

EDELTRAUD RICHTER
COMMUPAX
HEILNETIK



Neue Heilkultur
durch herzzentrierte
Kommunikation

Commupaxheilnêtik

Edeltraud Richter

Commupaxheilnētik

Neue Heilkultur durch
herzzentrierte Kommunikation

Bibliografische Information der Deutschen National-Bibliothek:
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der
Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische
Daten sind im Internet über <http://dnb.dnb.de> abrufbar.

© 2024 Edeltraud Richter

Das gesamte Werk ist im Rahmen des Urheberrechts geschützt.
Das gilt auch für die fotomechanische Wiedergabe und für Tonträger jeder Art,
elektronische Medien sowie auszugsweisen Nachdruck.

Herstellung und Verlag: BoD-Books on Demand, Norderstedt
ISBN: 9783759728258

Haftungsausschluss

Die empfohlenen Methoden und Übungen in diesem Ratgeber zur Aktivierung
der Selbstheilungskräfte wurden von der Autorin nach bestem Wissen und
Gewissen erarbeitet und haben sich in der Praxis bewährt. Die Informationen sind
sorgfältig recherchiert. Das Wissen um die gesundheitliche Bedeutung aktueller
Forschungsergebnisse unterliegt dem ständigen Wandel. Die Autorin übernimmt
keine Gewähr und Haftung für die Aktualität, Richtigkeit und Vollständigkeit der
Inhalte. Die Anwendung der Inhalte dieses Buches erfolgt auf eigenes Risiko.
Bei akuten Problemen ist medizinisches Fachpersonal in Anspruch zu nehmen.

Illustrationen, Grafiken, Fotobearbeitung:

Dietmar Baumann, Architekt i. R.

Fotos, Korrektorat: Wolfgang Richter, Diplom-Lehrer für Mathematik und Sport,
Qigong-Lehrer und Therapeut

Fotomodell: Nico Richter, Yogalehrer, Bailongball-Trainer

Inhalt

| | |
|--|------------|
| Vorwort | 9 |
| Zur Verwendung des Buches | 14 |
| Kapitel 1 | |
| Commupaxviterna – Neue Sichtweisen für Bewusstsein und Medizin | 26 |
| 1.1 Neue Aspekte ganzheitlicher Weltsicht, Gesundheit und Gesundheitskultur | 26 |
| 1.2. Der Heilungsweg eines Menschen | 106 |
| Kapitel 2 | |
| Materispiritare – Selbsthilfe zur Selbstheilung | 135 |
| 2.1. Zaubermittel Atmung für Heilprozesse in allen Dimensionen | 159 |
| 2.1.1 Vokalatmung | 160 |
| 2.1.2 Konsonantenatmung | 160 |
| 2.1.3 Kombinierte Lautatmung | 161 |
| 2.1.4 Rhythmische Atemübungen | 162 |
| 2.1.5 Kohärentes Atmen | 167 |
| 2.1.6 Ujjayi-Atmung | 171 |
| 2.1.7 Buteyko-Methode | 176 |
| 2.1.8 Wim-Hof-Methode | 178 |
| 2.1.9 Lichtatmung | 179 |
| 2.2. Heilkraft fördernde Ernährung | 180 |
| 2.2.1 Blutgruppen als Basis für personalisiertes Vitaphot-Food | 187 |

| | | |
|-------|--|-----|
| 2.2.2 | Nahrungsmittel als Quelle notwendiger Nährstoffe | 196 |
| 2.2.3 | Vitaquell als Lebenselixier | 223 |
| 2.3. | Heilkraftturbo Bewegung | 240 |
| 2.3.1 | Energie fördernde Übungen für zu Hause | 244 |
| 2.3.2 | Bewegung im Freien | 259 |
| 2.3.3 | Bailongball | 270 |
| 2.3.4 | Bewegung zur Entwicklung des Wohlfühlgewichts | 274 |
| 2.4. | Heilkraft Beziehungen | 282 |
| 2.5. | Heilungstools | 307 |
| 2.5.1 | Akupressur und Selbstmassage | 307 |
| 2.5.2 | Zahlen-Apotheke | 319 |
| 2.5.3 | Pflanzen-Medizin | 324 |
| 2.5.4 | Entgiftung | 346 |
| 2.5.5 | Gesundheitsmittel – frei verkäuflich | 356 |

