

#KlarTraum-addon

#Heilung-Naturmedizin-Zoom

#Orientierung-15-Seiten

natürliche Antibiotika, Antifungizide, Antioxidanzien,
all-in-one Vitamine&Mineralstoffe

- Bockshornklee, Grapefruitkernextrakt, Oregano-Öl
- Manuka-Honig / Thymian-Honig
- sibirisches Zedernnussöl
- Nelkenöl, Calendula-Öl

#Mixed-Fundus-Heilung

- Selbstheilung
- Zähne-wachsen-nach & Karies vorbeugen
- alternativ Süssen
- Green Smoothie
- Superfoods
- Brennessel
- Essig der vier Diebe
- Kukuma
- Bilsenkraut-Info
- Portal-Fundus-Seiten

... der Kreis schließt sich mit: 'alles zum Thema Heilung
im KlarTraum zusammenkopiert auf den letzten x Seiten'



Bockshornklee

Die Bockshornkleesamen produzieren – etwa wie Floh- oder Leinsamen, Schleimstoffe, die mit einem Anteil von 30% enthalten sind. Wirksame Inhaltsstoffe auf je 100 Gramm Bockshornkleesamen sind

- 3 mg Ascorbinsäure oder Vitamin C – bekannt als Antioxidans und Immun-Booster
- 176 mg Calcium – bindet Fettsäuren im Darm, reguliert den Stoffwechsel und ist ein wichtiger Knochenbaustein
- 33,5 mg Eisen – blutbildend und bedeutsam für die Sauerstoffversorgung innerhalb des Organismus
- 0,6 mg Vitamin B6 – wichtig für den Aminosäurestoffwechsel, reguliert die Nervenleitfähigkeit, fördert gesunde Haut
- 191 mg Magnesium – unabdingbar für den Fettstoffwechsel, sowie unter anderem für die Funktion von Muskeln und Nerven
- 23 Gramm Proteine – die bei der Verdauung zu Aminosäuren aufgespalten und wieder neu synthetisiert werden: Sie fördern unter anderem den Muskelaufbau und viele weitere Stoffwechselvorgänge.

Vitamin A: Gut für den Zellschutz, die Sehkraft, bedeutsam als Radikalfänger.
Calciferol, bekannt auch als Vitamin D: Der Körper bildet es teilweise selbst, wenn die Haut der Sonne ausgesetzt wird. Eine zusätzliche Dosis über die Nahrung fördert die Knochenstabilität und hält das Immunsystem intakt. Insbesondere ältere Menschen haben einen erhöhten Bedarf, weil ihr Organismus die Substanz in geringerer Menge produziert.

Coenzym B12 oder Cobalamin: Im Körper dient es dem Zellschutz, der Nervenfunktion und der Blutbildung.

Steroidsaponine, insbesondere Diosgenin beziehungsweise dessen Vorstufe, Foenugraecin, ist ein pflanzliches Hormon, das im Übrigen auch in Yamswurzeln gefunden wird. Man verwendet es unter anderem bei der synthetischen Herstellung des Hormons Progesteron. Das Phytohormon aus dem Bockshornklee ähnelt dem menschlichen Hormon sehr stark und fördert oder reguliert vermutlich wirksam die körpereigene Hormonproduktion: Östrogen oder Prolaktin wirken auf Brustgewebe und Milchproduktion, Testosteron fördert die Muskelbildung und erhöht die Libido beim Mann.

Bitterstoffe wie die im Bockshornklee enthaltenen Trigofoenoside regen die Bildung von Magen- und Gallensäure an und damit auch den Appetit. Der Verdauungsvorgang verläuft schneller und effektiver. Die freigesetzten Gallensäuren sind in der Lage, Cholesterin zu binden.

Ätherische Öle sind vermutlich nicht nur für die aromatische Duft- und Geschmacksnote des Bockshornklee verantwortlich, sie wirken auch desinfizierend und antibakteriell. Bei Entzündungen der Hals-, Rachen- oder Mundschleimhaut beispielsweise lindern sie die schmerzhaften Beschwerden. Doch noch sind nicht alle Eigenschaften der ätherischen Öle im Bockshornklee dokumentiert.

