

## **Sie wissen es selber, Sie sind immer noch krank und auf der Suche.**

Was fehlt in Ihrem Gesundheitsprogramm zur Lösung von Verdauungs- (Magen-/Darm), Autoimmun- (inkl. Diabetes) und anderen chronischen Erkrankungen?

Wahrscheinlich viel. Denn Ihr Arzt weiss eigentlich so gut wie nichts über Heilung von Krankheiten. In der Arztpraxis erhalten Sie eine Diagnose, die korrekt aber auch unkorrekt sein kann, sodass Sie mit Chemie und/oder Nahrungsergänzungsmitteln vollgestopft werden können. Mehr passiert nicht. Ich verstehe, dass weisse Mäntel für viele die erste Wahl sind. Ich weiss auch, dass Menschen dazu verleitet wurden, einem System zu vertrauen, das nichts tut, um jemandem zu helfen, und sie stattdessen vergiftet.

Ich verstehe auch, dass ein Naturheilpraktiker normalerweise der nächste Weg ist. Ich weiss auch, dass es ihnen oft an Details und Ratschlägen aus einer ganzheitlichen Perspektive mangelt. Auch die Naturheiler wollen ihren Patient so lange wie möglich behalten.

Aus unserer Arbeit mit leidenden Menschen, die an dieser Art von Erkrankungen leiden, sehe ich, dass in erster Linie die Leitlinien der Schulmedizin abgearbeitet werden. Das heisst viel Chemie kommt zum Einsatz. Die Vergiftung und somit die Vernichtung des Körpers.

Wenn Sie Glück haben, erhalten Sie von Ihrem Arzt einige Tipps, z.B. Vermeidung von Gluten, Alkohol, Kaffee, Rauchen, verarbeitete Lebensmittel, nehmen Sie ab.

Mit diesen Ratschlägen können Sie nicht viel erreichen.

## **Was müssen Sie also wissen?**

Zunächst einmal lösen chemische Substanzen NICHTS. Was tun sie damit? Sie zerreißen Ihr Verdauungssystem. Ihre Leber wird verschmutzt und das raubt Ihnen viele Jahre Lebensqualität.

Die auch von Ärzten empfohlenen Nahrungsergänzungsmitteln wirken wenig hilfreich oder sind sogar schädlich. Gewisse Inhaltsstoffe können Entzündungen fördern. Das Kernproblem wird dadurch nicht angegangen.

## **Was ist also die richtige Ernährung?**

Nicht nur Leidende sind verwirrt, dass eine saubere, vegane, vegetarische, Paleo- oder Keto-Ernährung nicht ausreicht oder einfach doch nicht so gesund ist, wie erhofft. Sie müssen aus der kurzsichtigen Ernährungsmentalität herauskommen und anfangen, darüber nachzudenken, was Gesundheitsprobleme verursacht und was sie beseitigt, bevor Sie auf dem richtigen Ernährungsplan landen können.

## **Was also verursacht chronische Gesundheitsprobleme?**

Chronische Gesundheitsprobleme entstehen durch zwei Dinge: Infektionen und Unterernährung. Infektionen können biologisch, chemisch und ätherisch sein. Unterernährung entsteht durch Nährstoffmangel aufgrund schlechter Ernährung und Verdauungskapazität. Diese beiden Dinge zusammen sind die wahrscheinlichste QUELLE für Ihre chronischen Gesundheitsprobleme.

Was Sie brauchen, ist ein starker Ernährungsplan, der all diese Infektionen beseitigt und die Nährstoffmängel durch Optimierung der Ernährung, ihrer Aufnahme und Abgabe an verschiedene Bereiche des Körpers ausgleicht. Sie müssen klar wissen was es heisst, sich zu ERNÄHREN.

Sie brauchen mehr als allgemeine Lifestyle-Ratschläge, die oft bestenfalls langweilig sind. Bewegen Sie sich mehr, trinken Sie mehr Wasser, stressen Sie sich weniger, essen Sie nur Fleisch von Weidetieren, Milch von Wiedetieren usw. Jeder kann über das Internet in wenigen Minuten herausfinden was so empfohlen wird. Natürlich Detox, das Trendwort. Doch all das wird Ihnen Ihre Gesundheit nicht zurückbringen.

Um also auf die ursprüngliche Frage zurückzukommen, was in Ihrem Gesundheitsprogramm zur Lösung von Verdauungs-, Autoimmun- und anderen chronischen Erkrankungen fehlt...

Gesunder Menschenverstand und eine Ernährung, die Ihren Körper mit Nährstoffen ernährt. Ein Lebensstil, der Körper, Geist und Seele zu Recht anspricht.