Kapitel 3

Spirinähra – Initialzündung und Schubkraft für alle Heilprozesse

| | | |
|--------|---|------------|
| | | 393 |
| 3.1. | Rituale zur Entwicklung der Seelen-Persönlichkeit | 401 |
| 3.1.1 | Die Kraft der Rituale | 401 |
| 3.1.2 | Basis - Ritual | 403 |
| 3.1.3 | Das Abend-Ritual | 411 |
| 3.2. | Eden-Meditation | 432 |
| 3.3. | Homöo-Kinesiologie | 458 |
| 3.4. | Visualisierungsübungen zur spirituellen Entwicklung | 479 |
| 3.4.1. | Alchimistische Modulierung von Freude und Energie | 486 |
| 3.4.2. | Aktivierung der Zirbeldrüse | 527 |
| 3.4.3. | Visualisierung einer Lichtpyramide | 538 |

| | |
|--|------------|
| 3.4.4. Heilungsschub durch feinstoffliche Energien – zehn Varianten der Bewusstseinsentwicklung | 543 |
| 3.4.5. Visualisierung von platonischen Körpern | 600 |
| 3.4.6. Lichtaktivierung für körperliche, psychische und mentale Lebensfreude | 616 |
| 3.4.7 »Kler«-Power | 627 |
| 3.5. Selbsthypnose | 629 |
| 3.6. Geomantie, Gene Kays und Remote Viewing | 639 |
| Nachwort | 649 |
| Dank | 654 |
| Autorin | 656 |
| Bildverzeichnis | 658 |
| Verwendete Literatur, Informations- und Bezugsquellen | 663 |



Vorwort

Sehr verehrte Leserinnen, sehr verehrte Leser,
zunächst bitte ich um Erlaubnis, Sie mit »du« ansprechen zu dürfen, so als wären wir in einer Kursstunde oder in einem Seminar. Danke!

Suchst du nach einer Möglichkeit, die Herausforderungen des Alltags stressfrei, gelassen und gesund zu meistern, dein volles Potenzial auszuschöpfen und dich immer aufs Neue pudelwohl zu fühlen?

Möchtest du effektive Übungen zur Entfaltung deiner Selbstheilungskräfte kennenlernen, Methoden der Selbsthilfe zur Selbstheilung?

Interessieren dich Techniken, um deine spirituellen Fähigkeiten zu erkennen und weiterzuentwickeln?

Dann wird dir dieses Buch helfen.

Ich habe das Buch bewusst in der Wir-Form geschrieben, denn das »Wir« verkörpert sowohl mein Bewusstsein, meine Persönlichkeit, als auch mein unbewusstes Bewusstsein, meine Seele. Wir bezeichnen zur allgemeinen Akzeptanz die Seele als »Ich-Selbst«. Unser Wunsch und unsere Motivation sind es, den Menschen bei der Erhaltung ihrer Gesundheit, bei der Krankheitsbewältigung und beim »Aufwachsen und Aufwachen« zu helfen.

Neuartige wissenschaftliche Erkenntnisse sind der Anstoß für schon lange notwendige, grundlegende, veränderte Denkweisen in allen Lebensbereichen.

Der Buchtitel, das Kunstwort **Commupaxheilnetik**, vereint die Begriffe Kommunikation, Frieden, Heilung und Bewegung.

Wir möchten die Idee vermitteln, dass herzzentrierte Kommunikation die Kraft hat, Bewegung in Richtung Heilung und Frieden sowohl in unserer realen Welt als auch im Metaversum zu erzeugen.

Commupaxviterna, der Zentralbegriff für das erste Kapitel vereint »Commu«, abgeleitet von Kommunikation und Kommune (Verbindung und Austausch von Menschen und Gruppen auf dem Konsensprinzip, bei dem alle Entscheidungen gemeinsam getroffen werden, ohne Konkurrenz mit ethischen Grundsätzen) und »Pax« dem lateinische Wort für Frieden sowie »Viterna«, einer Schöpfung aus »Vita« (Leben) und »Interna« (was Ewigkeit suggerieren soll).

