



# Andreas Moritz Zeitlose Geheimnisse der Gesundheit & Verjüngung - Gesamtausgabe

Leseprobe

[Zeitlose Geheimnisse der Gesundheit & Verjüngung - Gesamtausgabe](#)

von [Andreas Moritz](#)

Herausgeber: Unimedica im Narayana Verlag



<https://www.narayana-verlag.de/b21532>

Im [Narayana Webshop](#) finden Sie alle deutschen und englischen Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise.

Copyright:

Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern

Tel. +49 7626 9749 700

Email [info@narayana-verlag.de](mailto:info@narayana-verlag.de)

<https://www.narayana-verlag.de>

[Narayana Verlag](#) ist ein Verlag für Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise. Wir publizieren Werke von hochkarätigen innovativen Autoren wie [Rosina Sonnenschmidt](#), [Rajan Sankaran](#), [George Vithoulkas](#), [Douglas M. Borland](#), [Jan Scholten](#), [Frans Kusse](#), [Massimo Mangialavori](#), [Kate Birch](#), [Vaikunthanath Das Kaviraj](#), [Sandra Perko](#), [Ulrich Welte](#), [Patricia Le Roux](#), [Samuel Hahnemann](#), [Mohinder Singh Jus](#), [Dinesh Chauhan](#).

[Narayana Verlag](#) veranstaltet [Homöopathie Seminare](#). Weltweit bekannte Referenten wie [Rosina Sonnenschmidt](#), [Massimo Mangialavori](#), [Jan Scholten](#), [Rajan Sankaran](#) & [Louis Klein](#) begeistern bis zu 300 Teilnehmer

# Inhaltsverzeichnis

---

Aus rechtlichen Gründen .....	xix
<b>Vorwort .....</b>	<b>1</b>
<b>Einführung .....</b>	<b>2</b>
<b>1 Aufklärung des Geist-/Körper-Mysteriums – Und die Magie, die dabei zu Tage tritt .....</b>	<b>13</b>
Geist über Materie .....	13
Prüfung Ihrer Geist-/Körper-Reaktion .....	16
Stress – Und ein schrumpfender Thymus .....	20
Placebo – Der wahre Heiler? .....	21
Wenn das Placebo Ihre Medizin wird .....	23
Das Placebo in Aktion .....	24
Das Wunder der Spontanheilung .....	27
Die Heilung liegt am Patienten .....	29
Ist die heutige medizinische Praxis vertrauenswürdig? .....	31
Warum werden einige gesund und andere nicht? .....	34
Der Paradigmenwechsel .....	37
<b>2 Die verborgenen Gesetze hinter Krankheit &amp; Gesundheit .....</b>	<b>39</b>
Krankheit ist unnatürlich .....	39
Das Symptom einer Krankheit ist nicht die Krankheit .....	41
Wunderbare Infektionen .....	44
Schmerzstillende Mittel – der Beginn eines Teufelskreislaufs .....	46
Aufputzmittel machen starke Menschen schwach .....	50
Unser ständiges Bedürfnis nach Reinigung .....	52
Krankheitssymptome sind ähnlich wie Sand in der Hand .....	54
Die Suche nach der Ursache .....	55
Einer hoffnungslosen Prognose trotzen .....	60
Auf die Natur Ihres Körpers vertrauen .....	62
<b>3 Die vier häufigsten Krankheitsursachen – Und das uralte System, das Sie von jeder von ihnen befreit .....</b>	<b>65</b>
1. Gallensteine in der Leber und Gallenblase.....	65
<i>Wenn die Galle-Kanäle der Leber blockiert werden .....</i>	<i>70</i>
<i>Gallensteine – Eine konstante Krankheitsquelle .....</i>	<i>72</i>

2. Dehydration.....	76
<i>Dehydration erkennen</i> .....	77
<i>Die Schmerzverbindung</i> .....	79
<i>„Körper-Dürre“ – Die stärkste Stressart</i> .....	82
3. Nierensteine .....	93
<i>Die Arten der Steine und ihre Auswirkungen</i> .....	94
<i>Warum reinigt eine Niere?</i> .....	97
4. Was Dich schwächt, macht Dich auch krank .....	98
<i>Krankheit ist eine Toxizitätskrise</i> .....	104
<i>Vergiften wir unsere Kinder mit dem Essen?</i> .....	108
<i>Der wesentliche Krankheitsprozess</i> .....	113

#### **4 Wo die meisten Krankheiten beginnen – Und die wahren**

##### **Geheimnisse zur Verhinderung ..... 117**

AGNI – Der „General“ der Verdauung .....	118
Toxischer Körper – Toxischer Geist .....	122
Der „nutzlose“ Blinddarm und seine erstaunliche Rolle .....	124
Innere Verschmutzung .....	127
Sollten wir Darmparasiten töten? .....	131
AMA – Die Hauptursache für Verstopfung im Körper .....	133
Folgen eines überlasteten Darms .....	134
Die Ausbreitung von Symptomen .....	140
Vata – Die Kraft der Bewegung .....	142
Rückenbeschwerden auflösen .....	144
Wenn der „Fluss“ eine Kehrtwende macht .....	148
Pitta – Die dynamische Kraft .....	150
Kapha – Zusammenhalt, Struktur und Ausdauer .....	151
Störung der Doshas .....	152
Wenn Vata „den Kopf trifft“ .....	158
Hautkrankheiten? Spieglein, Spieglein ... ..	161

#### **5 28 bewährte Geheimnisse, um zur ausgiebigen Gesundheit**

##### **zurückzukehren ..... 165**

Die Wunder unserer Biorhythmen .....	165
Die menschliche innere Uhr .....	166
Geheimnisse der Mondzyklen .....	168
<i>Neumond</i> .....	170
<i>Der zunehmende Mond</i> .....	170
<i>Vollmond</i> .....	171
<i>Der abnehmende Mond</i> .....	171

Die biologische Routine des Menschen .....	171
<i>Der erste Kapha-Zyklus</i> .....	172
<i>Der erste Pitta-Zyklus</i> .....	172
<i>Der ideale Tagesablauf</i> .....	174
<i>Der erste Vata-Zyklus</i> .....	175
<i>Der zweite Kapha-Zyklus</i> .....	176
<i>Der zweite Pitta-Zyklus</i> .....	177
Warum richtiger Schlaf für Sie so wichtig ist .....	177
<i>Die Schattenseite von nächtlichem Licht – Krebswachstum</i> .....	180
<i>Weitere Gesundheitszustände, die im Zusammenhang mit</i> <i>Schlafmangel stehen</i> .....	182
<i>Der zweite Vata-Zyklus</i> .....	183
Risiken, vom Programm der Natur abzuweichen .....	185
Hören Sie auf Ihren Körper und er hält Sie gesund! .....	188
Die vielen Botschaften des Körpers .....	189
Gute Gesundheit erfordert natürlichen Instinkt .....	191
Lernen, gesund zu sein.	
Wie erkenne ich meinen Körpertyp? .....	192
Die zehn Körpertypen .....	195
Körpertyp-Quiz .....	196
„Der Vata-Typ“ .....	196
<i>Der Pitta-Typ</i> .....	197
<i>Der Kapha-Typ</i> .....	198
Charakteristiken der Körpertypen .....	200
<i>Der Vata-Typ</i> .....	200
<i>Der Pitta-Typ</i> .....	203
<i>Der Kapha-Typ</i> .....	207

## **6 Der einfachste Weg, der Ihnen erlaubt, mühelos maximale**

### **Gesundheit zu erhalten .....211**

Leitsätze für den Alltag und die Ernährung .....	212
<i>Morgens</i> .....	215
<i>Frühstück</i> .....	216
<i>Mittagessen</i> .....	217
<i>Abendessen</i> .....	218
<i>Allgemeine Richtlinien</i> .....	218
Trinkwasser – Die beste aller Therapien .....	222
<i>Richtlinien für schrittweise Rehydratation</i> .....	224

