



Gabriele Roth wurde am 09. Dezember 1962 in der oberbayerischen Stadt Olching geboren, wuchs aber dann als viertälteste von sechs Geschwistern in einem kleinen Dorf in Niederbayern auf. Im Alter von 18 Jahren zog sie wieder zurück in ihren Geburtsort, und arbeitete in München als Sachbearbeiterin im Gesundheitswesen. Von Geburt an kämpfte sie mit gesundheitlichen Problemen, doch erst mit 48 Jahren erfuhr sie von einem Ernährungsspezialisten der buchstäblich ihr Leben rettete. Mit der zurück gewonnenen Lebensenergie erfüllte sie sich einen Herzenswunsch und meldete sich 2012 in der „Schule des Schreibens“ im Bereich Belletristik an. Ihr Lieblingsgenre sind Thriller, und deshalb wollte sie lernen professionell welche zu schreiben. Doch die besonderen Umstände, die zur Rettung ihres Lebens führten, forderten sie heraus, ihr Wissen einem Buch anzuvertrauen, um damit auch anderen Menschen helfen zu können.

WIE PFLANZEN-, ERD- UND UMWELTENERGIEN DEIN LEBEN RETTEN

DIE WAHRHEIT

IMPRESSUM

© 2021 Gabriele ROTH

1. Auflage

Verlag & Druck:

tredition GmbH, Halenreie 40-44, 22359 Hamburg

Autorin: Gabriele ROTH

Foto der Autorin:

Foto-Video SAUTER GmbH & Co. KG in München

Umschlaggestaltung, Illustration: Gabriele ROTH

ISBN: 978-3-347-31107-7 (Paperback)

978-3-347-31108-4 (Hardcover)

978-3-347-31109-1 (e-Book)

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlages und des Autors unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Dieses Buch widme ich meiner Familie!

Auch wenn wir in vielen Dingen unterschiedlicher Meinung sind, so habe ich doch die Hoffnung, dass ihr mich dadurch besser kennlernt. Ich wäre überglücklich, wenn meine etwas außergewöhnlichen Empfehlungen auch Euch die eine oder andere Hilfestellung bieten. Aber ganz besonders wünsche ich allen noch ein langes, entspanntes und gesundes Leben, sowie viele glückliche Tage.

Ich liebe Euch alle, und bedanke mich auch für Euer Verständnis dafür, dass ich mich nur noch in meiner Arbeit vergrabe und selten blicken lasse. Aber meine Mission ist es zu helfen, und die Menschen wieder etwas mehr an ihren Ursprung zu erinnern.

Wie es einst der englische Mathematiker, Physiker und Astronom, *Sir Isaak Newton* (1643 – 1727) gesagt hat:

„Für einen guten und edlen Menschen ist nicht nur die Liebe zum Nächsten eine heilige Pflicht, sondern auch die Barmherzigkeit gegen vernunftlose Geschöpfe.“¹

Mögen Euch alle guten Geister auf Eurem Weg begleiten!

In Liebe Eure Schwester

¹ (160)

INHALTSVERZEICHNIS

WIE PFLANZEN-, ERD- UND UMWELTENERGIEN DEIN LEBEN RETTEN.....	3
IMPRESSUM	4
INHALTSVERZEICHNIS	6
VORWORT	16
Die Natur lügt nie!	20
Was bedeutet ORTHOMOLEKULARE Therapie?.....	21
EINLEITUNG.....	24
KAPITEL 1	33
Warum erzähle ich dir meine Geschichte?	33
1. Frage: Warum ist für Sportler nährstoffreiche Nahrung doppelt so wichtig?	35
2. Frage: Was schützt dich vor körperlichen und geistigen Zusammenbrüchen?	36
3. Frage: Was macht es uns so schwer, nach anderen Regeln zu leben?	37
KAPITEL 2	41
2.1 Der Mensch kann gesund an Körper und Geist 100 Jahre und älter werden!	41
Der Mensch „Die Krone der Schöpfung!“	44
Vegane Rohkost ist keine Modeerscheinung der Neuzeit!	45
2.2 UTOPIA – ein Leben ohne Bräuche und Rituale!	46
UTOPIA - kein Märchen und kein Wunschdenken! Es gibt schriftliche Beweise!.....	47
Nur vegane Rohkost ermöglicht ein langes körperlich und geistig gesundes Leben!	47
2.3 Die Ernährung und das Leben der 100-Jährigen – wissenschaftlich erforschte Tatsachen!.....	48
Die ABCHASEN im Kaukasus	49

