

Maria Sava

Centrum voor Integrale Geneeskunst te Deurne

Berichten

Nieuwsbrief voor natuurlijke gezondheid

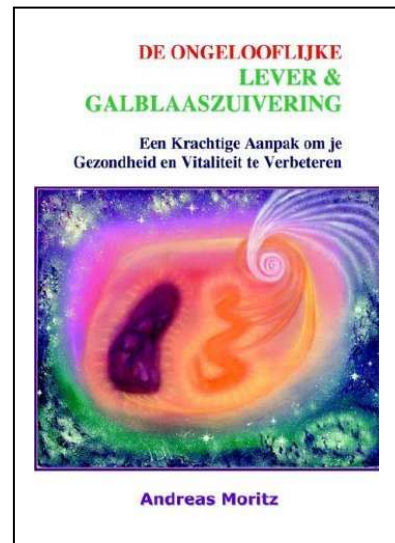
37-11

Leverstenen in evolutie

De Evolutie van de Mensheid

Het is nog maar twee jaar geleden dat een patiënte van mij, die ik aan het behandelen was voor chronische vermoeidheid, mij erop gewezen heeft dat mensen ook leverstenen kunnen hebben. Zij werd daar door vrienden op gewezen en ging kuren en knapte daarna pas volledig op. Ik zat al ruim vijftig jaar in het vak en ik had geen flauw benul dat er ook leverstenen bestaan.

In het begin was ik nauwelijks bereid het te geloven, het paste aanvankelijk eenvoudig niet in mijn begripsvermogen. Het heeft dan ook nog een paar maanden geduurd voordat ik ertoe over ging om alle patiënten standaard te gaan testen op het bestaan van leverstenen. En toen werd mij al gauw duidelijk dat Andreas Moritz, de Canadees die het boek: de ongelooflijke lever- en galblaaszuivering schreef, zeer waarschijnlijk helemaal gelijk heeft als hij



Verder in dit nummer:

- **Aurora borealis en Aurora australis:** 2 nieuwe homeopathische geneesmiddelen gemaakt van **Noorderlicht en Zuiderlicht** kunnen helpen mogelijk bij alle ompolingsprocessen. Ze ondersteunen de mens vermoedelijk in de overgang van vissen- naar aquariustijdperk.
- Boekbespreking: **Worldshift/2012**, De synergie van groen ondernemen, nieuwe politiek en hoger bewustzijn, van **Ervin Laszlo**.
- **De huisapotheek:** voor gure weersomstandigheden in de winter heeft Weleda: **Coldcream** en **Everon Lippenbalsem**. Chi international BV heeft een slim voedingssupplement: **Vertargil conditio** en ongeveer de helft van de gehele bevolking is gebaat bij **vit.D3 in de winter**.

schrijft dat 30-40% van alle westerlingen leverstenen heeft. Want ik had in no time honderden patiënten rondlopen die aanvankelijk de originele leverzuiveringskuur volgens Moritz gingen doen.

Leverreinigingskuur volgens A. Moritz

Geen makkelijke kuur: zes voorbereidende dagen en op de zevende dag de echte reiniging met behulp van magnesiumsulfaat opgelost in vier glazen water met in het midden van die dag 100ml pure olijfolie die je dan moet drinken. Diarree van de magnesium en 'over de kop' van de olie. Maar het heeft bijna altijd het gewenste resultaat. De stenen, of beter gezegd de ingedroogde vast elastische balletjes, verlaten dan bijna altijd pijnloos de lever en komen in de darm terecht zodat je ze gewoon allemaal kunt uitpoepen.

Altijd het 'levende bewijs' dat er ook inderdaad stenen waren. Want tientallen patiënten hebben mij digitale foto's opgestuurd van hun oogst. Nadeel van de kuur is dat je per keer tientallen, hooguit honderden stenen kunt opruimen zodat je een half jaar tot een heel jaar bezig bent voordat je alle stenen kwijt bent. Terwijl je de kuur, wat mij betreft, maar één keer per maand mag doen. Vele patiënten (ongeveer vierhonderd) hebben de Moritzkuur op mijn advies gedaan. Toch was er daarnaast een niet gering aantal patiënten dat te grote weerstand had tegen het uitvoeren van de kuur en sommigen bleven



het ook gewoon simpelweg weigeren. Daarop ben ik gaan nadenken over een makkelijkere en snellere methode om de stenen kwijt te raken. Het is me gelukt om een prettiger alternatief te bedenken en te beproeven. Want ondertussen hebben alweer meer dan duizend patiënten de nieuwe methode met uitstekende resultaten toegepast.

Alternatieve leverreinigingskuur

Ik behandel nu alle patiënten met leverstenen met zelfgemaakte bioresonantie korrels waarop ik **virtuele geluidsfrequenties** zet die de stenen als het ware helpen vergruizen of die ervoor zorgen dat de stenen weer oplossen in de galstroom die normaal in de lever altijd moet vloeien. Ook hier zien vele patiënten tijdelijk hun ontlastingspatroon veranderen. Er komt veel meer ontlasting dan normaal want de lever gaat zich uitstorten in de darm zodat er niet alleen normale darmontlasting afkomt maar ook het levergruis. De kleur van de ontlasting is dan vaak groen. Vele patiënten hebben deze resonantiekuur gecombineerd met de zoge-

naamde **HEET WATER KUUR**. Je drinkt dan ongeveer drie weken een liter zelfgemaakte verse gemberthee per dag. Dit zet de lever heel sterk aan tot beter doorstromen. Op deze manier raken alle patiënten binnen enkele weken **alle** leverstenen kwijt en ook bijna altijd pijnloos. Ook galstenen kunnen op deze manier geheel opgeruimd worden. Dus je galblaas operatief laten verwijderen, als die vol stenen zit, is wat mij betreft volledig achterhaald. Het enige nadeel van de alternatieve kuur is dat niet alle patiënten de veranderingen kunnen waarnemen, dus zelf niet merken of ze de stenen zijn kwijt geraakt of niet. Ik wil namelijk mijn patiënten niet belasten met het een maand lang 'poepen in een vergiet'. Dit is dan een kwestie van vertrouwen op mijn testkwaliteiten in de bioresonantie. Het blijft voorlopig voor bijna alle patiënten een heel vreemd verhaal als ik over leverstenen begin die de rest van de wereld meestal nog niet kent.

Zorg dat je altijd Magnesiumsulfaat in huis hebt

Of je nu de oorspronkelijke kuur van Andreas Moritz doet of deze alternatieve kuur, zorg ervoor dat je altijd 100 gram magnesiumsulfaat (van Tendo's) in huis hebt. Deze is het goedkoopst te verkrijgen bij een drogist. Voor de kuur van Moritz heb je die sowieso altijd nodig maar ook bij de andere kuur is het goed om het in huis te hebben. Het gebeurt maar zelden, maar het kan altijd gebeuren dat een wat grotere gal- of leversteen klem komt te zitten in de afvoerende galgangen zodat je een echte galsteenkolek gaat ontwikkelen. Nou dat is geen pretje, dan kun je zo'n enorme krampende pijn aanval krijgen dat je niet meer weet waar je het zoeken moet. Normaal gesproken val je dan in de armen van een behandelend arts die dan zogenaamde spasmolytische medicatie moet gaan toedienen. Terwijl één eetlepel magnesiumsulfaat in een glas water opgelost meestal snel tot een 'natuurlijke' oplossing leidt. Mocht dat niet snel genoeg helpen kun je nog altijd een arts bellen. In de afgelopen twee jaar heb ik hooguit tien keer te horen gekregen dat dit nodig was en het heeft altijd tot een snelle oplossing geleid.