Bewegen Sie sich gesund .....	226
<i>Der Zweck des Trainings</i> .....	226
<i>Übungen gemäß den Doshas</i> .....	227
<i>Grundsätzliche Richtlinien für gesunde Bewegung</i> .....	228
<i>Surya Namaskara (Sonnengruß)</i> .....	230
Atemübungen (Pranayama) .....	232
<i>Vata-Pranayama</i> .....	233
<i>Pitta-Pranayama</i> .....	233
<i>Kapha-Pranayama</i> .....	234
<i>Obese-Pranayama</i> .....	234
Bewusste Atemmeditation .....	235
Abhyanga – Ayurvedische Öl-Massage .....	236
Tägliche Ölbehandlung – Das Ölziehen .....	238
Ernährung gemäß den Körpertypen .....	239
Vata-beruhigende Ernährung .....	243
Vata-Nahrungsmitteltabelle .....	245
Pitta-beruhigende Ernährung .....	250
Pitta-Nahrungsmitteltabelle .....	253
Kapha-beruhigende Ernährung .....	259
Kapha-Nahrungsmitteltabelle .....	261
Wichtig für alle Körpertypen .....	266
<i>Ghee – Sein Nutzen und seine Herstellung</i> .....	266
<i>Eine Zusammenfassung allgemeiner Grundsätze bezüglich Ernährung</i> ....	268
<i>Menüfolge – Das ideale Mittagessen-Rezept</i> .....	269
<i>Eine Anmerkung zur Verdaulichkeit von Hülsenfrüchten, Getreide         und Samen</i> .....	272
<i>Idealer Tagesablauf – Dinacharya</i> .....	273
Vegetarische Ernährung – Eine Lösung für viele Gesundheitsprobleme ...	275
<i>Vegetarier leben länger und gesünder</i> .....	275
<i>Der Tod im Fleisch</i> .....	277
<i>Ist Fleisch für Menschen natürlich?</i> .....	279
<i>Irreführende Theorien</i> .....	283
<i>Fleisch – Hauptursache für Krankheit und Alterung</i> .....	286
<i>Vorteile einer vegetarischen Ernährung</i> .....	290
<i>Denkanstoß</i> .....	293
<i>Aber Fisch ist sehr gut für Sie, oder?</i> .....	295
<i>Eine Anmerkung zur Blutgruppendiät</i> .....	297

**7 Über 100 Geheimnisse, um die Heilkraft der Natur im Innern**

**zu entzünden .....301**

Die Leber- und Gallenblasenreinigung..... 301

*Vorbereitung* ..... 302

*Die eigentliche Reinigung* ..... 304

*Der folgende Morgen* ..... 306

*Diese Ergebnisse dürfen Sie erwarten* ..... 306

*Wichtig! Bitte aufmerksam lesen:* ..... 310

*Haben Sie Schwierigkeiten mit der Reinigung?* ..... 311

Darmsanierung – Zur Prävention und Heilung ..... 316

*Halten Sie Ihre Eingeweide sauber* ..... 316

*Darmspülung* ..... 318

*Die Salzwasserspülung* ..... 323

*Bittersalze* ..... 324

*Rizinusöl* ..... 325

*Vier große rektale Klistierbehandlungen* ..... 325

*Anmerkung zur Auto-Urin-Therapie (AUT)* ..... 328

Die Nierenreinigung ..... 330

Schlückchenweise heißes ionisiertes Wasser trinken ..... 331

Allergien beseitigen ..... 333

Metallische Zahnfüllungen ersetzen und toxische Metalle/  
Chemikalien aus dem Körper entfernen ..... 336

*Metallische Zahnfüllungen – Eine tickende Zeitbombe?* ..... 336

*Kompositfüllungen* ..... 338

*Einer Schwermetall-Toxizität vorbeugen* ..... 338

*Metallischer Ton – Und wie man schädliche Metalle, Chemikalien  
    und Strahlung entfernt* ..... 339

Heilen Sie Ihr Zahnfleisch und Ihre Zähne ..... 340

*Die Dentallösung von Soladey* ..... 342

Wie man das Rauchen und andere Suchterkrankungen aufgibt ..... 343

*Sucht – Ein unbewusstes Signal, sich nicht unter Kontrolle zu haben* .. 343

*Lernen Sie, Ihre Willensfreiheit wiederherzustellen* ..... 344

*Rauchen, eine bewusste Entscheidung* ..... 346

*Sich entschließen, weniger zu rauchen, aber...* ..... 347

*Die Abhängigkeit beenden* ..... 348

Einige der größten Heilgeheimnisse der Natur ..... 352

*Erstaunliche Nahrungsmittelkuren* ..... 352

*Die krebshemmenden Eigenschaften von Brokkoli* ..... 353

*Kohl – Das Krebsheilmittel der Römer* ..... 353

<i>Blumenkohl hilft bei Brustkrebs</i> .....	354
<i>Das große Karottenphänomen</i> .....	354
<i>Sellerie – Besser als Viagra</i> .....	355
<i>Avocado – Die köstliche Superfrucht</i> .....	356
<i>Heidelbeeren und Preiselbeeren schützen Nieren, Herz, Augen und Haut</i> ..	357
<i>Die Heilkraft in grünen Bohnen</i> .....	357
<i>Die knochenaufbauende Kraft von Rosenkohl</i> .....	359
<i>Artischocke – Gut für die Verdauung</i> .....	359
<i>Grünkohl</i> .....	359
<i>Nüsse</i> .....	360
<i>Chia – Altes Superkorn</i> .....	361
<i>Frisches Getreide kann helfen, Sehstörungen zu beseitigen</i> .....	363
<i>Reis</i> .....	363
<i>Kokosnussöl – Ein Geschenk der Tropen</i> .....	363
<i>Eine Banane am Tag den Doktor spart</i> .....	365
<i>Sollten wir Bio-Lebensmittel essen?</i> .....	367
<i>Zimt – Medizin für Diabetiker</i> .....	368
<i>Kurkuma – Ein kraftvolles Dekongestivum und Antikrebsmittel</i> .....	370
<i>Ingwer bekämpft Reisekrankheit und mehr</i> .....	371
<i>Cayennepfeffer – Um Herz und Magen zu schützen</i> .....	372
<i>Nelken – Die Apotheke der Natur</i> .....	372
<i>Honig – Der weltbeste Wundheiler?</i> .....	373
<i>Wasserstoffperoxid bei Grippe und Erkältung</i> .....	376
<i>Das Wunder des unraffinierten Salzes</i> .....	377
<i>Heilende Zucker</i> .....	380
<i>Das wunderbare Yucca-Extrakt</i> .....	384
<i>Rotulmenrinde</i> .....	386
<i>Ojibwa Kräuter Tee – Ein Heilmittel gegen alle Beschwerden?</i> .....	387
<i>Lapacho (Pau D'Arco) Ein erstaunliches Inka-Heilmittel</i> .....	390
<i>Olivenblatt-Extrakt</i> .....	393
<i>Astragalus</i> .....	394
<i>Salbeiöl – Ein Gedächtnisverstärker</i> .....	394
<i>Guarana – Ein Energieverstärker</i> .....	394
<i>Blutwurzpaste und „Indian Herbs“</i> .....	396
<i>Pfaffia, schwarzes Cohosh und Nachtkerze (für Frauen)</i> .....	397
<i>Entgiftetes Jod – Für Schilddrüsen- und andere Erkrankungen</i> .....	397
<i>Grüner Tee – Ein Lebenstee</i> .....	399
<i>Ginkgo biloba – Gehirnnahrung; und Coenzym Q10</i> .....	402
<i>Aloe vera – Ein antiker Heiler</i> .....	403

<i>Ionische Flüssigmineralien</i> .....	405
<i>Miracle Mineral Supplement (MMS)- Ein sofortiger Heiler von Malaria, AIDS, Krebs, Hepatitis und mehr?</i> .....	407
<i>Wasserloses Edelstahlkochgeschirr</i> .....	408
<i>Wasserionisatoren</i> .....	411
<i>Körpergeruch? Ein guter Grund kein Deodorant zu benutzen</i> .....	412
Ener-Chi Art .....	416
<i>Ener-Chi ionisierte Steine</i> .....	418
<i>Verwendungsmöglichkeiten für ionisierte Ener-Chi Steine</i> .....	418
<i>Sacred Santémomy – Göttliches Singen für jede Gelegenheit</i> .....	421
<i>Bienenwachs – Bei Asthma, Allergien und Problemen mit den Nebenhöhlen</i> .....	422
<i>Wie man mit Elektrosmog umgeht</i> .....	423
<i>Wie man die negativen Auswirkungen der Ley-Linien vermeidet</i> .....	424
<i>Notwendige Voraussetzungen zur Krankheitsheilung</i> .....	426
<i>Allzweck-Heilbad mit Salz</i> .....	429
<b>8 Heilgeheimnisse der Sonne</b> .....	<b>431</b>
Die Sonne – Ursprung des Lebens auf Erden .....	431
Die wunderbaren Heilkräfte von UV-Licht .....	433
Kann UV-Strahlung Hautkrebs vorbeugen und heilen? .....	435
Je mehr UV, umso weniger Krebs .....	437
Nun sagen selbst Ärzte und Wissenschaftler: „Es ist nicht wahr!“ .....	439
Durch Sonnenschutzmittel verursachter Hautkrebs .....	440
Sonnenlichtmangel – Eine Todesfalle .....	442
Pittas – Aufgepasst! .....	445
Keine Sonne, keine Gesundheit! .....	446
Sonnenlicht beugt Krebs, MS, Herzerkrankungen, Arthritis, Diabetes ... vor .....	450
Die Sonne senkt das Krebsrisiko um mindestens die Hälfte! .....	450
Die erstaunliche Kombination aus Tageslicht und Training .....	452
Was die Sonne so „gefährlich“ macht – Die Fett-Verbindung! .....	455
Was tatsächlich die Haut verbrennt und schädigt .....	459
Richtlinien für eine gesteigerte Sonneneinstrahlung .....	460
Die antike Sungazing-Praktik .....	462



