



Newsletter November 2015

Gesundheit im Informationszeitalter, Teil 2

Liebe Leserinnen, liebe Leser

Im letzten Newsletter habe ich die Reizüberflutung der modernen Welt thematisiert. Dieses Phänomen hat einen informativen und einen energetischen Aspekt. Zu viele Informationen, besonders die vielen schnell aufeinanderfolgenden, abgehackten Bilder von Werbespots sowie aufblitzenden Infos im Internet und die Gewohnheit des ständigen Umschaltens der Aufmerksamkeit von einer Sache zur nächsten, die das digitale Zeitalter provoziert, überfordern unser emotionales und kognitives System. Fast alles, was an Reizüberflutung auf uns einwirkt, ist an digitale Medien, Smartphone, Tablets, Laptops etc. gekoppelt. Die permanente Strahlung von elektromagnetischen Wellen und sekundären Wellenformen (z. B. Hyperschall, der durch Handystrahlung oder durch Dimmer bei Lampen erzeugt wird) in unserer Umgebung führt auf energetischer Ebene zu einer Überforderung des menschlichen Körpers. Wir sind durch Millionen von Jahren der Entwicklung biophysikalisch an ein elektromagnetisches Umfeld der kosmischen und terrestrischen Hintergrundstrahlung angepasst, das es so nicht mehr gibt. Das viel diskutierte Thema „Elektrosmog“ ist in der Tat eine der ganz großen gesundheitlichen Herausforderungen unserer Zeit. Oftmals beobachte ich zwei Extreme bei Menschen: entweder wird die Thematik komplett ignoriert, was mit einem uneingeschränkten Nutzen aller modernen Technologie einhergeht, oder sie wird sehr verängstigt betrachtet, gekoppelt mit dem Versuch, Elektrosmog durch alle möglichen Methoden, wundersame Energieprodukte, spezielle Aufkleber für das Handy etc. zu neutralisieren. Es gibt aber einen Goldenen Mittelweg, wo die Thematik anerkannt und sinnvolle Maßnahmen ergriffen werden, ohne dass man deshalb ständig Angst vor Strahlenbelastungen hat. Im Grunde entspricht ein solcher Mittelweg dem Prinzip der Befreiten Ernährung: Wir beachten die Auswirkungen unserer Lebensweise und finden einen Umgang mit einem Themenbereich wie Ernährung oder eben elektromagnetische Strahlung, der Wohlbefinden mit

sich bringt und zu einem entspannten Selbstläufer werden kann.

Sehr häufig werde ich auch gefragt, was ich denn nun persönlich machte, um den Auswirkungen des Elektrosmogs etwas Wirksames entgegenzusetzen. Also dachte ich mir: Warum sollte ich nicht einmal in einem Newsletter meine ganz persönlichen Anti-Strahlenwahnsinn-Maßnahmen vorstellen?

Weniger ist mehr

In meinem Haus steht ein gutes altes Analogtelefon mit Schnur. Ja, ich kann beim Telefonieren nicht Abwaschen oder hektisch im Zimmer auf und ab gehen, aber ich sehe keinen wirklichen Vorteil in dieser Bewegungsfreiheit, wenn ich wirklich mit einem anderen Menschen sprechen will. DECT-Telefone müssen nicht sein, diese Strahlenbelastung kann man sich ganz einfach sparen. Es gibt ja alternativ auch analoge schnurlose Telefone, die nicht die permanente Strahlenbelastung der DECT-Technologie mit sich bringen. Und auch heutzutage kann man tatsächlich mit einem Festnetztelefon mit Schnur leben, auch wenn das wie ein Relikt aus alten Zeiten anmuten mag.

Mein Computer ist für mich ein Arbeitsgerät, kein Freizeitpark. Ich kann sehr gut auf *Facebook*, Filme im Internet und Surfen um des Surfens willen verzichten. Ein Spaziergang mit meiner Frau oder einfach mal durch den Garten zu schlendern oder aus dem Fenster zu sehen sind für mich unendlich viel sinnvollere Möglichkeiten, freie Zeit zu verbringen als der stimulierende, aber insgesamt sinnentleerte Vergnügungspark des Internets.

Ressourcenbildung statt Probleme-Wälzen

Anstatt mich immer wieder mental mit Elektrosmog, den bösen Machenschaften der Mobilfunkindustrie und Verschwörungstheorien darüber, dass die da oben uns gezielt schwächen wollen, zu beschäftigen, verbringe ich meine Zeit lieber, indem ich Dinge tue, die meinen Körper in die Lage versetzen, zu sagen: „Elektrosmog, na und?“ Kraftvolle Kultivierung von Lebensenergie, besonders Jing-Kultivierung und Zeit in der Natur zu verbringen sowie eine vitalisierende Ernährungsweise geben mir definitiv eine Robustheit, die das Lesen des neuesten Aufdeckungsbuches über die bösen Mächte und Lobbyisten nicht mit sich bringt. Kraftvolle Superfoods wie Maca oder *Happy Brain Sun* helfen dem Körper, trotz elektromagnetischer Strahlung robust und ausgeglichen zu sein. Die freien Elektronen und kohärenten Biophotonen von Wildkräutern und die beruhigende Wirkung der rohen gesättigten Fette auf das Nervensystem sind von unschätzbarem Wert für einen ausgeglichenen Energiehaushalt in der heutigen Zeit. Ich ignoriere die Thematik „Elektrosmog“ auf der Informationsebene nicht, aber ein wenig Beachtung genügt, und ansonsten widme ich meine Energie den positiven Maßnahmen. Ich hege auch keine Aversion gegen Manager der Mobilfunkkonzerne oder anderer Lobbyisten, die vielleicht nicht immer zu unserem Besten handeln. Alle Menschen handeln, wie sie es tun, aufgrund einer Vielzahl von Faktoren, die sie selbst nicht überblicken. Ich habe keinerlei Verdienst daran, mich für eine gesunde Lebensweise zu interessieren, mein Gehirn funktioniert eben so. Wäre ich der geldgierige Manager eines

