sojabohnen, frische Walnüsse, Mandeln, frisch gepresste Obst- und Gemüsesäfte.

Neutrale Lebensmittel sind kaltgepresste Öle, Ghee (ausgelassene Butter), Kerne, Vollkorngetreide (Quinoa, Emmer, Dinkel, Hafer, Hirse, Buchweizen, Amaranth, Reis, Kamuth), milchsaures Gemüse (Sauerkraut, rote Beete).

Säurelieferanten sind alle Fleischerzeugnisse, Fisch, Käse, Zucker und Süßigkeiten, Hülsenfrüchte, Erdnüsse, gehärtete Fette, Kohlensäure, Kaffee, schwarzer Tee, Alkohol, zuckerhaltige Limonaden, Konserven und Fertigprodukte.

### **Gutes Kauen und Einspeicheln macht die Nahrung basischer und damit besser verdaulich.**

Die Aufnahme von ausreichend roher und chlorophyllhaltiger Kost ist durch die Wirkung von Enzymen, Vitaminen und Tausender verschiedener Phytochemikalien ein Jungbrunnen und Energielieferant, beugt Krankheiten vor und hat heilende Wirkung. Epidemiologische Studien beweisen z.B. die deutliche Reduktion des Krebsrisikos bei ausreichender Ernährung mit frischem Obst und Gemüse.

Als äußerst schmackhafte Möglichkeit, schnell, einfach und effektiv eine täglich ausreichende Menge Rohkost zu sich zu nehmen, empfehlen sich grüne Smoothies. Ihre „Erfinderin“ Victoria Boutenko erlebte aus eigener Erfahrung, welche enorme Bedeutung lebendige Rohkost-Nahrung für die menschliche Gesundheit hat. Sie heilte dadurch sich und ihre ganze Familie von schweren Krankheiten. Grüne Smoothies bestehen aus reifem Obst und Bio-Grüngemüse, mit einem Anteil Wasser oder frisch gepresstem Saft püriert. Sie sind leicht verdaulich, vollwertig, aromatisch, reich an Chlorophyll – und schmecken fantastisch!

### **Rezept-Beispiele:**

- 4 Äpfel, Saft einer Zitrone, 5 Grünkohlblätter ohne Stiel, 2 Tassen Wasser
- 6 Pfirsiche, 2 Handvoll Spinatblätter, 2 Tassen Wasser
- 2 Mangos, 1 Handvoll Wildkräuter, z.B. Portulak, Brennnesseln, Löwenzahn, 2 Tassen Wasser
- 1 Tasse Erdbeeren, 2 Bananen, ½ Bund Romana Salat, 2 Tassen Wasser
- 4 reife Birnen, 5 Blätter Mangold, ½ Bund Minze, 2 Gläser frisch gepresster Orangensaft

Literatur zum Thema: Victoria Boutenko, Die Vital-Rohvolution, ISBN 978-3-930243-54-9



## Wundermittel Bambussalz

Salz galt in der Antike als Quell des Lebens. Doch das Speisesalz, das wir heute kaufen können, hat nicht mehr das Geringste mit diesem alten Lebensmittel zu tun. Seine Heilkräfte sind heute fast vergessen. Buddhistische Klöster haben das Wissen um die verborgenen Kräfte des Bambussalzes und seine besondere Herstellungsmethode bewahrt. In alten Traditionen waren je nach Bedarf verschiedene Brennstufen der Salze im Gebrauch. Heute wird meist das zweimal gebrannte für das Würzen von Speisen und das neunmal gebrannte zu Heilanwendungen verwendet.

Was Bambussalz so besonders macht, ist sein Elektronenreichtum und seine Sulfide aus dem Schwefel mit hoher anti-oxidativer, -bakterizider und -entzündlicher Wirksamkeit. So wirkt z.B. die tägliche Menge von 3 bis 5 Salzkörnern des neunmal gebrannten Bambussalzes den Folgen eines erhöhten Homocysteinserumgehaltes entgegen und mindert das Risiko einer Herzattacke, eines Schlaganfalls, sowie Depressionen oder Demenz. Auch Kariesbakterien unterliegen der Kraft der Schwefelstoffe. Bambussalz empfiehlt sich für alle regenerativen Anwendungen.

Literatur zum Thema:

Youngsuk Huh, Felicitas Kermarrec: Naturerzeugnis Bambussalz, ISBN 978-3-8878-306-8

## Basische Citrate

Citrate, Salze der Zitronensäure, sind effektive und gut verträgliche Basenmittel. Werden sie in Verbindung mit einer Darmsanierung angewendet, sind sie noch wirksamer, da der Leberstoffwechsel entlastet wird. Im Gegensatz zu gängigen Basenmitteln wie Natriumbicarbonat/Natron oder Calciumcarbonat, die eine Alkalisierung des Magen-Darmtraktes fördern und damit die Darmflora und auf Dauer auch die Leber ermüden, regenerieren Citrate den Citratzyklus und das Darmmilieu.

## Basische Bäder und Sauna

Die Haut ist immer ein äußerer Spiegel innerer Stoffwechselforgänge. Über diesen durchlässigen Schutzmantel dringen sowohl Giftstoffe in den Körper ein, der Organismus scheidet aber auch Säuren in erheblichem Maße darüber aus.

**Heiße Bäder** sind die einfachste und bekannteste Therapie zur Entgiftung. Durch die Erhöhung der Blutzirkulation und Erweiterung der Kapillaren erfolgt eine bessere Ausscheidung über die Haut. Wenn vor dem Bad die Haut leicht abgebürstet wird, steigert das die Wirkung.

Ist zum Baden keine Zeit, kann man sich mit einem Fußbad helfen. Füße sind Ersatznieren! Es gelten die gleichen Regeln wie beim Vollbad. Empfehlenswert ist, sich heißes Natron-Wasser in einer Thermokanne bereit zu halten, um das abkühlende Wasser aufzuwärmen.

Um den Organismus bei der Entgiftungsleistung über Nacht zu unterstützen, kann man Basenstrümpfe tragen. Dazu löst man einen gehäuften Teelöffel Basenpulver in ca. 1 Liter Heißwasser auf und lässt darin ein Paar lange Baumwollstrümpfe gut durchnässen. Diese werden ausgewrungen angezogen, darüber zieht man am besten trockene Wollstrümpfe an. Im Handel findet man auch spezielle Basenstrümpfe zu kaufen (z.B. von Jentschura).

**Saunabaden** ist eine effiziente Entschlackungsmöglichkeit, um Giftstoffe über die Haut auszuscheiden und dazu ein hervorragendes Gefäß- und Immuntraining.



## Hochwertiges Wasser zum Trinken

Wasser ist Informationsträger und Heilmittel zugleich. Im gleichen Verhältnis, wie die Oberfläche der Erde zu 70% von Wasser bedeckt wird, besteht der menschliche Organismus im Erwachsenenalter zu 70% aus Wasser. Zum Zeitpunkt der Zeugung herrscht sogar ein Wasseranteil von 95% vor. Das heißt, der Mensch entwickelt sich fast nur aus Wasser.

Wasser, egal wie es zusammengesetzt ist, erscheint vor unseren Augen immer gleich, aber dennoch zeigt jedes Gewässer über die Beschaffenheit seiner Kristallstrukturen in gefrorenem Zustand ein anderes „Gesicht“. Forschungen des japanischen Wissenschaftlers Masaru Emoto, dem wir über eine Methode zur Sichtbarmachung der Wasserkristalle eine einzigartige Entdeckung zur Beurteilung der Wasserqualität verdanken, weisen nach, welche einen immensen Einfluss Faktoren von außen auf die Qualität des Wassers haben. Wasser zeigt Resonanz wie eine Stimmgabel, indem es jede Art von Information speichert und überträgt.

Das sicher bekannte Stimmgabel-Experiment, bei dem sich zwei Stimmgabeln derselben Frequenz gegenüberstehen und sich der Ton beim Anschlagen der einen als Schwingung auf die andere überträgt, funktioniert nach dem gleichen Prinzip. Diese Methode der Energieübertragung durch Resonanz wird auch bei Radio, Fernsehen oder Mobilfunk eingesetzt.

In seinen Forschungen stellt Professor Emoto heraus, wie sich die jeweilige Wasserqualität aufgrund seiner Herkunft und Umgebung, selbst durch Töne, Worte, Bilder oder Schriftzeichen, ja sogar ungeachtet jeder Distanz über das Bewusstsein von Menschen verändert. Wasser in seiner Qualität prägt sich aus durch Einflüsse jeglicher Art, indem es in Resonanz mit der jeweiligen Schwingungsfrequenz tritt, sozusagen die Form der Information annimmt, ausbildet und als Resultat widerspiegelt.

Wasser beeinflusst die Gesundheit und hochwertiges Trinkwasser wirkt als Heilmittel.

### **Genügend trinken bedeutet: täglich mindestens 30 ml Wasser pro Kilogramm Körpergewicht!**

Krebspatienten sollten großen Wert auf die Wasserqualität legen und daran denken, wie sehr Leitungswasser belastet ist, selbst wenn ihm gute Qualität bescheinigt wird. Bakterien aus der Tierhaltung, Haushalts- und Industrieabfälle, Schwermetalle, Medikamenten-, Düngemittel- und Chlorrückstände aus der Trinkwasser-Aufbereitung sind Schadstoffe, die als energetische Information im Wasser enthalten bleiben und die Qualität schädigen.