<b>9 Die heimlichen Ursachen von Herzerkrankungen – Und warum sie so einfach rückgängig gemacht werden können .....</b>	<b>464</b>
Die Anfangsstadien der Herzerkrankung .....	465
Maßgebliche Hauptfaktoren .....	466
Fleischkonsum und Herzerkrankung .....	467
Ja, Ihr Körper kann Protein speichern! .....	469
Proteinspeicherung – Eine Zeitbombe .....	473
Die aufschlussreiche Rolle von Homocystein .....	475
C-reaktives Protein fördert die Wahrheit zutage .....	476
Wie und warum Herzinfarkte wirklich auftreten .....	478
Neue Studien hinterfragen den Wert von Arterienöffnungen .....	479
Risikoindikatoren für einen Herzinfarkt .....	483
1. Verdickung des Bluts gemessen am Hämatokrit .....	484
2. Der Verzehr von zu viel tierischem Protein .....	485
3. Zigarettenrauchen .....	485
4. Körperlich bedingte (genetische) Veranlagung zu reduzierter Proteinverdauung .....	486
5. Frauen während oder nach der Menopause .....	487
6. Nicht genug Obst und Gemüse essen, Rauchen und mangelnde Bewegung .....	487
7. Nierenerkrankung .....	490
8. Antibiotika und andere synthetische Arzneimittel .....	492
Schluss mit dem Cholesterin-Herzkrankheitsmythos .....	494
Cholesterin ist letzten Endes doch nicht der Schuldige .....	495
Heute gesund, morgen krank .....	497
Was Statine Ihnen antun können! .....	500
Aber schützt Aspirin nicht gegen Herzerkrankungen? .....	505
Die Gefahren von niedrigem Cholesterin .....	507
Cholesterin – Ihr Leben und Blut .....	510
Wenn das Cholesterin SOS signalisiert .....	512
Den Cholesterinspiegel auf natürliche Weise ausgleichen .....	515
Überwindung der Herzkrankheit – Zwei ermutigende Geschichten .....	517
Nicht-ernährungsbedingte Ursachen von Herzerkrankungen .....	520
Ein fehlendes Sozialsystem .....	520
Die größten Risikofaktoren – Berufszufriedenheit und Zufriedenheitsbewertung .....	521
Ihr Verlangen nach Liebe .....	523
Was ein liebevoller Ehepartner tun kann .....	524
Die heilende Kraft einer „liebvollen Berührung“ .....	525

**10 Warum Krebs keine Krankheit ist – Und warum das die gute**

**Nachricht ist .....529**

Die charakteristischen Merkmale von Krebs ..... 533

    1. Die physische Ebene ..... 533

    2. Die emotionale Ebene ..... 534

Es ist alles psychosomatisch ..... 536

Marys persönliche Heilmittel ..... 537

Krebs – Eine Reaktion auf Ablehnung ..... 538

Die Schatten der Vergangenheit bekämpfen ..... 539

Das Verlangen zu kämpfen loslassen ..... 541

Krebs kann Sie nicht töten ..... 543

Krebs ist keine Krankheit ..... 545

Krebs ist: „Sich selbst nicht zu lieben“ ..... 546

Die Macht, Konfliktsituationen zu lösen ..... 548

Der verzweifelte Versuch des Körpers zu leben ..... 549

Prostatakrebs und seine risikoreichen Behandlungsmethoden ..... 553

Über Prostatavergrößerung ..... 555

Warum die meisten Krebserkrankungen von selbst verschwinden ..... 556

Krebs – Wer heilt ihn? ..... 558

Nützliche Tipps, um Krebs überflüssig zu machen ..... 560

*Miracle Mineral Supplement/Lösung (MMS)* ..... 561

*Die Verbindung zwischen früher Pubertät und Brustkrebs* ..... 562

*Elektrisches Licht und Krebs* ..... 563

Training und Krebs ..... 564

*Die Wahrheit über herkömmliche Krebsbehandlungen* ..... 565

**11 Drei geheime Diabetesquellen – Wie man sich schnell von**

**ihnen heilt .....571**

Nahrungsmittel, die Diabetes verursachen ..... 575

*Raffinierte Kohlenhydrate – Eine Ursache von Insulinresistenz* ..... 575

*Tierische Proteine – Schädlicher als Zucker* ..... 577

*Raffinierte Fette und Öle – Köstliches Gift?* ..... 579

Das sich ausweitende Diabetessyndrom-Drama ..... 583

Das Risiko, übergewichtig zu sein ..... 586

Autoimmuner Diabetes mellitus (Typ-1-Diabetes) ..... 588

Risikante schulmedizinische Behandlungen ..... 590

Die Ursachen heilen ..... 591

<b>12 Den AIDS-Mythos verscheuchen – Geheimnisse, um diese sogenannte „Krankheit“ zu verstehen und zu heilen .....</b>	<b>594</b>
HIV – Ein harmloses Passagiervirus? .....	596
Fehlerhafte HIV-Tests – Die eigentliche Ursache der AIDS-Epidemie ....	597
HIV kann nicht so viel verursachen wie die Grippe .....	602
HIV verhält sich wie jedes andere Virus .....	603
Forschung auf dem Prüfstand .....	604
HIV + Lungenentzündung = AIDS? .....	605
Schwere statistische Fehler .....	607
HIV ist kein neues Virus .....	609
Neue Beweise: HIV breitet sich selten durch heterosexuellen Geschlechtsverkehr aus .....	611
Wer bekommt AIDS? .....	612
Was wirklich AIDS verursacht .....	613
1. Rauschgifte .....	614
2. Antibiotika .....	616
3. Bluttransfusionen .....	617
4. AIDS – Eine Stoffwechselstörung, keine Infektionskrankheit .....	619
5. AIDS-Medikamente verursachen AIDS .....	623
AIDS – Ein Prozess des Erwachens .....	627
 <b>13 Acht gefährliche Mythen des modernen Lebens und wie man jeden gelassen hinnimmt .....</b>	 <b>629</b>
1. Antibiotika, Bazillen und warum wir für sie so anziehend sind .....	629
<i>Sind Antibiotika wirklich notwendig? .....</i>	<i>629</i>
<i>Antibiotika schädigen das Immunsystem .....</i>	<i>631</i>
<i>Biologische Kriegsführung .....</i>	<i>632</i>
<i>Antibiotika können bei Kindern Asthma verursachen .....</i>	<i>635</i>
<i>Den Kampf mit der Krankheit verlieren? .....</i>	<i>636</i>
<i>Tuberkulose – Die Natur schlägt zurück .....</i>	<i>637</i>
<i>Candida – Mikroben gegen Mikroben .....</i>	<i>640</i>
<i>Der Umgang mit einer Candidainfektion .....</i>	<i>641</i>
<i>Sind Antibiotika für die Rauschgiftepidemie verantwortlich? .....</i>	<i>644</i>
<i>Die Natur weiß es am Besten – Infektionen auf natürliche Art     beseitigen .....</i>	<i>646</i>
2. Das Geschäft mit Ihrem Blut .....	648
<i>Sind Bluttransfusionen wirklich notwendig? .....</i>	<i>648</i>
<i>Gefahren, die im Blut lauern .....</i>	<i>649</i>
<i>Die Alternativen .....</i>	<i>651</i>
<i>Ihr Blut ist Ihr Leben .....</i>	<i>652</i>