Dieser Begriff präsentiert ein Prinzip, einen Zustand oder Handlungsempfehlungen zur Entstehung einer Lebensweise, die gestützt auf wissenschaftlichen Erkenntnissen ewige Weisheiten realisiert, die körperliches, gesellschaftliches Wohlbefinden mittels Kommunikation zum Wohle alles Lebendigen ermöglicht.

Materispiritare, ein Kunstwort für das zweite Kapitel, soll Selbsthilfe zur Selbstheilung durch materielle und immaterielle Dinge ausdrücken. Das Wort vereint »materiell« und »spirituell«. Es betont die Bedeutung von physischen Gegenständen und spirituellen Praktiken im Prozess der Selbstheilung.

Spirinähra, der zentrale Inhalt des dritten Kapitels, symbolisiert die Bedeutung einer spirituellen Praxis für Persönlichkeitsentwicklung als Basis aller Heilprozesse, das heißt, sowohl individuelle als auch sozio-kulturell-ökologisch-ökonomische Heilung. Das Wort Spirinähra kombiniert Spiritualität und Nahrung. Es reflektiert die Idee, dass geistige Übungen Körper und Seele nähren und heilen können, gleichzeitig die Entwicklung der Seelenpersönlichkeit zum Wohl alles Lebendigen in uns und um uns fördern.

Denken, Fühlen und aktives Handeln erzeugen die äußere Wirklichkeit, bewusst oder unbewusst. Wissenschaft und Spiritualität müssen zu einer Einheit zusammengeführt werden, um das Überleben der Spezies Mensch und die Heilung der Erde zu gewährleisten.

Alles ist Bewusstsein. Jeder Mensch ist bewusst oder unbewusst spirituell, er ist ein Bewusstseinskörper aus Licht, Energie und Infor-

mation. Sinn des Lebens ist es, dass das, was ein Mensch tut, Zufriedenheit, Erfolg und Freude bringt.

Denken, fühlen, verhalten und wirken wir in Übereinstimmung mit unserer Seele, sind wir friedensstiftend.

Die Notwendigkeit des Verstehens eines »Paradigma des Lebendigen« (H. P. Dürr) gepaart mit dem Paradigma der »Symbiose von Materialismus und Idealismus« (wir) wird durch viele wissenschaftliche Forschungsergebnisse untermauert.

Wir beziehen uns in diesem Buch nur auf einige Vertreter/Ansätze, wie das Integrale Weltbild von K. Wilber, das Weltbild von H. Heim, die ImmunSymbiose von D. Klinghardt und A. Zappe, die Forschungen zum Hyperschall von R. Gebbensleben zur Erklärung aller paranormalen Phänomene sowie die Intelligenz und Kommunikationsfähigkeit der Pflanzen von J. Scheppach.

T. Metzingers psychometrische Studie mit Meditierenden in 57 Ländern zeigt, dass Selbstbewusstsein, Zeitrepräsentation und Selbstverortung in einem räumlichen Bezugssystem keine notwendige Bedingung für das Auftreten von Bewusstsein sind. Wir berücksichtigen den Valebo-Effekt und die Skizzierung des Cura-Wesens von H. und M. Schröder sowie E. Grunwald als Zeitwende im Gesundheitswesen.

Die neuen Sichtweisen, die theoretischen Grundannahmen und spirituellen Übungen haben wir in Bildern skizziert.

Die Wahrnehmung von transpersonalen Bezügen des Menschen und deren Entwicklung ist unseres Erachtens notwendig, um der Suche des Menschen nach Sinn zu entsprechen und eine friedliche Weiterentwicklung der Menschheit und allem Lebendigen zu ermöglichen.

Die größte Herausforderung im gegenwärtigen Weltgeschehen ist das Zulassen eines neuen Denkens. Auf sämtlichen Ebenen des realen Lebens ergibt sich die Notwendigkeit, alles als Bewusstsein zu erkennen. Bewusstsein ist – in unterschiedlichen Dichten und Schwingungs-

graden – Liebe, Licht und Information in allem Existierenden. Sämtliche Strukturen des menschlichen Körpers haben einen materiellen und einen immateriellen Aspekt. Der Mensch ist ein Geistkörper.

