

FREQUENCY NEWS

MARTIN FRISCHKNECHT GESUNDHEITS-SEMINARE - INFORMATIONEN - NEUES - NACHRICHTEN DEZEMBER 2016



Liebe Freunde,

Jetzt ist die Zeit der Feste - Weihnachten, Silvester und Neujahr und dann noch Hl. Drei König. Weihnachten und der Jahreswechsel ist in vielen Familien die Zeit des intensiven Nahrungsgenusses, also es wird tüchtig gegessen. Mit dieser Newsletter möchte ich sie alles etwas bewusster machen. Nicht dass sie es falsch verstehen, ich will ihnen allen den Genuss nicht vermiesen oder gar verleiden. Ich möchte nur einige Grundsätze, Wissenswertes und das Nützliche an sie weiterreichen. Ohne Anspruch auf erhobenen Zeigefinger. Im Übrigen gelten diese kurzen Anmerkungen das ganze Jahr über.

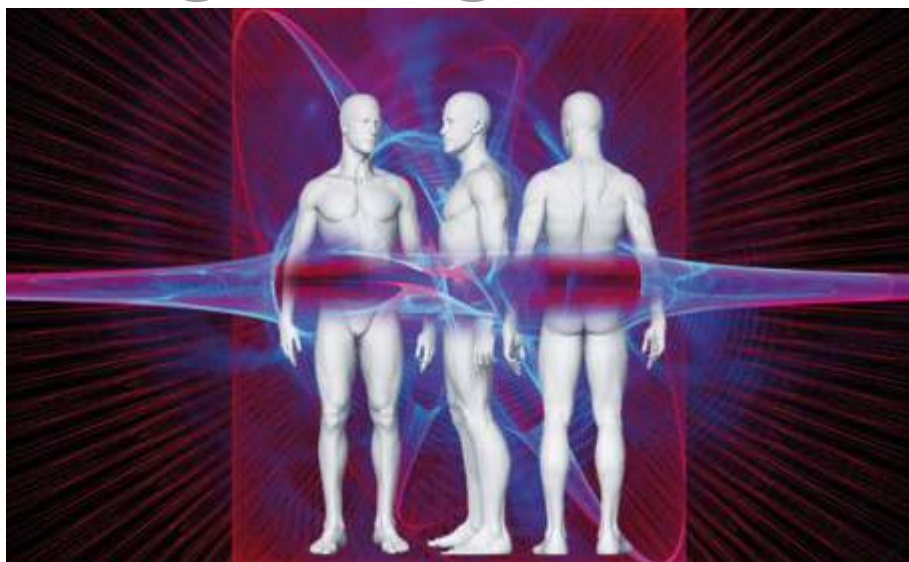
Lassen sie sich die Freude auf Weihnachten, Silvester - den Jahreswechsel - nicht nehmen. Aber bitte, denken sie auch an ihre Gesundheit.

Wir wünschen ihnen und ihren Familien alles erdenklich Gute für das neue Jahr. Bleiben sie gesund und wir freuen uns, ihnen auch in 2017 weiterhin sinnvolle Informationen, Veranstaltungen und Seminare anbieten zu dürfen.

Herzlichst Ihr

Martin Frischknecht und Team

2-Tages-Energie-Seminare



Energie und Wohlfühlen neu definieren und neu Erlernen

Nachdem nun bereits in kurzer Zeit zwei Energie-Seminare mit Martin Frischknecht (Freiburg & München) mit grosser Resonanz abgehalten wurden, planen wir für das erste Halbjahr 2017 weitere. Die Seminare waren gut besucht - also ausverkauft. Die Rückmeldungen durch die Teilnehmer waren fast alle positiv und teilweise begeistert.

Zum Vormerken möchten wir hier die nächsten **Energie-Seminare** bekannt geben:

Wien	28.-29. Januar 2017
Stuttgart	06.-07. Mai 2017
Frankfurt	24.-25. Juni 2017

Melden Sie sich bitte rechtzeitig an.

Unterlagen können Sie jederzeit gerne anfordern.

Die Energie-Seminare beinhalten einen praktisch gestalteten **Intensiv-Workshop** mit vielen Übungen und Aktionen.