3. Risiken von Ultraschalluntersuchungen .....	653
<i>Menschliche Versuchskaninchen</i> .....	654
4. Immunisierungsprogramme auf dem Prüfstand .....	657
<i>Giftige Impfstoffe gegen harmlose Infektionen</i> .....	657
<i>Unfreiwillige Schutzimpfungen</i> .....	661
<i>Impfung macht keinen Sinn mehr</i> .....	663
<i>Unbegründete Impfungshysterie</i> .....	664
<i>Basiert das Bedürfnis nach Immunisierung auf statistischen Fehlern?</i> ...	667
<i>Wie man auf natürliche Weise Immunität erlangt</i> .....	668
<i>Impfung – Angriff auf Ihren Körper, Ihr Gehirn und Ihren Geist</i> .....	671
<i>Die Verbindung zwischen Impfstoff und Autismus</i> .....	675
<i>So bleiben Sie immun</i> .....	678
<i>Natürliche Methoden, Kinder gesund zu pflegen</i> .....	679
5. Schutz gegen die Grippe? .....	682
<i>Schützen Sie sich gegen den Grippeimpfstoff!</i> .....	682
<i>Warum Menschen an Grippe erkranken</i> .....	686
<i>Im Namen der Prävention</i> .....	688
<i>Hilfe von Mutter Natur</i> .....	689
6. Alkohol – Die legale Droge des Menschen .....	690
<i>Bier – Hypnose und ein dicker Bauch</i> .....	692
<i>Enträtselung des Rotweinysteriums</i> .....	693
7. Schmutzige Geschäfte mit unserer Nahrung – Genmanipulation .....	694
8. Soja – Wundernahrungsmittel oder Gefahr für unsere Gesundheit? ...	698
<b>14 Über 51 Gesundheitsmythen, die die Amerikaner so krank halten ..</b>	<b>701</b>
1. Vitamineuphorie – Ein Schuss in den Ofen .....	701
<i>Vitaminmangel – Oder doch etwas anderes?</i> .....	703
<i>Niemand weiß, wie viel Sie brauchen</i> .....	704
<i>... selten durch einen Mangel an Vitaminen ausgelöst</i> .....	706
<i>Versteckte Gefahren von Vitamintabletten</i> .....	708
Wie steht's mit der Einnahme von zusätzlichen Mineralstoffen? .....	718
2. Frühstückszerealien und ungesunde Fertignahrung – Gift für unsere Kinder .....	720
<i>„Super-Essen“ des Jahrhunderts</i> .....	720
<i>Schockierende Enthüllungen</i> .....	722
Gift, das wie Nahrung schmeckt und aussieht .....	723
<i>Auflösung des Vollkornmysteriums</i> .....	724
<i>Durch Lebensmittelzusätze verursachte Hyperaktivität bei Kindern</i> ...	726
<i>Die ballaststoffreiche Falle</i> .....	728

3. Rohe Vollwertkost .....	730
<i>Durch Ballaststoffe verursachte Krankheiten auf dem Vormarsch .....</i>	<i>731</i>
<i>Andere schädliche Auswirkungen zusätzlicher Ballaststoffe .....</i>	<i>731</i>
<i>Schokolade – Fakten und Fiktion .....</i>	<i>734</i>
4. Rohe kontra gekochte Lebensmittel .....	736
<i>Die Pros und Kontras .....</i>	<i>736</i>
<i>Was macht Pflanzen so giftig? .....</i>	<i>738</i>
<i>Warum Nahrungsmittel zubereiten? .....</i>	<i>740</i>
<i>Nährstoffarme Lebensmittel – Ein Schlüssel zum Überleben .....</i>	<i>741</i>
<i>Das Getreidenahrungs-Mysterium .....</i>	<i>743</i>
5. Die Milchkontroverse .....	747
<i>Ist Kuhmilch für den menschlichen Verzehr geeignet? .....</i>	<i>747</i>
<i>Durch Milch verursachte Osteoporose .....</i>	<i>749</i>
<i>Mit Milchkonsum in Zusammenhang stehende Allergien und</i>	
<i>Diabetes .....</i>	<i>751</i>
<i>Hüten Sie sich vor Milhhormonen .....</i>	<i>752</i>
<i>Ist Milch für jeden schlecht? .....</i>	<i>753</i>
6. Aspartam und andere süße tödliche Drogen .....	756
<i>Süße zu einem Preis .....</i>	<i>757</i>
<i>Politik kontra Ethik .....</i>	<i>760</i>
<i>Warum Süßstoffe dick machen .....</i>	<i>762</i>
<i>Täuschung des Körpers .....</i>	<i>764</i>
<i>Süßstoffe verursachen Fettleibigkeit, Depression und Gehirnschaden ...</i>	<i>765</i>
7. Light-Produkte – Ein Gewichtsverstärker .....	767
<i>„Narrensichere“ Schlankheitskuren .....</i>	<i>767</i>
<i>„Leichte Fette“ und ihre „erstaunlichen“ Effekte .....</i>	<i>769</i>
<i>Proteinreiche Nahrungsmittel machen Sie fett und energiearme</i>	
<i>Nahrungsmittel verbrauchen Energie .....</i>	<i>771</i>
<i>Warum Lightprodukte bei Ihnen ein Schweregefühl verursachen .....</i>	<i>772</i>
<i>„Überflüssiges Gewicht“ zulegen .....</i>	<i>773</i>
<i>Das Kalorientabellenfiasko .....</i>	<i>774</i>
<i>Gewichtsregulierung ist natürlich .....</i>	<i>777</i>
<i>Schlafen Sie gut – Nehmen Sie ab .....</i>	<i>779</i>
<i>Körperliche Reinigung .....</i>	<i>780</i>
<i>Gesunder Körper – Normales Gewicht .....</i>	<i>781</i>
8. MSG – Der Übergewichtsfaktor .....	782
9. Mikrowellengeräte – Der Tod in der Hitze .....	784
10. Durch Fernsehen verursachter Autismus .....	786

**15 Was Ärzte Ihnen sagen sollten – 37 zu vermeidende**

<b>Gesundheitsgefahren .....</b>	<b>788</b>
1. Mögliche Gefahren medizinischer Diagnostik .....	788
<i>EKG und EEG – Maschinen können lügen .....</i>	<i>789</i>
<i>Vorsicht! Röntgenstrahlen! .....</i>	<i>790</i>
<i>Mammografie – Ja oder Nein? .....</i>	<i>792</i>
<i>Ein Warnhinweis zu den Risiken, einen BH zu tragen .....</i>	<i>794</i>
<i>Ein Warnhinweis zu den Risiken von Brustimplantaten .....</i>	<i>795</i>
<i>Können Sie Laboren vertrauen? .....</i>	<i>797</i>
<i>In der Arztpraxis erzeugter Bluthochdruck? .....</i>	<i>799</i>
<i>Das Heranzüchten von Bluthochdruck-Patienten .....</i>	<i>801</i>
2. Medizinische Behandlung ist selten sicher .....	803
<i>Medikamente sollten die Ausnahme sein, nicht die Regel .....</i>	<i>804</i>
<i>Das Tablettenabhängigkeits-Drama breitet sich aus .....</i>	<i>805</i>
<i>Durch Ärzte verursachte Krankheiten steigen stark an .....</i>	<i>808</i>
<i>Der Tod lauert in verschreibungspflichtigen und frei erhältlichen</i> <i>Medikamenten .....</i>	<i>809</i>
<i>Prozac-Skandal aufgedeckt; Antidepressiva .....</i>	<i>815</i>
<i>Steroide, Arthritis-Medikamente und NSAIDe .....</i>	<i>818</i>
<i>Lesen Sie die Beipackzettel, um Ihr Leben zu schützen .....</i>	<i>821</i>
<i>Dementer Schmutz .....</i>	<i>822</i>
<i>Skandalöses Arzneimittelgeschäft .....</i>	<i>822</i>
<i>Die Antibabypille: Katastrophale Risiken .....</i>	<i>825</i>
3. Menopause – Krankheit oder natürliche Verwandlung .....	828
<i>Der Unsinn der Hormonersatztherapie (HET) .....</i>	<i>828</i>
<i>Die HET kann Knochenschwund nicht verhindern .....</i>	<i>831</i>
<i>Was verursacht wirklich spröde Knochen? .....</i>	<i>833</i>
<i>Kann HET Herzkrankheiten vorbeugen? .....</i>	<i>834</i>
<i>Das Klimakterium – Keine Krankheit .....</i>	<i>835</i>
<i>Der Beginn einer neuen Lebensphase .....</i>	<i>836</i>
<i>Es liegt nicht am Hormonmangel, sondern ... ..</i>	<i>837</i>
<i>Wie man das Beste aus den Wechseljahren macht .....</i>	<i>838</i>
<i>Gehen Sie gut mit Ihrem Körper um .....</i>	<i>840</i>
4. Was macht Medikamente so teuer? .....	841
5. Operationen sind nur selten notwendig .....	843
<i>Angstmotivierte Operationen .....</i>	<i>846</i>
<i>Einleitung, Dammschnitt und Kaiserschnitt .....</i>	<i>848</i>
<i>Weniger Chirurgen und weniger medizinische Eingriffe = weniger</i> <i>Todesfälle .....</i>	<i>850</i>
6. Krankenhäuser – Eine große Gefahr für die Gesundheit .....	851

Inhaltsverzeichnis

---

<b>16 Anhang .....</b>	<b>856</b>
Index .....	856
Bezugsquellen .....	863
Über Andreas Moritz .....	864

# 2 Die verborgenen Gesetze hinter Krankheit & Gesundheit

---

## Krankheit ist unnatürlich

Die wichtigste Erkenntnis, die wir aus der Erforschung von Gesundheit und Heilung ziehen können, ist, dass eine natürliche Lebensweise die Entstehung von Krankheiten verhindern kann. Krankheit entsteht, wenn wir von dieser Lebensweise abweichen. Sie manifestiert sich, wenn der Körper versucht, angesammelte Schadstoffe und Flüssigkeiten zu neutralisieren und zu beseitigen. Um die Gesundheit wieder herzustellen, müssen wir dem Körper beim Entfernen dieser Toxine helfen; eine nährstoffreiche Ernährung und eine natürliche Gesundheitsvorsorge werden eine erneute Anhäufung dieser Toxine verhindern.