Hoe kan het dat reguliere artsen deze stenen niet kunnen aantonen?

Blijkbaar zijn de leverstenen op röntgenfoto's en op een ECHO niet zichtbaar, het verschil tussen vloeibare gal en geklonterde gal is op reguliere wijze niet aan te tonen. De meeste stenen zijn,



denk ik, nog niet zo oud. Pas als de stenen er tientallen jaren zitten kunnen ze uiteindelijk ook verkalkt raken waardoor zij wel zichtbaar zijn op röntgenfoto's. Zo gaat Andreas Moritz er vanuit dat het aantal patiënten met galstenen in de galblaas vermoedelijk ook veel hoger is dan nu ontdekt wordt. Ik heb tot nu toe bij maar één patiënt gepoogd om de stenen ook op reguliere wijze aan te tonen. Daarvoor heb ik eerst een lang telefoongesprek moeten voeren met een röntgenoloog om hem te overtuigen van het nut van deze actie. Hij heeft op mijn uitdrukkelijk verzoek een scan gemaakt waarop niets te zien was. Daarna heb ik maar geen nieuwe pogingen meer gewaagd. Voor mij zelf is het wel leuk dat ik m.b.v. bioresonantie altijd denk te kunnen zien of iemand stenen heeft, maar het was toch heel mooi geweest als we de diagnose ook op een 'normale' manier kunnen ondersteunen. Zo blijf ik met mijn metingen toch opereren in het gebied van 'moeilijk te geloven sterke verhalen' terwijl de resultaten van 1500 behandelde patiënten er tot nu toe niet om

liegen. Ik heb vaak gezien dat de aanwezigheid of het ontstaan van leverstenen een belangrijke factor is in mijn zogenaamde 'gat in de dijk theorie'. Ik heb deze diagnose dan ook toegevoegd als hoofdveroorzakende factor in het pathogenetisch ei van het BNS onderzoeks- en behandelmodel. Zie voor meer informatie over deze theorie eerdere uitgaven van de Mens Sana Berichten of kijk op www.menssana.nu. Nu is mij duidelijk geworden dat geen enkele patiënt blijvend te genezen is zolang er nog leverstenen bestaan.

Symptomatie van leverstenen

Nadat ik na twee jaar meer dan vijftienhonderd patiënten voor leverstenen behandeld heb zou ik het probleem van de **gestagneerde galstroom in de lever** willen betitelen met '**de gemaskeerde sluipmoordenaar**'. Dit probleem geeft namelijk, zeker voor artsen en therapeuten die er nog niet mee bekend zijn, nauwelijks aanwijsbare symptomen of klachten. Pas nu ik meer ervaring heb begin ik het probleem soms ook al in de anamnesticke fase van het consult te herkennen, maar dat blijft lastig.

Het meest in het oog springende symptoom wat ik er nu achteraf uithaal is: bijna alle patiënten klagen erover dat ze **het altijd koud hebben**. Maar ja, dat is natuurlijk helemaal geen specifiek symptoom, want dat kan ook allerlei andere oorzaken hebben. Ik zal hier een opsomming geven van de **symptomen** die ik zelf het meest heb gezien.

- **gewichtstoename**, met name toename van de buikomvang. Een pafferig, opgeblazen uiterlijk. Maar ook magere, ten-gere mensen kunnen leverstenen hebben.
- een vol **bekneld gevoel** in de **bovenbuik**, soms met pijnklachten die maar zelden het karakter van galkolieken aannemen.
- **moeheid**
- **vocht vasthouden**: aan benen en armen en soms ook in het gelaat (rond de ogen). Dit kan zowel veroorzaakt worden door een slechtere nierfunctie als door lymfestuwing.
- het ontstaan van **allergische klachten** (of recidiveren na een 'opgeschoonde situatie').
- **Falende afweer** (vaker infectieziekten)
- te snel optreden van **blauwe plekken** (stollingsstoornis)
- **depressiviteit** (drie patiënten vertelden mij: ik ben twintig jaar depressief geweest, en nu is dat helemaal over!!!)
- **hoge bloeddruk**
- **verhoogd cholesterol**
- **spijsverteringsklachten**: indigestie, slecht- of onverteerde ontlasting, ontlasting blijft drijven.
- **Ontkleurde ontlasting** (stopverf kleurig) en/of roodbruine

urine. Dit is een klassiek symptoom dat op afsluiting van de afvoerende galgangen kan wijzen. Het treedt echter maar zelden op.

Ik zou deze rij oneindig veel langer kunnen maken zoals Andreas Moritz in zijn boek ook gedaan heeft. **Dit is ook niet zo vreemd als je beseft dat de lever na de hersenen het twee-de knapste orgaan is van het gehele menselijk lichaam.** Het draagt zorg voor een aanzienlijk deel van de ontgifting van het lichaam: het maakt veel chemische stoffen onschadelijk en het doodt vele schadelijke ziektekiemen. De lever speelt een grote rol bij een normale spijsvertering. Tevens is het de grootste chemische fabriek in het produceren van heel veel hormonen, enzymen en allerlei tussenproducten van de gehele menselijke biochemie. Het zou hier veel te ver voeren als ik u daar een compleet overzicht van zou geven. Juist de enorme diversiteit van functies van de lever maakt dat het stellen van de diagnose leverstenen een schier



onmogelijke opgave is, zeker als je beseft dat ze met reguliere diagnostiek niet aan te tonen zijn. Je zou zelfs kunnen zeggen, net als bij een vitamine B12 tekort, er is geen enkel symptoom dat niet veroorzaakt kan zijn door leverstenen.

Waarom heb ik leverstenen een 'gemaskerde sluipmoordenaar' genoemd?

Normaal stroomt er 1,0 – 1,5 liter gal via de galgangen naar de twaalfvingerige darm. Als er leverstenen zijn dan komt er misschien nog maar een kopje galvloestof uit de lever, of zelfs bijna niets meer. Een gestagneerde galstroom in de lever leidt tot stuwning in de bloedcirculatie, stagnatie in de lymfestroom, een verslechterde longfunctie (de lever is vaak vergroot waardoor het middenrif minder goed kan bewegen), de darmfunctie en de spijsvertering raken verstoord en uiteindelijk leidt het niet zelden tot nierfunctieproblemen. Nu is het zo dat al die klachten afzonderlijk behandeld worden terwijl de ware onderliggende oorzaak ongemoeid blijft. Langzaam hoop ik steeds meer duidelijk te maken dat leverstenen vaak de oorzaak zijn van hart- en vaatziekten, diabetes mellitus (suikerziekte), allerlei hormonale problemen, vele longaandoeningen, enz. Deze chronische aandoeningen vormen tezamen de hoofdoorzaak van een hoger overlijdensrisico en bekorting van onze levensduur. Ik durf hier dus ronduit te stellen dat wanneer de diagnose leverstenen veel vaker gesteld zou worden en dan ook in een veel vroeger stadium de behan-

deling van al deze aandoeningen veel gemakkelijker zou zijn of sommige gevallen zelfs overbodig zou worden. Als je alleen al beseft dat 2 miljoen Nederlanders nu cholesterolverlagers gebruikt en dat 30-40% van alle westerlingen vermoedelijk leverstenen heeft, dan zou je je toch eens achter je oor moeten krabben.