Aus dem Inhalt:

- Spezielle Atemtechnik (n. G. I. Gurdjiff)
- Mess- & Testverfahren von Blockaden mit der Schwingfeder
- Ausmessen der Blockaden im Rücken und die Behandlung
- Analyse und die wirksame Lösung von Blockaden
- Rasches wirksames Lösen von Traumata
- Physiognomik (Gesichtsanalyse)

Wegen der Intensität des Seminars ist die Teilnehmerzahl begrenzt.



MARTIN-FRISCHKNECHT
GESUNDHEITS-SEMINARE

Newsletter abonnieren:

CONCEPT.BAYERN - Erich Arno Husser - Tel. +49(0)8441-18 06 710
e.husser@concept.bayern

Für ein gesundes Leben . . .

Die Ernährung im Allgemeinen

Eine Nahrung, die beim Zubereiten über ca. 45 Grad Celsius erhitzt wird, verliert an Vitalität. Es ist daher angebracht, auch Ungekochtes zu essen. Auch hier gilt, nicht von einem Extrem ins andere zu fallen. Wenn dem einen nun ausschliesslich Rohkost schmeckt und dem andern alles gar gekocht passt, finde ich beides etwas übertrieben.

Der Verzehr von Rohkost benötigt offensichtlich mehr Energie und lässt vielfach Rohköstler, die das jahrelang praktizieren, tendenziell stark abmagern wegen der zusätzlichen Energie, die bei der Verdauung benötigt wird. Ausschliesslich Gar-gekochtes zu essen kann auch nicht optimal sein.

Eine Pfanne der Marke APENTA® ermöglicht Ihnen, das Kochen von Gemüse auf einer tieferen Temperatur zu halten um so der Nahrung mehr Vitalität zu belassen. Die Pfanne arbeitet unter einem schwachen Vakuum, was zu einem tieferen Siedepunkt von 65 Grad Celsius führt statt wie üblich 100 Grad Celsius.

Bioverfügbarkeit der Nahrungsmittel nimmt drastisch ab

Bei der Untersuchung der Auswirkungen von der Behandlung mit Mikrowellen auf den Nährwert der Nahrung stellten die Forscher unzählige Nachteile fest. Als wichtigstes Ergebnis in diesem Bereich wird berichtet, dass die Bioverfügbarkeit wesentlicher Inhaltsstoffe auf drastische Weise abnimmt. Unter der Bioverfügbarkeit wird die Fähigkeit des menschlichen Organismus verstanden, die aufgenommenen Inhaltsstoffe aus der Nahrung wirklich aufzunehmen und zu verwerten.

Unter dem Einfluss von Mikrowellen wird dieser Wert besonders für die Vitamine C und E sowie für viele Mineralien und andere am Fettstoffwechsel beteiligten Nahrungsbestandteile verschlechtert. Die in den Lebensmitteln enthaltene Vitalenergie sank sogar um Werte zwischen 60 bis 90 %.

Pflanzliche Grundstoffe können in von Mikrowellen erwärmten Speisen nicht mehr vollständig wirksam werden. Damit wird nicht zuletzt die Wirksamkeit der bedeutsa-



Es gibt einige wichtige Punkte zu beachten, will man etwas zu seiner Gesundheit beitragen. Werden die entsprechenden Massnahmen unterlassen oder vernachlässigt, steigt das Risiko einer möglichen Erkrankung bis hin zu chronischen Gesundheits-Problemen.

von Martin Frischknecht

men sekundären Pflanzenwirkstoffe zu einem großen Teil aufgehoben. Aber nicht nur der Nährwert von Früchten, Obst und Gemüse, sondern auch der des auf solche Weise erwärmten Fleisches geht auf diese Weise verloren. Die natürliche Struktur der Nahrungsmittel wird durch die Behandlung von Speisen mit der Mikrowelle stark verändert. Nicht untersucht wurde durch die bisherigen Forschungen die Frage, inwieweit die recht schnelle Erwärmung der Speisen im Mikrowellenofen zu einer Verschlechterung des Geschmacks führt. Dass er nicht besser wird, ist aber allgemein bekannt.