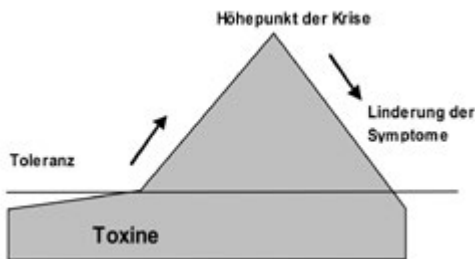
Krankheit ist das Auftreten einer Toxizitätskrise. Eine Toxizitätskrise ist der Versuch des Körpers, in einen ausgeglichenen Zustand, genannt Homöostase, zurückzukehren. Diese Heil- oder Toxizitätskrise tritt auf, wenn Toxine im Körper ein bestimmtes Konzentrationsniveau erreicht haben, das ich in diesem Zusammenhang als „Toleranz“ beschreibe. Ich betrachte Toxine als innerlich erzeugte oder äußerlich zugefügte Substanzen, die schädliche Auswirkungen auf Organsysteme des Körpers, einzelne Organe, Gewebe, Zellen und subzelluläre Einheiten haben. Toxine können chemische Nahrungsmittelzusätze, Umweltschadstoffe, eingeschlossene Stoffwechselabfälle und Gifte, die durch Bakterien erzeugt werden, die unverdaute Nahrungsmittel im Darm zersetzen, beinhalten. Sobald der Toleranzwert des Körpers für Toxine erreicht ist, signalisiert er Schmerzen oder andere Arten von Beschwerden.

Das versetzt die Ausscheidungsorgane und -systeme wie die Haut, das Atmungssystem, die Leber, den Dickdarm, die Nieren, das lymphatische System und das Immunsystem in Abwehrhaltung. Während der Körper versucht diese Toxine zu entfernen, können Leber, Lungen, Dickdarm, Nieren, Lymph- und Hautdrüsen vorübergehend verstopft werden. Die Immunantwort kann die Mobilmachung von Immunzellen und Antikörpern umfassen, die dabei helfen das Toxizitätsniveau unter die Toleranzgrenze zu drücken (siehe Abbildung 3). Während dieser reaktiven Phase der Toxizitätskrise können Sie sich schwach



oder erschöpft fühlen, weil der Körper jegliche gelieferte Energie nutzt, um sich von den Toxinen zu reinigen. Unter normalen Umständen kehren Körperkraft, Appetit und gute Laune einige Tage nach dieser Heilantwort zurück. Dadurch können Sie sich zwar wieder gesund fühlen, jedoch ist es möglich, dass sie Toxine nur gerade die Toleranzgrenze unterschritten haben, bei deren Überschreiten die Symptome zurückkehren. Wenn Sie nicht die Faktoren beseitigen, die zu ihrer Bildung geführt haben, werden die Toxine wahrscheinlich wieder anwachsen und eine neue Toxizitätskrise verursachen. Da das Immunsystem mit jeder neuen Krise zunehmend schwächer wird, verringert sich ebenfalls die Wahrscheinlichkeit einer völligen Rückkehr von Gesundheit und Vitalität. Das Endergebnis wiederholter Toxizitätskrisen-Zyklen ist chronische Krankheit.

Vor mehr als hundert Jahren waren chronische Krankheiten eher die Ausnahme. Zu Beginn des 20. Jahrhunderts litten nur 10 von 100 Menschen an dauerhaften Krankheiten. Heute machen chronische Krankheiten über 90 Prozent aller Gesundheitsprobleme aus. Heute glauben Gesamtbevölkerung wie Ärzte, dass es richtig nützlich ist, die Symptome mit allen Mitteln zu bekämpfen. In den meisten Fällen geschieht dies durch die Verwendung von Medikamenten und Operationen. Die konventionelle Medizin umgeht die Notwendigkeit der Entdeckung und Behandlung der Symptomursache (welche schlicht ein Anzeichen von Toxizität im Körper ist) auf bequeme Art und Weise. Das Endergebnis einer solchen Herangehensweise ist die Schwächung der körpereigenen lebenswichtigen Organe und Systeme. Da dem Körper dadurch die Möglichkeit genommen wird, angesammelte Toxine zu beseitigen, wird es beim nächsten Mal länger dauern oder schlimmer sein als beim ersten Mal.



*Toxine steigen allmählich auf Toleranzniveau, wo sie Beschwerden oder Krankheitssymptome, d. h. eine Toxizitätskrise erzeugen. Sobald der Höchststand der Krise erreicht ist, beginnen die Symptome nachzulassen und der Zustand kehrt sich um.*

Abbildung 3: Die Toxizitätskrise

Dies verursacht weiteren Verschleiß des Immunsystems und macht den Organismus anfällig, verschlimmerte Formen akuter und chronischer Krankheiten zu entwickeln. Der namhafte Arzt Dr. Henry Lindlahr machte diese tiefgründige

und scharfsinnige Bemerkung: „Der größte Teil aller chronischen Krankheiten wird durch Unterdrückung akuter Krankheiten durch die Vergiftung mit Medikamenten geschaffen.“

Die meisten von uns stimmen darin überein, dass, wenn sich jemand nach der Einnahme von Medikamenten erholt, die Genesung eindeutig das Resultat der Medizin sein muss. Jedoch kann diese Annahme falsch sein. Heilung findet immer *im* Körper statt und wird vom Körper kontrolliert. Wenn sich der Körper aus irgendeinem Grund nicht mehr heilen kann, wird sogar die stärkste Medizin nicht vollbringen, woran das wankende Heilsystem des Körpers gescheitert ist.

Krankheit manifestiert sich, wenn die natürlichen Heilantworten des Körpers geschwächt oder unterdrückt werden. Der Körper hat einen unveränderlichen Hang dazu in seinen normalen Gleichgewichtszustand zurückzukehren, was vielleicht die wirkliche Kraft hinter jeglicher Heilung ist. Manchmal kann der Glaube an eine bestimmte Behandlung oder Medizin (Placebo) als Auslöser für den Körper dienen, um das Gleichgewicht wieder herzustellen – ein Effekt, der häufig fälschlicherweise eher der Behandlung zugeschrieben wird, als der Kraft von Zuversicht und Durchhaltevermögen, die durch die Behandlung im Patienten geweckt worden ist. Die Beibehaltung des körpereigenen Gleichgewichts wird durch kraftmindernde Einflüsse stark beeinträchtigt. Ein Kettenraucher, der aufgrund konstanter Belastung durch Kohlenmonoxid und Nikotin z.B. Arteriosklerose (Verhärtung der Arterien) und Herzmuskelschwäche entwickelt hat, wird sehr geringe oder gar keine Heilungschancen haben, geheilt zu werden, wenn er weiter raucht.

Spekulanten und professionelle Spieler haben ein sehr hohes Risiko eine Herzerkrankung zu entwickeln, weil sie ständig auf den plötzlichen Eintritt großer Gewinne oder existenzbedrohender Verluste gefasst sein müssen. Sie von ihren Arbeitsstätten zu entfernen, indem man sie ins Krankenhaus einweist, ist häufig genug, um ihnen zu helfen, ihre Gesundheit wiederzuerlangen. Die Vermutung, dass die ärztliche Behandlung für eine Besserung des Gesundheitszustands verantwortlich ist, ist jedoch mehr als irreführend. Sie genesen, weil die Hauptstressquelle verschwunden ist.

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

Auch wenn Sie denken, dass Sie die auf Ihren Gesundheitszustand zugeschnittene Medizin gefunden haben, werden Sie nicht wirklich geheilt, es sei denn, Sie stoppen die Krankheitsursachen. Das Gesetz von Ursache und Wirkung gilt für

# 16 Anhang

---

## Index

### A

Abendbrot 746  
Abendessen 182, 214, 218, 274, 778  
Abhyanga 215, 236-237  
Absorption 121, 131, 142, 175, 381-382, 385, 389  
Adrenalin 7, 15-16, 51-52, 83, 165, 172, 179, 184, 190, 213, 227, 399  
AGNI (Verdauungsfeuer) 118, 120-123, 129, 141, 143, 145, 150-151, 173-174, 176, 182, 186, 216, 218, 221, 230, 235, 244, 251, 259-260, 266, 268-270, 327  
AIDS 10, 37, 180, 320, 335, 356, 363, 370, 388, 390-391, 394, 403, 407, 493, 507, 559, 594-627, 632-633, 635, 637, 651, 671, 687, 854  
Alkohol 85, 88, 114, 449, 455, 504, 690-691, 693-694  
Allergien 67, 71, 106, 109, 125, 152, 156-157, 209, 220, 252, 292, 308, 325, 333-335, 361, 368, 378, 388, 403, 407, 416, 422  
Aloe vera 265, 314, 555  
Alzheimer 71, 78, 106, 149, 157, 336, 358, 380, 414, 457, 503, 573-574, 583-584, 718, 732, 761, 822, 834  
AMA 133, 135, 143, 150-152, 156, 215, 236  
Anämie 1, 54, 366, 391, 434, 491, 507, 534, 581-582, 594, 625, 678, 711-712, 756, 797, 807-808  
Antibabypille 504, 641, 825-826, 828-829, 832, 834  
Antibiotika 44, 57-58, 102-103, 132, 279, 283, 288, 295, 373-374, 380, 383, 391, 393, 400, 435, 492, 616, 618, 629-641, 644-645, 647, 744, 811-812  
Antidepressiva 11, 449, 778, 805, 807, 815-818, 822  
Apfel 19, 246, 283, 286, 312, 365, 705  
Apfelsaft 265, 301, 303, 311-314, 699  
Arrhythmie 1, 158, 298