Wie ernähren sich die ABCHASEN?	49
VILCABAMBA in den Anden (Ecuador)	52
Wie ernähren sich die Menschen in VILCABAMBA? ...	52
Die HUNZA'S in Pakistan.....	55
Wie ernähren sich die HUNZA'S?	55
Die Präfektur OKINAWA in Japan	58
Wie ernähren/ernährten sich die Japaner von OKINAWA?	60
Gute GENE allein genügt nicht!	61
2.4. Der Vergleich zu anderen indigenen Naturvölkern	62
Rohe Pflanzennahrung die Basis für pure Energie!	63
Das außergewöhnliche Sehvermögen der MAORI.....	63
Die spirituellen ABORIGINES.....	63
2.5. Warum Aggressivität, Brutalität und Verrohung immer mehr unsere Welt beherrscht!	64
Die Ernährung der MASSAI vorwiegend FLEISCH, BLUT und MILCH!	65
Wir bezeichnen uns als zivilisierte Bevölkerung?	65
Welches Volk gilt in deinen Augen als zivilisierter?.....	65
Der Erfolg veganer Rohkost: Menschen mit höheren Werten und Lebensformen!	66
KAPITEL 3	67
DIE UR-NATUR DES MENSCHEN.....	67
3.1 Vegane Rohkost – die URNAHRUNG!	69
1. Frage: Was bedeutet vegan und roh?	69
2. Frage: Warum ist vegane Rohkost die einzige Grundlage für ein langes Leben?	69
3. Frage: Wie erzeuge ich ENERGIE, d. h. POLARITÄT in meinem Körper?	70

4. Frage: Wie entstehen ELEKTRIZITÄT und MAGNETISMUS im Körper?.....	70
5. Frage: Wie entsteht das Phosphorige im Körper?..	72
6. Frage: Warum hat nur rohe pflanzliche Nahrung die Kraft unseren Körper ständig neu aufzubauen?	74
7. Frage: Was bringt eine Pflanze zum Vibrieren?	75
VITAMIN C.....	78
FOLSÄURE.....	79
VITAMIN D3 UND SILICIUM	79
8. Frage: Welche Elemente erzeugen in meinem Körper permanent POLARITÄT bzw. Unruhe?	80
9. Frage: Wodurch wird POLARITÄT erzeugt?	81
10. Frage: Was macht MAGNESIUM so lebensnotwendig und unentbehrlich?	85
11. Frage: Welche Wirkung erzeugt WASSERSTOFF (H = Minusladung) in unserem Körper?	87
FEUERSTOFF	88
12. Frage: Was hat WASSERSTOFF (-) mit deinem BLUT zu tun?	89
13. Frage: Welche Bedeutung hat die LEBENSENERGIE für unsere Nerven?	91
SAUERSTOFF	91
14. Frage: Was sind die Besonderheiten von SAUERSTOFF (O = Plusladung)?	91
LEBENSSTOFF	92
STICKSTOFF	93
15. Frage: Warum ist die Verbindung von SAUERSTOFF (O) und STICKSTOFF (N) lebensnotwendig?	93
Die Geheimnisse unserer ATMUNG	94
BEWEGUNGSSTOFF	95