Spiritualität ist unsere Daseinsweise. Bedeutung und Sinn des Lebens sind nicht nur in wissenschaftlich objektivierbaren Daten festzustellen. Wir erkennen dies auch mit unserer Intuition. Die Erkenntnisse aus dem analytischen Bewusstsein müssen mit den Erkenntnissen aus dem unbewussten Bewusstsein in Übereinstimmung gebracht werden. **Analyse und Intuition als zusammengehöriges Paar zu verankern** in einem wissenschaftlichen, wirtschaftlichen, psychologisch-pädagogischen oder ähnlichen Denken, **ist das Gebot der Stunde.** Das betrifft alle Bereiche des Lebens.

Das zugrunde gelegte Menschenbild ist entscheidend, wenn man über Gesundheit oder Krankheit, über Frieden oder Krieg, über Gut oder Böse, über Kooperation oder Konkurrenz oder über Spiritualität nachdenkt und adäquate Handlungen folgen lässt.

Integrale Lebenspflegekunst ist die optimale Voraussetzung für Selbstentwicklung, für Prävention, für Resilienz, für herzzentrierte Kommunikation zur Förderung des Gemeinwohls und für globalen Frieden.

Werde dein eigener Gesundheitslehrer und Gesundheitsmanager.

Für deinen Selbstheilungserfolg und deine spirituelle Weiterentwicklung ist deine konkrete Absicht entscheidend.

Glaubst du an deine Fähigkeit der Selbsthilfe zur Selbstheilung, dann wird sie geschehen, egal, was du unternimmst.

Deinen eigenen Willen zur optimalen Gesundheitserhaltung oder zur Genesung und spirituellen Weiterentwicklung musst du stets wachhalten.

Das Prinzip des Wu Wei besagt, dass das Feld deiner Überzeugungen ausstrahlt und nach dem Resonanzgesetz der erwünschte Erfolg, deine strahlende Gesundheit und Krafterhöhung oder die Genesung und deine Erleuchtung eintritt.

Durch die **Übernahme von Selbstverantwortung** ermächtigtst du dich zur **Selbstheilung**.

Frieden ist ein Bewusstseinszustand, der unabhängig von äußeren Umständen kultiviert werden kann.

Eigenschaften, die direkt mit einem Gefühl des inneren Friedens korrelieren, die zu stärken sich lohnen, sind:

Dankbarkeit, Vertrauen in die Existenz, Freundlichkeit und Güte, Liebe, Mitgefühl, Gelassenheit und Gleichmut, Geduld und Beharrlichkeit, Furchtlosigkeit und Angstfreiheit, Freiheit von Zweifel, inneres Wissen, Erkennen von Schönheit, Freiheit von Abhängigkeiten, innere Stille.

Gesundheit ist ein unverzichtbarer Vermögenswert.

Genieße jeden Tag, möglichst jeden Augenblick, erfreue dich am Leben.

Integrale Lebenspflege beinhaltet nicht nur, bewusst zu atmen, sich sinnvoll zu bewegen, zu essen, zu pflegen, sondern **aus vollem Herzen zu leben und zu lieben**. Das bedeutet:

- Gefühle bewusst wahrzunehmen und zulassen
- seinen Selbstwert zu genießen
- wertvoll für andere Menschen zu sein
- kreative Dinge zu erschaffen
- Liebe zu geben und anzunehmen
- Gelassenheit und Leichtigkeit als lebensimmanent zu spüren und zu leben.

Mit »**Kommupaxviterna**«, »**Materispiritare**« und »**Spirinähra**« erhältst du ein Rundumprogramm der emotionalen, mentalen, körperlichen Reinigung und eine Gesundheitsschatulle mit spirituellem Werkzeugkasten.

Du trainierst bei regelmäßiger Anwendung der Übungen und Nutzung der spirituellen Hilfsmittel die Kohärenz zwischen deiner rationalen, spirituellen, sozialen und emotionalen Intelligenz.

Zur Verwendung des Buches

Kapitel 1 macht dich mit neueren Forschungsergebnissen vertraut, die die Möglichkeit von außersinnlichen Wahrnehmungen, von Geistheilung, von Telepathie, von Fernheilung, der Kommunikation mit deiner Seele und mit deiner Um- und Mitwelt erklären. Der Begriff Seele wird entmystifiziert. Du lernst integrale Spiritualität als deine Daseinsweise kennen. Verständlich wird der Heilungsweg eines Menschen beschrieben, der stets bei der Lösung von energieschwächenden Mustern, Konflikten und unbewussten Traumata beginnen muss, um nicht nur Symptom-Freiheit, sondern wirkliche Heil-Werdung und Potenzialentfaltung zu erreichen.