Arteriosklerose 41, 106, 358, 364, 391, 394, 434, 466, 468, 472, 482-483, 515, 571, 709, 718, 845  
Arthritis 97, 370, 385, 450, 493, 659, 751, 809, 818-819, 822  
Artischocke 262, 359  
Aspartam 562, 592, 695, 756-758, 760-762, 764, 766-767, 782-783, 838  
Aspirin 474, 488, 494, 505-507, 681, 693, 736, 799, 804, 806-807, 809, 811, 819  
Asthma 71, 74, 106, 125, 133, 149, 152, 155-156, 198, 209, 358, 368, 379, 387, 391, 403, 407, 422, 434, 502, 562, 635-636, 669-670, 747, 815  
Astragalus 394  
Autismus 645, 662, 672-673, 675-676, 678, 757, 786-787  
Autoimmunerkrankungen 438, 458, 572, 582, 759  
Ayurveda 3, 120, 125, 133, 142, 171-173, 176, 184-186, 192, 194, 212, 218, 229, 232, 266, 269, 292, 298-299, 402, 681, 740, 746

### B

Bakterien 44-45, 57-59, 102, 108, 111-114, 122, 124-129, 131-132, 135, 148-149, 320, 323, 340-341, 357, 380-383, 411-414, 552, 629-631, 633-635, 639-642, 646, 648, 665, 669-670, 683-684, 696, 756, 775, 851-852  
Banane 705  
Bentonitton 339  
Betablocker 488, 812-813  
Bienenwachs 422-423  
Bier 77, 88, 288, 445, 692, 745  
Biolebensmittel 598  
Bioresonanztherapie 334-335  
Biorhythmen 165, 181, 185  
Biorhythmus 435, 533  
Bittersalz 301, 304-306, 310-312, 324-325  
Blinddarm 113, 124-126  
-entzündung 105, 364, 844  
Blindheit 438, 448, 474, 573-574, 582, 587, 659, 757, 766, 813

- Blumenkohl 251, 254, 271, 353-354, 705, 798
- Blut 121, 140-142, 471-474, 476-478, 510-511, 513, 647-653, 766-767
- cholesterin 353-354, 359, 385
  - cholesterinspiegel 458, 478, 507, 509, 512, 514, 785
  - druck 16, 59, 63, 84-85, 90, 93, 354-355, 358, 366, 387, 394, 400, 403, 433, 447, 453, 466, 485, 489, 504, 506-507, 512-513, 527, 571, 652, 687, 689, 791, 799-802, 804, 809
  - fettwert 364
  - fettwerte 822
  - gefäße 466, 469, 475, 477, 507, 515, 522, 536, 549, 552, 584, 588, 590, 706, 712-713, 717, 725, 734, 800, 854
  - gruppen 797
  - hochdruck 49, 78, 115, 143, 180, 275, 400
  - körperchen 20, 93, 393, 434-435, 484-487, 510, 648-652, 666, 683, 699, 751, 759, 807
  - kreislauf 15, 47, 53, 73, 79, 84, 128, 131, 133, 140, 153, 155, 178, 286, 406, 491, 512, 514, 578, 664, 686, 755, 846
  - plasma 114, 178, 486, 648
  - proteine 46-48, 53, 113, 473, 511
  - spiegel 88
  - transfusion 104, 605, 618-620, 648-651, 653
  - vergiftung 53, 77, 190
  - verlust 557, 648, 652, 679
  - zucker 87, 289, 353, 362, 368, 447, 575-576, 579, 582, 585, 589-592, 643, 715, 765, 777
- Blutgruppendiät 282, 297, 299-300
- Blutwurzpaste 396
- Bohnen 51, 149, 196, 220, 243, 246-247, 255, 259, 263, 270-272, 279, 293, 296, 357-358, 370, 378, 409
- Brokkoli 560, 585, 735, 741, 751, 798
- Bronchitis 62, 152, 155, 157, 209, 388-389, 391, 599, 668
- Brustkrebs 154, 216, 337, 353-354, 367, 401, 445, 451, 533, 562-563, 565, 567-568, 760, 792-796, 813, 815, 825-827, 829, 837
- Bypass 22, 469, 481, 483, 844, 846, 854
- C**
- Candida 73, 124, 161, 312, 323, 328, 364, 382, 384, 389-390
- Candida albicans 640
- Cayennepfeffer 42, 139, 222, 250, 258, 260, 372
- Chakra (Energiezentrum) 335
- Chaparral-Tee 327
- Chemotherapie 55, 438, 530, 532-533, 539, 541, 543, 558, 564-567, 569, 855
- Chia 255, 271, 279, 296, 338, 361-362
- Chinesische Medizin 681
- Cholesterin 7, 70, 72-73, 87, 107, 109, 179, 223, 275, 286, 292, 308, 356, 359-360, 364, 368, 378, 387, 397, 447, 458, 468, 471, 477, 483, 489-490, 492, 494-502, 507-514, 516, 520, 571, 581, 591, 708, 728, 769
- HDL 356, 364
  - HDL 458, 477, 489, 497, 509, 513, 516, 581
  - LDL 51, 73, 107, 356, 360
  - LDL 458, 471, 477, 489-490, 497, 499-500, 509, 513-514, 516
- Chronische Krankheiten 8, 33, 40, 54, 100, 141, 153, 585
- Colema-Board 303
- Colitis ulcerosa 128, 144, 317
- Colon-Hydro-Therapie 303, 310, 318-319, 321
- Colosan 125, 321-323, 325
- Cortisol 7, 15, 51, 165, 172, 179, 184
- D**
- Darmparasiten 131, 364, 408
- Darmpolypen 154
- Dehydration 61, 222-223
- Dehydrierung 46, 77-81, 84-85, 88, 93, 102, 147, 156, 230, 268, 341, 449
- Depression 2, 7, 37, 63, 70, 83, 106, 182, 186, 202, 209, 260, 347, 365-366, 388, 395, 422, 424
- Depressionen 435, 447, 462, 498, 518, 522, 539, 583, 617, 641, 644, 687, 703-704, 710, 733, 746, 761, 763, 765-766, 792, 805, 818-820, 823, 825, 830-831, 835, 839, 846
- Diabetes 180, 289-290, 296, 360, 369, 450, 503, 571-593, 714, 724, 735, 751-752, 767, 822
- Diuretika 449, 812-813
- D-Mannose 382-384, 592
- DNA 23, 86-87, 166-167, 285, 299, 418, 440, 496, 521, 537, 542, 545, 547, 551, 619-622, 626-627, 652, 679, 699
- Doshas 143, 152, 161, 172, 192-195, 200, 205, 209, 213, 227, 241-242, 251, 259, 326

Dünndarm 73, 119, 121-122, 150, 153, 189, 218, 244, 280, 284, 324, 417, 511, 513, 518, 584, 707, 718, 728-729

## E

E. coli 277, 281, 382-383  
 Edelstahlkochgeschirr 408-409  
 EEG 789-790  
 Einlauf 310, 324, 326-328  
 EKG 447, 789-790  
 Elektrosmog 423  
 Ener-Chi Art 408, 416-418, 420  
 Enzyme 15, 66-68, 78, 113, 119, 151, 165, 173, 214, 219-221, 239, 281, 284-285, 331, 364, 386, 399, 404, 408, 454, 467, 472, 484, 503, 553, 585, 641, 683, 691, 698, 739, 742-743, 754-755, 769, 775, 833  
 Erkältung 9, 42, 57, 62-64, 99, 124, 155-157, 180, 188, 309, 318, 376, 391, 394, 407  
 Ernährung 121, 212-222, 239-300  
   beruhigende 242-243, 250, 259  
   Mangelernährung 151, 318  
   Unterernährung 46, 318  
   vegetarische 275  
 Essiac-Tee 388, 642

## F

Fettleibigkeit 151, 241, 275, 291-292, 473, 563, 580, 587, 765-767, 779, 784  
 Fibromyalgie 79, 83, 157, 387, 407  
 Fisch 283-286, 295-297, 696  
 Fleisch 111-112, 271, 276-295, 467-469, 475-476, 577-579, 712  
 FOS 380-381  
 Frühstück 174, 216, 219, 239, 244, 274, 303, 312-313, 315, 725, 728, 758  
 Frühstückszerealien 97, 358, 361, 457, 720-722, 724, 726, 744, 823

