

Indische Flohsamen-Schalen-Kur in Kombination mit Zeolith-Entgiftung



Einleitendes:

wer gelegentlich mit Verstopfung, Durchfall oder Blähungen zu tun gehabt hatte, wer sich schlapp fühlte oder des Öfteren mit Pilz-Infektionen im Darm, auf der Haut oder im Mundraum zu tun gehabt hatte, der würde dem Körper durch eine solche Kur die Gelegenheit geben, Schlacken im Darm abzubauen und zu lösen, sowie die gelösten Schadstoffe durch das zusätzlich eingenommene Zeolith zu binden und auszuscheiden.

Da der Darm der Ort der Entscheidung war, was im Körper bleiben sollte oder was auszuscheiden war, und er mit allen Organen in Verbindung stand, lag hier ein sehr guter Ansatzpunkt, die Gesamt-Harmonie und das Gleichgewicht des Körpers wieder herzustellen.

Solch eine natürliche Darmreinigung ermöglichte und verstärkte die Selbstheilungs-Fähigkeit des Körpers, „Altlasten“ zu beseitigen und Raum für Neues zu erschaffen (z.B. durch Ernährungs-Umstellung).

Jeder würde sachte beginnen und die Kur nach eigenem Empfinden verlängern oder intensivieren können, da sie keinerlei schädliche Nebenwirkungen erzeugte.

Im Internet hatte es Empfehlungen für 3-Monatskuren gegeben.

Für diese KUR war es **besonders wichtig**, zu den Tagesdosen **viel STILLES WASSER** zu trinken, da die Flohsamen-Schalen sowie das Zeolith durch ihre enorme Quell-Fähigkeit (das ca. 30-50fache der Einnahmemenge) die Verdauung nicht blockieren sondern in reibungsloser Fortbewegung halten sollten.

Und, wie erfreulich: dies alles hatte keine Kalorien

Da ich am Arbeitsplatz keine unangenehmen Überraschungen erleben wollte, hatte ich mit folgender Dosierung begonnen:

Für eine 5-Wochen-KUR werden benötigt:

ca. 500g Indische Flohsamen-Schalen (aus dem Reformhaus oder BIO-Laden)

ca. 350g Zeolith

täglich 1-2 Liter gutes, stilles Wasser

1. Woche:

- * morgens kurz nach dem Aufstehen wird 1 großes Glas (250-350ml) lauwarmes Wasser zur Reinigung der Verdauungswege getrunken
- * **30 Minuten** vor dem Frühstück werden:
250-350ml lauwarmes Wasser, dem, flott eingerührt (**nicht** mit Metall-Bestecken, am Besten mit Holzlöffelchen oder dem dicken Ende eines Ess-Stäbchens):
1 gehäufte Teelöffel (TL) Flohsamen-Schalen sowie
½ TL Zeolith hinzugefügt werden, umgehend getrunken.
Schluck für Schluck, da die Zutaten sehr schnell aufquellen.
- * dann werden noch einmal 250-350ml Wasser direkt hinterher getrunken.
TIPP: Um das in Ruhe und Freude tun zu können, war ich täglich 10 Minuten früher aufgestanden.

2. bis 4. Woche:

- * morgens, wie 1. Woche
- * zuzüglich nachmittags bis zum frühen Abend entweder **½ Std. vor** oder **2 Std. nach** der letzten Mahlzeit, **nicht** jedoch zu kurz vor dem Schlafengehen, wird eine zusätzliche Dosierung wie 1. Woche morgens getrunken.

Zur Unterstützung könnte im Liegen noch eine **10-minütige Bauchmassage** im Uhrzeigersinn um den Nabel herum durchgeführt werden, die das Lösen alter Verkrustungen gut unterstützt.

5. Woche:

- * wieder wie 1. Woche, zur Umstellung auf **NORMAL**

Durch diese Anwendung wird der Blutzucker-Spiegel harmonisiert, die Blutfette werden gesenkt und die Stimmung entspannt sich.