Bildung krebserregenden Stoffen

Sehr umfangreich sind die Auswirkungen der Mikrowellen-Technologie auf die Wahrscheinlichkeit des Menschen an Krebs zu erkranken. In vielen vorgefertigten Fleischstücken führt die Erwärmung mittels der Mikrowelle dazu, dass sich d-Nitrosodiethanolamin bildet. Dieser Stoff gilt als stark krebserregend. Ebenso trägt die Destabilisierung aktiver biomolekularer Eiweiß-Verbindungen zur Zunahme von Krebserkrankungen bei.

Darmkrebsrisiko erhöht sich

In Milch- und Getreideerzeugnissen bilden sich leicht zu Krebs führende Eiweiß-Hydrolysat-Verbindungen. Im Verdauungstrakt bilden mit Mikrowellen behandelte Nahrungsmittel Abbauprodukte durch welche die Gefahr von Darmkrebs signifikant erhöht wird. Des Weiteren verringern die Strahlen der Mikrowelle die Fähigkeit des Körpers, sich erfolgreich gegen die Bildung kranken Gewebes zu verteidigen, während die Anzahl von Krebszellen im Blut erhöht wird. Pflanzliche Alkaloide (basische stickstoffhaltige organische Verbindungen) verändern sich bereits bei einer geringen Belastung mit Mikrowellenstrahlen. Zudem führt diese zu einer verstärkten Bildung freier Radikale im Körper. Diese sind grundsätzlich für die Entstehung nahezu aller Krebsarten mitverantwortlich.

Da zugleich die Wirkstoffe der Pflanzen, welche normalerweise gegen den Krebs und andere Erkrankungen zu schützen vermögen, beim Einsatz einer Mikrowelle ihre Wirksamkeit verlieren, stellt die daraus folgende Bildung freier Radikale eine ernsthafte Belastung dar. Die meisten Krebserkrankungen traten nach einem intensiven Verzehr von mit Mikrowellen behandelten Nahrungsmitteln in bisherigen Studien bei Magen- und Darmkrebs auf. Ebenso wurden weitere schwere Störungen im Verdauungstrakt und Veränderungen im Zellgewebe beobachtet.

Nähe von Mikrowellengeräten meiden

Die bislang beschriebenen negativen Folgen für das Wohlbefinden treten nach dem Verzehr von mit Mikrowellengeräten zubereiteter Nahrung auf. Daneben entstehen auch eine Vielzahl von festgestellten Schädigungen, die alleine durch den Aufenthalt in der Nähe eines in Betrieb befindlichen Gerätes ausgelöst werden. Damit ist das Küchenpersonal in Restaurants und Kantinen, die viel mit der Mikrowellentechnologie arbeiten, besonders gefährdet. Sehr bedeutsam ist der Abbau des Lebensenergiefeldes bei allen Personen, welche sich in Reichweite eingeschalteter Mikrowellengeräte befinden. Bereits ein kurzzeitiger Aufenthalt in unmittelbarer Nähe eines in Betrieb befindlichen Mikrowellenofens führt zu einer anhaltenden Beeinträchtigung dieses Energiefeldes.

Für ein gesundes Leben . . .

Getrübtes Bewusstsein

Die Nährstoffverwertung des Körpers wird unter anderem durch Lichtenergie aktiviert. Diese Funktion verliert unter dem Einfluss von Mikrowellen ihre Stabilität. Selbst auf die Nervenkreisläufe konnten die Forscher negative Einflüsse durch Mikrowellenstrahlen feststellen. So beeinflussen diese die elektrischen Reizleitungen im menschlichen Grosshirn und beeinträchtigen die Harmonie der Energiefelder in allen Nervensträngen und auch im Zentralnervensystem. Auch das Bewusstsein wird getrübt, ebenso treten Störungen im Schlaf- und Wachrhythmus auf.

Zu den Langzeitfolgen gehört eine Schwächung des Magnetismus im Hämoglobin und die verminderte Anbindung des Sauerstoffs ans Blut. Die Hormonproduktion wird als Folge der entstehenden Mikrowellenstrahlen bei Frauen als auch bei Männern in starkem Maße beeinflusst. Sehr starke Folgewirkungen zeitigt der Einfluss der Mikrowelle auf die Gehirnwellen. Sowohl Alpha- als auch Theta- und Delta-Wellen werden spürbar beeinträchtigt. Als Folge der Veränderung von Gehirnwellen-Strömungen treten sowohl Schlafstörungen als auch Beeinträchtigungen beim Kurz- und Langzeitgedächtnis auf. Denkprozesse werden stark verlangsamt und nicht wenige Menschen werden leichter reizbar.