## G

Gallenblase 43, 65-76, 113, 121, 140-141, 143, 145-148, 151, 183, 298, 300-302, 305-306, 308, 310-312, 314-316, 321, 364, 387, 490, 504, 513-514, 536, 538, 541, 553, 560, 584, 632, 647, 683, 693, 707, 732, 756  
 Gallensteine 65-76, 93, 112, 115, 121, 132, 145, 147-148, 150, 157, 163, 301-307, 309-314, 316, 321, 330, 334, 378, 398, 406, 415, 449, 514, 560, 585, 641, 683, 693, 706-707, 748, 780, 840

Geflügel 111, 127, 218, 266, 276, 279, 284, 299  
 Gefühle 3, 6, 13, 15, 28, 30, 33, 38, 116, 122-123, 176, 208, 235, 319, 421, 429, 524-525, 535-536, 540, 546-547, 644, 652, 836, 855  
 Gelenkrheumatismus 599, 813  
 Gemüse 89, 97, 112, 119, 149, 169, 218, 220, 243, 245-246, 252, 254, 260-262, 269, 271-272, 276, 279, 282, 292, 296, 304, 338, 354, 359-360, 367, 369-370, 380, 408-409, 412, 414-415  
 Getreide 459, 468-469, 576, 707, 724-725, 729, 731, 737, 741, 743-744, 772  
 Ghee 218, 243, 248, 250, 252, 256-257, 260, 263-264, 266-267, 271, 591  
 Grippe 9, 98-100, 133, 156, 180, 318, 357-358, 376, 387, 391, 394, 407, 478, 492, 553, 599, 602, 629-630, 671, 673, 682-686, 688-690, 701-702, 812  
 Grüner Tee 399-400  
 Grünkohl 260, 359-360, 560  
 Guarana 394-396, 402

## H

Hautkrebs 162, 391, 396, 413  
 Heidelbeeren 357, 362  
 Heilkrise 322-323, 427, 556, 558, 560  
 Heißes ionisiertes Wasser 331, 647  
 Hepatitis 562, 599-600, 602, 605, 612, 621, 651, 671-672, 674, 677, 711, 810, 820  
 Hernie 70, 154, 391  
 Herpes 434, 562, 599, 604, 667, 747-748  
 Herzinfarkt 9, 11, 106, 364, 464, 467, 469, 471, 474, 476-481, 483-485, 487, 489-491, 493-495, 497, 499, 501, 503, 506, 514-515, 519, 521-525, 527, 581, 591, 701, 709, 777, 789, 801, 809, 811-813, 822, 825, 844, 854  
 Heuschnupfen 152, 154, 156, 160  
 HIV 133, 357, 594-616, 618, 620-624, 626-628, 651  
 Homöopathie 646, 681  
 Honig 215-216, 223, 248-249, 251, 257, 259, 264, 269, 274, 305, 356, 371, 373-375, 592  
 Hormonersatztherapie (HET) 641-642, 826, 828-832  
 Hülsenfrüchte 245, 247, 251-252, 255, 259, 263, 272-273, 279, 333, 361, 379, 472, 576, 592, 707, 717  
 Hyperaktivität 52, 123, 143, 159, 182, 190, 200, 368, 677, 726  
 Hyperthyreose 388

**I**

Immunisierung 108  
 Immunität 45, 99, 101-102, 109, 112, 115, 165, 180, 215  
 Immunsystem 44, 112-113, 116, 123, 133, 281, 295, 333-334, 337, 383, 459, 557, 559, 561, 569, 608, 613, 619-620, 623, 630-636, 646, 666-673, 678-681, 686, 739, 742  
 Impfungen 599, 657-658, 661-663, 667, 671-672, 677-678, 682, 686, 688-689, 782  
 Infektionen 447, 458, 492, 504, 507, 534, 602, 606, 608, 610, 612, 616-617, 619, 626, 629-632, 634, 636, 640-641, 646, 648, 650, 657, 663, 665, 670, 679, 683, 688-689, 707, 748, 756, 797, 826, 846, 852  
     bakterielle 44  
     chronische 808  
     Ohrinfektionen 159, 358, 370  
 Ingwer 26, 42, 49, 220, 244, 249, 268, 270, 313, 369, 371  
 Innere Uhr 166, 181  
 Innere Verschmutzung 127  
 Insulin 454, 458, 478, 484, 534, 571-579, 582, 584, 586-587, 589-590, 697, 764-765, 777, 813  
 Ionisierte Steine 418  
 Ionisiertes Wasser 79, 313, 412

**K**

Kaffee 43, 50-52, 56, 76, 85, 96, 100, 105, 116, 127, 147, 175, 179, 190, 206, 219, 222, 244, 252, 327, 331, 342, 346, 349-350, 352, 395  
 Kaffeeklistier 310, 327  
 Kaiserschnitt 654, 848-850  
 Kapha 151-152, 159, 161, 172, 176-177, 185-187, 192-195, 198-202, 204-205, 207-210, 216, 221, 228-229, 234, 242-243, 259-261, 265, 269-270, 274, 299, 365, 372, 379, 387, 746, 776, 781  
     -Störung 587  
     -Typ 539, 587, 705, 738, 746, 753-755, 776, 781  
 Kardamom 244, 250, 258, 271, 369  
 Karies 100, 119, 160, 381, 400  
 Karotten 218, 222, 246, 254, 271, 354, 410, 515, 697, 798  
 Kartoffeln 468, 578, 592, 696, 740-741, 775, 798  
 Käse 56, 127, 129, 149, 216, 218, 248, 252, 256, 272, 285-286, 303, 320

Koffein 51, 77, 83, 85, 88, 168, 395, 399-400, 476, 592, 833  
 Kohl 245-246, 262, 271, 353-354, 368, 410  
 Kohlenhydrate 121, 149, 252, 272, 298, 365, 377, 468-469, 561, 575, 590, 640, 729, 734, 748, 771-772, 775, 782  
 Kokosnussöl 216, 218, 237, 249-250, 257, 267, 271, 328, 363-365, 461, 505, 515, 580, 591  
 Kopfschmerzen 28, 50, 61, 71, 80, 107, 135, 139, 154, 158, 160-161, 184, 232, 238, 241, 309-310, 313, 316, 323, 337, 368, 371, 403, 424  
 Körpergeruch 94, 197, 316, 412-415  
 Krebs 43, 54, 142, 180-181, 287, 407, 437-438, 444-445, 450-452, 529-570, 803, 815  
     Krebsrisiko 180, 295, 368, 444, 450, 497, 551, 555, 557, 697, 829  
     Krebsvorbeugung 370  
 Künstliche Süßstoffe 77, 219, 331, 562, 592, 757-758, 762, 764-766, 768, 823  
 Kurkuma 250, 258, 260, 271, 369-370, 585, 754

**L**

Lapacho 327, 338, 390-394, 642, 647, 720  
 Lapacho-Tee 338  
 Leber 10, 39, 42, 61, 63, 65-76, 78, 81, 84, 95, 105, 112-115, 120-122, 124-125, 132, 140-141, 143, 145-150, 153-157, 163, 165, 177-178, 183, 186, 199, 204, 239, 252, 284-285, 298, 301-303, 305-306, 308-311, 314, 316, 320, 323, 327, 329-330, 334, 337-338, 341, 357, 381, 384, 387-390, 398, 408, 413-415, 417  
 Leber- und Gallenblasenreinigung 10, 76, 147, 301, 705  
 Leukämie 390-392, 595, 651, 671, 686, 760, 790, 819  
 Ley-Linien 424-425  
 Lungenentzündung 63, 133, 141, 152, 157, 279, 407, 556-557, 562, 595, 605-606, 609, 613, 616, 636, 648, 658, 814

**M**

Malaria 407  
 Mammografie 562, 792-794  
 Meningitis 663, 671, 681-682  
 Menopause 487, 732, 828-829, 831  
 Menstruation 135, 165, 222  
 Migräne 63, 71, 79, 135, 138, 154, 232, 337, 395, 425, 747, 830  
 Mikrowellen 188, 220, 562, 784-786  
 Milch 283, 335-336, 589, 710-711, 747-756

