

DAS ENTGIFTUNGS- KONZEPT

Täglich sind wir einer Flut von Umweltgiften ausgesetzt. Vor diesen Umweltgiften können wir uns, selbst wenn wir uns noch so gut gesund ernähren und gutes Wasser trinken, nicht schützen. Bei vielen Menschen schafft es der Körper nicht mehr, ohne Unterstützung alle Gifte auszuscheiden. Er ist überlastet und wird infolge der Toxin-Belastung viel schneller krank. Deshalb ist es sinnvoll regelmäßig eine Entgiftungskur durchzuführen um den Giften ihr Potential zu nehmen (Wichtig ist zu wissen, **dass alle Partikel, die nicht in den Körper gehören, für diesen toxisch sind**, auch wenn sie außerhalb des Körpers als harmlos gelten).

Wer bereits an einer chronischen Krankheit leidet, kann mit einer Entgiftung die Chancen auf eine Heilung der Krankheit oder wenigstens auf eine Besserung der Beschwerden deutlich erhöhen. Gerade bei chronischen kranken Menschen, kann davon ausgegangen werden, dass eine toxische Belastung vorliegt. Eine Entgiftung ist überdies sinnvoll, wenn ein Kinderwunsch besteht und man seinem Baby den bestmöglichen Start ins Leben bieten möchte. Denn wenn die Mutter mit Schwermetallen, Umweltgiften, Wohngiften etc. belastet ist, dann leidet natürlich auch das ungeborene Kind darunter.

Dieses Entgiftungskonzept mit Naturstoffen ist das Ergebnis jahrelanger Forschungen und kann von jedermann angewendet werden.

**Vertrauen Sie sich und Ihrem Körper,
die Selbstheilungskräfte sind nie weg gewesen,
sie waren immer da und werden immer da sein.**

Der Überblick auf diesen Seiten kann Ihnen als Leitfaden auf Ihrem Weg dienen!

Viel Spaß und Erfolg wünscht Ihnen,
Ihr Team von www.selbstheilung-online.com





1. SCHRITT



2. SCHRITT



3. SCHRITT

DIE BASISENTGIFTUNG

1. SCHRITT: DIE TIEFENATMUNG – DIE RICHTIGE ATEMTECHNIK KANN HEILEN

Je besser die Zellen mit Sauerstoff versorgt sind, desto effektiver ist der Abtransport von Giftstoffen und umso stärker und gesünder fühlen wir uns, sowohl körperlich als auch geistig. Gerade in einem stressigen Alltag kann der richtige Atemrhythmus zu einer verbesserten Energieversorgung und einer widerstandsfähigeren Gesundheit führen. Starten Sie am besten gleich heute mit der richtigen Atemtechnik!

Bei allen Gelegenheiten, die keine Konzentration erfordern, bewusst tiefe Bauchatmung durchführen, um das Bindegewebe optimal mit Sauerstoff zu füllen (Gewährleistung der Mikrozirkulation zwischen den Zellen).

2. SCHRITT: DAS KÖRPERWASSER WIEDER TRANSPORTFÄHIG MACHEN

Ohne Wasser kann nichts entstehen, nichts wachsen, nicht gedeihen. Die Menge der Aufgaben, die Wasser erfüllt, ist unendlich, und so ist Wasser der Treibstoff des Lebens. Wasser hat einen ganz besonderen Stellenwert. Es durchdringt jede unserer Körperzellen und ermöglicht erst die Kommunikation der unterschiedlichen Zellverbände. Wasser regelt alle Funktionen des Organismus, Wasser ist aber auch für unser Bewusstsein verantwortlich und macht unsere Denkvorgänge, Gefühle und Stimmungslagen erst möglich. Es ist der Träger aller körperlichen und geistigen Funktionen.