In 14 Bildern ist das Basiswissen für eine moderne Weltanschauung dargestellt. In 9 Bildern kannst du dich mit neuen Sichtweisen für Bewusstsein und Medizin vertraut machen.

Kapitel 2 bietet dir eine »Gesundheitsschatulle« mit Anleitungen zur Gedankenhygiene, zum kinesio-logische Muskel-Selbsttest und zum Pendeln. Atemtraining als Lebenselixier mit neun Übungen, Ernährung als Medikament mit Anleitung zur Herstellung von Vitaphot-Food und Vitaquell, Bewegungsmedizin mit zehn Übungen, Beziehungsgestaltung als Basis-Medikament zur Persönlichkeitsentwicklung mit zwei Übungen sowie Heilungstools mit sechs Übungen erwarten von dir, erobert und trainiert zu werden. Bewährte Gesundheitsmittel zur individuellen Anwendung werden vorgestellt.

Als spirituelle Hilfsmittel stehen zur Verfügung: Fünf spezifische Pendelkarten und ein Symbol zur Herstellung des Lichtwassers »Vitaquell«.

Kapitel 3 stellt dir Techniken und Übungen zum Kennenlernen und zur Weiterentwicklung deiner spirituellen Fähigkeiten zur Verfügung.

Ausgangspunkt für die Wahl der Übungen ist die Selbstbestimmung des aktuellen Bewusstseinszustandes mit der Hawkins-Skala. Eine spezielle Meditationsart, die Eden Meditation, ermöglicht dir die Kommunikation mit deiner Seele. Die Anwendung der vorgestellten Mittel aus der Homöo-Kinesiologie könnte heilend auf der körperlichen, psychischen und mentalen Ebene wirken. Aus dem spirituellen Werkzeugkasten kannst du die für dich passenden Übungen zur Nahrung der Neuroplastizität deines Gehirns und der Entwicklung deiner Intuition auswählen. Zur Entwicklung telepathischer Fähigkeiten gibt es vier »Multidimensionale Imaginationsübungen« und zur Aktivierung der Zirbeldrüse fünf Varianten. Spirituelle Hilfsmittel in Form von vier spezifischen Pendelkarten stehen dir zur Verfügung.

Es ist nicht notwendig, den Text geradlinig zu lesen. Schlage das Buch einfach an der jeweils interessierenden Stelle auf.

Alle Übungen sind trainierbar, auch ohne Kenntnisnahme des theoretischen Hintergrundes.

Um theoretische Themen auswählen zu können, erhältst du im Folgenden die Hauptinhalte mit Seitenangaben für das erste Kapitel.

Kapitel 1

A Theorie

| | |
|---|--------------|
| A1 Neue Aspekte ganzheitlicher Weltsicht, Gesundheit und Gesundheitskultur | Seite |
| – Welt- und Lebensanschauung als Basis für das Erleben von Gesundheit und Krankheit | 27 |
| – Symbiose von Materialismus und Idealismus als aktuelle Aufgabe in allen Bereichen | 28 |
| – Theorien zur Entstehung des Universums | 29 |
| – 21 Prinzipien der Schöpfung | 30 |

| | |
|--|-----|
| – Alternativen zum szientistischen Verständnis von Wissenschaft | 32 |
| – Hermetische Philosophie | 34 |
| – Erweiterung des mechanistischen Weltbildes durch Theorien von H. P. Dürr, W. Russel, T. Görnitz, D. Bohm, E. Laslo, F. Capra, K. Wilber und B. Heim | 36 |
| – Spiritualität | 41 |
| – Zum Begriff Seele | 46 |
| – Hyperschall – zur Erklärung der Kraft der Gedanken, außersinnlicher Phänomene, der Möglichkeit der Kommunikation mit der Seele und die Bedeutung der Mitochondrien | 66 |
| – Die Zirbeldrüse als Tor zu höheren Bewusstseinssebenen, als Sitz der Körper- Seele | 80 |
| – Das Herz-Gehirn als Sitz der Traumseele im Sinusknoten | 83 |
| – Kommunikation mit der Seele einer Pflanze | 93 |
| – K 2 Idee – nicht Egoismus, sondern Kommunikation und Kooperation als Evolutionsstrategie | 95 |
| – Kohärenz über alle Ebenen des Lebens hinweg als Kategorie zum Verständnis der Geist-Materie-Verbindung | 96 |
| – Symbiose als biologische Interaktion | 100 |
| – ImmunSymbiose nach D. Klinghardt | 101 |
| – Das Cura-Wesen und der Valebo-Effekt | 102 |