- Miracle Mineral Supplement (MMS) 133, 341, 407, 562, 636  
 Mondzyklen 168-170  
 MSG 368  
 Multiple Sklerose 71, 78, 83, 157, 180, 328, 336, 503, 584, 621, 671, 710, 761  
 Muskeltest 16-17, 222, 241-242, 251, 296, 396, 415, 522, 642, 646-647, 694, 725, 747, 756  
 Muttermilch 110, 285, 299, 363, 401, 510, 660, 676, 708, 748-749, 751, 754, 810, 853
- N**  
 Nebenhöhlen 143, 185, 193, 300, 334, 379, 397, 417, 422, 643, 689, 754-755  
 -entzündung 154  
 -probleme 158  
 -verstopfung 160, 337, 370  
 Nelken 250, 372-373  
 Nervensystem 124, 142, 202, 219, 235, 237, 314, 327, 337, 366, 395, 417, 677, 687, 707, 762, 766  
 Neumond 170-171, 303, 349  
 Nierenerkrankungen 71, 97, 364, 490-491, 504, 576, 808  
 Nierensteine 93-98, 115, 138, 148, 310, 325, 330-331, 357, 363, 403, 406, 693, 698  
 Nüsse 97, 112, 139, 244, 248, 252-253, 256, 264, 270, 279, 296, 304, 333, 360-361, 472, 516, 576, 592, 707, 718, 726
- O**  
 Obst 112, 116, 119, 149, 216, 219-220, 245, 252-253, 268-269, 279, 282, 304, 306, 320, 334, 338, 367, 409, 412, 414-415  
 Ojibwa-Tee 339, 387-388, 628  
 Olivenblatt-Extrakt 393  
 Olivenöl 215, 217, 237, 239, 242, 249, 264, 267, 270-271, 301, 305, 312, 356, 360, 455, 461, 515, 591  
 Öklistier 326  
 Ölmassage 215, 526, 802  
 Osteoporose 51, 69, 71, 97, 106, 279, 283, 379, 402, 406  
 Östrogen 555, 563, 692, 698, 807, 829-832, 834-835, 838-840, 847
- P**  
 Parkinson 86, 360, 391, 503, 584, 687, 820  
 Parodontose 106, 340, 391  
 Peristaltik 131, 317, 327, 372
- Pitta 60, 150, 152, 159, 161, 172-173, 175, 177-178, 182, 184, 187, 192-195, 197, 199-207, 222, 228-229, 233, 241-243, 250-254, 266, 269-270, 286, 299, 363, 372, 379, 387, 415, 445-446, 746, 755  
 -Typ 445-446, 472, 486, 737-738, 753-754, 781  
 Pranayama 213, 232-234, 274  
 Preiselbeeren 261, 357, 712  
 Prostata 71, 92, 134, 143, 145, 154, 334  
 -vergrößerung 334, 391  
 Prostatakrebs 397, 553-555, 581, 650  
 Psoriasis 434, 438
- Q**  
 Quecksilber 98, 283, 296, 336-338, 659, 672-674, 676
- R**  
 Rauchen 9, 51, 55, 105, 157, 170, 240, 287-288, 343-351, 366, 448, 454, 467, 474, 480, 485, 487, 489, 498, 523, 838  
 Reis 173, 216, 218, 220, 244, 255, 263, 271-272, 279, 304, 363, 370, 409, 516, 642, 703, 745-746, 754  
 Reizdarmsyndrom 117, 154, 283, 318, 361, 363-364  
 Rizinusöl 315, 325  
 Röntgenstrahlen 72, 94, 162, 330, 339, 403, 790-791, 855  
 Röntgenstrahlung 432, 562, 790, 792  
 Rosenkohl 246, 254, 262, 270, 353, 359, 560  
 Rotkohl 353  
 Rotulme 386  
 Rotulmenrinde 386-387, 389  
 Rotwein 362, 693-694  
 Rücken 61, 71, 73-74, 79, 144-145, 147, 185, 238, 305, 325-328, 417, 453, 533, 625  
 -beschwerden 144  
 -probleme 147-148  
 -schmerzen 24, 92, 145, 147-148, 154, 308-309, 316, 827
- S**  
 Salbeiöl 394  
 Salz 42, 55-56, 60, 79, 84, 90, 93, 97, 121, 223-225, 243-244, 251, 253, 258, 260, 265, 268, 270-271, 352, 377-380, 409, 429-430, 748, 778, 830  
 -raffiniertes 377-378  
 -unraffiniertes 90, 97, 271, 378  
 Schilddrüse 143, 154, 158-159, 398, 434, 581, 790

- Schlaganfall 42, 54, 106, 111, 160, 358,  
366-367, 403, 466, 471, 474, 477, 479,  
481, 483, 491, 493-494, 503, 506-507,  
509-510, 514-515, 522, 571, 573-574,  
581, 613, 714-715, 767, 791, 806, 809,  
825, 827, 829, 834, 854
- Schmerzmittel 11, 23, 31, 46-48, 55, 80-82,  
116, 455, 474, 811, 845
- Schokolade 95, 100, 127, 139, 176, 331,  
346, 349, 505, 534, 561, 642, 645, 734-  
736, 740, 746, 763, 776, 823, 833
- Schulmedizin 22, 33, 59, 66, 283, 515, 654,  
803
- Schutzimpfung 661, 671-672, 685
- Seetang 388, 398
- Sellerie 246, 254, 262, 270, 355
- Sojabohnen 109, 247, 255, 263, 273, 333
- Sonne 166-167, 170, 172, 176, 188, 203,  
206, 214, 269, 356
- Sonnenlicht 431, 433-435, 438-440, 442,  
444-457, 459-463, 505, 617, 637, 639,  
647, 676, 708-709, 833
- Stressreaktion 16, 19-20, 77, 83, 85, 117,  
179, 511-512, 548, 620, 622, 785, 799,  
849
- Süchte 344, 346
- Surya Namaskar 212
- Süßstoffe 19, 56, 87, 91, 96, 110, 248-249,  
257, 264, 303, 331
- T**
- Tee 49-50, 56, 76, 85, 95-96, 100, 116, 147,  
175, 179, 219-220, 222, 243-244, 250,  
252, 288, 331-332, 349, 387, 389-390,  
393, 395, 399, 401-402
- Thrombose 825, 827, 840
- Tierische Proteine 279, 415, 476, 490-491,  
772
- Trockenbürsten 215, 274
- Tuberkulose 133, 203, 292, 391, 407, 434,  
562, 600, 605-606, 608-609, 613, 616,  
621, 623, 632, 636-639, 668
- U**
- Urinklistier 327
- UV-Licht 431, 433-437, 440, 443-448, 451,  
453-454, 459, 638
- V**
- Vata 142-144, 148-149, 151-152, 155, 158-  
159, 161-162, 172, 175-176, 183-185,  
187, 192-196, 199-202, 204-205, 209,  
215, 227, 229, 233, 241-245, 251, 259-  
260, 270, 299, 325-326, 352-353, 363,  
372, 379, 387, 415, 445, 539, 587, 642,  
705, 738, 746, 753-755, 776, 781  
-Typ 753, 781
- Vegetarier 271, 275, 279, 287, 290-293,  
298, 468, 472, 711, 833
- Verdauungstrakt 73, 129, 139, 142, 155,  
313, 321, 324, 382, 389
- Vitamin
- Vitamin C 86, 91, 95, 355, 357-360, 362,  
368, 388-389
- Vitamine 43, 122, 126, 220, 283, 303, 316,  
318, 329, 339, 356, 358, 365-366, 381,  
400, 403, 406, 408-409, 504, 537, 698,  
701-708, 710-711, 713-714, 716-718,  
721, 736, 741-742, 750, 761, 770-771,  
775, 784, 806-807
- Vitamin A 702-703, 706-707, 710, 770
- Vitamin B 704, 712
- Vitamin B1 358
- Vitamin B6 358, 366, 710-711
- Vitamin B12 45, 121, 708, 711, 713, 724,  
806
- Vitamin C 524, 701, 704, 712-716, 718,  
799
- Vitamin D 433, 444-445, 450-452, 461,  
511, 585, 639, 676, 704, 708-710,  
775, 833
- W**
- Wassereinlagerungen 84, 94, 153, 224, 839
- Wasserstoffperoxid 374, 376
- Wechseljahre 183, 205, 397, 487, 556, 830,  
836, 840
- Wein 77, 206, 288, 313
- Weizen 149, 216, 251, 263, 294, 333-335
- X**
- Xylitol 216, 249, 257, 381-382, 561, 592
- Y**
- Yoga 518, 559, 840
- Yucca 384-385
- Z**
- Zähne 119, 201, 239, 273, 282-283, 292,  
302, 304, 329, 340-342, 708, 750
- Zimt 244, 250, 258, 368-369, 585, 592
- Zirbeldrüse 166-168, 181, 462
- Zucker 43, 77, 82, 91, 96, 100, 110, 127,  
139, 167, 210, 216, 240, 248, 251, 257,  
259, 264, 289, 303, 331, 352, 365, 380-  
384, 411  
faffinierter 560-561, 717  
raffinierter 577





Andreas Moritz

[Zeitlose Geheimnisse der Gesundheit & Verjüngung - Gesamtausgabe](#)

Durchbruch-Medizin für das 21. Jahrhundert

Befreien Sie die natürlich Heilkraft, die in Ihnen schlummert!

768 Seiten, geb.  
erscheint 2017



Mehr Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise [www.narayana-verlag.de](http://www.narayana-verlag.de)