16. Frage: Was ist die Besonderheit von STICKSTOFF/Eiweiß?	95
17. Frage: Warum werden diese Pflanzen giftig und warum ist das wichtig für deine Nahrung?	96
18. Frage: Was hat STICKSTOFF/Eiweiß (Protein) mit Aminosäuren zu tun?	99
PROTEIN-AMINOSÄUREN	99
19. Frage: Was ist die Besonderheit von Kohlenstoff (C)?	99
VERBINDUNGSSTOFF	100
KOHLENSTOFFDIOXID	102
ERDENSTOFF	104
NÄTÜRLICHE KOHLENHYDRATE	105
KOHLENHYDRATE in der „jungfräulichen Substanz“ der STÄRKE!	105
KOHLENHYDRATE in Form von natürlichem Zucker ...	108
KOHLENHYDRATE in Form von ZELLULOSE	111
3.2 Die ÜBERSÄUERUNG: der lebenslange schleichende Selbstmord des Menschen!	115
1. Frage: SÄURE und BASE: Was ist das?	116
2. Frage: Was genau passiert bei starker ÜBERSÄUERUNG im Körper?	118
3. Frage: Was sind die wichtigsten Anzeichen dafür, dass die „Klärgrube“ Mensch überläuft?	122
4. Frage: Welche Rolle spielt dabei die Milz?	124
5. Frage: Warum Fleisch und Produkte von Tieren nicht nur unserer Gesundheit schadet?	125
6. Frage: Ist der Mensch anatomisch überhaupt zum FLEISCH(FR)ESSER geboren?	126

6. Frage: Warum ist der Verzehr von FISCH für den Menschen genauso gefährlich?	129
3.3 K R E B S – eine der schlimmsten Geiseln der Menschheit!	131
1. Frage: Was ist KREBS?.....	131
2. Frage: Warum ist „KREBS“ eines der größten Geschäfte der Pharmakonzerne?	133
3. Frage: Wäre es da nicht an der Zeit über eine Alternative nachzudenken?	134
CHLOROPHYLL HEILT KREBS.....	134
Die China-Studie.....	135
4. Frage: Wieso wurden bereits 1928 Krebserkrankungen erfolgreich mit rohen Säften geheilt?	137
5. Frage: Warum hat sich die GERSON-Therapie bisher nicht vollständig durchgesetzt?	138
3.4 Nahrungsergänzung zum Wiederaufbau!	140
1. Frage: Warum ist Nahrungsergänzung wichtig?.....	140
2. Frage: Wie viele Vitalstoffe braucht mein Körper täglich?	144
3. Frage: Wie kann man eine Unterversorgung, eine Entmineralisierung des eigenen Körpers überhaupt feststellen?.....	145
4. Frage: Wie genau arbeitet eine Haarmineralstoffanalyse?	147
5. Frage: Was ist bei der Einnahme von NAHRUNGSERGÄNZUNG zu beachten?	149
6. Frage: Wie überwinde ich die Angst vor Nahrung in Tablettenform?	150
7. Frage: Warum KALZIUM und NATRIUM das gesunde Altern verhindern?	152

8. Frage: Wie bilden Schalentiere (Hummer, Krebse, Langusten, Krabben und Korallen) ihre Panzer aus Kalk und Kalkstruktur?	154
9. Frage: Was macht die Einnahme von KALZIUM so gefährlich?	155
10. Frage: Warum nicht auf Koch-Salz verzichten?	160
Die 5 wichtigsten Elemente, die dir das Leben retten können!	162
11. Frage: Welche Vitalstoffe sind die Richtigen?	162
KALIUM, SILIZIUM, SCHWEFEL und BOR.....	163
12. Frage: Warum ist KALIUM für alle Lebewesen auf der Erde lebensnotwendig?	163
13. Frage: Warum ist organischer SCHWEFEL(MSM), und gelber anorganischer SCHWEFEL so wichtig?.....	165
14. Frage: Was macht SILIZIUM bzw. SILIZIUMDIOXID für unsere Gesundheit so wertvoll?	173
15. Frage: Welche Eigenschaften machen BOR für unsere Gesundheit so wichtig?	177
Die BORAX-Verschwörung von Walter LAST	179
KAPITEL 4	182
WASSER ist das LEBEN	182
4.1 Das Mysterium der SCHÖPFUNG, oder wie würde Aristoteles Wasser bezeichnen?.....	182
1. Frage: Was ist Wasser?	183
2. Frage: Was ist die allerwichtigste Voraussetzung von Wasser, damit es deinem Körper die wahre, absolute Gesundheit schenkt?	184
3. Frage: HEXAGONAL?	184
4. Frage: Was ist die „HEILIGE GEOMETRIE“?	187