De cholesterolmythe

Op dit moment wordt het hebben van een te hoog cholesterolgehalte in het bloed in de reguliere geneeskunde zwaar overgevaardeerd. Ik wil op zich niet ontkennen dat het belangrijk is. Maar er wordt een veel te groot gewicht gelegd op deze enkelvoudige factor terwijl er veel meer factoren zijn die tot hart- en vaatziekten leiden dan nu aandacht krijgt. Bovendien wordt de streefwaarde bij het helpen verlagen van het cholesterol steeds verder naar beneden gehaald. Dan wordt er veel te weinig bij stil gestaan dat cholesterol in principe een heel nuttig en onmisbaar stofje is voor de vorming van verschillende hormonen.

En, zeker niet in de laatste plaats, is het feitelijk een onbegrijpelijke actie als je het cholesterol gehalte met medicatie naar beneden brengt terwijl je de vaak onderliggende oorzaak, de leverstenen, ongemoeid laat. Als de lever een ongehinderde doorstroming heeft dan verlaat veel cholesterol ons lichaam gewoon via de ontlasting. Wist u dat 20% van alle

patiënten die statines (middelen die het cholesterol gehalte helpen verlagen) gebruiken, zij doen dat in principe levenslang, bijwerkingen hebben die soms ernstige vormen aannemen. Het leidt niet zelden tot spierklachten en gestoorde mentale functies.

Over de oorzaken van leverstenen

In mijn praktijk heb ik kunnen vaststellen dat het ontstaan van leverstenen vele oorzaken kent. In het rijke westen houden we er een levensstijl op na waardoor de lever het veel zwaarder te verduren krijgt dan vroeger.

We belasten onze lever met:

- overmatig gebruik van **stimulantia en genotmiddelen:** alcohol, drugs, roken.
- overmatig gebruik van **reguliere geneesmiddelen en vaccinaties.**
- we drinken absoluut **te weinig water.** Veel mensen denken: ik drink genoeg thee, koffie en frisdrank en beseffen onvoldoende dat je 6-8 glazen water per dag moet drinken.
- **Overmatig eten.** We krijgen veel te veel 'voedsel' binnen met een te lage voedingswaarde en te weinig voedsel met een hoge voedingswaarde. We krijgen over het algemeen teveel eiwitten binnen en mensen die gezonder willen eten gaan vaak vetten beperken. Terwijl juist ruim vet een krachtige stimulant voor de

lever is om door te stromen. We moeten dus meer (gezond!!!) vet eten. We hebben de neiging te vaak te eten (5 of 6 eetmomenten per dag). Dit verstoort onze biologische klok danig.

- **Te weinig lichaamsbeweging** en teveel stress.
- **We spugen veel te weinig onze gal.** Anders gezegd we onderdrukken onze boosheid veel te vaak. Noordelingen zijn vaak erg beheersd in hun uitingen, ik verwacht dat Italianen, die i.h.a. een meer choleric karakter hebben, veel minder last zullen hebben van gal- en leverstenen.

Je lever zuiveren, hoe doe je dat?

In ons jachtige bestaan dat steeds meer draait om uiterlijkheden wordt ons nog net wel geleerd om drie keer per dag onze tanden te poetsen (dan heb je in ieder geval nog wel een stralend witte lach) maar wie is er nu nog bezig met het regelmatig reinigen van je lever?

We zorgen nu in feite nog beter voor onze auto dan voor de inwendige organen van ons lichaam.

Steeds meer mensen gaan over op het rijden op winterbanden maar twee keer per jaar je lever zuiveren!? Heeft iemand je daar ooit al enige uitleg over gegeven? Dan doe ik dat graag nu.

Al de oude culturen en beschavingen kenden de noodzaak de lever schoon te houden. Er zijn veel bruikbare zuiveringsformules voor handen die doorgegeven werden van generatie op generatie of wel door educatie door de voorouders of wel door traditionele healers.

Fytotherapie: 10 beroemde leverkruiden

Er zijn een aantal kruiden die het functioneren van de lever helpen verbeteren en die de lever voeden en vitaal houden. Je kunt ze door elkaar mengen en er thee van zetten gedurende tien dagen. Doe dit twee keer per jaar bij de seizoenswisselingen of ten tijde van een acute ziekte.

1. Taraxacum officinale (gewone paardenbloem)
2. Symphytum officinale (Smeerkruid)
3. Glycyrrhiza glabra (Zoethout)
4. Agrimonia eupatoria (Gewone agrimonie)
5. Dioscorea villosa (Wilde yam)
6. Berberis vulgaris (Zuurbes)
7. Helleborus foetidus (Stinkend nieskruid)
8. Quercus alba (Witte eik)
9. Silybum marianum (Mariadistel)

Meng deze kruiden in gelijke delen (behalve no 2: slechts een half deel), voeg 2 eetlepels toe aan 0,75 L water. Laat het 6 uren (of een hele nacht weken) en

breng het dan aan de kook, laat 10 minuten trekken voordat je zeeft. Drink twee koppen thee op nuchtere maag.

Er zijn ook kant-en-klare reinigingskuren te koop b.v. **Fyto Drain**: totale reinigingskuur van **BuurManns**.

HEET WATER KUUR (gemberthee) of Ibisene van Lamberts

Als ondersteuning bij de eerdergenoemde bioresonantie korrels (alternatief voor de Moritz kuur) adviseer ik vaak de zogenaamde HEET WATER KUUR. Je drinkt dan enkele weken dagelijks een liter zelfgemaakte verse gemberthee: 1 theelepel verse geraspte gemberwortel (is te koop in de gewone supermarkt).

Als er mensen zijn die dit nog wat te omslachtig vinden heb ik ook al heel goede ervaringen met het gebruik van Ibisene tabletten van Lamberts, bevatten artisjokken extract, 2x daags 2 tabletten.

Trias kuur van Heel

Ik heb vaak dankbaar gebruik gemaakt van de zogenaamde Trias kuur van Heel. Dit is een combinatie van drie flesjes met druppels die een combinatie bevatten van homeopathische geneesmiddelen:



1. **Hepeel** diluut, 1 flakon 100ml, 1x

daags 20 druppels, ter ondersteuning van de lever.

2. **Renseel** diluut, 1 flakon 100ml, 1x daags 20 druppels, ter ondersteuning van de nier.
3. **Lymfomyosoot** diluut, 1 flakon 100ml, 1x daags 20 druppels, ter ondersteuning van het lymfestelsel.

Deze kuur zorgt voor een heel brede en complete ontgifting en op recept van een arts of Therapeut wordt het zelfs vergoed door het ziekenfonds.

Wat te doen om ervoor te zorgen dat leverstenen niet terugkomen

Als je naar de uitgebreide opsomming kijkt van de oorzaken van leverstenen dan moge duidelijk zijn wat je er wel niet allemaal voor kunt doen om er zoveel mogelijk voor te zorgen dat je niet heel snel weer opnieuw leverstenen krijgt. Toch zijn er drie hoofdfactoren die ik in mijn praktijk consequent controleer of actief propageer.

1. Zorg ervoor dat je echt voldoende **water** drinkt.
2. Ga weer **meer vet eten**, maar dan wel gezond vet wel te verstaan.
3. **Maak van je hart geen moordkuil.** Probeer om boosheid zo min mogelijk te onderdrukken. "Wat heb je wel niet allemaal op je lever?" Is een prachtig spreekwoord dat heel krachtig duidelijk maakt dat wij te vaak onze woede voor ons houden.

