

keine Zeitung; schauen Sie nicht fern und hören Sie keine Streitgespräche. Kauen Sie gründlich und gönnen Sie sich die Zeit um zu genießen und zu entspannen.

Trinken Sie während des Essens keine kalten Getränke. Warmes Wasser bzw. Ingwerwasser unterstützt die Verdauung. Essen Sie kein Speiseeis als Nachspeise. Dies würde den Verdauungsprozess stören.

Nehmen Sie nach 19.00 Uhr abends keine schweren Mahlzeiten mehr zu sich (leichte Suppen sind erlaubt).

Süße, gelbe Nahrungsmittel aktivieren die Verdauungsenergien von Magen, Milz und Bauchspeicheldrüse.

Enzyme (Ananas, Papaya), Kümmel, Fenchel, Galant, Asafoetida etc. machen Nahrungsmittel verdaubarer; Aloe-Gel beruhigt den Magen.

Achten Sie auf eine regelmäßige Ausscheidung der Abfallstoffe aus dem Körper durch täglichen, morgendlichen Stuhlgang und balancierte Wasserausscheidungen.

□ Nieren- und Unterleibsregion

Bei Schmerzen und Zyklusstörungen (Frauen) lassen Sie sich von Ihrem Arzt bzw. Heilpraktiker gründlich untersuchen.

Frauen: Achten Sie auf eine regelmäßige, monatliche Menstruation, da diese die physische und psychische Giftausscheidung aus Ihrem Körper unterstützt.

Achten Sie auf harmonische Beziehungen und einen energetisch gesunden Umgang mit Ihrem Sexualpartner.

Pflegen Sie Sex nur mit einem Partner, zu dem Sie auch eine echte emotionale Bindung fühlen, da sonst ein negativer Rückkopplungseffekt über die astrale Nabelschnur erzeugt werden kann.

Im Falle von Krankheiten und geschwächter Lebensenergie sollte vorübergehend auf Sex verzichtet werden, da durch den Samenerguss zuviel kostbare Lebensenergie verloren geht.

Achten Sie auf eine naturbelassene, hochenergetische Ernährung. Milch und Milchprodukte (Vorzugsmilch von einer gesunden Kuh), ayurvedisches Butterschmalz (Ghee), Mandeln, Marzipan, Nüsse, Spargel, Süßholz, Safran, Zucker aus Zuckerrohr und Honig ernähren die Fortpflanzungsorgane und stärken die Sexualkraft.

Kräftigen Sie die Nieren und Unterleibsorgane mit einer harmonisierenden Chromalive® Farb- und Reflexzonentherapie.

Nieren: Achten Sie auf ausreichende Flüssigkeitszufuhr und Wasserausscheidungen.

Trinken Sie naturbelassenes, energieaktiviertes Wasser (z. B. energieangereichert mit dem Wekroma-Wasserfilter, Gie-Wasser etc.).

Verzichten Sie auf Kohlensäure, da diese Ihr System übersäuert. Ein saures Milieu ist die Grundlage für zahlreiche Probleme und Krankheiten.

Farbbestrahlungen und mit harmonisierender Musik behandeltes Wasser (siehe die Wasserkristallbilder von Emoto) energetisieren Ihr Gewebewasser (der Mensch besteht aus über 70 % Wasser) und reinigen Ihren Emotionalkörper von negativen Gefühlen.

□ Narben

Narben können hervorgerufen werden durch Verletzungen (Unfall), Entzündungen, Operationen oder Piercings. Narben können Ihr Energiesystem und die Meridianenergetik blockieren, was im Laufe der Zeit zu physischen und psychischen Störungen führen kann. Hier wird empfohlen, eine Narbenentstörung vorzunehmen. Dies kann über spezielle Narbencremes, Farblichtanwendung, Akupunktur, Quaddeln etc. geschehen. Lassen Sie sich dafür von einem qualifizierten Therapeuten beraten.

□ Piercings

Piercings haben einen ähnlichen Effekt wie Narben. Oftmals bestehen sie auch noch aus unverträglichen Materialien wie Nickel oder Edelsteinen, die zu Allergien führen können. Sie können den Energiefluss im feinstofflichen Körper empfindlich stören und zu physischen und psychischen Krankheiten führen. Besonders wenn die Piercings auf Akupunkturpunkten liegen, können sie negative Auswirkungen haben.

Piercings im Bereich des Bauchnabels, der Vagina, der Brustwarzen, Ohren wie auch der Zunge (Herzzone) können sich - laut der chinesischen Medizin - besonders negativ auf das Energiesystem auswirken. Durch Reibungen können auch Entzündungen entstehen, die wiederum Störfelder und Narben auf Akupunkturpunkten und Reflexzonen hinterlassen können.