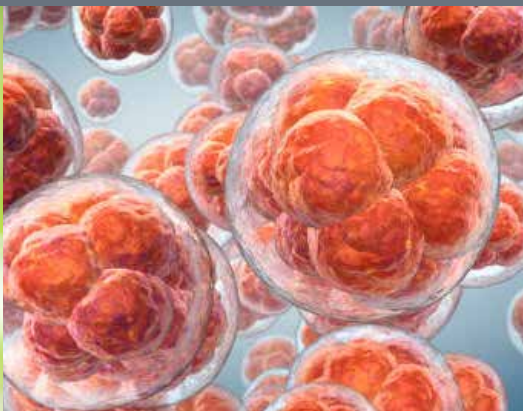
Chemisch betrachtet wirkt Wasser als Lösungs-, Transport-, und Reinigungsmittel. Darüber hinaus unterstützt es die Ausscheidung von Giftstoffen. Dieses vertraute und doch so rätselhafte Element kann aber noch viel mehr. Durch seine ganz besondere physikalische Struktur als „flüssiger Kristall“ kann es Frequenzmuster anderer Stoffe aufnehmen, speichern und weitergeben. Wasser reagiert wie eine sensible Antenne auf alles aus seinem Umfeld. Ursache vieler chronischer Erkrankungen in der Austrocknung des Körpers. Um seine Aufgaben im Körper erfüllen zu können, ist nicht nur die Wassermenge, die man täglich trinken soll wichtig, sondern auch die Wasserqualität. Es gilt, eine [hohe elektrische Leitfähigkeit](#) wieder herzustellen!

Um das Körperwasser wieder transportfähig zu machen, sollte man:

- **Mindestens 2 Liter gutes (gefiltertes), stilles Wasser (Quellwasser) am Tag trinken.**
- **Das Wasser, wenn möglich, hexagonal verwirbeln (z.B. mit dem [Hexagonwasser® Wirbler von Cellavita](#))**
- **Evtl. dieses Wasser mit der akustischen Information nach H.-J. Kempe informieren (Siehe: [Kurzvideo](#) & [Video mit Magister Prof. Dr. M. Vogt](#))**



4. SCHRITT



5. SCHRITT



6. SCHRITT

3. SCHRITT: DAS KÖRPERWASSER ENTSÄUERN

Säuren sind einer der Hauptgründe für sämtliche Krankheiten und Entzündungsprozesse im Körper. Das Ausleiten von Säuren und Schlacken hat somit oberste Priorität für eine Gesundheit des Körpers. Wir leiten die Säuren und Schlacken mittels basen-überschüssiger Ernährungsweise und natürlichem Calcium aus. Hierzu bedienen wir uns der [Sango-Koralle](#), der [Lithothamnium-Alge](#) oder dem Kombiprodukt aus beiden natürlichen Calcium-Quellen, [Calcium Natur](#). Der große Vorteil ist die gleichzeitige Remineralisierung der Knochen und aller Organe, denen Calcium entzogen wurden.

Das wichtige Video dazu: [Natürliches Calcium](#)

- **Kontrolle durch den pH-Wert Urinstreifen, der zwingend 1x am Tag den pH-Wert von 7,0 bis 7,4 anzeigen muss (tiefe Blaufärbung).**
- **Die Dauerindikation wäre 1 bis 2 TI/Tag in 1 Glas Wasser gerührt. Maßgeblich für die tägliche Menge ist die unabdingbare Vorgabe durch die Kontrolle des PH-Wertes.**
- **Ist der Remineralisierungs-Bedarf hoch, d. h. das Calcium-Depot des Körpers leer (z. B. bei Osteoporose), kann der Bedarf kurzzeitig bei 4 bis 5 TI/Tag liegen. Die Menge bestimmt der individuelle Körper selbst.**

4. SCHRITT: SCHADSTOFFPARTIKEL AUS DEM BINDEGEWEBE ENTFERNEN

Das Naturmineral [Zeolith](#) saugt die umherirrenden Körper-Fremdstoffe (auch Bakterien, deren toxische Ausscheidungen und Pilze) in seine Hohlräume. Beides wird dann ausgeschieden. Das wichtige Video dazu: [Natur-Zeolith](#)

Die Partikel der mikrofein gemahlene [Chlorella-Alge](#) verkleben sich unlösbar mit umherirrenden Metall-Partikeln, mit Pestizidresten und mit Schadstoffen wie Dioxin usw. und werden ausgeschieden.

Um den Abtransport optimal zu gewährleisten, ist [Zink](#) unabdingbar wichtig. Jedes Abtransport-Molekül hat mehrere Plätze, wobei das Zink der „Taxifahrer“ ist. Ohne Zink bewegt sich nichts nach draußen (Das Cellavita-Zinkcitrat ist je Kapsel in 391 mg gemahlenem Koriander eingebettet. Dadurch wird zusätzlich eine sanfte Entgiftung angestoßen).