Der Verlust von Lebensenergie konnte nicht nur bei Menschen, sondern auch bei Tieren sowie Pflanzen festgestellt werden. Dafür reicht es aus, wenn sich die Lebewesen in einem Radius von etlichen Metern um das in Betrieb befindliche Mikrowellengerät befinden. Nicht zuletzt die starken Einwirkungen der Mikrowellentechnologie auf das menschliche Gehirn und die dadurch ausgelösten kaum heilbaren Folgeschäden haben in der früheren Sowjetunion zu der Entscheidung geführt, den Einsatz von Mikrowellen im Jahr 1976 zu verbieten. Verschlimmert wird die Situation noch dadurch, dass auch die Mikrowellenstrahlung aus Sendeanlagen von Rundfunk und Fernsehen vergleichbare Auswirkungen hat. Die Mikrowelle in der Küche lässt sich im Gegensatz zur Nachrichtentechnologie leicht vermeiden, da die traditionelle Erwärmung von Speisen auf dem Herd oder im Backofen jederzeit möglich ist.

Die Ergebnisse der sowjetischen Forscher konnten durch unterschiedliche weitere Studien gestützt werden. In den Jahren 1974 bis 1976 wurde an einer anderen sowjetischen Forschungseinrichtung besonders untersucht, wie sich das menschliche Verhalten unter dem dauerhaften Einfluss von Radio- und Mikrowellenstrahlen verändert.

Forscher wurde bedroht

In Amerika hat William Kopp, der bis 1977 am Atlantis Educational Center in Portland (Bundesstaat Oregon) arbeitete, umfangreiche Unterlagen über die Gefährlichkeit von Mikrowellen gesammelt. Die Informationen weisen eindeutig sowohl den schädlichen Einfluss der Strahlen auf den Menschen als auch die negative Veränderung der Speisen nach. Die Hersteller von Mikrowellengeräten bestreiten diese Erkenntnisse nach wie vor. William Kopp verließ das Institut und änderte seinen Namen, weil er sich durch eine Lobby von Mikrowellengeräte-Herstellern bedroht fühlte.

Inzwischen wurden in unterschiedlichen Ländern weitere Studien durchgeführt, durch welche die erwähnten Forschungsergebnisse bestätigt werden konnten. Diese werden mit Rücksicht auf den Verkaufserfolg der Geräte jedoch bedauerlicherweise zurück gehalten. (Quelle: The Journal of Natural Science - Jahrgang 1 Nr. 2.)

Glutamat als Geschmacksverstärker

In industriell verarbeiteten Lebensmitteln werden etwa 0.1 bis 0.8 Prozent Glutamat beigefügt. Eine Fertigsuppe kann leicht 1.500 Milligramm pro Portion enthalten und eine Fertigmahlzeit bis 4.000 Milligramm. Geschmacksverstärker sind keine Gewürze, sondern Substanzen, die unabhängig vom Aroma im Gehirn ein Hungergefühl stimulieren um den Absatz der Produkte zu steigern. Glutamat ist eine suchterregende Aminosäureverbindung, die dann über die Schleimhäute ins Blut und dann ins Gehirn gelangt. Glutamat ist Mitverursacher von Parkinson, Alzheimer, MS, Krampfanfällen, Schlaganfällen, Epilepsie etc. Es sind 6 Glutaminverbindungen zugelassen.

Künstliche Süßstoffe

Dies sind Lebensmittelzusatzstoffe E 620 bis E 625 mit Namen wie: Sunett, Aspartam, NaturaSweet, Spoonful, Equal, DiabetiSweet, Canderel, Acesulfam-K.

ASPARTAM hat zur Verschleierung einen neuen Namen bekommen: AMINOSWEET. Aspartam ist ein verhängnisvoller DNS-Manipulierer, der heute in über 9.000 Produkten anstelle von Zucker Verwendung findet.