□ Tattoos

Heutzutage sind Tattoos bei vielen Menschen sehr beliebt. Diese sind für das Energiesystem jedoch nicht immer zuträglich. Die Tätowierfarben können Vergiftungserscheinungen hervorrufen und die Narben und Entzündungen können die Reflexzonenenergetik stören. Negativ besetzte Symbole und Motive wie z. B. hässliche Fratzen, Totenköpfe etc. können im Resonanzsystem des Energiekörpers Störungen hervorrufen.



Energetische Schutztechniken zur Harmonisierung von Körper, Geist und Seele

Die Energiemessungen mit dem Biopulsar-Reflexograph® Biofeedback-System geben Hinweise auf Potentiale, Dispositionen und Blockaden Ihres Energiekörpers.

In diesem Faltblatt finden Sie Tipps und Empfehlungen zur Erhaltung Ihrer Gesundheit und Ihres Wohlbefindens.

Bei Verdacht auf Krankheit bzw. im Falle von Schmerzen sollten Sie umgehend Ihren Arzt bzw. Heilpraktiker aufsuchen!

□ Gehirn

Bei Depression, Niedergeschlagenheit, Konzentrationsmangel, Vergesslichkeit, Schwindel, Kopfschmerzen etc. wird Folgendes empfohlen:

Gehen Sie zu einem Arzt/Psychologen/Heilpraktiker und lassen Sie sich gründlich untersuchen.

Üben Sie in jeder Minute positives Denken! Bleiben Sie dabei mit Ihren Gedanken im „Hier und Jetzt“.

Grübeln Sie nicht über eine negative Zukunft oder was Ihnen Negatives widerfahren könnte.

Schützen Sie sich vor negativen Energien anderer Menschen und vermeiden Sie negative Nachrichten der Fernsehsendungen (Nachrichten), der Tageszeitungen und Magazine, die nur Angst verbreiten und Lebenskraft rauben. Lesen Sie stattdessen ein gutes Buch, das Sie fröhlich stimmt und Kraft gibt.

Erhöhen Sie Ihre Gehirnenergie durch Meditation oder schaffen Sie regelmäßig eine geistige Verbindung zu einer höheren positiven Macht (Gebete zu Gott, Engel etc.).

Yoga, Mantra-Singen (heilende Laute wie z. B. AUM) und die tägliche Visualisation einer goldenen Aura um den Körper bauen eine Schutzaura auf, die Sie den ganzen Tag vor Angriffen schützen kann.

Visualisieren Sie positive, entspannende Bilder wie z. B. Sie stellen sich unter einen Wasserfall und lassen alle Sorgen aus sich herausfließen.

Zur Steigerung Ihrer Gehirnleistung können Sie sich mit dem Chromalive® Farblichttherapiestift die hochfrequente Farbe Magenta in die Gehirnreflexzonen einmassieren.

Essen Sie biologische und frische Nahrungsmittel, die viel Lichtenergie (ayurvedisch: sattvic) enthalten (z. B. Linsen, Reis und die meisten sonnengereiften Gemüse- und Obstsorten). Fleisch ist energetisch niederfrequenter und dunkler und sollte spärlich gegessen oder gemieden werden. Die Lichtenergie der Nahrungsmittel geht in Ihren Energiekörper über und versorgt die Organe und das Bewusstsein mit Lebenskraft.

Vermeiden Sie Nahrungsmittel, die denaturiert sind und in der Mikrowelle zubereitet wurden (siehe ayurvedische Ernährung oder 5-Elemente-Küche).

Safran, 2-3 Mandeln und Honig sollte auf Ihrem täglichen Speiseplan sein. Sie erhöhen die Leistungskraft des Gehirns.

Gehen Sie in die gesunde Natur, umarmen Sie einen Baum und lassen Sie die positive Kraft des Baumes in sich hineinfließen.

Vernebeln Sie Ihr Gehirn und Ihr Bewusstsein nicht durch Rauchen und andere Drogen.

□ Ohren

Gehen Sie zum Ohrenarzt und lassen Sie Ihr Gehör gründlich prüfen.

Benutzen Sie Ihr Handy so wenig wie möglich. Schalten Sie es aus, wenn Sie es nicht brauchen.

Benutzen Sie keine schnurlosen Telefone (DECT).

Wenden Sie Spezial-Chips zum Abwehren von schädlichen Strahlen auf Ihrem Handy oder DECT-Telefon an.

Benutzen Sie keine wireless LAN in Ihrem PC oder andere Funktechnologie in Ihrem Haus.