Verder kan hier, ook al is het een open deur, natuurlijk niet onbesproken zijn dat je zo terughoudend mogelijk moet zijn met alcohol en reguliere medicatie. Natuurlijk als er een gedegen indicatie is voor een geneesmiddel dan kun je daar niet om heen, maar op dit moment wordt er veel te vaak en veel te makkelijk gegrepen naar geneesmiddelen die maar heel zelden echte geneesmiddelen zijn.

Beproefde drank: Resium Energetica Natura heeft een oud kruidendrankje dat alle stenen in het lichaam snel en doeltreffend helpt oplossen. Ik heb er zelf geen ervaring mee, maar ik kreeg het getipt op de lesdag die ik begin dit jaar gaf aan de leden van de MBOG. Men was daar enthousiast over de werking. **Resium** werd voor het eerst geproduceerd in Spanje (1927) door de grootvader van de huidige producent.



Te gebruiken bij:

- Lithiasis: lost alle soorten van stenen in het organisme op;
- Lost nier, blaas- en

galstenen op tot fijn gruis waarna dit zonder enige pijn door het organisme uitgescheiden wordt;

- Zuivert gal- en urinairstelsel;
- Chronische aandoeningen van nieren of lever;
- Teveel urinezuur

Normale dosering:

3 x 2 eetlepels 1/2 uur voor de maaltijd, verdund in een half glas water

Bij ernstige gevallen:

3 x 3 à 4 eetlepels half uur voor de maaltijd verdund in een half glas water

In acute gevallen en bij ernstige kolieken: 75-100 ml elk tweede uur tot de pijnen ophouden (met water) of 2 eetlepels elke 10 minuten. Het kost 35 euro voor een liter. Als je prijsbewust bent gebruik dan liever de HEET WATER KUUR waar ik tot nu uitstekende resultaten mee heb.

Ontgiftende zitwrijf-baden

Nu ga ik u nog een frappante anekdote vertellen die geheel past in het kader van leverstenen. Een jaar geleden kwam er een patiënte op mijn spreekuur die allerlei chronische klachten had gehad maar die zij al grotendeels zelf had opgelost door enkele maanden dagelijks haar uitwendige geslachtsdelen met koud water nat te maken. Zij maakte daar een uitgebreid ritueel van door 's morgens een kwartier boven het bad te gaan zitten en haar schaamstreek met koud water nat te maken en te wrijven van voor naar ach-

ter. Zij vertelde dit met enige schaamte omdat ze onzeker was over hoe ik hierop zou reageren. Maar na bijna dertig jaar praktijk doen sta je nergens meer van te kijken en mijn belangstelling was direct gewekt. Want ik kreeg na enige tijd in de gaten dat zij vermoedelijk ook leverstenen gehad kon hebben die zij zelf weg heeft gekregen door deze wrijfbaden zonder dat ze wist dat ze die stenen had.

Ze had dit 'ontgiftende baden' geleerd nadat ze het boek: **Ontgiftende baden, een eenvoudig en doeltreffend middel om allerlei kwalen te bestrijden van France Guillain**, had gelezen.



Het toeval wilde dat ik het boekje ook al in mijn boekenkast had staan nog zonder dat ik het goed gelezen had. Nadat ik het zelf ook gelezen had werd mij duidelijk dat de schrijfster van het boekje zeer waarschijnlijk een probaat, oud middel

op het spoor gekomen was om een einde te maken aan allerlei chronische klachten. Zij heeft de methodiek opgepikt van **Louis Kuhne** die de aloude methode herontdekte en er lezingen over gaf en er in 1893 een boek over schreef *La nouvelle Science de guérir* (dat door *La Vie Claire* heruitgegeven werd in 1984). Dit boek werd uitgegeven in 32 landen.

Zo zijn er dus in 32 landen mensen die, zonder erover te praten, het ontgiftend bad kennen en gebruiken, maar Louis Kuhne praat in zijn boek niet alleen over dat soort baden. Hij legt ook de werking van zitbaden uit, stoombaden... omdat de wrijfzitbaden voorbehouden zijn aan... zij wier schaamte het toestaat... aan hen die het durven en-keel hun geslachtsdelen nat te maken.

*Ondanks de evolutie van de zeden en het naakt op het strand in de zomer, blijft het heel moeilijk om zomaar even onder vrienden op tafel te gooien dat u uw geslachtsdelen nat maakt met koud water. Ook durft niemand het risico te lopen belachelijk te lijken en zo dreigt een heel eenvoudige en doeltreffende methode te verdwijnen. Het wordt tijd dat we **er met zijn allen aan gaan werken zodat de geneeskunde er zich voor gaat interesseren en de methode een rechtvaardige plaats toekent.***

Zo schrijft France Guillain in haar inleidende eerste

hoofdstuk in haar boekje. In het boek komt uitgebreid aan de orde waar de zitwrijfbaden wel niet allemaal voor helpen: acne en puistjes, astma, verslaving, eczeem, overgewicht, grijze haren (veroudering), hoofdpijn, incontinentie, keelpijn, kiespijn, rug- en nekklachten, slapeloosheid, wratten en gezwellen, een betere zwangerschap en bevalling. Vervolgens beschrijft zij uitgebreid en zorgvuldig hoe je de methode moet uitvoeren. Het boekje heeft een grote uitstraling dat de methodiek sterk ontgiftend werkt maar er wordt niet expliciet gerept over de lever en al helemaal niet over leverstenen. En toch is dat nu precies wat ik vermoed: deze methode is wellicht een uitstekend middel om ook van leverstenen af te komen en je ervan te vrijwaren.

Versta mij goed, ik ga hier nu zeker (nog) geen pleidooi houden voor de uitvoering van deze methode, want ik heb de methodiek zelf nog niet onderzocht of beproefd. Maar ik kan u er ook zeker niet van weerhouden. Ik kan u het boekje van harte aanbevelen zodat ik in de toekomst misschien meer ervaringen van patiënten zou kunnen gaan optekenen.

Verontrustende ontwikkelingen: schadelijke invloed UMTS

De laatste maanden wordt ik geconfronteerd met een heel bizar fenomeen. Ik heb

nu al tientallen patiënten gehad die tijdens de laatste controle **geen leverstenen** hadden en met wie het behoorlijk goed ging en die mij dan twee of drie weken later opbellen vanwege een sterke terugval van klachten die mij rechtsreeks aan leverstenen deden denken. Als ik dan een nieuw bioresonantieonderzoek doe hebben ze ineens **wel leverstenen**. De eerste keren snapte ik het totaal niet, ik hield zelfs rekening met een fout in de meting. Maar ook herhaalde metingen lieten hetzelfde beeld zien, zodat ik er wel aan moest. Nu heb ik dit fenomeen inmiddels zo vaak gezien dat ik weet dat dit dus heel goed mogelijk is. Ondertussen ben ik hierover gaan nadenken: er moet dan wel een heel bijzondere factor zijn die dit kan veroorzaken. Op zo korte termijn een stagnatie van de leverstroom. Inmiddels denk ik de zeer waarschijnlijke oorzaak van dit fenomeen op het spoor te zijn. Dit fenomeen lijkt veroorzaakt te zijn door UMTS frequenties!!!