Literatur zum Thema:

M. Emoto: Die Botschaft des Wassers, ISBN 3-929512-21-1

F. Batmanghelidj: Wasser, die gesunde Lösung, ISBN: 3-924077-83-5



#### 4. Krebs ist ein Sauerstoffproblem

Wissenschaftliche Studien von Prof. Dr. Otto Warburg, der für seine Erkenntnisse im Jahr 1931 den Nobelpreis für Medizin erhielt, weisen nach, dass eine veränderte Energiegewinnung im menschlichen Stoffwechsel entscheidend an der Entstehung von Krebs beteiligt ist. Demnach beginnen gesunde Zellen zu bösartigen Krebszellen zu mutieren, wenn Sauerstoffmangel zu einer Hemmung der Zellatmung in den Mitochondrien führt.

Gesunde Körperzellen decken ihren Energiebedarf aus der Sauerstoffatmung, Krebszellen haben umgestellt auf sauerstofflose Gärungsprozesse. Das heißt, dass bei Krebszellen keine normale Zellatmung mehr stattfindet. Durch eine erniedrigte Spannung der Zellmembran kann kein Sauerstoff mehr in die Zelle gelangen, der zur Energiegewinnung unerlässlich ist. Sie beginnt ohne Sauerstoff zu leben, indem sie ihren Stoffwechsel auf Gärung umstellt und zur Krebszelle mutiert.

„In wenigen Worten zusammengefasst ist die letzte Ursache des Krebses der Ersatz der Sauerstoffatmung der Körperzellen durch die Gärung. Alle normalen Körperzellen decken ihren Energiebedarf aus der Sauerstoffatmung, die Krebszellen allein können ihren Energiebedarf aus einer Gärung decken. Alle normalen Körperzellen sind also obligate Aerobier, alle Krebszellen sind fakultative Anaerobier. Vom Standpunkt der Physik und Chemie des Lebens betrachtet ist dieser Unterschied zwischen normalen Körperzellen und Krebszellen so groß, dass man ihn sich nicht größer vorstellen kann. Der Sauerstoff (...) ist in den Krebszellen entthront und ersetzt durch die energieliefernde Reaktion der niedersten Lebewesen durch Gärung.“ Prof. Warburg

Der Warburg-Effekt der anaeroben Glykolyse (Gärung) in Tumorzellen ist wissenschaftlich gesichert. Neueren Erkenntnissen zufolge sind für die Tumorprogression, -invasion und Metastasierung diese besonders aggressiven Krebsstammzellen verantwortlich, die sich durch ihren besonders gärungsaktiven Stoffwechsel und embryonale Zellmarker auszeichnen. Werden wenige Hundert dieser Krebsstammzellen in ein anderes Gewebe implantiert, wächst dort ein Tumor, während die Verpflanzung einiger Hunderttausend „normaler“ Krebszellen keinen Tumor auslöst. Durch Chemo- oder Strahlentherapie wird zwar die Tumormasse verringert, die aggressiven Stammzellen, die quasi immun gegen Apoptose (programmierter Zelltod) sind, können aber nicht abgetötet werden.





## Therapieansatz: Aktivierung der Zellatmung

Mehrfach ungesättigte Fettsäuren spielen nicht nur bei der Sauerstoffaufnahme, sondern auch bei der Blutbildung und dem Zellwachstum eine entscheidende Rolle. Die essentiellen, lebenswichtigen Fettsäuren Linol- und Linolensäure weisen im Gegensatz zu gesättigten und einfach ungesättigten Fettsäuren mehrere Doppelbindungen zwischen je zwei Kohlenstoffatomen auf. Diese Eigenschaft erlaubt es ihnen, mit anderen Molekülen zu reagieren, Elektronen zu speichern und damit Stoffwechselprozesse zu aktivieren. Da in Tumorzellen die Zellatmung gestört ist, kann durch eine gezielte Aufnahme mehrfach ungesättigter Fettsäuren eine Veränderung der Krebszellen hin zu aerobem Stoffwechsel erzielt werden.

Die Ernährung spielt bei Krebs eine entscheidende Rolle. Dabei ist das größte Problem des heutigen durchschnittlichen Ernährungsverhaltens der Verzehr von großen Mengen denaturierter, mit Zusatzstoffen versetzter, haltbar gemachter Produkte, die einer Bezeichnung als Lebensmittel nicht gerecht werden. Ein Brot beispielsweise, dessen Saatkörner mit chemischen Mitteln gebeizt, gewaschen, gehobelt, poliert, entkeimt wurden, um danach mit Stickoxiden, Chlor, Persulfaten, Bromaten und Arsenderivaten behandelt zu werden, kann der Gesundheit nicht dienlich sein – und dennoch ist der Verzehr an der Tagesordnung.

Der menschliche Organismus ist ein sensibles, holistisches Gefüge aus Billionen von Körperzellen, die wiederum als Verbände mit Billionen von Organismen wesentliche Bestandteile von Geweben und Organen bilden. Alle Einflüsse und Interventionen und in besonderem Maße die der Nährstoffe als Energielieferanten und Lebensspender zur Aufrechterhaltung der Funktion jeder einzelnen Zelle, müssen in ihrer Dimension auf die Auswirkung der Gesundheit verstanden werden.

Bestimmte Ernährungsprinzipien bei Krebs bilden deshalb essentielle Bausteine für die Regeneration des gesamten Organismus.



## Öl-Eiweiß-Kost nach Dr. Johanna Budwig

Ausgehend von den Forschungsergebnissen Professor Warburgs entwickelte Dr. Johanna Budwig zur Therapie von Krebserkrankungen die spezielle „Öl-Eiweiß-Kost“. Diese Ernährungsform schafft eine Verbindung von hochungesättigten Omega-3-Fettsäuren, wie sie in hohem Maße vor allem im Leinöl vorkommen und schwefelhaltigem Eiweiß, der im Quark enthalten ist. Vereinfacht dargestellt ermöglicht die Mischung aus Leinöl und Quark den Sauerstofftransport in die Zelle und setzt die Zellatmung wieder in Gang.

Omega-3-Fettsäuren sind essentiell, d.h. der menschliche Organismus benötigt sie für alle lebenswichtigen Stoffwechselprozesse, kann sie aber nicht selbst herstellen. Sie müssen über die Ernährung zugeführt werden.

Jede Zellmembran ist aus Fettsäuren aufgebaut, die ununterbrochen durch neue Fettsäuren ersetzt werden müssen. Ein Mangel an essentiellen Fettsäuren mit einem gleichzeitigen Übermaß an gesättigten Fettsäuren, wie sie heutzutage die Ernährung dominieren, führen zur Verdickung des Blutes mit der Folge, dass Organe und Zellen nicht mehr ausreichend mit Sauerstoff und Nährstoffen versorgt werden. Krebs kann entstehen.

Ein gesunder Organismus zeichnet sich durch eine hohe Elastizität der Zellmembran aus, durch welche die Zufuhr von Sauerstoff gewährleistet ist. Die Wiederherstellung und der Erhalt dieser Elastizität werden ermöglicht durch die Anwendung der „Öl-Eiweiß-Kost“.

Dr. Johanna Budwig, selbst mehrfach für den Nobelpreis nominierte Wissenschaftlerin, behandelte über 40 Jahre lang erfolgreich meist Krebspatienten im Endstadium aus der ganzen Welt. Ihre Heilerfolge sind gut dokumentiert und werden immer wieder auf internationaler Ebene bei Krebsforschungskongressen thematisiert, wo sie bis zuletzt hochbetagt für ihre Überzeugung eintrat, dass Krebs mit der „Öl-Eiweiß-Kost“ heilbar ist.

Die Budwig-Kost besteht neben einer Vielfalt an Variationen in Verbindung mit der Quark-Leinölmischung darüber hinaus aus Früchten, Salaten, viel frischem Gemüse, Rohkost, vollwertigen Getreidesorten und milchsauren Säften. Die Kost wirkt aufgrund der Kombination von schwefelhaltigen Aminosäuren des Quarks und den hochungesättigten Omega-3-Fettsäuren des Leinöls. Die Bestandteile für sich allein sind nicht entscheidend, sondern das Zusammenwirken der beiden Komponenten zur Bildung der von Krebspatienten so dringend benötigten Lipoproteine. Deshalb erfolgt auch keine Eiweißüberfrachtung.

Vor allem bei Leberstörungen, Problemen mit der Fettverdauung, Kuhmilchallergien oder Lactose-Unverträglichkeit kann auf Produkte wie Mandel-, Schaf- oder Ziegenmilch ausgewichen werden. In jedem Fall sollte Magerquark (schwefelhaltige Aminosäuren) verwendet werden. Wenn keinerlei Fett verdaut werden kann, muss umso mehr entgiftet werden, sollten nach Rücksprache mit dem Arzt Fastentage eingelegt oder die Überleitungsstage verlängert werden.

Literatur zum Thema:

Dr. Johanna Budwig: Die Öl-Eiweiß-Kost, ISBN: 3-93257664-0



## 5. Krebs ist ein Energieproblem

Gesunde Zellen produzieren über die Mitochondrien Energie, die pro Nahrungseinheit etwa 36 Moleküle ATP (Adenosintriphosphat, das „Zellbenzin“) misst. Eine Krebszelle erreicht im Vergleich nur 2 ATP-Einheiten. Gleichzeitig nimmt eine Krebszelle die 18-fache Zuckermenge auf wie eine gesunde Körperzelle. In der Folge leiden Patienten durch den fortwährenden Energieraub an Auszehrung und Entkräftung.