Schirmen Sie Ihr Bett vor Elektromog ab, z. B. indem Sie einen strahlungssicheren Baldachin über Ihrem Schlafplatz aufstellen (z. B. Material von Aronia oder Swiss Shield).

Zur Erhöhung Ihrer Lebenskraft hören Sie positive Lieder und harmonische Musik.

Vermeiden Sie Negativität und Kritik in Ihrem Umfeld.

Prüfen Sie, ob ein Ring auf der Reflexzone des Ohres (am Ringfinger) nicht zu eng sitzt und diese energetisch blockiert.

□ Augen

Entspannen Sie die Augenregion mit der Chromalive® Farblichtbehandlung.

Machen Sie regelmäßig Augenübungen zum Entspannen.

Überreizen Sie Ihre Augen nicht mit zu viel Bildschirmarbeit oder Fernsehen.

Achten Sie auf ausreichend Schlaf.

Schauen Sie sich schöne und harmonische Dinge an, die das Auge erfreuen.

□ Mund

Lassen Sie Ihre Zähne regelmäßig beim Zahnarzt prüfen.

Vermeiden Sie Amalgam oder verschiedene Zahnmaterialien in Ihrem Mund (diese können einen Strom erzeugen und die Nerven überreizen!).

Teilen Sie Ihre Sorgen und Probleme mit Ihren Freunden. Das Hinunterschlucken von Ärger kann Verdauungsprobleme und Krankheiten erzeugen.

□ Nase

Sie haben die Nase buchstäblich voll: Lassen Sie die aufgestaute Negativenergie ab, indem Sie Ihren Ärger einem guten Freund kommunizieren.

Verschleimung: Vermeiden Sie schleimbildende Lebensmittel wie z. B. Milch und Milchprodukte.

Nehmen Sie vermehrt Vitamin C, Knoblauch, Ingwer (Tee) und Meerrettich ein (wirkt entschleimend).

□ Schulter- Halsregion

Machen Sie jeden Tag Lockerungsübungen und bewegen Sie Ihren Kopf und die Schulterpartie langsam in alle Richtungen. Beachten Sie dabei, dass Sie sich nicht überdehnen.

Gönnen Sie sich eine Wellness-Massage.

Achten Sie darauf, dass Sie nicht zu viele Probleme und auch Probleme anderer Menschen auf Ihren Schultern abladen.

□ Brust-, Herz-, Lungenregion

Bei Schmerzen, Atemnot, Kreislaufproblemen oder Schwindel lassen Sie sich von Ihrem Arzt bzw. Heilpraktiker gründlich untersuchen.

Machen Sie regelmäßig leichte Körperübungen, z. B. Yoga und atmen Sie richtig bis in den Bauch hinein. Fühlen Sie, wie durch den Atemzug die Lebenskraft in Ihr Innerstes fließt.

Nehmen Sie sich die Probleme des Lebens nicht allzu sehr zu Herzen! Bleiben Sie locker und entspannt und visualisieren Sie eine positive Zukunft.

Treffen Sie sich mit Freunden und unternehmen Sie etwas gemeinsam. Dies aktiviert die Herzensenergie und bringt Freude in Ihr Leben.

Wenn Sie einsam sind können Sie sich auch ein Haustier zulegen.

Achten Sie auf eine ausgewogene, naturbelassene leichte Nahrung, die Sie nicht verschleimt.

Aktivieren Sie die Lungenenergetik mit weißen und scharfen, erwärmenden Nahrungsmitteln z. B. Reis, Ingwertee, Pfeffer, Chili, Meerrettich.

Aktivieren Sie die Herzenergetik mit roten und bitteren Nahrungsmitteln.

Achten Sie auf einen ausgeglichenen Säure-/Basenhaushalt.

□ Bauch- und Verdauungsregion

Bei Schmerzen und Verdauungsstörungen lassen Sie sich von Ihrem Arzt bzw. Heilpraktiker gründlich untersuchen.

Bei Übersäuerung des Magens und saurem Aufstoßen nehmen Sie Bullrich-Salz oder säureneutralisierende, basische Mittel.

Achten Sie auf eine ausgewogene, naturbelassene, leicht verdauliche, basische Nahrung (keine schweren, blähende Salate oder Rohkost, kein Fleisch, kein Weißmehl, keinen Industriezucker).

Essen Sie moderate Portionen.

Nehmen Sie regelmäßige Mahlzeiten zu sich, essen Sie mindestens 1 x am Tag warm.

Essen Sie in ruhiger, stressfreier Atmosphäre; lesen Sie dabei