Aspartam besteht aus 3 Bestandteilen: Asparaginsäure (40 %) erhöht im Gehirn das Risiko zu vermehrter Kalkaufnahme / Phenylalanin (50 %) als essentielle Aminosäure kann zu Schizophrenie führen / Methanol (10 %) wird im Körper zu Ameisensäure und Formaldehyd zerlegt. Formaldehyd ist ein Neurotoxin und reichert sich im Körper als Nervengift an. Ameisensäure ist für Menschen extrem giftig, wenn es sich im Blutkreislauf befindet. Wird Aspartam über 28.5 Grad erwärmt, wandelt sich Methanol in Formaldehyd und Ameisensäure um. Formaldehyd wird zum Einbalsamieren von Leichen verwendet. Achtung vor Light-Getränken! Der heutige Mensch ist andauernd mit Giftstoffen jeglicher Art konfrontiert. Steht man beispielsweise wartend in der Schlange vor der Kasse eines Grossmarktes, glitzern einem attraktive Verpackungen mit zweifelhaftem Inhalt in die Augen. Dabei stellt man fest, dass bewusste Konsumenten peinlichst darauf achten, ja Zucker zu meiden. Zum Verhängnis werden den Käufern aber die kleingedruckten Inhaltsstoffe wie das erwähnte verhängnisvolle ASPARTAM und auch anders bezeichnete künstliche Süßungsmittel.

Vegetarismus

Vegetarismus hat durchaus einen Sinn. Einerseits ist vegetarische Kost wesentlich gesünder, billiger und risikoärmer als «bürgerliches Essen mit Fleisch». Schon alleine im Hinblick auf die katastrophale Erzeugung von Fleisch und der oft übersehenen Umweltbelastung durch Massentierhaltung, ist ein Umdenken der Menschheit dringend notwendig. Es geht mir nicht um irgend eine Diskriminierung von Fleischessern, sondern um einen Denkanstoss. Tolstoj schrieb einmal: «So lange es Schlachthäuser gibt, gibt

Für ein gesundes Leben . . .

es Schlachtfelder». Stellen Sie sich vor, es müssten alle Fleischkonsumenten die Tiere selber töten und könnten erst dann zu Tische sitzen. Die Ausrede, es gäbe heute keine Menschen, hätten nicht schon unsere Vorfahren Wild gejagt und verzehrt, zieht nicht mehr. Hat sich denn die Menschheit seit der Zeit der Neandertaler nicht verändert?

Fleisch beispielsweise auf dem Grill gebraten, birgt ein grosses Risiko, erhöht doch verbranntes Eiweiss das Krebsrisiko signifikant. Interessant ist festzustellen, dass Trichomonaden im Blut mehrheitlich bei Fleischkonsumenten anzutreffen sind und vielfach in Blutuntersuchungen durch Dunkelfeldmikroskopie von Krebspatienten präsent sind. Denken Sie beim Fleischkonsum auch daran, dass der Mensch in seiner Konstellation Vegetarier ist. Der Mensch sowie auch Tiere, die sich vegetarisch ernähren, sind in der Lage, den Unterkiefer seitwärts hin- und her zu bewegen. Das sieht man sehr gut bei einer Kuh beim Kauen von Gras. Hunde wie auch Katzen haben hingegen starre Unterkiefer, die eine seitliche Bewegung nicht erlauben. Sie sind sogenannte «Reisser» und schlucken ganze Fleischstücke ohne lange zu kauen gleich runter. Die Magensäure ist auch wesentlich stärker als die des Menschen und auch die Darmlänge von «Reissern» beträgt nur etwa 1,5 mal Körperlänge. Die Fleischnahrung dieser Tiere wird also rasch zersetzt und der Kot kurzerhand wieder ausgeschieden. Der Mensch hingegen hat einen viel längeren Darm als diese Tiere. Stellt man sich vor, wie Katzen- oder Hundekot stinkt und macht man sich ein Bild, wie dieser Kot bei Menschen einen noch wesentlich längeren Weg durch den langen Darm absolviert, sollte man sofort ohne abzuwarten zu den Vegetariern überlaufen.

Denken Sie auch an Ethik und betrachten Sie Tiere nicht als Ware. Während viele Menschen ihre Haustiere hätscheln und küssen, verzehren sie unbedenklich Fleisch. Sind den Kälber, Schweine, Schafe, Ziegen, Hühner weniger wertvolle Lebewesen?