**Der Stoffwechsel von Krebszellen ist gekennzeichnet durch einen hohen Energieverbrauch und ein geringes Zellpotential (etwa 15 Millivolt). Im Gegensatz dazu erbringen gesunde Zellen eine hohe Energieproduktion für den Organismus und ein Zellpotential von etwa 70 Millivolt. Dies erklärt unter anderem auch das Energieproblem, unter dem Krebspatienten leiden.**

Zellen des menschlichen Herzens weisen einen Wert von 70 bis 90 Millivolt aus. Solange eine solche Spannung aufrecht erhalten bleibt, kann eine Zelle nicht zur Krebszelle werden. Deshalb bilden sich am Herz keine Tumore.

Bei der Entstehung der Energieproblematik spielt der Faktor Ernährung eine große Rolle, wie sich an der Überlegung verdeutlicht, warum Kater soviel schlafen und Pferde soviel leisten: Im Tierreich kann ausdauernde körperliche Leistung nur von Pflanzenfressern wie z.B. Pferden, Ochsen oder Elefanten erbracht werden, während eine Katze und andere Fleischfresser einen Großteil ihres Lebens mit Schlafen verbringen. Dies hängt damit zusammen, dass durch die erforderliche Verstoffwechslung großer Eiweißmengen im Dickdarm neben anderen Toxinen vor allem Ammoniak entsteht, ein starkes Zellgift, das zu einer erheblichen Verlangsamung des zentralen Energiekreislaufs führt. Obwohl Fleischfresser im Tierreich mit einem extra kurzen Darm und besonderen Enzymen ausgestattet sind, um die Ammoniakbildung und Leichengiftaufnahme zu reduzieren, sind sie nur für kurze Zeit leistungsfähig und ermüden schnell. Pflanzenfresser dagegen können hohe Dauerleistungen erbringen, da deren Nahrung für den Stoffwechsel viel weniger belastend ist.

Der Mensch, dessen Gebiss, Enzymausstattung und lange Darmassage für eine Mischkost mit einem überwiegend pflanzlichen Rohkostanteil ausgelegt ist, überfordert seinen Organismus mit fleischlastiger Kost. Die daraus resultierenden Ammoniakgase und anderen Toxine können nicht verstoffwechselt werden und verursachen Zellschäden, selbst der DNS, wirken entzündlich und krebserregend.



**Energiemangel in Verbindung mit den Faktoren Immunschwäche, Übersäuerung und Sauerstoffmangel in den Zellen bildet darüber hinaus die Basis für versteckte Depression, worunter von Krebs betroffene Menschen häufig leiden.**

Dr. Lawrence LeShan, psychologischer Krebsforscher mit 40jähriger Erfahrung bei der Behandlung und Betreuung von Krebspatienten, definiert Krebs als Energieproblem und ein Problem totaler Erschöpfung sowie eine über eine Depression hinausgehende Hoffnungslosigkeit und Verzweiflung. Diese Zustände ordnet er keineswegs der Krebserkrankung selbst zu, sondern dem grundlegenden Lebensgefühl und der gefühlsmäßigen Verfassung der Patienten bereits lange vor der Diagnose. Übereinstimmende Komponenten für die Beschneidung der Lebensenergie seiner Patienten sah er in ihrem fehlenden Glauben an eine Befriedigung oder das Erleben eines Sinns im Leben, an die Möglichkeit einer Entwicklung hin zur Veränderung ihrer Lebenssituation und an das Ende ihrer empfundenen Einsamkeit.

**Zur erfolgreichen Krebstherapie muss zunächst der am Boden liegende Energiehaushalt aktiviert werden, damit sich die physische und psychische Gesamtsituation des Patienten verbessern kann.**

Literatur zum Thema:

LeShan: Diagnose Krebs. Wendepunkt und Neubeginn, ISBN 978-3-608-95794-5

LeShan: Psychotherapie gegen den Krebs, ISBN 978-3-608-94208-8



## Therapieansatz: Regulierung des Energiehaushalts

Bei Energieblockaden und niedrigen Vitalwerten als typische Zeichen jeder Krebserkrankung gibt es wirkungsvolle Ansätze, die in der Summe zu einer maßgeblichen Verbesserung des Energiesystems und damit zu einer Steigerung der Lebensqualität beitragen können.

### Energiegewinn über Ernährung

Die heutzutage überwiegende Kost macht müde, sauer, dick und krank. Sie besteht aus zu vielen einfachen Kohlenhydraten, ungesunden Fetten und tierischen Eiweißen. Das Übermaß und die Einseitigkeit sind die Ernährungsfehler, die heute den Stoffwechsel im Gegensatz zu früheren Zeiten des Mangels überfordern. Sie stellen in ihrer Auswirkung eine zu hohe glykämische Last dar, können nicht zur Energiegewinnung verwendet werden, blockieren und lähmen Stoffwechsel- und Verdauungsvorgänge, beuten wertvolle Mineraliendepots und Regulationsysteme des Organismus aus, verursachen intrazelluläre Störungen und führen letztlich zur Erschöpfung von der Zelle bis zum ganzen Menschen.

**Bei Krebserkrankungen muss die Ernährung konsequent umgestellt werden, um die energetischen Mangelerscheinungen als Folge einer Kette unterschiedlichster organischer Störungen bis hin zum Stoffwechselversagen beseitigen zu können.**

### Fette und Öle als Energielieferanten

Schätzungsweise 95% der Weltbevölkerung leiden unter einem Mangel an Omega-3- und Omega-6- Fettsäuren. Sie sind für den menschlichen Körper essentiell, d.h. sie müssen über die Nahrung aufgenommen werden, da der Organismus selbst keine ungesättigten Fettsäuren entwickelt. Nur wenn mit der täglichen Ernährung beide Fettsäuren im richtigen Verhältnis von 2:1 aufgenommen werden, kann der Mensch dauerhaft gesund bleiben. In nennenswerten Mengen findet man sie nur in Nussölen, Hanf- und Weizenkeimöl, in Kaltwasserfischarten, vor allem aber im Leinöl.

Gute Fette sind wichtig für den Zellstoffwechsel und die Zellatmung, fördern die Bildung von Abwehrzellen und wirken entzündungshemmend und Blutdruck senkend, versorgen die Gelenke mit Gelenkschmiere, halten Feuchtigkeit in der Haut zurück, helfen bei der Entgiftung fettlöslicher Toxine, werden für die Hormonproduktion benötigt, verbessern die Fließeigenschaft des Blutes und der Zellfunktionen wie z.B. die Rezeptorfähigkeit für Insulin, senken das „schlechte“ (LDL)-Cholesterin und steigern das „gute“ (HDL)-Cholesterin, schützen vor Diabetes, fördern die knochenbauenden Zellen, vermindern Gelenkschmerzen und verbessern die Beweglichkeit, steigern das Konzentrationsvermögen, verbessern die Intelligenz, die Reaktions- und Merkfähigkeit, schützen vor Depression und Alzheimer-Erkrankungen, erhalten die Funktion der Netzhaut und der Sehfähigkeit – um nur einige ihrer vielfältigen Aufgaben zu erwähnen.



In der Natur kommen Öle nur in der „Cis-Form“ vor. Bei industriellen Vorgängen ab einer Temperatur von ca. 150 Grad mutieren ungesättigte Fettsäuren in die „Trans-Form“, wodurch keine Elektronenaufnahme mehr möglich ist. Trans-Fette sind somit nicht in der Lage, ihre eigentlichen biochemischen Aufgaben zu erfüllen und haben ihre Funktionalität für die Zellen vollständig verloren.

Öle, die im Supermarkt zu kaufen sind, werden nach Haltbarkeitsgesichtspunkten und nicht nach Gesundheitsaspekten hergestellt. Dies hat eine Reihe von bedeutsamen Folgen:

Handelsübliches Öl wird vor dem Pressen auf 170 Grad erhitzt, um die Ölausbeute zu erhöhen. Nach dem Pressen wird es mit chemischen Lösungsmitteln versetzt, um noch mehr Ölbestandteile zu gewinnen. Danach wird es mit Chemikalien gebleicht, gefiltert und entschleimt, wobei wichtige Vitalstoffe zerstört oder entfernt werden. Zuletzt wird es noch unter hohem Druck im Dampf bei 270 Grad sterilisiert. Trotz dieser Behandlung darf dieses Öl noch als „kalt gepresst“ bezeichnet werden, da beim eigentlichen Pressgang von außen keine Hitze zugeführt wurde! Ein solches Öl ist mehrere Jahre haltbar. Gesundheitsfördernde Inhaltsstoffe wie Vitamine oder Lecithin findet man darin nicht mehr, dafür aber die so genannten Trans-Fettsäuren, die nachweislich karzinogen sind und die Entstehung vieler Krankheiten fördern.

Transfette sind eindeutig gesundheitsschädlich. Man findet sie in Fast Food, Fertigprodukten und in hochoerhitzten Fetten.

Besonders hinter Begriffen wie „teilweise gehärtete Fette“, „pflanzliche Fette“ oder „gehärtete Fette“ verbergen sich immer auch Trans-Fettsäuren. So glauben bedauerlicherweise immer noch viele Menschen, Margarine sei gesund. Dabei hinterlassen die üblichen Prozesse der Fetthärtung Spuren toxischer Metalle wie Nickel, Kobalt oder Aluminium im Endprodukt und blockieren die lebenswichtige Zellatmung.