In de zomer van 2000 is er een veiling geweest van de UMTS frequenties en het heeft nog tot 2004 geduurd voordat Vodafone deze frequenties operationeel gemaakt heeft, een maand later gevolgd door KPN. In 2006 kwam T-Mobile dat haar netwerk tevens geschikt maakte voor

HSDPA: een aanpassing van UMTS die hogere datasnelheden biedt aan de gebruiker. Ondertussen is I-Phone de wereld aan het overnemen en komen er steeds meer APP's, toepassingsprogrammaatjes (podcasting: een mix van I-Pod en broadcasting). Je kunt dus wel stellen dat de ether heelmaal doordrenkt geraakt is met allemaal UMTS-frequenties. En dat kan met de huidige technologische ontwikkelingen alleen maar steeds meer worden.

Toen de UMTS frequenties ingevoerd werden waren er al direct grote bezwaren uit de hoek van de Biofysische Geneeskunde omdat deze frequenties rechtstreeks in het zelfde frequentiebereik liggen als de frequenties waarmee in het menselijk lichaam alles gereguleerd wordt. Dus zou het zomaar kunnen dat deze frequenties verantwoordelijk zijn voor het fenomeen van het plots ontstaan van leverstenen. Ook al zijn de ervaringen tot nu toe gering in aantal: als ik de geluidsfrequenties om de leverstenen weer weg te krijgen combineer met de gespiegelde UMTS frequenties dan verdwijnen de stenen tot nu toe steeds net zo snel als ze gekomen zijn. En dan nu maar hopen dat deze frequenties ook in staat zullen blijken te zijn om ervoor te zorgen dat deze patiënten dan ook geen nieuwe stenen meer maken.

Last but not least: patiënten met leverstenen hebben (of krijgen) een tekort aan vit.B12. De ervaring leert dat iedereen met leverstenen een tekort aan vitamine B12 heeft of krijgt. Vermoedelijk ontstaat dit door een tekort aan de transcobalamines, dit zijn transporteiwitten die normaliter door de lever geproduceerd worden. Ik meet met name een tekort aan het **transcobalamine II**. Zelfs patiënten die nog om andere redenen gewoon vitamine B12 aan het aanvullen zijn komen niet meer uit met een normale dosering. Dus ook al is de spiegel van vit.B12 in het bloed op een normaal extra hoog peil, door het tekort aan transcobalamine II komt er niet genoeg vitamine B12 aan op celniveau. Het transcobalamine II is blijkbaar de postbode die het vitamine B12 bij alle effectorganen door de brievenbus gooit.

Patiënten met leverstenen hebben dus behoefte aan vitamine B12 substitutie in een dosering die twee keer zo hoog is als normaal.

Lijst van bronnen:

1. De ongelooflijke Lever- en galblaaszuivering, Een krachtige aanpak om je gezondheid en vitaliteit te verbeteren, Andreas Moritz, in een niet al te beste Nederlandse vertaling verschenen in 2005, EnerChi Wellness Press, ISBN 0-9767944-1-1.

2. www.tijdvoorechtegezondheid.nl van Melchio Meijer, waarop een helder artikel te vinden is over de cholesterolmythe.

3. Ontgiftende baden, Een eenvoudig en doeltreffend middel om allerlei kwalen te bestrijden, France Guillain, Uitgeverij Deltas, ISBN 10 90-447-1061-3.

Artikel in Mens Sana Berichten 31-09, verschenen 01-07-2009: **4.** Boekbespreking: de Ongelooflijke Lever- en galblaaszuivering van Andreas Moritz, geschreven door Hans Reijnen, arts, nadat hij de eerste vijftig patiënten behandeld had (Mens Sana Berichten 31-09)

5. Artikel in Mens Sana Berichten 32-09, verschenen op 01-10-2009: Eerste resultaten van de "Nationale Inzamelingsactie, Lever in die stenen". Geschreven door Hans Reijnen, arts, nadat hij de eerste tweehonderd patiënten behandeld had.

Alle Mens Sana Berichten zijn integraal te downloaden van www.menssana.nu.

Hans Reijnen, arts voor Homeopathie en Bioresonantie,

december 2010.

Aurora borealis - Noorderlicht en Aurora australis - Zuiderlicht *twee nieuwe homeopathische geneesmiddelen*

September 2010 kwam ik voor het eerst op het idee om Noorderlicht te gaan potentiëren. Het is mij al langer duidelijk dat je niet alleen alle stoffelijke zaken kunt potentieren maar dat je ook energetische zaken kunt potentieren. Zo bestaat er al heel lang het homeopathische geneesmiddel **Elektricitas 30K**. Je kunt daar o.a. een **elektrosmog** belasting mee genezen. Je zou ook kunnen denken aan een patiënt die klachten heeft gehouden sinds een **defibrillatie** vanwege een hartstilstand of een patiënt die nooit meer de oude is geworden na getroffen te zijn geweest door **de bliksem**. Zo zijn er ook homeopaten die werken met gepotentieerd zonlicht en gepotentieerd maanlicht. Dit wetende was de sprong niet zo groot om te bedenken dat gepotentieerd Noorderlicht misschien wel een interessant nieuw homeopathisch geneesmiddel zou kunnen gaan worden. De metingen gaven op een gegeven moment aan dat sommige patiënten daar mee geholpen konden zijn. Toen ben ik me meer gaan verdiepen in het fenomeen van het Noorderlicht. Het leuke van Wikipedia is dat ik toen direct ontdekte dat er ook Zuiderlicht bestaat, daar had ik nog nooit van gehoord. Waarschijnlijk omdat ik op het Noordelijk halfrond leef. In Nieuw Zeeland zullen ze waarschijnlijk allemaal wel het

Zuiderlicht kennen. Ik kwam in september op het idee om Noorderlicht te gaan potentiëren nadat ik in het SNP Magazine (organisatie voor natuurritten) een artikel las over reizen in Noorwegen naar het Noorderlicht.

Citaat uit het SNP magazine nummer 16 van oktober 2010

Het noorderlicht zie je vaak als een lichte gloed, bewegende bogen, stralenbundels en het kan zelfs lijken op lichtgevende 'dansende gordijnen'. Soms is de gloed nauwelijks herkenbaar, maar als je geluk hebt lijkt het donkere firmament in brand te staan. Dit lichtverschijnsel is op een heldere avond op het noordelijk halfrond te zien, mits het natuurlijk donker is. Vaak hoor je ook dat het een koude vriesnacht moet zijn. De luchttemperatuur heeft echter geen invloed op het noorderlicht.

De Italiaanse wetenschapper Galileo Galilei (1564-1642) beschreef dit verschijnsel als eerste. Hij

doopte het Aurora borealis, vernoemd naar de Romeinse godin van het ochtendgloren en Boreas, de Griekse naam voor de noordenwind.

Ontstaan

De bron van het noorderlicht is de zon. Aan het oppervlak van deze gloeiende gasbol komen voortdurend enorme explosies voor en hierdoor worden met zeer grote snelheden, tot 1000km per seconde, elektrisch geladen zondeeltjes het heelal in geschoten. Deze gaswolken noemt men de 'zonnwind' en op de zon zijn dan zonnevlekken zichtbaar. Deze activiteit heeft een cyclus van ongeveer elf jaar. Tijdens een zonnemaximum is de zon extra actief en wordt er extra veel zonnwind het heelal in geblazen. Er zijn dan ook meer en grotere zonnevlekken waar te nemen.

Het duurt twee a drie dagen voordat de zonnwind de



Noorderlicht

aarde bereikt heeft; dankzij onze atmosfeer worden we beschermd tegen de zonnewind.