Die Schöpfung nach dem perfekten Bauplan!	188
5. Frage: Welch tiefere Wahrheit liegt in der hexagonalen Struktur?	191
6. Frage: Was ist „Die geheime Macht des Wassers“? ..	192
7. Frage: Was genau ist die Erklärung für die hexagonalen und für die völlig deformierten Kristallformen?	192
KÖRPER – GEIST - SEELE	195
8. Frage: Was spiegelt sich in den hexagonalen Eiskristallen?	199
9. Frage: Was spiegelt sich in den dunklen und chaotischen Wasserkristallen?	208
Am Anfang war alles LIEBE	208
10. Frage: Welches Geheimnis steckt noch hinter der hexagonalen Struktur?	209
11. Frage: Wie bekomme ich täglich strukturiertes, also hexagonales Wasser?	210
Hexagonale Eiskristalle sind nur Momentaufnahmen! ..	210
KAPITEL 5	218
DAS 10-SCHRITTE-PROGRAMM	218
5.1 Die Natur hat immer recht – du kannst ihr vertrauen!	218
.....
Unsere Welt braucht eine neue Richtung!	220
QUINTESSENZ	221
Neue Lebenseinstellung!	221
Dein Glaube und deine Motivation!	221
5.2 Starte mit mir dein größtes Abenteuer	222
1. Frage: Wie beginne ich ein neues Leben?	224
SCHREIB ALLES AUF!	225
2. Frage: Wie setze ich die Veränderungen richtig um? 226	226

Schritt 1:.....	226
Konzentration/Schwerpunkt: Alle starken Suchtmittel eliminieren!	226
Schritt 2:.....	233
Konzentration/Schwerpunkt: TIERNAHRUNG streichen!...	233
Schritt 3:.....	241
Konzentration/Schwerpunkt: ROHKOST zum Frühstück!	241
Schritt 4:.....	246
Konzentration/Schwerpunkt: ROH-KOST als Gesundheitsvorsorge!	246
Schritt 5:.....	251
Konzentration/Schwerpunkt: Heilung durch CHLOROPHYLL	251
H A L B Z E I T	254
Schritt 6:.....	255
Konzentration/Schwerpunkt: Obst als Mahlzeit akzeptieren! 255	255
Schritt 7:.....	260
Konzentration/Schwerpunkt: Hohe Ziele erreichen!	260
Schritt 8:.....	264
Konzentration/Schwerpunkt: Offen für Veränderungen!	264
Schritt 9:.....	267
Konzentration/Schwerpunkt: Die Zukunft gehört dir!.....	267
Schritt 10:.....	271
Konzentration/Schwerpunkt: Umwelt und Naturschutz!	271
5.3 Mit einer Magnesiuminfusion das 10-Schritte-Programm unterstützen!.....	275
KAPITEL 6	277
DU SCHAFFST DAS!.....	277

Die richtige Einstellung, und dein Glaube kann Berge versetzen!	277
REGEL 1	278
BETRACHTE DICH ALS EINEN EINZIGARTIGEN DIAMANTEN!	278
REGEL 2	279
SEI EIN GUTES VORBILD!	279
REGEL 3	279
SUCH DIR GLEICHGESINNTE!	279
NACHTRAG	281
♥ Die VOLLENDUNG	281
♥ VERGISS NIEMALS DIE SEELE!	282
DEIN (persönliches) REZEPTBUCH.....	285
BASISWISSEN	287
Die Unterschiede zwischen Kochen und Zubereiten!.....	287
b) Gesunde Vorratshaltung	287
c) Neue Rezepte ausprobieren	288
d) Mit Liebe zubereiten.....	288
e) Nichts überstürzen!	289
f) Die Qualität entscheiden lassen!	289
Die wichtigsten Zutaten in Rohkostqualität.....	291
Die richtige Ausstattung einer Rohkostküche!	308
GRUNDREZEPTE	317
PROTEINREICHE HANFMILCH	318
SCHOKONUSSMILCH	319
VANILLETRAUM.....	320
Grüne SMOOTHIES.....	320
HAFERMÜSLI.....	322