Die damit verbundenen gesundheitlichen Folgen sind: Herzinfarkt und Schlaganfallrisiko, erhöhter Blutdruck und Cholesterinspiegel, Arterienverstopfung, Krebs, Fettleibigkeit, Insulinresistenz und Diabetes, Leberverfettung, Nierenschädigungen, Allergien, Depressionen, beeinträchtigte Funktionen von Zellen und Organen und leider noch viele weitere.

Was qualitativ hochwertiges Öl ausmacht

- Das Öl wird keinen Temperaturen über 40 Grad ausgesetzt
- Das Öl muss kühl gelagert sein, da die wertvollen mehrfach ungesättigten Fettsäuren bei Zimmertemperatur innerhalb kurzer Zeit ranzig und somit gesundheitsschädlich werden
- Die Ölsaaten sollten aus biologischem Anbau stammen oder rückstandskontrolliert sein. Bei Öl ist dies besonders wichtig, da Pestizide und andere Schadstoffe aus der konventionellen Landwirtschaft fettlöslich sind
- Die Flaschen sollten lichtgeschützt sein, da Licht wertvolle Inhaltsstoffe im hochwertigen Öl zerstört (auch beim Press- und Abfüllvorgang)
- Gutes Öl ist nicht durch einen Hochleistungsfilter gepresst worden und nicht chemisch gebleicht. Daher ist es eher trüb und enthält oft einen Bodensatz (vor Gebrauch schütteln)
- Gutes Öl schmeckt immer nach dem Samen, aus welchem es gepresst wurde

**Wichtig!**

Bei Olivenöl sollte auf dem Etikett „natives Olivenöl“ stehen, das bis zu 2 Gramm Säure enthalten darf. Der Zusatz „nativ extra“ oder „extra Virgine“ garantiert per Gesetz maximal 0,8% Säure. Steht nur „Olivenöl“ auf dem Label, handelt es sich um ein raffiniertes, industriell verarbeitetes Öl.

Es sollten nie ungesättigte Fette wie Sonnenblumen-, Raps-, Lein-, Hanf-, Kürbiskern-, Oliven-, Sesam- und andere Samenöle zum Erhitzen über den sogenannten Rauchpunkt verwendet werden, der bei den meisten Ölen bei 120 bis 150 Grad liegt. Es entstehen immer krebserregende Stoffe.

Es gibt nur wenige Fette, die sich zum Erhitzen eignen. Dies sind Ghee (geklärte Butter), Erdnussöl, rotes Palmenöl oder Kokosöl.

Literatur zum Thema:

Reiner Schmid: Ölwechsel für Ihren Körper, ISBN: 978-3-927676-16-9

## **Körperreinigung mit Eldi-Öl „R“ (Elektronen-Differenzierungs-Öl) nach Dr. Johanna Budwig**

Eldi-Öl verbessert den Zellstoffwechsel und führt zu einer Erhöhung der Sauerstoffaufnahme. So einfach diese Methode zur gleichzeitigen Energetisierung und Entgiftung klingt, so schnell ist ihre belebende Wirkung spürbar.

### **Eldi-Öl-Einlauf**

Führt dem Körper Energie zu. Das Eldi-Öl „R“ am besten mit einer großen Spritze über den After zuführen. Dies ist aber kein Ersatz für die täglichen Einreibungen, sondern stellt ein spezielles Instrument bei niedriger Energielage dar.

Bezugs- und Informationsquelle:

Gesundheitsprodukte Wolfgang Bloching, 72250 Freudenstadt, Tel.: 07441-2877

Email: Wolfgang.Bloching@t-online.de



## Bewegung

Ein essentieller Baustein und ein wichtiges Heilmittel bei Krebs ist die sportliche Betätigung bzw. die regelmäßige Bewegung an der frischen Luft bei jedem Wetter. Eine stärkere Durchblutung trainiert das Immunsystem und regt alle Körperprozesse zu mehr Aktivität an. Sport schützt sogar davor, an Krebs zu erkranken, wie mittlerweile zahlreiche Untersuchungen eindrucksvoll belegen. Vor allem wirkt sich jede Form der körperlichen, jedoch nicht überanstrengenden Betätigung förderlich auf die Psyche aus. Das häufig auftretende Fatigue-Syndrom bei Krebskranken mit Symptomen extremer Müdigkeit und depressiven Verstimmungen kann durch Sport merklich abgemildert werden. Sowohl der körperliche als auch der psychische Zustand werden stabilisiert, die Infektionsschwelle wird herabgesetzt, während die Immunabwehr und das Energie- und Vitalitätssystem ansteigen.

Bewegung hilft nachweislich sogar während Chemotherapie oder Bestrahlung. Nebenwirkungen werden abgemildert und Schmerzen verringert, wenn Patienten parallel zur Therapie eine Bewegungstherapie durchführen.

## Licht

Menschen sind Heliotropen, d.h. sie brauchen die Photonen des Sonnenlichts für alle lebensspendenden und -erhaltenden Prozesse des Organismus. Jede Zelle braucht Licht. Die nicht mehr funktionierende Zellatmung und der damit einhergehende Energieverlust bei Krebspatienten sind auch auf einen Mangel an Licht zurückzuführen. Es ist deshalb Pflicht, täglich wenigstens 2 Mal für mindestens 30 Minuten ins Freie zu gehen.

Bitte nach Möglichkeit keine Sonnenbrille tragen, da Licht vor allem durch die Augen aufgenommen wird!

## Atem

Atmen heißt Leben. Mit dem tiefen Ein-Atem als Transportmittel für den Sauerstoff in jede einzelne Zelle werden alle lebenswichtigen Stoffwechselprozesse in Gang gehalten. Mit dem tiefen Aus-Atem wird Aufgestautes, Verbrauchtes, werden im Organismus angesammelte Giftstoffe ausgeleitet.

Die Atmung ist mit fast allen körperlichen Vorgängen verbunden und das zuverlässigste Reagenz auf geistige und seelische Reizeinwirkung. Für jede Emotion gibt es eine Korrespondenz mit dem Atemgeschehen.

Nur wenige Menschen atmen richtig und für den Organismus wirklich nutzbringend. Die Unterstützung eines Atemtherapeuten kann zu wahren Energieschüben verhelfen.





## Entspannung und Schlaf

Schlaf ist für den Organismus beides: Tankstelle und Werkstatt zugleich. Wer zu wenig schläft, stresst seinen Körper psychisch und physisch. Das Schlafbedürfnis sinkt auch nicht mit zunehmendem Alter. Wer weniger als 7 bis 8 Stunden schlafen kann, je älter er ist, sollte mögliche Ursachen überprüfen.

In der Nacht ist die große Regenerationszeit für Körper und Geist. Die Wirbelsäule muss liegen und ausschwingen. Vitalstoffe, Vitamine und Mineralstoffe werden in die Zellen transportiert. Auch das Gehirn regeneriert. Eindrücke und Gedanken des Tages werden geordnet und verkettet, Lösungsstrategien und Lernprozesse ausgelöst.

Während der nächtlichen Reparatur- und Erholungsphase läuft gleichzeitig die Entgiftung des gesamten Organismus auf Hochtouren. Deshalb benötigt er ausreichend Flüssigkeit, um die Abfallstoffe von den Zellen in Nieren und Leber und diese wiederum auszuspülen. Für einen geruhsamen Nachtschlaf ohne Toilettengang sollte man deswegen bis 14 Uhr etwa zwei Drittel des Tagesbedarfs an Flüssigkeit zu sich genommen haben.

Für einen erholsamen Schlaf sollte man einen festen Rhythmus einhalten und auch im Urlaub und an Wochenenden etwa zur gleichen Zeit ins Bett gehen. Das Schlafzimmer möglichst abdunkeln, da der Organismus auf Lichteinfluss mit Hormonausschüttung reagiert. Weil nachts das Gehör nicht abschaltet, sollten Lärmquellen so gut es geht gedämmt werden. Die optimale Temperatur zum Schlafen beträgt 18 Grad.

Mindestens 15 Minuten von dem Zubettgehen gut durchlüften, keine elektronischen Geräte und möglichst keine Pflanzen im Schlafzimmer.

Zwei Stunden vor dem Schlafengehen nichts mehr essen und drei Stunden vorher keinen Sport mehr treiben.

Das Wochenende und den Urlaub sollte man immer mit leichter Aktivität beginnen. Wer von Hundert auf Null herunterfährt, unterfordert den Organismus – auch das ist Stress und riskiert womöglich einen Kollaps.



## Erdstrahlen

Natürliche Strahlungen der Erde können durch Wasseradern oder Verwerfungen verändert sein, womit sich das magnetische Umfeld ändert. Erfahrene Geopathologen bestätigen, dass es kaum einen Krebskranken ohne starke Erdstrahlenbelastung gibt. Der Schlafplatz vieler Krebskranker befindet sich auf geopathogenen Zonen. Mögliche Belastungen als Mitverursacher der Energieschwäche sollten abgeklärt werden!