De atmosfeer bestaat voornamelijk uit stikstof en zuurstof. Als de elektrische zonnedeeltjes in botsing komen met deze gassen, komt er energie en dus licht vrij. Het poollicht is soms een combinatie van kleuren, maar meestal heeft het maar één kleur. De kleur van het poollicht zoals het op aarde zichtbaar is, hangt af van de hoogte waarop de botsingen in de atmosfeer plaats vinden. Blauw en violet poollicht ontstaan op ongeveer 120 tot 180 km en rood poollicht komt van nog grotere hoogte.

Waar

Door het aardmagnetisch veld worden de elektrisch geladen zonnedeeltjes naar de magnetische polen van de aarde geleid. Hier is de concentratie dus het grootst. Het noorderlicht wordt het meeste en beste waargenomen in de poollichtzone, een ovaalvormige cirkel die op ongeveer 67° noorderbreedte ligt. In een periode dat de zon zeer actief is, tijdens het maximum van de elfjarige cyclus, kan deze poollichtzone zich uitbreiden tot op onze geografische breedte en zelfs de evenaar.

Wanneer

De vorige periode dat de zon zeer actief was, was in 2000-2001. Gezien de elfjarige cyclus zou dat betekenen dat er in 2011-2012 weer een periode zal zijn dat het noorderlicht veel kan worden waarge-

nomen. Dus worden er nu weer reizen georganiseerd om het noorderlicht te kunnen gaan beleven.

Wikipedia over Poollicht

Het aantrekkelijke van Wikipedia is toch dat je in korte tijd een groot aantal essenties voorgeschoteld krijgt over nieuwe fenomenen. Zo ontdekte ik direct dat hetzelfde fenomeen zich ook aan de zuidpool voordoet, er bestaat ook een zuiderlicht. Hier is ook leuke informatie te vinden over het poollicht vanuit de folklore en de mythologie. Hier volgt een citaat.

Voordat de wetenschap met de verklaring voor het ontstaan van het poollicht kwam, waren er meerdere verklaringen voor het poollicht te vinden in de folklore en mythologieën van verschillende culturen. Het beeld op leven en dood, het verband met de geestenwereld en de strijd tussen bovennatuurlijke krachten in de hemel, zijn hiervan een voorbeeld. Men denkt ook dat het verschijnsel voor veel mensen angstaanjagend was.

*In de middeleeuwen zagen sommige **Europeanen** de roodgloeiende aurora als een voorteken van onheil, oorlog en bloedvergieten. Er zijn ook nog andere gedachtegangen. Zo was er **een Noor** die al in het jaar 1250 dacht dat het ijs op Groenland zo veel kracht genereerde dat het licht van de aurora ermee kon ontstoken worden.*

Andere Scandinaviërs vroegen zich af of het een weerspiegeling van de zee of zelfs van een school haringen was.

De Cree-indianen

geloofden dat wie stierf, in een dansende geest – de geest van de aurora – belandt. Zij hebben de aurora's altijd als heilig beschouwd. Ook de folklore en mythologie van volkeren, zoals de Inuit-mythologie en de Nieuw-Zeelandse Maori's, staat bol van verwijzingen naar de aurora's, of "het branden van de hemel".

Materia medica van Auroras borealis en Aurora australis

Net als toen ik voor het eerst vitamine B12 ging potentieren tast ik nu nog behoorlijk in het duister over wat je kunt genezen met Aurora borealis 30K en Aurora australis 30K. Voorlopig moet ik het hebben van de kennis over deze fenomenen tot dusver en wat mijn intuïtie erover zegt.

Wat tot nu toe opvalt bij het testen van patiënten is dat de eerste drie patiënten die gepotentieerd poollicht konden gebruiken een indicatie hadden voor Aurora borealis. Terwijl ik daarna veel meer patiënten gezien heb die een indicatie hadden voor Aurora Australis. De meeste patiënten, levend op het noordelijk halfrond blijken geholpen te kunnen zijn met gepotentieerd zuiderlicht. Dit brengt mij op de volgende gedachten gansen.

Op het noordelijk halfrond zijn we voornamelijk of geheel gericht op de Noordpool. Zal gepotentieerd zuiderlicht patiënten kunnen helpen bij de naderende shift van de magnetische aardpool die voorspeld is rond 2012. Zo'n shift schijnt zich slechts één keer per 29.600 jaar voor te doen en dat mogen (of moeten) wij dan juist meemaken. Lang heb ik er rekening mee gehouden dat die shift tamelijk abrupt zal plaatsvinden, wat overigens een enorme catastrofe zou zijn. Maar onlangs heb ik bedacht dat de aarde mogelijk al veel langer bezig is met de voorbereidingen voor deze shift. Want de spanning tussen de beide aardpolen schijnt al geruime tijd langzaam steeds verder af te nemen. Zou het kunnen dat dit juist gebeurt om de overgang naar de shift te versoepelen.

Het is dus een kwestie van ompolen

Gepotentieerd poollicht kan vermoedelijk helpen bij alle ompolingsprocessen, zowel bij persoonlijke transformatieprocessen als bij de naderende shift van de magnetische aardpool die zeer waarschijnlijk gepaard zal gaan met een grote transformatie van het collectieve bewustzijn van de mensheid. Zullen wij er in kunnen slagen om een quantumsprong te maken, om een enorme stap te zetten van het derde chakra (de plexus solaris) naar het vierde chakra (het hartchakra), om door te evolveren van zeven



Zuiderlicht

chakra's naar 13 chakra's. Er komen dus zomaar zes chakra's bij die voor een deel buiten ons fysieke lichaam zullen komen te liggen in en boven ons hoofd.

Dit geweldige transformatieproces wordt vermoedelijk aangestuurd door **kristallen** die **op de epiphyse** (de pijnappelklier) zullen gaan ontstaan of al zijn ontstaan. Dit nieuwe fenomeen werd voor het eerst waargenomen bij obductie van patiënten in Israël. Men ging er daar vanuit dat dit een pathologische ontwikkeling zou zijn, men vroeg zich af hoe deze pathologie kon ontstaan. Onder invloed van GSM straling, of door gefluorideerd drinkwater? Toen ik de site www.lightworker.com van Steve en Barbara Rother ontdekte (waarvan inmiddels ook een Nederlandse vertaling bestaat: www.lichtwerker.nl), werd mij duidelijk dat deze zogenaamde "**Pineal Crystals**" helemaal niet pathologisch zijn maar dat dit

juist het **orgaan van de toekomst** is waarmee wij in de nabije toekomst op veel grotere schaal telepathisch zullen kunnen communiceren en dat wij meer mogelijkheden krijgen om met onze mind veel meer te creëren dan wij nu kunnen. Wellicht dat de epiphyse ook de fysieke evolutie zal aansturen.

Deze kristallen bevatten vermoedelijk veel **silicium**. Waar de gehele menselijke biochemie tot nu toe volledig gebaseerd is op allerlei stoffen die gevormd worden door koolstof ketens, zal er een evolutie plaats vinden van de biochemie die gebaseerd is op silicium verbindingen. In de gehele computertechnologie zijn alle chips nu al gebaseerd op silicium kristallen.

