



Befreite Ernährung

Wie der Körper uns zeigt, welche Nahrung er wirklich für Gesundheit und Wohlbefinden braucht

Newsletter September 2014

Lichtnahrung

Das Thema Lichtnahrung beschäftigt seit ca. 15 Jahren viele Menschen in Deutschland und wird gerade in der Rohkostszene heiß diskutiert. Ich habe selbst ein intensives Training mit der Qigong-Meisterin Qinyin vom Qinway-System durchlaufen und erlebt, dass man tatsächlich zumindest zeitweise den Körper von Energie ohne feste Nahrung ernähren und damit auch tiefe Heilungen bewirken kann. Leider ist es auch meine Erfahrung, dass es zum Thema Lichtnahrung überwiegend unseriöse Informationen gibt, die im Grunde eine Anleitung zum Verschlimmern von Essstörungen darstellen. Es freut mich, dass mit Stefan Strecker ein seriöser Forscher des Themas einen Kongress organisiert, in dem ein verantwortungsvoller Umgang mit der Möglichkeit der Lichtnahrung präsentiert werden soll.