A2 Der Heilungsweg eines Menschen

| | |
|---|-----|
| – Einordnung von »Materispiritare« und »Spirinähra« in Eden-Medizin | 107 |
| – Gesundsein – Regulation durch das Immunsystem | 111 |
| – Heilung geschieht durch Kommunikation | 114 |
| – Seins-Ebenen und Krankheitsursachen | 121 |
| – Methoden und Mittel der Potenzialentwicklung | 124 |
| – Die Polyvagal-Theorie | 125 |
| – Der Begriff Valebo | 129 |

- Selbstfürsorge, Selbstermächtigung, Selbstheilung kann geschehen, weil der Mensch als Geistkörper ein Hyperschallfeld ist 130

B In folgenden Bildern sind neue Sichtweisen skizziert

- Der Liebe-Licht-Energie-Körper des Menschen mit zwölf Dimensionen nach B. Heim 53
- Der multidimensionale Geist des Menschen mit zwölf Dimensionen nach B. Heim 54
- Der Sinusknoten als Sitz der Seele 55
- Kommunikation im Mikro-Metaversum Mensch (1) 63
- Neue Aspekte ganzheitlicher Gesundheit und neuer Gesundheitskultur 105
- Kommunikation im Mikro-Metaversum Mensch (2) 115
- Neue Aspekte ganzheitlicher Gesundheit 119
- Seins-Ebenen der Krankheitsursachen 121
- Methoden und Mittel der Selbstheilung und Potenzialentfaltung 124

Die Inhaltsübersichten für die Kapitel 2 und 3 mit Seitenangaben laden dich zur Übungswahl ein.

Kapitel 2

A Gesundheitsschatulle

- Gedanken-Hygiene 140
- Kinesiologischer Muskel-Selbsttest 144
- Anleitung zum Pendeln 148

- Übung zur Löschung von gesundheitsschädigenden Überzeugungen 156

Atemtraining als Lebenselixier

- Vokalatmung 160
- Konsonantenatmung 160
- Kombinierte Lautatmung 161
- Rhythmische Atemübungen 162
- Kohärentes Atmen 167
- Ujjayi-Atmung 171
- Buteyko-Methode 176
- Wim-Hof-Methode 178
- Lichtatmung 179

Ernährung als Medikament

- Vitaphot-Food als Seelennahrung 186
- Persönliche Nahrungskonfiguration mit
 - Blutgruppe A 188
 - Blutgruppe B 190
 - Blutgruppe AB 192
 - Blutgruppe 0 194
- Nahrungsmittel, die reich sind an
 - Kohlehydraten 197
 - Eiweiß 198
 - Fetten 199
- Nahrungsquellen für Vitamine 200
 - Mineralstoffe Spurenelemente 202
 - sekundäre Pflanzenstoffe 206
 - Aminosäuren 208
 - Bitterstoffe 213
- Wildkräuter 215

| | |
|--|-----|
| – Melatonin als Hormon und Antioxidans | 219 |
| – Herstellung von Vitaquell | 232 |
| – »Vitaphot-Food« (Aspekte 1–5) | 237 |
| – Intermittierendes Fasten | 238 |

Bewegung als Medizin

| | |
|--|-----|
| – Übung- Beweglichkeit und Entspannung durch Dehnung | 244 |
| – Übung- Gleichgewichtstraining | 245 |
| – Übung- Energie wahrnehmen | 246 |
| – Übung- Energie-Muskel-Training | 247 |
| – Übung- Beckenbodentraining | 254 |
| – Übungen- Energietanken im Freien | 263 |
| – Übung- Gehmeditation | 268 |
| – Übung- Bailongball | 271 |
| – Übung- Übungen zum Fettabbau | 274 |
| – Übung- Entwicklung des Wohlfühlgewichts | 280 |