(R)Evolutionaire ontwikkelingen van de biochemie

De menselijke biochemie schuift op in de richting van steeds complexere formulestructuren en de

basiselementen uit het periodiek systeem, die hierbij veel gebruikt gaan worden, zijn afkomstig uit de volgende rij van het periodieke systeem. Zo ligt silicium (Si, stadium 10) in de volgende rij (siliciumserie) precies onder het koolstofatoom (C) in de rij (koolstofserie) daarboven. Zo heb ik nieuwe vitamine B12 verbindingen ontdekt die in het kopstukje moleculen bevat met atomen ook uit de siliciumserie waar alle tot nu toe bekende B12 verbindingen alleen maar moleculen bevat met atomen uit de koolstofserie. En dan komt NASA op 02-12-2012 met het nieuws dat ze in een zwaar verontreinigd meer een nieuwe bacterie gevonden hebben die in zijn DNA opbouw fundamenteel verschilt van bacteriën tot nu toe. En wat blijkt? In de DNA opbouw is het gebruikelijke fosfor atoom (P, stadium 15) uit de siliciumserie vervangen door een arsenicum atoom

(As) uit de opvolgende ijzerserie. En ook arsenicum staat precies onder Phosphor, staan dus beide in stadium 15. Dit zijn toch wel heel opvallende overeenkomsten.

Zo heb ik ondertussen enerzijds nieuwe cobalamine verbindingen ontdekt met atomen in het kopstukje uit alle rijen van het periodiek systeem zodat dat al minstens zoveel verbindingen oplevert als er elementen zijn in het periodiek systeem, en dat zijn er op dit moment 103. Terwijl er tot nu toe maar ongeveer 55 vitamine B12 analogen bekend zijn. En nog een heel interessante ontdekking is dat ik nu ook nog op nieuwe B12 verbindingen gestuit ben met meer kopjes aan de cobalamine body.

Normaal heeft een cobalamine maar één kopje. Maar eerst ontdekte ik een paar keer een tweekoppige

cobalamine, later een paar driekoppige cobalamines en de laatste tijd kom ik allerlei achtkoppige cobalamines tegen. Dan zijn alle plekken waar zich een kopje kan hechten aan de cobalamine body bezet. De kopjes kunnen gevormd worden door een afzonderlijk element, een aminozuur, maar ook door eiwitten of zelfs hormonen.

Ik begrijp dat dit laatste hoofdstukje voor leken niet of nauwelijks te begrijpen zal zijn. Maar u moet zich realiseren dat de Mens Sana Berichten twee doelgroepen heeft: enerzijds patiënten, maar anderzijds ook artsen en therapeuten.

Hans Reijnen, arts,
december 2012

Boekbespreking: Worldshift 2012

WorldShift/2012, De synergie van groen ondernemen, nieuwe politiek en hoger bewustzijn met een voorwoord van Deepak Chopra en Michael Gorbatsjov, van **Ervin Laszlo**, Uitgeverij Ankh Hermes b.v. te Deventer 2009, ISBN 978-90-202-0386-8.

Ik ben al grote fan van Ervin Laszlo sinds ik onze website: www.menssana.nu heb opgezet in maart 2005. Want vanaf het begin is Ervin Laszlo voor ons een groot voorbeeld geweest zodat ik hem met zijn door hem opgerichte Club van Budapest een pagina heb gegund op onze site omdat zijn visie naadloos past in de filosofie en de missie van Mens Sana. Laszlo schreef in 2003 het boek Chaospunt waarin hij precies beschrijft wat er nu allemaal aan het gebeuren is in de wereld. Hij liet toen al ernstige waarschuwingen uitgaan dat we zo niet verder kunnen op dezelfde weg. Hij voorspelde een toenemende desintegratie (toenemende chaos) van onze westerse beschaving en rekende toen al akelig nauwkeurig voor hoe oneerlijk het verdeeld is in de wereld. En hoe wij bezig zijn om de aarde langzaam maar zeker helemaal uit te wonen zeker gezien het feit dat de totale wereldbevolking veel te hard groeit, nu al 7 miljard mensen.

Het is eigenlijk wel een beetje akelig om de harde werkelijkheid tot je door te laten dringen, wellicht dat we er daarom nog steeds veel te weinig mee gedaan hebben. Want nu zijn we al weer 7 jaren verder en nu heeft Laszlo in dit nieuwe boek in feite nog steeds dezelfde boodschap, alleen nu is het tien voor twaalf. We zullen nu heel snel tot diepgaand andere inzichten moeten komen anders kan het ook wel eens echt te laat zijn. De aarde verzet zich steeds heftiger tegen de respectloosheid waarmee de mensheid haar bejegent als je kijkt naar de klimatologische veranderingen die in een steeds rapper tempo lijken op te treden en als je kijkt naar het groeiend aantal natuurrampen dat er optreedt.

Kijk eens naar de financiële crisis die nog lang niet helemaal bezworen lijkt, de katholieke kerk is op sterven na dood, in politiek Den Haag weten ze niet meer hoe het moet en als ze er dan uit zijn dan treedt er een enorme verrechtsing op waardoor de kloof tussen arm en rijk alleen maar groter wordt. Steeds meer heilige huisjes zijn aan het sneuvelen, steeds vaker blijkt dat we om de tuin geleid worden puur vanwege financieel gewin en politieke macht. Een van de grootste farces was de hype die er gevoerd werd rond de Mexicaanse griep (een jaar geleden) en medio november toonde een aflevering van Zembla op TV aan dat de werking van de griepsput in



feite nog nooit deugdelijk werd aangetoond. Nu hebben we weer de affaire met Wikileaks die honderdduizenden documenten van Amerika openbaar maakt waaruit nogal wat onverkwikkelijke zaken aan het licht komen. Het is voor mij onbegrijpelijk dat de Amerikaanse regering vervolgen durft te zijn over het feit dat ze nu dus niet meer in het geniep alles naar hun hand kunnen zetten. Als je zorgt dat je voortdurend integer en respectvol opereert dan heb je niets te verbergen. En zij durven openlijk te stellen dat Mr. Assange eigenlijk om het leven gebracht zou mogen of moeten worden. We leven in een tijd waarin alles wat op onwaarheid berust kennelijk naar buiten moet komen. Zo worden we in feite heel erg geholpen om veel meer een waarachtig leven te leiden met alle respect voor alles wat leeft op onze planeet en op basis van volkomen gelijkwaardigheid van alle aardbewoners.

Worldshift: een wereldwijd keerpunt van een pad van gebrek aan duurzaamheid, conflicten en confrontaties naar een van duurzaamheid, welzijn en vrede.

De wereld die we hebben gecreëerd is niet duurzaam. Zoeken naar manieren voor het tegengaan van de ergste gevolgen van de huidige economische en financiële crisis betekent niet dat het eind van deze crisis in zicht is, of zelfs maar het begin van het einde ervan. We staan pas aan het eind van het crisisbegin. Er zullen nog andere crises op volgen. De crisis op gebieden als ecologie, demografie, energie, drinkwater en minerale hulpbronnen lokken andere crises uit, crises die alle volken en alle naties treffen en alle delen van de samenleving aangaan. Misschien zijn we ons daarvan bewust, maar misschien ook niet. Het is echter een feit: wij verkeren in een mondiale noodtoestand.

Een wereldwijde noodsituatie is echter geen reden tot pessimisme en wanhoop. Het is een oproep tot handelen! Iedere crisis, lokaal of mondiaal, creëert ook constructieve, positieve mogelijkheden. Er is echter één ding dat geen enkele crisis toelaat: business as usual – op de oude voet doorgaan. Als we dat toch doen, draait een crisis uit op een ramp.