Trigonellin, Vitamin B3 oder Nikotinsäure steht dringend im Verdacht, den Haarwuchs zu fördern – In Bockshornkleesamen ist die Substanz mit etwa 3% enthalten. Zusammen mit Diosgenin blockiert der Wirkstoff bestimmte Hormone, die zu Haarausfall führen, und schützen damit die Haarwurzeln.

Weitere mögliche Anwendungen

In der traditionellen Medizin fand Bockshornkleesamen in unterschiedlicher Aufbereitung häufig gegen Fieber, Magen- und Darmerkrankungen Drüsenschwellungen, Muskel- oder Gichtschmerzen Anwendung.

Die in Bockshornklee enthaltenen Schleimstoffe erfüllen eine Vielzahl wichtiger Funktionen: Diese quellen bei Kontakt mit Flüssigkeit stark auf und bilden eine viskose, also zähe, dickflüssige Masse, die krankes, entzündetes Gewebe schützend überzieht. Dies bedeutet unter anderem Schutz vor dem Eindringen weiterer Erreger. Zudem wird das betroffene Gewebe weich und feucht gehalten: Entzündliche Magen-Darmerkrankungen, Halsentzündungen oder Ekzeme und Wunden werden dadurch effektiv gelindert. Zudem sind die Schleimstoffe in der Lage, Säuren zu binden, eine Wohltat für einen geplagten, übersäuerten Magen. Erfahrungen zeigen, dass Schleimstoffe sich auch stabilisierend auf das Immunsystem auswirken.

--

Koch-Experten wissen es längst: Die aromatisch duftenden Bockshornkleesamen sind ein essentieller Bestandteil vieler Curry-Mischungen von Indien bis zu den arabischen Ländern. Als Brot- und Käsegewürz waren sie im Mittelalter bereits in Mitteleuropa bekannt und werden auf diese Weise bis heute verwendet.

Quelle: <http://www.bockshornklee.info>

Grapefruitkernextrakt – Das pflanzliche Antibiotikum

Anwendung: Grippe, Erkältungen, Husten, Schnupfen, Darmgrippe, Parasiten, Herpes, Candida, Entzündungen

Grapefruitkernextrakt reihte sich aufgrund der hervorragenden antimikrobiellen Wirkung schnell auf die vorderen Plätze der natürlichen Antibiotika ein und ist daher bei allen Infektionserkrankungen, entzündlichen Prozessen sowie Hautunreinheiten angezeigt.

Diverse Studien konnten zeigen, dass Grapefruitkernextrakt bereits in einem Verdünnungsverhältnis von 1:1000 seine antibakterielle Wirkung entwickelt. So zeigte sich in einer polnischen Studie aus dem Jahr 2004, dass der Grapefruitkernextrakt bei Entzündungen der Magenschleimhaut sehr gut wirkte – und zwar deshalb, weil er gegen das hartnäckige Magenbakterium *Helicobacter pylori* vorgehen kann.

Helicobacter pylori gilt als Verursacher von Magenschleimhautentzündungen (Gastritis), aber auch von Zwölffingerdarm- und Magengeschwüren bis hin zu Magenkrebs.

Der Grapefruitkernextrakt hat interessanterweise nicht nur eine antimikrobielle, sondern auch eine organschützende Wirkung, was sich in einer Studie aus dem Jahr 2004 im Hinblick auf die Bauchspeicheldrüse nachweisen liess.

gegen Pilze

Laut aktueller Studienlage kann der Grapefruitkernextrakt gar bei über 100 verschiedenen Pilzarten eine antimykotische (pilztötende) Wirkung entfalten. Eine polnische Studie aus dem Jahr 2001 konnte vor allem die herausragende Wirkung von Grapefruitkernextrakt auf das Wachstum von Hefepilzen (wie z. B. *Candida albicans*) nachweisen.

