

Inhalt

Über dieses Buch: Vorwort	15
-------------------------------------	----

Kapitel 1

Kombucha: ein Geschenk für den Präsidenten der USA	16
---	----

Kapitel 2

Wie Dr. med. Rudolf Sklenar die geballte Heilkraft des Kombucha-Teepilzes wiederentdeckte	17
--	----

Kapitel 3

Die ganzheitliche Krebstherapie des Dr. Sklenar . . .	20
---	----

Kapitel 4

Krebs: ein Problem der körpereigenen Abwehr . . .	21
---	----

Kapitel 5

Die Darmbakterien: unentbehrliche Helfer für den Stoffwechsel und das Immunsystem	23
--	----

Kapitel 6

Die eigentlichen Krebsursachen liegen noch immer im dunkeln	26
--	----

Kapitel 7

Je früher sich Krebs feststellen läßt, um so besser die Heilungschancen	31
--	----

Kapitel 8

Die Irisdiagnose	32
----------------------------	----

<i>Kapitel 9</i>	
Die Blutbilddiagnose nach Dr. Sklenar	33
<i>Kapitel 10</i>	
Kombucha in der Krebstherapie	34
<i>Kapitel 11</i>	
Der Weg des Kombucha-Teepilzes durch die Jahrtausende und Kontinente	37
<i>Kapitel 12</i>	
Kombucha ist nicht gleich Kombucha	43
<i>Kapitel 13</i>	
Wie wirkt Kombucha?	50
<i>Kapitel 14</i>	
Gegen welche Krankheiten Kombucha hilft	54
<i>Kapitel 15</i>	
Kombucha auf dem Prüfstand: Versuche über die cholesterinsenkende Wirkung des Teepilzgetränks	57
<i>Kapitel 16</i>	
Kombucha löst Blasensteine auf	59
<i>Kapitel 17</i>	
Kombucha wirkt antibiotisch	60
<i>Kapitel 18</i>	
Die Wirkung von Kombucha bei anderen Krank- heiten	62

<i>Kapitel 19</i>	
Kombucha im Vergleichstest mit dem immunstärkenden Mittel Interferon	64
<i>Kapitel 20</i>	
Kombucha steigert die körperliche Leistungsfähigkeit bei Sportlern	67
<i>Kapitel 21</i>	
Kombucha in der Tiermedizin: eine Alternative zur üblichen Kälbermast	70
<i>Kapitel 22</i>	
Kombucha: Hilfe für das überlastete Immunsystem	71
<i>Kapitel 23</i>	
Kombucha und der Traum von ewiger Jugendlichkeit	73
<i>Kapitel 24</i>	
Ein neues Gesundheitsbewußtsein breitet sich aus .	77
<i>Kapitel 25</i>	
Die Verantwortung für unsere Gesundheit liegt bei uns selbst	79
<i>Kapitel 26</i>	
Unsere Gedanken entscheiden, ob wir gesund oder krank werden	82
<i>Kapitel 27</i>	
Der Placeboeffekt: ein Beweis für das Wirken der Selbstheilungskräfte in uns	85

Kapitel 28

Wie sich unser Leben verändert, wenn wir die Verantwortung für unsere Gesundheit selbst übernehmen	87
--	----

Kapitel 29

Fasten mit Kombucha	89
Die Rolle, die das Fasten in der Natur spielt . . .	90
Fasten bei leichten Erkrankungen	91
Ziele des Fastens	91
Begleiterscheinungen	92
Die Durchführung	93

Kapitel 30

Meditation als Voraussetzung, gesund zu werden . .	94
--	----

Kapitel 31

Kombucha-Trinken kann Meditation sein	97
---	----

Kapitel 32

Übung: Stellen Sie sich als Bild vor, was Kombucha in Ihrem Körper bewirken soll	100
---	-----

Kapitel 33

Eine Kombucha-Party feiern	102
--------------------------------------	-----

Kapitel 34

Rezepte für Kombucha-Mixgetränke	103
Der Kombucha-Zitro-Cocktail	103
Der Kombucha-Sekt-Cocktail	103

Kapitel 35

Abnehmen mit Kombucha	104
---------------------------------	-----

Kapitel 36

Kombucha ist nicht nur zum Trinken da:

Die äußerliche Anwendung von Kombucha 108

Kapitel 37

Kombucha in der Kosmetik 109

Kapitel 38

Einmachen und Konservieren mit Kombucha 110

Kapitel 39

Gesundheitsreform mit Kombucha:

Wie sich wichtige Ideen auf der Welt ausbreiten . . . 111

Kapitel 40

Anleitung: Wie Sie das Kombucha-Teepilzgetränk
mühe los selbst herstellen können 115

Kapitel 41

Eignet sich Kombucha für Diabetiker? 118

Kapitel 42

Hat Kombucha Nebenwirkungen? 119

Kapitel 43

Gibt es Schwierigkeiten bei der Kombucha-
Herstellung? 120

Kapitel 44

Welche Kräutersorten eignen sich für den
Kombucha-Ansatz? 121

Kapitel 45

Die Wirkungsweise einzelner Heilkräuter, die Sie
zur Kombucha-Herstellung verwenden können . . . 123

Kapitel 46

Beispiele aus der Lebenspraxis: Heilung durch

Kombucha	143
Hoher Blutdruck	143
Magen- und Darmbeschwerden	143
Magenschleimhautentzündung	144
Gicht	144
Rheuma	144
Zu hohe Cholesterinwerte	145
Massive Kreislaufstörungen	145
Rückenschmerzen und Darmbeschwerden	146
Zu hohe Blutzuckerwerte und Wasser in den Beinen	146
Gebärmutterkrebs	147
Darmkrebs und Rheuma	147
Arthrose	147
Magen- und Darmbeschwerden, Asthma	147
Chronische Nasennebenhöhlenvereiterungen	148
Hoher Blutdruck, Konzentrationsstörungen, nervöse Erschöpfung, Potenzstörungen	148
Zu hohe Harnstoffwerte bei einer Dialyse- patientin	149
Kreislaufstörungen, Kopf- und Magenschmerzen, Schlaflosigkeit	149
Schuppenflechte	150
Allergie	150
Bronchitis	151
Chronische Verstopfung	151
Hoher Augendruck, Wetterfühligkeit	151

Vorzeitig nachlassende Lebenskraft	151
Häufige Erkältungskrankheiten	152
Nierenleiden	152
Fettsucht	152
Krebs im Anfangsstadium	153
Alterserscheinungen	153
Depressionen und Müdigkeit	154
Bezugsquelle für den Kombucha-Teepilzansatz . . .	156
Anmerkungen	157
Literatur	159