Vegane Ernährung

Ein Verzicht auf alle tierische Nahrung kann durchaus einen Sinn haben. Bei diesem Entschluss schränkt man sich aber sehr ein. Das bekommt man zum Beispiel bei der Verpflegung auf Langstreckenflügen extrem zu spüren. Selbst wenn man bei einem Flug als Vegetarier vorgemerkt ist, hat das Essen weder Farbe noch irgend einen Geschmack. Anstelle von Butter gibt es ungesunde Margarine und auf jeder Plastiktüte steht «Allergietest». Man kommt sich oft vor wie ein Schwerkranker kurz vor dem Ableben.

Denken Sie aber immer daran, dass es viel gravierendere Faktoren im Leben gibt, die Ihre Gesundheit negativ beeinflussen können als ein Brotaufstrich mit Butter. Selbst ein Stress, etwas nicht essen zu können, was Sie gerne möchten, kann Ihnen mehr schaden als zwischendurch mal beim Frühstück ein Ei. Jedenfalls fügt man beim Konsum von Butter und Milch einer Kuh keine Schmerzen zu. Und wenn Sie bisher nicht wussten, dass Vegetarier und Veganer unbedingt Vitamin B12 als Ergänzung zu sich nehmen müssen, ist der Schaden grösser als der Nutzen beim Verzicht auf tierische Nahrung.

Als Veganer müsste man auch konsequent sein und sich nie auf einen Ledersessel setzen, nie Lederschuhe tragen und auch verständnisvoll zuschauen wie Kühe vor Schmerz brüllen, wenn sie nicht gemolken werden. Beim Händewaschen könnte die Seife womöglich aus tierischen Fetten bestehen - welch ein Schreck!

Proteine

Proteine, also Eiweisse, sind ein wichtiger Bestandteil der Ernährung. Man kann grob in pflanzliche- und tierische Proteine unterteilen. Proteine sind Ketten von Aminosäuren, die auch Peptide genannt werden. Auch Insulin ist eine komplexe Kette von Aminosäuren. Die Bezeichnung «Aminosäu-

re» leitet sich ab von einem Aminderivat, einem Stickstoffmolekül NH_2 und einem Carbonsäurerest COOH . Während bei Ketten von Aminosäuren (= Peptiden) jeweils ein Aminderivat am Carbonsäurerest hängt wie Eisenbahnwagen in Reih und Glied, trennen Enzyme diese «Eisenbahnwagen» voneinander ab, um die einzelnen Aminosäuren als Nahrung zu transportieren. Bei diesem Trennungsvorgang scheidet das Molekül H_2O , also Wasser aus. Hier spielt somit Wasser eine wichtige Rolle.

Kohlenhydrate

Wie der Name Kohlenhydrat bereits vermuten lässt, spielt Wasser (...Hydrat) ebenfalls eine massgebende Rolle. Während bei Verzehr von Eiweissen und Fetten der Blutzuckerspiegel nur unwesentlich rasch ansteigt, kann er bei extremer Aufnahme von Kohlenhydraten regelrecht hochschieszen. Bei viel Zucker, der heutzutage in hohen Mengen konsumiert wird, kann dies im Extremfall zu Diabetes führen. Der gefährliche weisse Zucker besteht aus einer sogenannten Glucose und einer Fructose. Der Organismus weiss aber nichts mit Fructose anzufangen und zurück bleibt lediglich die Glucose. Wenn Ihr Arzt Ihren Blutzucker misst, spricht er lediglich von der Konzentration von Glucose und nicht vom eigentlichen Zucker.

Zuckerkonsum kann kurzfristig zu einem Energieschub verhelfen, der aber bald wieder abklingt ganz im Gegensatz zu Proteinen, die nachhaltiger wirken. Ein übermässiges Essen von Zucker kann bei Kindern zu Mangel an Konzentration und auch Lernschwierigkeiten und zu Unruhe führen. Man könnte sagen, dass Zucker eine Verbindung zu «Zucken» hat. Eine Fehlbeurteilung der Symptome führt nicht selten zur Medikamentierung durch Ritalin. Zum Ruhigstellen von Schulkindern werden vielfach auch Fluor-tabletten an Schulen abgegeben - ein fataler Fehler!