- **Zeolith – 1 gehäufte Teelöffel in Wasser eingerührt, direkt nach dem Aufstehen auf nüchternen Magen, damit es optimal seine Wirkung entfalten kann.**
- **Chlorella – für eine Entgiftungskur 3 mal 10 Tabs über den Tag verteilt, bei einer Dauer von 4 bis 6 Wochen, mit einem Glas Wasser zu sich nehmen.**
- **Zink-Selen – täglich 1 bis 2 Kapseln mit einem Glas Wasser zu sich nehmen.**

5. SCHRITT: INTRAZELLULARE ENTGIFTUNG DURCH ORGANISCHEN SCHWEFEL (MSM)

Das NO-Gas, das „Kampfgas“ in den Zellen muss optimal gebildet werden, welches alle Eindringlinge abtötet. Dazu braucht es das Entgiftungsmolekül Glutathion. Dieser Vorgang wird durch [organischen Schwefel \(MSM\)](#) in Gang gesetzt, dieser ist jedoch in den Nahrungsmitteln heutzutage nur noch bedingt enthalten – wir müssen ihn zuführen. Organischer Schwefel (MSM) ist Ausgangssubstanz für die Bildung schwefelhaltiger Aminosäuren. Von ungeheurer Wichtigkeit ist hier die Bildung von Glutathion. Der Glutathion-Spiegel innerhalb der Zelle, ist ein quantitatives Maß für die Gesundheit und den Alterungszustand von Körperzellen. Das wichtige Video dazu: [Organischer Schwefel](#)

- **Wir empfehlen 1 bis 3 TL/Tag in ein Glas Wasser gerührt. MSM schmeckt leicht bitter und kann auch in Säfte eingerührt werden. MSM gilt als vollkommen nebenwirkungsfrei und „nebenbei“ ist es wohl das wirksamste bekannte natürliche Schmerzmittel.**
- **Cellavita bietet neben dem „normalen“ [MSM](#) auch [MSM Plus](#) an. Hier werden die herausragenden Eigenschaften des organischen Schwefels nochmals gesteigert durch die Zugabe von Bärlauch. Bärlauch gilt als entzündungshemmend, krampflösend, eine erkrankte Darmflora heilend, Dampilze tötend, gefäßerweiternd/durchblutungsfördernd und krampflösend.**

6. SCHRITT: DARMENTGIFTUNG UND REGENERATION DER RISSIGEN DARMSCHLEIMHAUT

Das alte, von der Wissenschaft so belächelte „Bauchhirn“ hat einen wissenschaftlichen Namen bekommen: Es heißt jetzt ENS, „Enterisches Nervensystem“ oder „Darmwand-Nervensystem“. Es besitzt etwa 100 Millionen Nervenzellen.

Die Darmschleimhaut, welche unter normalen Umständen eine extrem dicke Schutzschicht darstellt, entzündet sich und dünnt immer mehr aus, wobei die Poren der Schleimhaut sich zum Gewebe hin öffnen. Jetzt dringen Partikel von Kot, Eiweiß und Giftstoffen ins Gewebe und werden vom Blut in den ganzen Körper transportiert – bis hoch in das Gehirn mit den entsprechenden fatalen Auswirkungen. Die Oberfläche unseres Darmsystems besitzt eine Größe von ca.300 bis 500 m² (das entspricht einer Größe von ungefähr ein bis zwei Tennisplätzen), die Oberfläche der Haut dagegen nur ca.1,5 bis 2,0 m². Wenn man nun bedenkt wie wir täglich diese 1,5 bis 2,0 m² pflegen und waschen, unserem Darmsystem mit einer über 200mal größeren Oberfläche kaum Beachtung schenken, dann merken wir, dass wir aktiv etwas unternehmen müssen.

Hier der wichtige Aufsatz des Schulmediziners Dr. med. Jürgen Becher: [Leaky Gut, Mutter aller Krankheiten](#)
Das wichtige Video dazu: [Effektive Mikroorganismen](#)

Wir beginnen mit:

- **einer massiven Kur mit rechtsdrehender Milchsäure über eine Zeitspanne von ca. 4 Wochen,**
- **dazu ergänzend einer 8 bis 10 wöchigen Weihrauch bzw. Weihrauch-Myrrhe-Kur**
- **und, erst nach der etwa 4-wöchigen Milchsäure-Kur, dem zufügen von Effektiven Mikroorganismen, welche die Darmflora wieder besiedeln.**

Ergänzt werden sollte die Kur mit:

- **möglichst wenig Backwaren,**
- **möglichst wenig Zucker,**
- **möglichst keine Fleisch- bzw. keine Fleischprodukte, einer basenüberschüssigen Ernährung, viel sauberem (gefiltertem), stillem Wasser.**

DIE SYSTEMATIK DES ENTGIFTENS

Videos mit Magister Prof. Dr. Michael Vogt:

[Ich entgifte mich – Praxisprojekt effektive Körperentgiftung Teil 1](#)

[Ich entgifte mich – Praxisprojekt effektive Körperentgiftung Teil 2](#)

[Biologische Krebsvorsorge & Krebstherapie I: Linus Pauling und Vitamin C](#)

[Biologische Krebsvorsorge & Krebstherapie II: Reishi, der „König der Heilpilze“, Kurkuma Jiaogulan
Krankheitsentstehung & Weg der Heilung: die Hexagonwasser®-Therapie](#)

AUFBAUWIRKSTOFFE FÜR DIE EINZELNEN SCHRITTE

Um eine optimale Wirkung zu erzielen ist es vorteilhaft, verschiedene Wirkstoffe zu kombinieren bzw. zu ergänzen, getreu dem Motto „besser im Team“. Dazu zählen:

MAGNESIUM

Die Energiegewinnung in unserem Körper kann nur bei bestimmten Magnesium-Konzentrationen im Innern der Zelle erfolgen. Dort, im Zytoplasma werden die Weichen gestellt für den Aufbau von Proteinen, Hormonen, Antikörpern, Botenstoffe (Neurotransmitter) und Nukleinsäuren (DNS/RNS). Alles, was mit Energie Erzeugung und Energie Verbrauch zu tun hat, braucht Magnesium innerhalb der Zelle. Fehlt der eine Stoff Magnesium, sinkt das Energie Niveau des Organismus und je nach Disposition treten Symptome auf, die als „Krankheit“ oder als Energielosigkeit in vielen Formen wahrgenommen werden. Das wichtige Video dazu: [Heilmittel der Natur - Magnesium](#)

ECHTES VITAMIN C (KEINE ASCORBINSÄURE!)

Der menschliche Körper kann Vitamin C selbst nicht produzieren, es muss von außen zugeführt werden. Vitamin C ist das effektivste wasserlösliche Antioxidans und eines der wichtigsten Antioxidantien überhaupt, womit es eine wesentliche Komponente des direkten Zellschutzes verkörpert. Darüber hinaus verbessert Vitamin C die Eisenaufnahme im Dünndarm und bindet Schwermetalle wie Blei, Cadmium, Nickel, spielt also beim Thema Entgiftung eine ganz wichtige Rolle. Der wichtigste Zusammenspieler von Vitamin C ist OPC.

OPC

OPC bietet eine solche Bandbreite an positiven Eigenschaften, wie es in der Fülle selten bei einem Naturstoff der Fall ist. Angefangen als Wirkverstärker von natürlichem Vitamin C, als Unterstützer des Immunsystems, bis hin zu einem natürlichen Anti-Aging Effekt, weil es die Haut glatt und geschmeidig macht. Des Weiteren hilft OPC Allergien, Falten, Probleme mit den Blutgefäßen, schlechten Augen, PMS und Chronische Entzündungen zu lösen. Im Traubenkern- & Pinienrindenextrakt steckt OPC und damit ein ungeheures Heilpotential. OPC ist ein antioxidativ wirksamer Pflanzenstoff und gleichzeitig Spezialist für ganz bestimmte Körperbereiche. OPC wirkt insbesondere auf die Haut, die Augen, das Immunsystem und sogar auf den Hormonhaushalt.

VITAMIN D3 MIT K2

Sonnenschein ist die natürliche Quelle von Vitamin D3. Wie aktuelle wissenschaftliche Untersuchungen zeigen, gibt es einen eklatanten Mangel an Vitamin D3 bei den meisten Menschen. Er kann durch Zuführung von natürlichem Vitamin D3 ausgeglichen werden. Mögliche Folgen von Vitamin D3-Mangel: Niedergeschlagenheit, Depression, Fettleibigkeit,

Diabetes, Schuppenflechte, Rachitis, Multiple Sklerose und Osteoporose. Ebenso kann Krebs eine Mangelfolge sein, insbesondere Brustkrebs und Darmkrebs. Nicht zu vergessen ist der wichtigste Teamplayer von Vitamin D3, das Vitamin K2. Beide sollten nur im Verbund eingenommen werden.