Die Stuhl-Konsistenz normalisiert sich und durch die Quellstoffe kann sich durch den Weniger-Bedarf an Nahrung, sogar eine Gewichts-Reduktion einstellen.

Zur weiteren Unterstützung können während der KUR -nach LUST und LAUNE- gemacht werden:

- * 1 x wöchentlich ein **Basen-Vollbad**, 1-2 Std. („Meine Base“ von Jentschura)
- * wenn gewollt: jeden 2. Tag ein **Basen-Fußbad** (z.B. beim Lesen oder Fernsehen)
- * 5-10 Minuten **Mini-Trampoli-Schwingen**, das regt alle Körper-Regionen an

- * ½ Stunde **Fahrradfahren**
- * **Ganzkörper-Trocken-Bürsten** (5 Minuten) **vor** dem Duschen wird zusätzlich die Oberflächen-Entgiftung der Haut anregen
- * **Tiefen-Atmung** (durch die Nase einatmen, Luft locker 5-8 Sekunden anhalten, durch den Mund wieder ausatmen, 5-8 Sek locker anhalten) das wird die Blutversorgung und die Organ-Aktivitäten steigern
- * **Nahrungsempfehlungen:**
 unterstützend und fördernd wird das Vermeiden von zuckerhaltigen Getränken sowie möglichst wenig Kaffee trinken wirken.
 Bei reduziertem Alkohol-Konsum und mit wenig Fleisch-Essen werden sich die Wohltaten der KUR noch vergrößern.
 Je basenreicher also die Ernährung, mit frischem Obst und Gemüse, desto effektiver wird die Reinigung gelingen.

Bei mir hatte die KUR zu keinerlei Beeinträchtigungen im Alltags-Leben geführt, so dass ich sie jederzeit bequem wiederholen konnte.

Jeder könnte sie also nach eigener Konstitution in Menge sowie Dauer frei gestalten, das Verhältnis der Zutaten/Wasser muss jedoch gleich bleiben.

Sollten durch die stattfindende Entgiftung Kopfschmerzen oder Hautunreinheiten auftreten, wird empfohlen, einen oder mehrere Tage zu pausieren und zur Ausleitung noch mehr stilles Wasser zu trinken.

Mit freudigen Gesundheits-Grüßen
 Irene Hermeth

Anmerkungen:

a) zu **ZEOLITH - BENTONIT** (natürliche Mineralien)

Es gab sie in verschiedenen Reinheitsgraden sowie in unterschiedlich groben oder feinen Körnungen, je nach Anwendungsgebieten (z.B. Landwirtschaft, Garten, Tiere, Wasserwerke, Radioaktivitäts-Behandlung, Kosmetik, Medizin usw.)

Diese Mineralien waren in der Lage, Aluminium, Blei, Gase, Quecksilber, Cadmium, Ammonium, Radioaktivität und Histamin, Säuren, Pestizide sowie Nitrate zu binden.

Je grober die Körnung, bis hin zu feinstem Pulver, konnte die Bedarfs-Menge reduziert werden, da feine Pulver eine wesentlich größere, innere Oberfläche hatten.

Mir war deswegen das **Klinoptilolith-Zeolith-Ultrafein-Pulver** am Sympathischsten; es kam aus Kosice, Tschechoslowakei, der Welt bestem Abbaugbiet.

Zu erhalten bei: www.zeolith-bentonit-versand.de
 von Heilpraktikerin Marika Müller, Chemnitz

b) *ZEOLITH* wurde auch in pflanzlichen (veganen) **KAPSELN** angeboten, wodurch es jedoch erst ab dem mittleren Verdauungsbereich entgiftend wirken konnte .

c) In einem äußerst hochwertigen **VIOLETTGLAS** aufbewahrt, hatten alle sich darin befindlichen Zutaten besonders hochwertig erhalten.

Violettglas hatte die höchste Eigenschwingungs-Frequenz aller Farben und schonte dadurch die Molekular-Struktur der Inhalte am Besten.

www.selbstheilungstreff.de