Für ein gesundes Leben . . .

Ältere Menschen neigen bei übermässigem Zuckerkonsum oft zu Diabetes II. Man reagiert fälschlicherweise damit, dass man den Zucker weglässt und einen Zuckerersatz wählt. Man schlittert so unmittelbar vom Regen in die Traufe. Unsere Hypophyse reguliert über die Bauchspeicheldrüse den Glucoseanteil im Blut. Ist mal der Glucoseanteil zu hoch, werden Glucosemoleküle aneinander gehängt und als sogenannte Stärke abgespeichert um bei Glucosemangel wieder in Glucose zurück verwandelt zu werden. Werden übermässig künstliche Süßstoffe als Zuckerersatz konsumiert, wird die Bauchspeicheldrüse regelrecht ausgetrickst und deren Funktion eingeschränkt, was mit der Zeit zu Altersdiabetes, sogenannt Diabetes II führen kann.

Bei Diabetes I, welches oft in jungen Jahren schon auftreten kann, stelle ich einen dringenden Zusammenhang mit Impfen fest.

Fette

Der Mensch ist ein Fettverbrenner. Ich will hier einige Dinge klären. Was wir als Öle bezeichnen wie beispielsweise Olivenöl, Sonnenblumenöl, Mandelöl, sind keine Öle, sondern Fette. Öle sind Alkane, also Treibstoffe wie Dieselöl, Benzine, Schmieröle. Jene Fette, die wir fälschlich als Öle bezeichnen sind aber Fette in flüssigem Aggregatzustand. Kühlt man Olivenöl ab, stellt man fest, dass es sich wie Fett verhält. Das beste Fett ist ein biologisch kalt gepresstes Kokosfett. Bei Raumtemperatur ist es fest und wird bei ca. 25 Grad Celsius flüssig. Dieses Fett kann auch mehrmals sehr hoch erhitzt werden, ohne dabei Schaden zu nehmen, was bei Sonnenblumenfett (Sonnenblumenöl) nicht der Fall ist. Von Braten mit Sonnenblumenfett oder Olivenfett muss ich dringend abraten.

Fette sind chemisch sogenannte Veresterungen eines dreiwertigen Alkohols mit einer Carbonsäure, einer Essigsäure. Sie enthalten eine lange Kohlenstoffkette und haben

einen seifigen Charakter. Chemisch nahe verwandt sind Seifen, die man durch eine Natriumverbindung ergänzt. Bei der Veresterung des Alkohols und der Carbonsäure entsteht H_2O , also Wassermoleküle, die abgespalten werden. Es zeigt hier, dass bei der Verdauung von Fetten Wasser eine wichtige Rolle spielt.

Man unterscheidet auch zwischen gesättigten und ungesättigten Fetten. Das tierische zähe Fett bei einem Schinken beispielsweise ist ein gesättigtes Fett im Gegensatz zu einem ungesättigten Olivenfett (besser bekannt als Olivenöl). Verwenden Sie eher Kokosfett zum Braten, als Brotaufstrich oder -wieso nicht als Sonnenschutzmittel? Haben Sie Gewichtsprobleme, kann es sein, dass Ihr Organismus verlernt hat Fette zu verbrennen. Dann nehmen Sie ungeniert täglich einen Esslöffel Kokosfett in den Mund und lassen es zerlaufen. So lernt Ihr Körper wieder mit Fetten umzugehen. Mit anderen Fetten würde ich das nicht tun. Wenn Sie glauben, durch Fettverzicht abmagern zu können, ist das ein Irrtum. Es geht eher darum zu erkennen, welches Fett auf welche Weise eingenommen werden soll. Versuchen Sie es mit Diätikuren, verlieren Sie Gewicht, Fett und Muskeln. Die Muskeln lassen sich nur schwer wieder aufbauen, das Fett hingegen ist blitzschnell wieder da. Dies bezeichnet man dann als den sogenannten Jo-Jo Effekt.