BAGELS und BROT „Italien Style“	324
ROSINENBROT.....	325
GEMÜSEBROT mit HAFER	326
VEGANE AUFSTRICHE	328
KÄSECREME	328
PROBIOTISCHER NUSSKÄSE.....	328
CURRYCREME	330
HIMBEER-FRUCHTAUFSTRICH	332
HEIDELBEER-BANANEN-AUFSTRICH	332
APRIKOSEN-FRUCHTAUFSTRICH.....	333
HASELNUSS-SCHOKOLADENBUTTER.....	334
SALATE	336
Knackiger ERBSENSALAT	339
ROTE-BEETE-SALAT mit MEERRETTICHCREME	340
KAROTTENPFLANZERL	343
SPINATTÖRTCHEN	344
SUSHI.....	345
TRAUBEN-NUSS-TORTE	347
ABBILDUNGSVERZEICHNIS.....	349
QUELLENVERZEICHNIS	353

VORWORT

Mit diesem Buch erzähle ich dir von meinem ganz besonderen Reichtum,

dem Reichtum meiner wahren Gesundheit!

Keine Sorge! Wenn ich behaupte, das Geheimnis, den Schlüssel für ein sehr langes, körperlich und geistig gesundes Leben gefunden zu haben, rede ich nicht von einem Zauberelexier, sondern nur von den Gesetzen der Natur! Jetzt bitte nicht das Buch weglegen, du verpasst damit nur die wichtigste Chance deines Lebens!

Das hört sich völlig verrückt an? Keine Sorge, es ging mir noch nie besser. Auch du bist gerade dabei, mit diesem Buch den wahren Ursprung des Lebens zu entdecken.

Für mich ist der Mensch das höchste, körperlich und geistig, entwickelte Wesen auf diesem Planeten, so wie auch die alten Schriften den Menschen als die „Krone der Schöpfung“ bezeichnen. Doch die „Krone der Schöpfung“ setzt seit Jahrhunderten und Jahrtausenden alles daran, die Kräfte von Körper und Geist, die Energie, mit aller Gewalt zu zerstören. Viele Menschen sind sich ihrer ganz persönlichen, und vielleicht sogar außergewöhnlichen Fähigkeiten und Stärken nicht bewusst, und auch nicht in der Lage, diese optimal zu nutzen. Warum? Aus einem einfachen Grund! Weil die meisten ihre ureigenen, ganz tief verwurzelten Talente und Begabungen, und damit die persönliche Individualität, im Laufe ihres Lebens zerstören. Wenn auch meist völlig unbewusst, „treten“ sie das größte Geschenk ihres Lebens, ihren Körper, auf extremste Weise „mit Füßen“ und beuten ihn aus.

Gründe dafür gibt es viele! Sicher trägt unsere Gesellschaft einen großen Teil dazu bei, aber wir stehen uns häufig folternd und kräftezehrend selbst im Weg. Nur wenn man stark genug ist, Suchtverhalten für immer abzulegen, dem sozialen Druck Widerstand zu leisten, und die richtige Geisteshaltung einnimmt, können dauerhaft Ausgeglichenheit und Ruhe eintreten. Normalerweise trägt der

Mensch von Natur aus ein ungeheures Potenzial an körperlichen und geistigen Fähigkeiten in sich, doch sie stehen ihm nur zur Verfügung, wenn er diese schlummernden natürlichen Ressourcen auch zu schützen, zu trainieren, und vor allem sie richtig zu **(er)nähren**, und aufzubauen weiß.

Ich nenne diese natürlichen Ressourcen „LEBENSENERGIE“. Wie wir leben, wie wir unseren Körper ernähren und versorgen, wie wir uns um ihn kümmern. All das hat mit dieser LEBENSENERGIE zu tun. Dein wahres „ICH“ wartet nur darauf, von dir entdeckt zu werden. Denn es bestimmt, wer du wirklich bist, und unterstützt dich dabei, deine charakterlichen Stärken und Schwächen zu finden.