## Elektromagnetische Belastung

Die Vermeidung von Elektrosmog stellt einen weiteren essentiellen Baustein zur Wiedererlangung der Gesundheit dar. Nachfolgende Faktoren sollten überdacht und berücksichtigt werden:

- Einbau von Netzfreeschaltern im Schlafzimmer, die verhindern, dass nachts Strom fließen kann (im Schlaf ist man besonders empfindlich)
- Radiowecker, Fernsehgerät und elektrische Geräte im Schlafzimmer
- Drahtlos-Telefone (DECT), Handys, Computer, Sendemasten
- Halogenlampen, Neonröhren, Heizkissen
- Matratzen mit Sprungfedern oder Betten mit Metall (Antennenwirkung)
- Aluminium (z.B. Deo, Alufolie, Aluminiumtöpfe)

## Mikrowellen

Mikrowellengeräte sollten keinesfalls verwendet werden! Die lebenswichtige Kommunikation der Zellen erfolgt über Lichtsignale. Mikrowellengeräte erzeugen hohe Frequenzen, welche sich auf Signale mit niedrigerer Intensität „aufmodulieren“. Beim Einschalten der Mikrowelle werden die organischen Frequenzen der Zellen überlagert. Darüberhinaus verändert sich das natürliche Schwingungsmuster von Lebensmitteln, die in der Mikrowelle erhitzt werden. Es findet eine „Polarisationsdrehung“ statt, d.h. eine Umkehrung der natürlichen Rechtsdrehung des Lichtes zu einer denaturierten Linksdrehung.



## 6. Krebs ist ein Stressproblem

Stress ist ein äußerst belastender Faktor für den Organismus in seiner Gesamtheit von Körper und Psyche, der bei allen Krebspatienten lange vor der Diagnose eine große Rolle spielt.

Seit Jahrtausenden hat sich in lebenden Organismen die vegetative Reaktion herausgebildet, bei Stress mit einer Ausschüttung des (Stress-)Hormons Adrenalin zu reagieren und damit mit einer Steigerung von Herzschlag und Blutdruck, einer verstärkten Durchblutung und Atmung sowie einer Mobilisierung der Hirnwellentätigkeit als Zeichen erhöhter Erregung und Aufmerksamkeit.

Die biologische Ausstattung des Menschen stammt aus einer frühen Phase der Evolution, in der Kampf und Flucht angemessen war, auf Bedrohungen, Konflikte und Stress zu reagieren.

In der Biochemie des menschlichen Organismus läuft eine Reaktionskette ab, die zur Vorbereitung auf Bewegung und Ausagieren des Stressors adaptiert ist: Die Ankurbelung des Blutkreislaufs dient dem erhöhten Energietransport, um die Zellen des Körpers rasch und ausreichend mit Sauerstoff, Nährstoffen und steuernden Botenstoffen (Hormonen) versorgen zu können. Die Atmung wird schneller und tiefer, um möglichst viel Sauerstoff als Verbrennungsenergie für den Körper aufnehmen zu können. Die Skelettmuskulatur wird angespannt, um den Körper auf Flucht oder Kampf vorzubereiten, sodass man sich „ständig auf dem Sprung“ fühlt. Die erhöhte Energiezufuhr an die Muskulatur wird durch eine Blutumverteilung erreicht, Reserven aus Magen, Darm und Haut werden abgezogen, Blutgefäße erweitert. Angesichts akuter Gefahren reagiert der Organismus durch maximale geistige Aufmerksamkeit, sodass man sich hellwach, bis hin zur Überwachheit (Hypervigilanz) erlebt.

Moderne Stressantworten aber ermöglichen kein schnelles Davonlaufen oder ein Abreagieren durch einen Faustkampf, obwohl der gleiche Reaktionsmechanismus abläuft, auch wenn eine Situation nur als bedrohlich vorgestellt wird. Der Organismus bzw. das Bewusstsein unterscheidet nicht zwischen realen und vorgestellten Gefahren und reagiert sowohl bei körperlichen als auch bei seelischen Belastungssituationen in gleicher Weise mit der Aktivierung des vegetativen Nervensystems. Mit schwerwiegenden Folgen.

Durch emotionalen Dauerstress und die damit verbundene permanente Aktivität von Stoffwechselfvorgängen kommt es zu einer ständigen Belastung des Abwehrorgans „chromaffines System“, das sich über den ganzen Körper verteilt und u.a. für die Adrenalin-Produktion zuständig ist. Die Folge ständiger Adrenalinausschüttung ist die zwangsläufige Erschöpfung des chromaffinen Systems und ein Ausbleiben der Adrenalinproduktion. Als weiterer Dominoeffekt tritt eine Verlangsamung des Stoffwechsels mit Nachlassen der (Rechtmilchsäure erzeugenden) Muskeltätigkeit ein und eine Verringerung der Sauerstoffspannung des Gewebes bis hin zu Abwehrrschwäche und Erschöpfung.



Gleichzeitig treten schwere Störungen im Zuckerstoffwechsel auf. Im Organismus, wo Adrenalin der Gegenspieler von Insulin ist, spielt sich aufgrund dieser langanhaltenden Stress-Situation folgendes Szenario ab: Während Insulin Zucker in die Zellen einbaut, entzieht Adrenalin den Zellen bei Energiebedarf Zucker. Unter Adrenalinmangel wird die gesunde Zelle mit Zucker überhäuft. Sie kann ihre angestammte Funktion nicht mehr erfüllen und muss andere „Zuckerabbau-Maßnahmen“ treffen.

In einer fatalen Kettenreaktion führt dies zu einer Einschränkung des Sauerstoffangebotes in den Blutgefäßen. Die Zellen müssen mit weniger Sauerstoff auskommen, gleichzeitig aber mehr Zucker verbrennen. In der Folge schalten die mit Zucker gemästeten Zellen um auf Gärstoffwechsel und rasche Zellteilung, um die Überschüsse loszuwerden. Dadurch kann zwar viel Zucker abgebaut, aber nur wenig Energie geliefert werden. An diesem Punkt wiederum fällt viel zu viel linksdrehende Milchsäure an, wodurch die Zellteilungsrate erhöht und darüberhinaus der Säure-Basen-Haushalt aus dem Gleichgewicht gebracht wird.

Diese Vorgänge kennzeichnen die klassische Krebszelle, die in solchen extremen Stresssituationen überlebensfähig bleibt. Die Entwicklung von Krebszellen schützt den Organismus vor Erblindung, schweren Blutungen, Nervenversagen und dem Fall ins Koma – alles Folgen eines zu hohen Zuckerangebotes, wie sie auch vom unbehandelten Diabetes bekannt sind.

Ursprünglich sinnvolle Notmechanismen des Organismus in Form einer „Zucker-Verbrennungsanlage Tumor“ zur Stabilisierung der Stoffwechsellage und Aufrechterhaltung lebenswichtiger Funktionen führen schließlich paradoxerweise zum Krebstod.

Literatur zum Thema:

Dr. W. Fryda: Diagnose Krebs, ISBN: 3-8334-1021-3

P.G. Seeger: Krebs-Problem ohne Ausweg?, ISBN: 3-88463-123-3



## Therapieansatz: Konflikt- und Stressmanagement

Um der Stressproblematik von Krebspatienten wirksam zu begegnen, muss die Behandlung sowohl auf der körperlichen wie auf der emotional-psychischen Ebene ansetzen.

Dr. Waltraud Fryda, die bis ins hohe Alter erfolgreich Krebspatienten therapierte, veröffentlichte bereits 1988 eine Studie mit 48 Krebspatienten im Endstadium, von denen mit Milchsäure-Therapie nach 5 Jahren (1993) noch 33 lebten und fast alle noch 10 Jahre später (2003).

Bekannte Krebsärzte wie Dr. J. Kuhl, Prof. Seeger, Dr. Köhler, Dr. Budwig verordneten ihren Patienten eine Ernährung mit hohen Milchsäuregäranteilen.

### Milchsäuretherapie

Es gibt zwei verschiedene Milchsäuremoleküle: Die rechtsdrehende L (+) und die linksdrehende D(-) Milchsäure. In fermentierten Lebensmitteln finden wir überwiegend die gesunde rechtsdrehende Milchsäure.

Bei zu hohem Zucker- und Kohlehydratverzehr, sowie bei körperlichem und psychischem Stress verändert sich der Stoffwechsel der Zellen, indem Zucker vergärt wird. Dabei fallen große Mengen linksdrehender Milchsäure an, das Gewebe übersäuert, das Blut wird alkalisch/basisch. Die Aktivität der roten Blutkörperchen, die für den Sauerstofftransport zuständig sind, ist wie die von Enzymen und Hormonen stark eingeschränkt. Das Zellmembran Potential sinkt, das Immunsystem ist in seiner Funktion regelrecht lahm gelegt. Eine derartige Stoffwechsellage ist Krebs. Die Krebszellen vermehren sich ungebremst, da Gärprozesse den natürlichen Zelltod verhindern.

Eine Krebstherapie wirkt dann, wenn linksdrehende Milchsäure im Tumor durch rechtsdrehende Milchsäure neutralisiert und inaktiviert wird.

### Milchsauer vergorene Säfte und Gemüse

Rechtsdrehende Milchsäure (RMS) kommt hochkonzentriert vor

- im milchsauer vergorenen Sauerkraut und im Sauerkrautsaft. Zur Therapie empfiehlt sich regelmäßig morgens auf nüchternen Magen 1 Glas Sauerkrautsaft und Sauerkraut als Rohkost vor dem Mittagessen.
- im milchsauer vergorenen Rote Beete Saft, der durch seinen hohen Gehalt an Bioaktivstoffen stark antitumoral und Blut reinigend wirkt.
- im Fermentgetränk Rechtsregulat (Reformhaus)
- im Trank des Lebens, Heilgetränk aus dem Himalaya (siehe Einkaufsliste)
- RMS Asconex- oder RMS Petrasch-Tropfen (Apotheke)

Literatur zum Thema:

Christine Brunner, Der Trank des Lebens, ISBN 978-3-86616-196-2



## Lösung von Konflikten

Ein wesentlicher Faktor bei der Ursachenforschung zur Entstehung von Krebs, wenn nicht der maßgebliche überhaupt, ist im Unterbewusstsein zu finden. Oftmals viele Jahre bevor sich ein Tumor ausbildet, hat sich in den unbewusst funktionierenden Gehirnarealen ein Erlebnis eingegraben, das mit einem tiefen inneren Schmerz oder Groll verbunden ist.