Zusätzliche Bemerkungen zum Nachdenken

Kaum erkranken 10 Menschen von 7 Milliarden Erdenbewohnern an einer mysteriösen Krankheit, schreit die WHO bereits laut nach Pandemie. Könnte es sein, dass diese «Pandemie» wie EBOLA oder AIDS in Labors selbst konstruiert wurde? Denken Sie bitte an das Hegel'sche Prinzip, wo der Verursacher eines Problems auch gleichzeitig der Retter ist. Die Lösung hat er bereits auf dem Tisch und seine Nothilfe wird oft durch einen Nobelpreis geehrt. Wenn Sie das nicht verstehen und wissen wollen, haben Sie noch viel bewusstseinsfördernde Arbeit vor sich.

Wussten Sie, dass TAMIFLU eigentlich Toxic American Flu, also giftige amerikanische Grippe heisst und dass das Produkt ein Patent des ehemaligen Verteidigungsministers Donald Rumsfeld gehörte, der das Produkt exklusiv dem Pharmakonzern ROCHE verkauft hat?

TAMIFLU ist ein Enzymhemmer, der das Blut verdickt und gesundheitlich sehr grosse Risiken enthält. Was hat denn eine Abteilung des Pentagons und ein Verteidigungsminister a. D. der USA mit solch einem «giftigen Heilmittel» zu tun? Das stinkt doch zum Himmel!

Wie Sie sehen, macht man es uns nicht gerade leicht im Leben und wer nichts weiss, muss eben glauben. Je mehr Sie wissen, desto weniger Angst brauchen Sie zu haben. Angst und falsche Hoffnung, Spiele und Brot sind die besten Methoden, die Menschen unter Kontrolle zu halten. Lassen Sie sich nicht unterhalten, denn das bedeutet unten halten. Man sollte sich auch beim Arzt nicht untersuchen lassen. Man sollte sich untersuchen lassen, denn es könnte oben fehlen und nicht unten. Falls Sie mal Ihre politische Meinung bei Wahlen und Abstimmungen kundtun, geben Sie dabei Ihre Stimme nicht wirklich ab. Behalten Sie diese - Sie könnten sonst verstummen.

SEMINAR-TERMINE Januar bis Juni 2017

Hinweise zu den Seminaren

Zu allen **Energie-Seminaren** können Sie sich **ab sofort** anmelden - per Mail oder Telefon (Daten siehe unten). Ca. ab dem 26. November steht das vorläufige Seminarprogramm zur Verfügung. Beginn der Energie-Seminare ist jeweils am Samstag um 10 Uhr - Ende ca. 17.30 Uhr. Am Sonntag beginnt das Seminar um 9.00 Uhr und endet um ca. 16 Uhr. Sie erhalten nach einer Prüfung am Sonntag (bei Bestehen) ein Zertifikat. Semintickets und Rechnung wird per Mail zugesandt. Partnertickets gelten für zwei Personen an beiden Tagen.

Im Energie-Seminarpreis **enthalten:**

- Seminarunterlagen
(Arbeitsheft in hochwertiger Ausführung)
- Die Schwingfeder
(das Original von Martin Frischknecht)
- Massagestab für Rückentherapie



ENERGIE-SEMINAR

in Wien
28. und 29. Januar 2017
(Zwei-Tages-Seminar)
Beitrag: 395,00 Euro p. P.
Partnerticket: 760,00 Euro



ENERGIE-SEMINAR

in Stuttgart
6. und 7. Mai 2017
(Zwei-Tages-Seminar)
Beitrag: 395,00 Euro p. P.
Partnerticket: 760,00 Euro



ENERGIE-SEMINAR

in Frankfurt
24. und 25. Juni 2017
(Zwei-Tages-Seminar)
Beitrag: 395,00 Euro p. P.
Partnerticket: 760,00 Euro



PowerTube-Seminar

in Stuttgart
6. Mai 2017
(19.00 bis 22.00 Uhr)
Seminarbeitrag: 30,00 Euro



PowerTube-Seminar

in Frankfurt
24. Juni 2017
(19.00 bis 22.00 Uhr)
Seminarbeitrag: 30,00 Euro



Weitere Informationen und Anmeldung:

Energie-Seminare:

Erich Husser Concept.Bayern
Telefon +49 (0) 8441-18 06 710
eMail: e.husser@concept.bayern.de