Ich möchte dir helfen, dein natürlich vorhandenes Kapital zu schützen, und bereits verloren gegangene Energie wiederaufzubauen. Nur auf diese Weise kannst du dir selbst helfen, um mit dem „Reichtum“ deiner Gesundheit, deine Visionen und Träume zu verwirklichen!

Sobald du verstehst, was diese Energie für dein Leben wirklich bedeutet, welche Kräfte sie in dir freisetzt, und welche Ziele du damit erreichen kannst, bist du in der Lage, wirklich Großes in der Welt zu leisten. Aber nicht nur für dich selbst, sondern auch für andere. Die Welt benötigt Vorbilder, und du kannst eines dieser Vorbilder sein. Im Gegenzug dafür wirst du mit dem Erfolg und Reichtum belohnt, den du verdienst.

Meine wichtigsten Ziele nachdem ich erkannte, was es bedeutet, wirklich Energie zu besitzen!

Der erste und wichtigste Wunsch für mein Leben war immer, völlige körperliche und geistige Gesundheit zurückzugewinnen, um damit meine Ur-Natur, eine hohe Lebensqualität, und meine persönliche Freiheit wieder genießen zu können!

Mein zweites Ziel und Herzenswunsch war, die Fähigkeit zu besitzen, mir durch die gesteigerte geistige Energie mehr Wissen anzueignen, um die Menschheit daran teilhaben zu lassen, und besser helfen zu können.

Mein drittes Ziel, sowie größter und innigster Wunsch, betrifft die Zukunft der gesamten Menschheit. Es liegt mir sehr am Herzen, einen Weg zu finden, möglichst vielen Menschen mit meinen Erfahrungen, meinem Wissen und meiner zurückgewonnenen Energie zu helfen, um ihnen eine neue Chance zu geben, sich selbst und auch anderen zu helfen.

Sobald ich das damit verbundene Geheimnis für mich gelüftet hatte, drehte sich mein Leben plötzlich nicht mehr tagtäglich darum, wann ich welchen Facharzt noch konsultieren könnte, wie ich es schaffe, meinen Arbeitsalltag zu bewältigen, um meinen Job nicht zu verlieren, usw. Von heute auf morgen fühlte ich mich wie neu geboren, und ich hatte unendlich viel Zeit. Meine täglichen Aufgaben erledigte ich in einem Bruchteil der bisherigen Zeit. Endlich hatte ich auch die Kraft, meinen Körper zu trainieren, und Sport zu treiben, ohne dabei zusammenzubrechen.

Auf einmal interessierten sich Menschen dafür, wie und durch was ich es geschafft hatte, nicht mehr krank zu sein. Ich begann, mich intensiv mit dem Thema ORTHOMOLEKULARE-THERAPIE auseinanderzusetzen, und auch die verborgenen Geheimnisse der HAARMINERALSTOFFANALYSE zu lüften.

Doch zuallererst, möchte ich etwas ganz besonders Wichtiges hervorheben:

WIE SCHÖN, DASS ES DICH GIBT!

Für mich gibt es keine Zufälle! Die Ordnung der Welt beruht im Kernpunkt auf einem Gesetz: dem Gesetz von KARMA. In erster Linie spricht Karma von

Ursache und Wirkung: dem Gesetz der Entstehung.

Alles, was geschieht, hat eine Ursache, und jede Ursache hat eine Wirkung. Nichts geschieht ohne einen Grund, und alles, was geschieht, zieht auch eine Wirkung nach sich! Dass du das hier liest, ist auch kein Zufall.

Je hochwertiger die Auswahl deiner Nahrung ist, umso mehr führt dich das zu qualitativ wertvolleren Lebensmitteln. Gute

Angewohnheiten sind die Grundlage für immer noch außergewöhnlichere Angewohnheiten. Das Gleiche gilt für eine gute Entscheidung!