Jede Erfahrung, die wir machen, wird über bestimmte Wahrnehmungsprozesse im Gehirn verarbeitet und abgespeichert. Völlig unabhängig davon, ob wir Erlebnissen und Eindrücken bewusst Aufmerksamkeit geben oder nicht, werden sämtliche damit in Zusammenhang stehenden Informationen von der riesigen Speicherkapazität bestimmter Gehirnzentren aufgenommen. Vor allem aber unsere Gefühle, die immer an die jeweiligen Erfahrungen gekoppelt sind. Während wir freudige Erlebnisse, die uns positiv stimmen, gerne wiederaufleben lassen, um in gefühlten Erinnerungen zu schwelgen, kommen den belastenden, schmerzlichen Gefühlen bei der Auslösung von Dauerstress eine besondere Bedeutung zu.

Bewusst ablaufende Prozesse sind das planende Denken und Handeln. Unbewusst sind alle lebenserhaltenden Prozesse, wie beispielsweise das Atmen oder der Herzschlag, alle verinnerlichten und automatisierten Lerninhalte, wie beispielsweise das Autofahren oder Klavierspielen. Unbewusst sind auch alle emotionalen und alle verdrängten Abläufe der Psyche mit ihren Auswirkungen auf den Organismus.

Bewusstsein und Unterbewusstsein sind bildlich mit einem Eisberg vergleichbar. Die über der Wasseroberfläche herausragende Spitze entspricht den bewussten Anteilen, der unter der Wasseroberfläche liegende Teil den unbewussten. Die Größenordnung liegt im Verhältnis von etwa 1:99. Demnach erfolgt der geringste Teil unseres Denkens und Handelns bewusst. Auch wenn es uns ganz anders erscheinen mag, werden wir überwiegend von unseren unbewussten Erfahrungen beeinflusst und gesteuert.

Sämtliche unserer ungelösten Konflikte liegen im Unterbewusstsein begraben. Der Verdrängungsmechanismus gehört zu unserer angelernten Strategie. Deswegen sind unsere Probleme aber nicht verschwunden. Ganz im Gegenteil tragen wir sie wie eine große Last, die uns mit der Zeit immer schwerer wird. Ein vergleichbares Beispiel, das wir alle kennen, ist das Tragen eines schweren Rucksacks, der, je länger der Weg ist, mit seinem Gewicht immer drückender und einschneidender wird, bis die Last im wahrsten Sinn des Wortes unerträglich ist.

Mit seelischen (Alt)Lasten verhält es sich genauso. Sie wiegen schwer, gerade weil wir die Erinnerung an den Schmerz so sehr fürchten oder uns den empfundenen Groll nicht zugestehen. In unserer Angst lassen wir nicht zu, dass die angestauten Emotionen bis in unser Bewusstsein, bis in den Bereich unserer Aufmerksamkeit vordringen. Gleichwohl geht im Unterbewusstsein keine Information verloren, es vergisst nichts. Jeder Konflikt, der verdrängt wird, jede schmerzliche Erfahrung, die die Zeit und die Umstände nicht heilen konnten. Da das Unbewusste keinen Unterschied zwischen Vergangenheit und Gegenwart kennt, spielt es keine Rolle, wie lange ein ungelöster Konflikt auf der linearen Zeitskala besteht. Der Schmerz ist immer „jetzt“. Und so tragen wir diese verdrängten Gefühle jeden Augenblick mit uns herum. Sie werfen dabei ihre Schatten auf jedes Erleben. Seelische Lasten verlangen unsere ganze Kraft und – um ein Bild für den Krebs zu zeichnen – sie fressen uns innerlich auf. Wir müssen eine ungeheure Energie aufwenden, um die Bürde zu tragen und gleichzeitig die Erinnerung an diese alten, belastenden Erfahrungen mit den schmerzlichen Gefühlen zu unterdrücken.



Sowohl die permanente Anstrengung der Verdrängung, vor allem aber die unterschwellig brodelnden Emotionen nehmen mit der Zeit ein Ausmaß von innerlichem Stress an, der in doppelter Weise zum Auslöser für alle mentalen und körperlichen Auswirkungen wird: Krebspatienten sind geschwächt, übersäuert, vergiftet, erstarrt, kraftlos, depressiv, gestresst – vom Grunde ihres Denkens, Fühlens und Handelns.

Alle diese Symptome geben ein Bild der eigentlichen Krankheit und machen offensichtlich, warum im Körper ein Tumor wächst. Zwar sind die tatsächlichen Gründe individuell so verschieden wie die Betroffenen selbst, das Prinzip der Auflösung aber, die den Heilungsprozess bewirkt, funktioniert für alle gleich.

Einen schweren Rucksack können wir einfach abstellen. Wie aber können wir uns von unseren seelischen Lasten befreien?

Der erste Schritt besteht darin, der Möglichkeit Raum zu geben, dass es in unserem Leben einen tiefen inneren Schmerz, einen tiefen inneren Groll, ein Entsetzen oder eine Abscheu gibt, die in Zusammenhang mit der Krebsentwicklung stehen.

Der nächste Schritt ist das Aufdecken der eigenen Geschichte. Sie ist sozusagen der Ort, an dem der Schmerz wohnt. Ist man erst einmal auf seinen Konflikt gestoßen, hat man schon zur Hälfte gewonnen.

Ein weiterer wesentlicher Schritt besteht darin, die mit dem Konflikt einhergehenden emotionalen Ladungen zuzulassen und die gefürchteten Gefühle zu spüren. Es führt kein Weg daran vorbei, sie anzunehmen wie sie sind und durch den angestauten Schmerz, die verzehrende Wut, den nie ausgesprochenen Groll hindurch zu gehen. Wir müssen in unser Gefühl, um den seelischen Reinigungsprozess in Gang zu bringen, der parallel zu dem des Körpers verläuft.

Die größten Verletzungen entstehen immer in unseren wichtigsten Beziehungen. Ein Meilenstein in der Konfliktbewältigung liegt darin, sich in die Schuhe der anderen zu stellen, will heißen, die Seiten zu wechseln und mit den Augen der anderen Beteiligten an der Misere einen Blick auf die Dinge zu werfen. Damit wird es uns möglich, unsere Urteile und vor allem unsere Selbstverurteilungen fallen zu lassen. Es muss Schluss sein mit der Projektion. Das heißt mit unserer Tendenz, die Ursachen in etwas anderem zu suchen, als in uns selbst. Dies ist eine gute Vorübung für den anstehenden generellen Perspektive Wechsel.

Vielleicht der größte Schritt ist die Übung des Verzeihens. Verzeihen gegenüber anderen und gegenüber sich selbst. Wir gehören einem harmonisch funktionierenden Universum an. Harmonie ist das Prinzip des Universums. Es gibt ein universales Verlangen nach Harmonie. Harmonie ist Liebe. Das Verzeihen verbindet uns mit dieser Energie, in der die Heilung begründet liegt.

Der letzte Schritt wird uns gegeben. Er ist wie ein Geschenk des Himmels, das in der Erweiterung unseres Blickwinkels besteht, mit dem wir uns in Dankbarkeit öffnen können für alles was ist. Damit wird die Heilung vollzogen.

Literatur zum Thema:

Zwei sehr hilfreiche, verständlich- und aus Erfahrung geschriebene Anleitungen zur Konfliktlösung sind folgende Bücher, die beide unbedingt zur Pflichtlektüre von Krebspatienten gehören.

Beide Autoren veranstalten Seminare und es sind vertiefende CDs und DVDs erhältlich.

Colin C. Tipping, „Ich vergebe“, Der radikale Abschied vom Opferdasein, ISBN 978-3-933496-80-5  
Clemens Kuby, „mental healing“, Das Geheimnis der Selbstheilung, ISBN 978-3-466-34535-9



## 7. Krebs ist ein Bewusstseinsproblem

### **Krankheit stammt nicht vom Körper, sondern vom Geist. Ein Kurs in Wundern.**

Warum werden manche Menschen selbst in jungen Jahren krank, obwohl sie gesund leben und andere dagegen, die einen vollkommen unvernünftigen Lebenswandel führen, sind gesund und werden alt? Was haben Personen, die Krebs in einem späten Stadium noch überwinden konnten, anders gemacht als solche, die mit einer weit besseren Prognose sterben?

Es muss Gründe geben, die jenseits von Alter, Lebenswandel oder körperlicher Verfassung und genetischen Voraussetzungen für die Erhaltung von Gesundheit bzw. Bewältigung von Krankheit eine Rolle spielen. Dem Bewusstsein und damit Faktoren wie Denken, innere Haltung und Einstellung, vor allem aber dem emotionalen und unbewußten Bereich kann dabei eine besondere Bedeutung zugewiesen werden.

In vielen Fällen kommt die Diagnose Krebs unerwartet und überraschend, auch wenn Betroffene immer wieder berichten, sie hätten insgeheim eine Befürchtung oder Ahnung verspürt. Von dem Zeitpunkt, an dem sich die Bösartigkeit eines Tumors bestätigt, gilt der Mensch, der sich bis dahin gesund fühlt, mit einem Schlag als lebensbedrohlich krank – und so fühlt er sich von heute auf morgen meistens auch.