De aarde zelf verandert onder onze voeten. Veranderde neerslagpatronen, temperatuurverschillen, heftige orkanen en langdurige droogten bedreigen immense landbouwgebieden die honderden miljoenen monden behoren te voeden. Op de top van de Kilimanjaro in Tanzania is nauwelijks nog een spoor van de legendarische eeuwige sneeuw te bekennen. Het smelten van immense ijsmassa's van de kilometers dikke ijslaag op Antarctica leidt overal tot een stijging van de zeespiegel die honderden miljoenen van huis en haard kan verdrijven, en grote delen van het productieve landbouwareaal van de wereld onder water kan zetten. Toch is het klimaat slechts één van de vele gevaren die ons bedreigen. Samen met de financiële crashes en economische fluctuaties in de wereldeconomie is de klimaatcrisis echter wel de meest zichtbare. Behalve het klimaat en de economie zijn er nog tal van andere 'onhoudbaarheden': schrijnende armoede, onmenselijke leefomstandigheden, hongersnood, criminaliteit, oorlogen, terrorisme, onverdraagzaamheid en de opstanden en frustraties die ze oproepen. Die bedreigingen zijn misschien minder zichtbaar, maar even gevaarlijk. Als wij nu geen begin maken met het werken aan een tijdige, effectieve verandering, zal de zich verbreidende chaostoestand snel escaleren tot een catastrofe. Die leidt dan tot het eind van de wereld zoals wij die kennen en kankorte metten maken

met het bestaan van de mensheid op aarde. Aan ons de keus; tijdig veranderen of de gevolgen voor lief nemen.

Bewuste verandering is onze kans. Een stabiel systeem – of het nu een samenleving is of een ecologie – zal niet gemakkelijk veranderen, want het streeft naar handhaving van de status quo. Daarentegen is een onhoudbaar systeem vatbaarder voor verandering, omdat het wel *moet* veranderen. Zo'n verandering kan snel gaan. De vraag is echter hoe die verandering tot stand zal komen. Lukraak en onder een kritische druk? Of bewust, tijdig en effectief om meer duurzame, minder crisisgevoelige omstandigheden te creëren? Een bewuste omslag kan tijdig de noodzakelijke verandering bewerkstelligen. We beschikken nog over de daarvoor vereiste middelen. Er staan ons enorme en vooralsnog onaangesproken hulpbronnen ter beschikking: menskracht en natuurlijke en financiële middelen. Er is een compleet spectrum van nieuwe technologieën op het gebied van duurzame energie en het duurzame gebruik van hulpbronnen in ontwikkeling. In zowel de politiek als het bedrijfsleven nemen beter geïnformeerde en met meer verantwoordelijkheidsbesef gezegende leiders het roer over. De noodzaak tot veranderen dringt door in het denken van steeds meer mensen. Nieuwe inzichten in onze

verbondenheid met elkaar en met de natuur breken baan op de pioniersgebieden van wetenschappelijke disciplines. De nieuwe cultuur van verantwoordelijkheid, duurzaamheid en vrede begint deze inzichten uit te dragen. Wij zijn zowel individueel als collectief bezig te ontwaken, als bewuste mensen, en een bewuste soort. We hoeven niet uit te sterven: we hebben de mogelijkheid om te veranderen.

Dit is een handboek voor bewuste verandering – een verandering die de wereld van nu wegleidt van het pad naar steeds ernstiger crises, ten gunste van het soort ontwikkeling dat de mensheid vrede en welzijn zal brengen. Om die reden kunnen we terecht van een *Worldshift* spreken. Het tot stand brengen ervan is haalbaar, maar of we dat bewerkstelligen is nog geen uitgemaakte zaak. Die uitslag staat of valt met wat wij vandaag doen. En *wat* wij doen is afhankelijk van onze waarden, ons ethisch besef en ons bewustzijn.

Hans Reijnen, arts
December 2010-12-09

Aankondiging:

In April 2011 zal er een nieuw **ankertje** uitkomen, uitgegeven door Ankh Hermes, over vitamine B12, geschreven door Hans Reijnen, arts. Dit initiatief is rechtstreeks voortgekomen uit het Congres: B12 Integraal – Cobalamine4All van afgelopen Mei 2010.

Het volgende nummer zal gewijd zijn aan:

- ✓ het **onderwerp:**

Genezen met Symbolen en Graancirkels

- ✓ met zoals altijd bijdragen vanuit de (para)-medische praktijk als uit de psycho-energetische invalshoek.

Vaste rubrieken:

- ✓ De Huisapotheek
- ✓ De boekentip

Colofon:

Uitgave van:

Mens Sana

Ferdinand Bolstraat 8
5753 BL **Deurne**

medewerkers:

- * Hans Reijnen, arts voor homeopathie en bioresonantie
- * Mieke Lomme, psycho-energetische begeleiding
- * Annie Willems, aromatherapeute
- * Hannah Cuppen, Integraal Therapeut
- * Jacqueline Lemmen, praktijkassistente

Mens Sana Berichten

verschijnt:

4 keer per jaar

Te verkrijgen:

Telefonisch:

0493-319000

E-mail: info@menssana.nu

kosten:

op spreekuur: **gratis**

per e-mail: **gratis**

per post:

€ 1,50

per jaar (4 nummers)

€ 5,00

De Huisapotheek

Ideaal voor de gure weersomstandigheden in de winter zijn de **Coldcream van Weleda** en **Everon lippenbalsem** van Weleda.

Coldcream: een beschermende en intensief verzorgende gezichtscreme voor de droge tot zeer droge huid. Deze vette creme met hoogwaardige plantenoliën en zuivere bijenwas vormt een bescherm laag op de huid en beschermt de huid tegen gure weersomstandigheden. De ruwe en schrale huid wordt weer soepel en zacht.

Everon lippenbalsem: beschermt de lippen tegen uitdrogen en houdt ze zacht en soepel dankzij ingrediënten als jojobaolie, sheaboter, bijenwas en rozenwas.



Chi international bv, de grote producent van hoogwaardige essentiële oliën, brengt ook een heel interessant voedingssupplement uit: **Vertargil conditio** capsules, die een combinatie is van multivitaminen, sterke ontgifter en het werkt versterkend en stimulerend voor zowel de gehele spijsvertering als het immuunapparaat. Dit alles is mogelijk omdat het een slimme combi is van:

- **Vertargil** (groene leem): dat sterk ontgiftend werkt in de darm doordat het gifstoffen aantrekt en in zich opneemt en helpt af te voeren. Hierdoor is het zeer behulpzaam bij leverzuiveringskuren.
- **Spirulina:** het chlorofyllrijke groene alge dat heel vitaminerijk is en door het magnesium in de chlorofyll een sterk ontgiftende werking heeft.
- **Himalayazout:** kristalzout dat 350 miljoen jaar oud is en 84 vitale bestanddelen (hoogwaardige mineralen en sporenelementen) bevat. De bouwstenen van het leven zijn in het oerzout bewaard gebleven. Zij bevinden zich in het kristal in zulke kleine deeltjes (colloïdaal) dat ze optimaal door de lichaamscellen worden opgenomen.

Verder wil ik u allen nog eens herinneren aan het feit dat mogelijk bijna de helft van de gehele bevolking 's winters echt gebaat kan zijn met het innemen van vit.D3. Ik gebruik in de praktijk vaak **Vit.D3 600IE tabletten (180 2t) van Plantina**, waarvan een volwassene dan drie tabletten per dag moet nemen. Kleine kinderen hebben genoeg aan een tablet, grotere kinderen hebben twee tabletten per dag nodig. Nu is de kunst voor uzelf om een beter idee te hebben of je nu er wel of geen baat bij zult hebben. Daarvoor kunt u nog eens teruglezen in de **Mens Sana Berichten 35-10** die geheel aan vitamine D gewijd was.