Konzerns, Atom für Atom, mit allen psychologischen Prägungen, so würde ich mich entsprechend verhalten, und zwar aus den gleichen Gründen. Unter gesundheitsbewussten und umweltbewussten Menschen, Veganern, Öko-Aktivisten etc. kann man immer wieder auf Einstellungen stoßen wie „X *sollte* sich anders verhalten“ oder „Wenn ich X wäre, *würde* ich mich anders verhalten“. Dieses Denken ist von der Wirklichkeit entfremdet und Energieverschwendung. Mahatma Gandhis große Kraft bestand darin, für die indische Unabhängigkeit und nicht gegen die Briten zu sein. Die moderne Motivationsforschung zeigt deutlich, dass gegen etwas Negatives zu sein praktische keine Kraft zur Veränderung in sich trägt. Für etwas Positives zu sein dagegen kann das Leben zum Blühen dagegen bringen.

Der Stein der Harmonie

Unter den zahlreichen Produkten – Anhängern oder anderen Objekten, die die Lebensenergie zu stärken und Elektrosmog entgegenzuwirken versprechen – nutze ich nur ein einziges: den Stein der Harmonie, entwickelt von dem Wasser- und Naturforscher Josef Schwarzkopf. Was ist nun das Besondere an diesem Produkt? Der Stein der Harmonie besteht aus Holz, das über einen Zeitraum von sieben Monaten der pulsierenden, selbstorganisierenden Kraft des Wassers ausgesetzt wird. Viele Naturforscher wie Viktor Schauberger haben die selbstorganisierende Kraft des Wassers beschrieben, die Bedeutung der natürlichen Wasserbewegungen und das ihnen innewohnende regenerative Potenzial. Der Stein der Harmonie bündelt genau diese Kraft, indem sie sie in der Kohlenstoffstruktur verdichtet. Das Ergebnis dieses Prozesses ist ein annähernd versteinertes Holz, das im Gegensatz zu Wasser die regenerierende Kraft des natürlichen Wassers auf eine stabile Weise trägt. Trinkt man hochwertiges Wasser, so hat dieses eine lange Reise im Körper vor sich, bis es zu den Zellen gelangt. Wasser ist, bei all seinem Potenzial an Lebendigkeit, sehr empfindlich. Eine missliche emotionale Stimmung kann in wenigen Sekunden den pH-Wert unseres Speichels 100-mal saurer machen und somit diese wichtige Körperflüssigkeit in ihrer biologischen Auswirkung auf unsere Gesundheit total verändern. Natürlich ist es sehr wertvoll, hochwertiges Wasser zu trinken, aber zur Stabilisierung eines regenerativen Effekts in die Stabilität einer dichten Kohlenstoffstruktur, die regenerative Information in sich trägt, besonders wertvoll. Der große Unterschied zu vielen anderen Energieprodukten besteht darin, dass im Stein der Harmonie weder vom Menschen ausgedachte noch technologisch erzeugte Frequenzen oder Energiefelder wirken, sondern die Kraft der Natur auf eine unmittelbare Weise.

Aufgrund des Herstellungsprozesses über sieben Monate liegt der Preis für den Stein der Harmonie bei knapp 800 Euro und das ist natürlich eine gewisse Investition. Ich persönlich habe nach Prüfung der wissenschaftlichen Hintergründe entschieden, dass dies ausnahmsweise einmal ein Energieprodukt ist, das sich wirklich lohnt. Ich nutze den Stein der Harmonie für mich selbst und kann definitiv sagen, dass er sich in seiner Natürlichkeit von allen anderen Energieprodukten, die ich kenne, fundamental unterscheidet (und glaubt mir, ich kriege ständig Produkte zugeschickt, die ich testen soll ...). Ich würde einfach empfehlen, die verfügbaren Informationen dazu für sich selbst zu prüfen und dann intuitiv zu entscheiden, ob diese Investition für das

eigene Leben passt. Mehr Informationen gibt es von:

Alexander Fingerhut, duke67@gmx.net

Josef Schwarzkopf und Wolfgang Flick, info@badox-jungbrunnen.com

Mit herzlichem Gruß,

Christian Dittrich-Opitz

www.befreite-ernaehrung.de

Mailjet.com