Die Erklärung liegt vor allem darin, dass Krebs im kollektiven Bewusstsein ganzer Kulturen mit Schmerz und Leid in Verbindung gebracht wird. Man fürchtet die Krankheit als „Geißel der Menschheit“ und setzt sie mit den schlimmsten Übeln dieser Welt gleich, die man als „Krebsgeschwüre“ unserer Zeit bezeichnet. Letztlich kommt allein die Diagnose einem Todesurteil gleich.

Das Wissen, einen Tumor im Körper zu tragen, lässt im Geist ein Szenario drohender Konsequenzen aufsteigen und beeinflusst damit die Wahrnehmung, das Empfinden, die Gefühlslage, bis hin zur Körperchemie und des körperlichen Zustands. Allein hier wird deutlich, wie sehr das Denken unser Erleben bestimmt.

Machen wir uns bewusst: Niemand wird zufällig krank. Der Tumor ist ein Symptom, das sich nach der natürlichen Gesetzmäßigkeit von Ursache und Wirkung im Verlauf einer gewissen Zeit ausbildet. In der Regel sind dies 10 bis 15 Jahre, bis sich eine messbare Größe von etwa 1 bis 2 cm entwickelt hat.

Das heißt, es gibt eine Entstehungsgeschichte, deren Auslöser in der Vergangenheit liegen. Dies sind immer zutiefst emotional erfahrene Erlebnisse, die bei den jeweils Betroffenen auf unbewusster Ebene Groll, Wut, Hass, Abscheu, Angst und damit emotionalen Stress verursachen, der sich bis auf die Zellebene körperlich auswirkt. Was bildlich gesprochen den Groll auf der Gefühlsebene schäumen lässt, bringt auf der Körperebene gesunde Zellen zum Gären und löst bösartiges Krebszellwachstum aus. Im Sumpf unbewältigter Emotionen finden sich die wahren Gründe, woran „der Mensch krankt“.

Allein das Symptom zu bekämpfen, hat logischer Weise keinen Einfluss auf die eigentliche Krankheit. Nur weil der Tumor weg ist, sind nicht die Ursachen der Entstehung verschwunden. Solange diese bestehen bleiben, ist das Krebsgeschehen nicht aufzuhalten.





Die Krebsdiagnose markiert einen Wendepunkt im Leben, der ein Umdenken verlangt. Wie oft irrtümlich interpretiert, hat das Prinzip von Ursache und Wirkung nichts mit Schuld am eigenen Schicksal zu tun, wohl aber mit Verantwortung und verantwortlichen Faktoren. Viel zu oft wird die Diagnose als Schicksalsschlag erlebt, dem jederzeit jeder zum Opfer fallen kann. Immer noch wird Krebs als bösartiger Feind definiert, der mit allen Mitteln bekämpft werden muss. Mit einer Analyse seiner Entstehungsgeschichte und der Änderung des Blickwinkels kann Krebs als das erfahrbar werden, was er nämlich auch ist: Eine intelligente Leistung des Körpers, ein natürlicher Selbstheilungsmechanismus des Organismus und ein deutlicher Hinweis auf unerlöste Konflikte und dringend notwendige Lebensumstellungen.

Die psychosomatische Medizin betrachtet körperliche Krankheiten schon lange als einen Versuch, seelische Verletzungen auszugleichen, ein Verlusterlebnis zu kompensieren oder einen unbewussten Konflikt zu lösen. Krankheit hat immer einen lebensgeschichtlichen Hintergrund und Leid kann auch als Aufforderung und Antrieb verstanden werden, in der persönlichen Entwicklung voranzuschreiten.



## Therapieansatz: Entwicklungsschritte des Bewusstseins

### **Gesundheit muss als Idee geboren werden, bevor sie entstehen kann.**

Krankheit kann nur heilen, wenn sie verstanden wird. Dazu muss ihre Entstehungsgeschichte ins Bewusstsein dringen. Je lebensbedrohlicher die Krankheit, umso deutlicher die Botschaft, die sie in sich trägt – immer in Verbindung mit der Chance auf Heilung. Das Symptom, im Fall von Krebs der Tumor, spricht seine eigene Sprache. Wie bei einem Code, wie bei geheimen Chiffren gilt es, deren Mitteilungen zu entschlüsseln. In dieser Botschaft der Krankheit liegt der Schlüssel zur Heilung.

Wir erzeugen unsere Realität durch das Gesetz von Ursache und Wirkung. Gedanken sind Ursachen und zeigen sich als physische Wirkungen. Wir leben wie Schlafwandler und machen uns keinerlei Gedanken, wie sich das, was wir denken, tun und sagen auf unser Leben auswirkt.

In unserem Erleben besteht eine Trennung zwischen Gut und Böse, Freude und Leid, wir und die anderen, haben-wollen und nicht-haben-wollen. Wir teilen die Welt in Opfer und Täter, Sieger und Verlierer, Bösewicht und Held und erfahren uns auch als solche. Unsere innere Spaltung projizieren wir auf die materielle Welt. Wir sehen den Feind „da draußen“ anstatt in uns selbst, nur die Teile und nicht das Ganze.

Wir alle kennen Situationen, in denen wir unbedingt etwas Bestimmtes haben oder erreichen wollen. Und wir alle kennen das Gefühl bitterer Enttäuschung, wenn sich unsere Vorstellungen nicht erfüllen, unsere Träume platzen. Wir haben aber auch schon alle erlebt, dass uns gerade schmerzliche Lebenserfahrungen zu Entscheidungen zwingen, die sich später oftmals als wahrer Segen erweisen.

Stellen wir uns zur Verdeutlichung vor, wir würden in einem Helikopter sitzen, der am Rande einer befahrenen Autostraße steht, die sozusagen einen Zeitstrahl von Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft darstellen soll. Alle Autos in unserem unmittelbaren Blickfeld machen die Gegenwart aus. Sind sie an uns vorbei gefahren und außerhalb unserer Sichtweite, gehören sie der Vergangenheit an. Die Autos, die erst später in unser Blickfeld fahren werden, gehören zur Zukunft. Stellen wir uns weiter vor, wir würden mit dem Helikopter abheben. Plötzlich erweitert sich unser Blickwinkel, sodass wir Vergangenes und Zukünftiges im gegenwärtigen Augenblick erfahren können. Je höher wir aufsteigen, desto mehr Zusammenhänge erkennen wir.

Wir sehen, was unseren Gewohnheiten entspricht oder die Relativität der Realität (Schulamith)  
Meist sind wir so eingefahren, dass wir gar nicht auf die Idee kommen, dass es noch andere Sichtweisen gibt, sind so absorbiert von unseren Ängsten und Gewohnheiten, dass wir Alternativen ausblenden oder erst gar nicht für möglich halten. Jeder von uns kennt die Situationen, in denen man auf etwas Bestimmtes fokussiert ist und dadurch den Rest des Umfeldes nicht registriert.



Der Mensch filtert von den 400 Milliarden Bits, die pro Sekunde auf seine fünf Sinne einströmen, diejenigen heraus, die seiner Einstellung, seinen Erfahrungen, seinem Bewusstsein entsprechen. Je nach Blickwinkel kann man dies als Gabe oder Beschränkung sehen. Denn je nachdem, wie wir selbst unser Leben begrenzen, von welchen Regeln, Glaubenssätzen und Ängsten wir uns bestimmen lassen, umso enger und begrenzter ist unser Sehen, Hören, Fühlen, Riechen, Schmecken.

Wir sehen zum Beispiel weder Infrarot noch Ultraviolett, wir hören keinen Ultraschall. Wir wissen nicht, wie sich für den Hund eine Hundepfeife anhört, die im Ultraschallbereich liegt, oder wie eine Biene, die UV-Licht sehen kann, die Welt wahrnimmt. Obwohl diese bekannten Phänomene außerhalb des Vermögens menschlicher Sinneserfahrung liegen, sind sie Realität.

Wenn Lichtwellen auf unser Auge oder Schallwellen auf unser Ohr treffen, werden diese Sinneswahrnehmungen in elektrochemische Nervenimpulse umgewandelt. Es fließen in allen Nerven die gleichen Impulse, egal ob sie vom Ohr, vom Auge oder von den Temperatursinneszellen der Haut aufgenommen werden, es laufen in allen Nerven die gleichen chemischen Prozesse ab. Erst in den dazugehörigen Gehirnarealen werden die jeweiligen Sinneseindrücke anhand bereits eingepprägter Erfahrungen zugeordnet und umgewandelt in Töne, Bilder oder Temperaturwahrnehmungen. Damit wir überhaupt Sinneseindrücke empfangen können, braucht es immer vorangegangene Erfahrungen. Das heißt, dass jede Form der Wahrnehmung subjektiv ist.

Das Bewusstsein scheint paradox: Die gleichen Effekten treten auf, wenn die entsprechenden Hirnareale beispielsweise bei einer Operation elektrisch stimuliert werden und der Patient dadurch Bilder sieht oder Geräusche hört, obwohl nichts davon in seinem Umfeld existiert.

Selbst wenn wir uns etwas intensiv genug vorstellen, reagiert unser Gehirn genauso, als wenn wir es tatsächlich erleben. Ein einfaches Beispiel dafür ist der dramatische Kinofilm, bei dem wir echte Tränen vergießen, obwohl wir mit einer Tüte Popcorn gemütlich im Sessel sitzen.