Mit meiner Entscheidung, mein eigenes Leben zu retten, traf ich gleichzeitig die Entscheidung, das Leben vieler Menschen zu retten. In meinem Geist wurde einst ein fruchtbare Samen ausgesät. Diese Gedankensamen können nur am schnellsten und im Überfluss wachsen, wenn sie ständig mit qualitativ hochwertigen und erstklassigen Nährstoffen versorgt werden. Werden diese Gedanken jedoch mit giftigen Stoffen infiziert und genährt, kann daraus nur Hoffnungslosigkeit, Neid, Eifersucht, Angst, Spannung, Verhärtung und Krankheit entstehen.

Die wenigsten Menschen wissen, dass das, was sie essen, einen tief greifenden Einfluss auf die Art und Weise ihres Denkens, Fühlens und Verhaltens hat. Der Mensch ist, was er isst, und sein Körper zeigt, welche Nahrung ihn beeinflusst. Die Nahrung bildet die materielle Ausgangsbasis, den Grundstein für unseren Körper, und nur wenn dieser Grundstein stabil genug ist, ist der Körper allen Herausforderungen des Lebens gewachsen.¹

„Unser Leben ist das Produkt unserer Gedanken.“

(Marc AUREL 121 n. Chr. – 180 n. Chr.)²

Es gibt nichts Schöneres für mich, als wenn ein Mensch, der meinen Empfehlungen und Ratschlägen gefolgt ist, bestätigt, dass es ihm bessergeht. Das passiert inzwischen immer öfter! Mir ist bewusst, dass es noch sehr viele Menschen gibt, die meinem Wissen mit Ablehnung begegnen. **Arthur SCHOPENHAUER** (1788 – 1860) soll dafür irgendwann folgende Worte benutzt haben:

„Jede Wahrheit durchläuft drei Stufen: Zuerst wird sie lächerlich gemacht oder verzerrt. Dann wird sie bekämpft. Und schließlich wird sie als selbstverständlich angenommen.“³

¹ (190)

² (1)

³ (2)

Deshalb möchte ich versuchen, möglichst vielen Menschen ein neues Bewusstsein zu vermitteln, um damit den Weg für eine neue Generation von naturverbundeneren Menschen, und Menschen mit höheren Werten zu ebnen. Nur so kann das geistige und körperliche Niveau der gesamten Menschheit wieder angehoben werden. Höhere Werte verhindern Aggressivität, Gewalt und Kriege!

Auch wenn manche Menschen an meiner Vorstellung von einer besseren Zukunft zweifeln. Die Kräfte der Natur auch nur einen einzigen Tag infrage zu stellen, zieht immer folgenschwere Konsequenzen nach sich. Denn:

„Das Universum ist vollkommen. Es kann nicht verbessert werden. Wer es verändern will, verdirbt es. Wer es besitzen will, verliert es.“¹

(**LAOTSE** – vermutlich 6. Jh. v. Chr.)

Die Natur lügt nie!

Meine heutige Realität! Mit meinem Wissen habe ich bereits einigen Menschen, direkt oder indirekt geholfen. Mich freut besonders die Tatsache, dass es immer mehr Menschen gibt, die intensiv auf der Suche nach Lösungen und alternativen Heilmethoden sind. Wenn mich Menschen, auch im Alter von jenseits des 60. Lebensjahres, anrufen, macht es mich unheimlich glücklich, zu hören, dass es auch in diesem Alter bereits Personen gibt, die sich nicht mehr einfach blind ihrem Schicksal ergeben. Sie wollen auch noch im fortgeschrittenen Alter den täglichen Herausforderungen gewachsen sein, und sie sind verzweifelt auf der Suche nach Lösungen für ihre Probleme. Aufgrund der Tatsache, dass mir vor zehn Jahren jemand half, mich nicht meinem Schicksal zu ergeben, und mir dadurch das Leben gerettet hat, habe ich seit dieser Zeit, die Chance wahr- und die Verantwortung übernommen, ebenfalls die Geheimnisse des Lebens weiterzugeben.

Vor drei Jahren konnte ich durch mein Spezialwissen auf dem Gebiet Ernährung, Haarmineralstoffanalyse und Orthomolekulare

¹ (3)