VITAMIN - B KOMPLEX

Ein Mangel an den wichtigen Vitaminen begünstigt zum Beispiel Herz-Kreislauf-Erkrankungen sowie Depressionen. Vor allem vegetarisch- bzw. sich vegan ernährende Menschen leiden ebenso oft an einem Vitamin B-Mangel. B-Vitamine gelten gerade bei erhöhter psychischer Belastung als sehr sinnvoll. Darüber hinaus unterstützt der B-Komplex das Körpersystem Gedächtnis- & Konzentrationsstörungen, chronischem Stress, Depressiven Verstimmungen, Schlafstörungen, Müdigkeit, Ermüdung, Kreislauf-Problemen und Haarausfall.

ZUSATZSTOFFE BEI KREBS, TUMOREN & INNEREN ENTZÜNDUNGEN

Es gibt viele erfolgreiche Naturstoffe bei der Krebsprophylaxe bzw. bei aktivem Krebs-geschehen und bei allen inneren Entzündungen, sie sind alle bestens Erforscht.

CURCUMA

Curcuma ist zur Zeit gegen Krebs die genauesten und umfangreichste wissenschaftlich dokumentierte biologische Waffe: Curcuma hemmt alle inneren und äußeren Signal- und Stimulationswege von Krebszellen. Da jeder gesunde Mensch ca. 10.000 Krebszellen in sich hat, lohnt sich eine 3-Monatskur auf jeden Fall! Curcuma aktiviert in hohem Maße die mitochondriale Zellatmung, stimuliert in hohem Maße das Immunsystem, reduziert Entzündungsprozesse, löst innere Entzündungsherde auf. Es wirkt deshalb antientzündlich und antioxidativ, verbessert die äußere Wundheilung, wirkt gegen pathologische Mikroben, hat antivirale und antimykotische Wirkung und stoppt den vermehrten Zellteilungszyklus. Das wichtige Video dazu: [Curcuma](#)

LING ZHI / REISHI

Ling Zhi / Reishi gilt als älteste, effektive Heildrogeder bekannten Menschheitsgeschichte. Die Inhaltsstoffe von Ling Zhi wirken als Adaptogene direkt auf das Immunsystem, um die körpereigenen Abwehrkräfte zu optimieren. Dadurch werden diese in Höchstleistung gebracht, um schädigende Angriffe abzuwehren.

Es wirkt der Einlagerung von Zell-Müll-Produkten in den Körperzellen entgegen, dem so genannten Lipofuszin und spielt somit bei der Entgiftung und Ausleitung von Giften eine wichtige Rolle. Entzündungen können auch den gesündesten Menschen befallen. Oft nimmt man diese lokalen Störungen nicht ernst oder ignoriert sie. Wenn diese chronisch zu werden drohen, ist höchste Aufmerksamkeit notwendig: Adaptogene, wie sie in Jiaogulan und in Ling Zhi reichlich sind, können rechtzeitig Abhilfe schaffen. Insgesamt sollte man sich – auch als kerngesunder Mensch – mit Entstehung und Folge von Entzündungen beschäftigen.

JIAOGULAN

Jiaogulan, das chinesische Kraut zählt zu den Superadaptogenen, es wirkt antioxidativ und tumorhemmend. In alten Schriften lesen wir es übersetzt so viel wie „Kraut der Unsterblichkeit“) genannt. Jiaogulan wirkt Stressmindernd, beruhigend auf strapazierte Nerven, ohne müde zu machen, bei Schlafstörungen, Nerven stärkend, anregend und reaktionsfördernd (Sport, Arbeit, Schule). Es verkürzt die Regenerationszeit nach Anstrengung, senkt Blutfette und Blutzucker, Cholesterin und Triglyceride. Jiaogulan reguliert den Blutdruck – senkt zu hohen und hebt zu niedrigen Blutdruck, beugt Thrombose, Schlaganfall und Herzinfarkt vor. Das Heilkraut stärkt das Herz, die Pumpleistung und die allgemeine Durchblutung, verbessert und unterstützt die Leber. Zwei wichtige Videos dazu: Das [Kraut Jiaogulan Video 1](#) & [Jiaogulan Video 2](#).