### **Was also ist Realität?**

Was „da draußen“ wirklich ist, erfahren wir niemals objektiv, sondern nur über unsere subjektiven, an bereits erfahrene Sinneseindrücke gekoppelten Wahrnehmungen. Gleichwohl glauben wir, das Außen sei eine von uns unabhängige, feststehende Größe, die wir zwar wahrnehmen, aber nicht verändern können.

Seit vielen Jahren weiß man aus der Quantenphysik, dass der Experimentator das Experiment beeinflusst und damit seinen Ausgang mitbestimmt. Viel weniger als seine wissenschaftliche Qualifikation haben Faktoren wie sein Bewusstsein, seine emotionale Verfassung, sein Weltbild Einfluss auf den Verlauf des Geschehens, mit denen er sein Außen, seine Wirklichkeit erschafft.

Es ist unsere Brille, durch die wir jeweils die Eigenkreation der Welt betrachten und die uns glauben macht, unsere Interpretation der Dinge, unser individuelles Glaubenssystem sei die Realität. Dabei existiert in diesem Außen eigentlich nur Energie in unendlich vielen Varianten. In dem Augenblick, in dem ich mich auf eine davon fokussiere, manifestiert sie sich. Ganz so, als würde ich einen bestimmten Radiosender wählen. Obwohl die Programme aller anderen Sender parallel laufen, nehme ich nur diesen einen wahr.

Wenn wir entdecken, auf welche Weise wir Realität beeinflussen können, werden wir selbst zu Schöpfern.



Eine Idee muss zuerst im Geist geboren werden, bevor sie sich im Außen entwickeln kann. Am Anfang ist Geist. So steht es in den hinduistischen Lehren der Bhagavad Gita, den buddhistischen Sutren, im Koran und auch im Original der Bibel. Im Gegensatz zur Endlichkeit von Materie, Zeit und Raum ist Geist ohne Anfang und Ende, ist Geist unendlich. Geist ist weit mehr als nur eine Aktivität des Gehirns. Geist ist in jedem Atom, in jeder Zelle. Geist ist die Schöpferkraft unseres Bewusstseins. Auch dem Wunsch nach Gesundheit wohnt ein Geist inne. Dieser Wunsch ist wie ein Same, der Glaube an die Möglichkeit wie eine Initialzündung im Gestaltungsfeld unseres Bewusstseins.

So wie ein winziger Same den ganzen Baum in sich trägt und aus sich heraus wachsen lässt, ist in der ersten Idee von „wieder-gesund-werden“ bereits der Geist der Heilung enthalten. Unser Bewusstsein ist dabei der Nährboden für das kontinuierliche Wachsen.

Krebs zu haben und damit vom Tod bedroht zu sein, ist nur die halbe Wahrheit. Die andere Hälfte finden wir in unserer eigenen Wahrnehmung. Die Erklärung liegt in den Gesetzen der Natur selbst, die im Kleinsten wie im Größten nach dem gleichen holistischen Ordnungsprinzip funktionieren. Wie im Beispiel des Samens, der alle zukünftigen Informationen bereits in sich trägt, enthalten die in der Vergangenheit liegenden Ursachen, die zur Entstehung der gegenwärtigen Situation geführt haben, bereits die Lösung für die Zukunft. Der Schlüssel liegt in der Integration, in der Verbindung der Teile zu einer Ganzheit.

Damit Heilung auf der körperlichen Ebene möglich wird, muss sie zuerst auf der geistigen Ebene vollzogen sein. Denn wie können wir auf Gesundheit hoffen, wenn unser Fokus auf Krankheit liegt? Wir brauchen eine neue Perspektive, einen Wandel in der Wahrnehmung, einen Entwicklungsschritt des Bewusstseins, denn Bewusstsein verändert Materie.

### **Alles ist vollkommen**

Die Vollkommenheit erkennen in allem was ist, die völlig andere Realität hinter dem scheinbaren Drama, das wirklich Bedeutsame und Nützliche für die Entwicklung unserer Seele unter der Oberfläche des Geschehens, das Einverständnis mit dem tieferen Sinn unseres Leids – das sind die Herausforderungen, die es anzunehmen gilt.

Wenn wir erkennen, dass alles vollkommen ist, werden wir erleben, dass alles möglich ist. Denn das Leben ist immer ein Spiegelbild unserer Überzeugungen. Wir bekommen, was wir kreieren. Auch bei einer Krebsdiagnose haben wir die Wahl: Wir können uns der Opferrolle ergeben und sterben, oder wir können uns entscheiden zu wachsen und zu heilen.

Literatur zum Thema:

Film „Bleep“

Joachim Faulstich, Das heilende Bewusstsein, ISBN 3-426-66557-3

Colin Tipping, Ich vergebe, Der radikale Abschied vom Opfereid, ISBN 978-3-933496-80-5

Gerald Hüther, Die Macht der inneren Bilder, ISBN 978-3-525-46213-3

Gregg Braden, Verlorene Geheimnisse des Betens, ISBN 978-3-937883-20-5



## Empfehlenswerte Literatur

### ENTSCHEIDUNGSHILFEN:

**Rosina Sonnenschmidt, Christa Uri-  
cher**

Prozessorientierte Krebstherapie  
ISBN 3-937095-00-4

**A. J. Lodewijk**

Leben ohne Krebs  
ISBN 3-93257665-9

**Thomas Kroiss**

Heilungschancen bei Krebs  
ISBN 3-7766-2404-3

**Waltraud Fryda**

Diagnose Krebs. Eine Hypothese und  
erfolgsversprechende Therapie  
ISBN 3-8334-1021-3

**Dr. Veronica Carstens**

Diagnose und Therapie von Krebs mit  
den Mitteln der Naturheilkunde  
Direktversand info@naturmedizin.de

**Neumayer/Halbig**

Das Krebshandbuch  
Ganzheitlicher Therapieratgeber  
ISBN 3-929512-06-8

**Dr. Uwe Reuter**

**Dr. Ralf Oettmeier**  
Biologische Krebsbehandlung heute  
Sag' Ja zum Leben  
ISBN 3-935883-04-8

### ERNÄHRUNG:

**Dr. Johanna Budwig**

Die Öl-Eiweiß-Kost  
ISBN 3-93257664-0

**Reiner Schmid**

Ölwechsel für Ihren Körper  
ISBN 978-3-927676-16-9

**Dr. Norman Walker**

Frische Frucht- und Gemüsesäfte  
ISBN 3 4421 3694 6

**Peter Jentschura, Josef Lohkämper**

Gesundheit durch Entschlackung  
ISBN 3-933874-03-3

**Wilhelm Kanne**

Krebs ist vermeidbar  
Krebs ist heilbar  
Direktversand kanne@deni-druck.de

**Hannelore Fischer-Reska**

Die Entsäuerungs-Revolution  
Endlich richtig entgiften  
ISBN 3-517-06696-6

**Prof. Dr. Richard Béliveau**

**Dr. Denis Gingras**  
Krebszellen mögen keine Himbeeren  
ISBN 978-3-466-345229

**Victoria Boutenko**

Die Vital-Rohvolution,  
ISBN 978-3-930243-54-9

**F. Batmanghelidj**

Wasser, die gesunde Lösung  
ISBN 3-924077-83-5

**Barbara Simonsohn**

Papaya - Heilen mit der Wunderfrucht  
ISBN 3-89385-228-X

**Youngsuk Huh**

**Felicita Kermarrec**  
Bambussalz - Ein uraltes Heilmittel  
neu entdeckt  
ISBN 978-3-88778-306-8

**Maria Walliser**

Folsäure – Das Vitamin fürs Leben  
ISBN 3-909191-31-2

**Ulrich Arndt**

Spirulina, Chlorella, Afa-Algen  
Power-Nahrung für Körper und Geist  
Direktversand: info@nitsch.de

### LEBENSILFE-RATGEBER:

**Colin C. Tipping**

Ich verberge  
978-3-933496-80-5

**O. Carl Simonton**

Wieder gesund werden  
ISBN 3-499-61152-x  
Auf dem Weg der Besserung  
ISBN 3-499-61160-0

**Lawrence LeShan**

Diagnose Krebs: Wendepunkt und  
Neubeginn  
ISBN 3-608-95794-4  
Psychotherapie gegen den Krebs  
ISBN 3-608-94208-4

**Joachim Faulstich**

Das heilende Bewusstsein  
ISBN 3-426-66557-3

**Clemens Kuby**

Mental healing  
Das Geheimnis der Selbstheilung  
ISBN 978-3-466-34535-9

**Eckhart Tolle**

Jetzt! Die Kraft der Gegenwart  
ISBN 3-933496-53-5  
Eine neue Erde  
Bewusstseinsprung anstelle von  
Selbstzerstörung  
ISBN 978-3-442-33706-4

**Dr. Rüdiger Dahlke**

Krankheit als Symbol  
Symptome, Be-Deutung, Einlösung  
ISBN 978-3-570-12365-5

**Gregg Braden**

Verlorene Geheimnisse des Betens  
ISBN 978-3-937883-20-5  
Im Einklang mit der göttlichen Matrix  
ISBN 978-3-86728-21-1

**Jeru Kabbal**

Quantensprung zur Klarheit  
ISBN 978-3-89901-130-2

**Osho**

Das Buch der Heilung  
Von der Medizin zur Meditation  
ISBN 3-548-74213-0

**Bruce Lipton**

Intelligente Zellen  
ISBN 978-3-936862-88-1

**Gerald Hüther**

Die Macht der inneren Bilder  
ISBN 978-3-525-46213-3

**Marianne Williamson**

Rückkehr zur Liebe  
ISBN 3-442-12209-0