Beziehungsgestaltung als Basismedikament

| | |
|--|-----|
| – Übung- Methode »Ehrliches Mitteilen« | 297 |
| – Übung: Gruppenintention zur Heilung | 304 |

Heilungstools

| | |
|---|-----|
| – Übung- Aktivierung des Immunsystems mit Lauten | 308 |
| – Übung- Akupressur der 13 Dämonenpunkte | 310 |
| – Übung- Selbstmassage der Xi-Punkte bei Schmerzen | 313 |
| – Übung- Erhöhung der Schwingungsfrequenz | 317 |
| – Übung- Namenszahl Bestimmung | 323 |
| – Pflanzenmedizin | 324 |
| – Entgiftung mit Komplexakkorden von Sophia Viva | 349 |
| – Spiegelmethode zur Prophylaxe von Erkältungskrankheiten | 356 |
| – DHU Bicomplex-Kombipräparate | 359 |

| | |
|---|-----|
| – Bio-Photonen-Pflaster | 367 |
| – Bachblüten-Komplexe mit Organextrakt | 374 |
| – Übung-Meridianklopfen | 379 |
| – Selbstheilmethode Autopathie | 382 |
| – Gesundheitsmittel: Silizium, Lithium, Melatonin, CDL, Bor, DMSO, MSM, Natron, Zeolith | 383 |

B Spirituelle Hilfsmittel

| | |
|--|-----|
| – Pendelkarte 1: Mineral- und Spurenelemente | 205 |
| – Pendelkarte 2: 5 Entgiftungsfördernde Aminosäuren, Vitamine, Bitterstoff-Lieferanten | 212 |
| – Pendelkarte 3: Bewährte Energie-Medizinprodukte | 351 |
| – Pendelkarte 4: Schüssler-Salze, Kombipräparate DHU Bicomplexe | 362 |
| – Pendelkarte 5: Super Patch und Life Ware Biophotonen-Pflaster | 370 |
| – Symbol zur Herstellung von Vitaquell | 233 |

Kapitel 3

A Spiritueller Werkzeugkasten

| | |
|--|-----|
| – Basisritual | 403 |
| – Abendritual zur Entwicklung der Seelenpersönlichkeit | 411 |
| – Eden-Meditation | 432 |
| – Homöo-Kinesiologie | 458 |
| – Übung – Routinekommunikation mit der eigenen Seele | 474 |
| – Übung – Innere Alchimie – zur Gefühlsbalance | 510 |
| – Übung – FHEP | 519 |
| – Übung – Selbstheilung mit EMDR | 476 |
| – Übungen – Aktivierung der Zirbeldrüse | 531 |



Mit der Anwendung der Informationen und Übungen aus diesem Ratgeber

- > entwickelst du die für dich optimale Gesundheit, Leistungskraft, Kreativität und Liebesfähigkeit;
- > erreichst du den Zustand innerer Stille, der zur richtigen Zeit die richtigen Handlungen ohne Anstrengung geschehen lässt;
- > trainierst du, deine Achtsamkeit und Präsenz im Augenblick zu erhöhen;
- > entfaltet sich dein empathisches Sosein für herzzentrierte Kommunikation mit allem in dir und um dir herum;
- > schulst du dich in der Kunst des Spürens, der Wahrnehmung deine Intuition und lernst ihr zu vertrauen, speziell zur Prävention von Infektionen;
- > entwickelt sich deine alltagstaugliche Spiritualität.

Eine Gesundheitsschatulle mit Anleitung zur Herstellung von Vitaphot-Food sowie Vitaquell und ein spiritueller Werkzeugkasten mit Anleitung zur Homöo-Kinesiologie, zur Entwicklung von Intention, Telepathie und die Aktivierung der Zirbeldrüse warten von dir entdeckt zu werden.

Dr. Edeltraud Richter (Jahrgang 1944) leitet als approbierte Psychotherapeutin und Heilpraktikerin das Gesundheitscenter Chi in Suhl. Sie ist Trainerin der Trendsportart Bailong Ball und bietet ZPP-zertifizierte Kurse in Yoga, Eden-Meditation und Qigong an. www.gesundheitscenter-chi.de.

BoD



€ 38,99 [D] | € 40,10 [CHF]