DIE DRITTE EBENE DER SELBSTTHEILUNG

ENERGIEMEDIZINISCHE GERÄTE

Es gibt inzwischen eine Vielzahl an frei verkäuflichen medizinischen Geräten, doch nur wenige halten unseres Erachtens das, was ihre Hersteller versprechen. Nach vielen Rückmeldungen und Testungen haben es 2 Geräte geschafft uns zu überzeugen:

1. Heilen mit Licht – der [Repuls-4 Tiefenstrahler](#) der [Repuls-Lichttechnologie](#)



Der Repuls-4 Tiefenstrahler ist ein HOME-GERÄT und als Medizinprodukt für jedermann europaweit zugelassen, das heißt, dass seine Anwendung frei von unerwünschten Nebenwirkungen ist! Seine Basis ist das erfolgreiche REPULS-Wirkprinzip. Es wirkt energetisch auf Chakren und Meridiane und aktiviert somit das körpereigene Lichtsystem. Das Wirkprinzip ist somit nicht auf lokale Anwendung beschränkt. Der Körperstrom wird angeregt, der dann mit neuer Kraft in jede Zelle dringt. Somit werden die Mitochondrien der Zellen mit Licht gefüllt (ATP-Energie) und wirkt auf die energetische Verursachungsebene, welche der Körperchemie vorgelagert ist.

2. Heilen mit akustischer Information – Das [Geno62](#) nach H.-J. Kempe



Das Geno62-Sonic ist ein biophysikalisches Instrument, welches durch Akustik-Informationen mittels Kopfhörer und Ultraschallpads den gesunden Organismus befähigt, Anomalitäten im Körper (medizinisch als Krankheiten deklariert) zu sehen. Hat der gesunde Organismus durch das Geno62-Sonic eine Anomalität (Baustelle) im Körper gesehen, beginnt er eigenständig, mit der ihm zur Verfügung stehenden Energie, diese zu Beseitigen.

DIE VIERTE EBENE DER SELBSTTHEILUNG

ELEKTROMAGNETISCHE ENTGIFTUNG DURCH DIE URFELD-BALANCE®



Immer mehr Einflüsse von „außen“ wirken auf unseren Körper ein. Nicht nur über schlechte und leere Nahrungsmittel wird unser Organismus geschwächt, sondern zunehmend über Elektromog in Form von WLAN, Mikrowelle, E-Herd usw. Sie alle erzeugen Strahlungen, deren Auswirkungen auf unseren Organismus noch lange nicht erforscht sind, von daher besteht Handlungsbedarf, jeder ist sich hier selbst überlassen und aufgerufen selbst aktiv zu werden. [URFELD-BALANCE](#) – Produkte bieten die Möglichkeit hier etwas zu tun. Hier finden Sie [ausführliche Berichte](#) über Untersuchungen mit dem Dunkelfeldmikroskop in Verbindung mit Urfeld-Balance-Produkten.

Darüber hinaus bietet das IFUR-Institut direkten Kontakt bei Fragen:

Ansprechpartner ist Herr Wolfgang Kühl, Mo-Fr. von 11-12 Uhr - +49 (0)7225 989 354 5, kontakt@ifur-institut.de

UWEITERFÜHRENDE INFORMATIONEN

- Wer sein Wissen über Wirkstoffe und deren Wirkweisen weiter vertiefen möchte, findet [hier](#) Kurztexte und Einnahmempfehlungen für Cellavita-Produkte.
- Wer wissen möchte was uns wirklich hilft, findet [hier](#) weitere Informationen
- Wer sich gerne weiterführende Informationen bei Youtube ansehen möchte, der kann auf dem Youtube-Kanal von [Walter Häge](#) fündig werden oder auf dem Youtube – Kanal von [selbstheilung-online.com](#).

BUCHEMPFEHLUNGEN

Wer noch tiefer in die Thematik Entgiftung, Heilen mit Licht oder Selbstheilung eintauchen möchte, dem seien die **Bücher von Walter Häge** wärmstens empfohlen. [Hier](#) geht es direkt zum Verlag.

Weitere Erhellende Bücher rund um das Thema Gesundheit finden Sie [hier](#).



Und zum Schluss noch die preisgünstige [Einhandrute von Geobionic](#) zum selber austesten.

DAS LEBEN
IN DIE EIGENE
VERANTWORTUNG
NEHMEN

www.selbstheilung-online.com

Werden Sie kostenfrei Mitglied unserer Selbsthilfegruppe, dann sind Sie an das Netzwerk angeschlossen