Gerade *Candida albicans* kann zu sehr lästigen Symptomen führen, wie z. B. Heissshungerattacken, massiven Verdauungsproblemen, chronischen Scheidenpilzinfektionen oder chronischen Müdigkeitszuständen.

für Gefässe

Naringenin gilt überdies als Stoff, der vor dem sogenannten Metabolischen Syndrom schützen könnte. Unter diesem Syndrom sind die vier der heute am weitesten verbreiteten Zivilisationsbeschwerden zusammengefasst: Bluthochdruck, hohe Blutfettspiegel, Insulinresistenz und Übergewicht. Das nützliche Bioflavonoid hilft nämlich dabei, Gefässwände abzudichten und elastisch zu halten sowie Mikroablagerungen zu reduzieren.

Zusätzlich schützt Hesperidin die Funktion der Venen und kann bei Venenproblemen sehr stark unterstützend wirken.

als natürliches Konservierungsmittel

Da Grapefruitkernextrakt antibakteriell wirkt, eignet sich sein Einsatz ausgezeichnet als natürliches Konservierungsmittel, z. B. in Kosmetika.

Bei Parodontitis oder Zahnfleischproblemen, sollten Sie überdies nach jeder Verwendung die Zahnbürste mit Grapefruitkernextrakt desinfizieren. Dazu genügt es, einen Tropfen auf die Zahnbürste zu geben.

Ob also Grippe, Erkältungen, Husten, Schnupfen, Darmgrippe, Parasiten, Herpes, Candida, Entzündungen oder was auch immer, testen Sie den Grapefruitkernextrakt!

Zu Beginn der Einnahme sollte eine geringe Einstiegsdosis gewählt werden, die dann langsam gesteigert werden kann.

- Beginnen Sie am Anfang vorsichtig mit 1 bis 3 Tropfen pro Tag auf ein Glas Fruchtsaft oder Wasser.
- Steigern Sie dann die Dosis allmählich bis zur gewünschten Dosis von ein bis dreimal täglich 3 bis 15 Tropfen des Extrakts.
- Sollten während der Steigerung Symptome auftauchen (Heilkrise, siehe weiter unten), reduzieren Sie die Dosis wieder bis zur gerade noch verträglichen Menge und trinken Sie viel Wasser, um die Ausleitung der absterbenden Bakterien oder Pilze und deren Toxine zu unterstützen und zu beschleunigen.
- Bleiben Sie bei der noch verträglichen Dosis und steigern Sie diese erst wieder nach einigen Tagen.
- Bleiben Sie bei der höchsten erreichbaren Dosis bis zum Abklingen der Symptome. Trinken Sie zu jeder Dosis mindestens 250 bis 400 ml Flüssigkeit – idealerweise Wasser.

Die beschriebene langsame Vorgehensweise ist zum einen wichtig, um eine noch unbekannte Allergie gegen Zitrusfrüchte zu erkennen. Zum anderen soll das Risiko der oben erwähnten Heilkrise möglichst gering gehalten werden.

Heilkrise durch Grapefruitkernextrakt?

Eine Heilkrise tritt dann auf, wenn infolge des Grapefruitkernextraktes sehr viele Erreger (Bakterien, Pilze etc.) auf einmal absterben. Dadurch werden sehr viele Toxine frei, die nun den Körper belasten oder auch überlasten. Dies wiederum kann zu sog. Entgiftungssymptomen wie leichtem Unwohlsein, Kopfschmerzen, Verdauungsbeschwerden oder Müdigkeit führen. Die Heilkrise ist da und wird an manchen Stellen auch als Herxheimer Reaktion bezeichnet.

Kinder können ebenfalls vom Grapefruitkernextrakt profitieren.

Als Richtlinie gilt: 1 Tropfen pro kg Körpergewicht, das heisst eine Person mit 60 kg Körpergewicht sollte maximal 60 Tropfen pro Tag einnehmen (auf mindestens 3 Dosen verteilt). Bei Kindern verringert sich die Dosishöchstmenge entsprechend. Grapefruitkernextrakt wird am besten durch schonende Verfahren, wie z. B. Kaltwasserauszug gewonnen. Selbstverständlich sollte der Extrakt frei von Zusätzen sein.

Quelle: <https://www.zentrum-der-gesundheit.de/grapefruitkernextrakt.html>

Oregano - Natürliches Antibiotikum

Kurzinfo:

Das Oregano-Öl tötet Bakterien, Viren, Pilze und hemmt die Teilung von Krebszellen, ist stark anti-oxidativ

3 bis 6 Tropfen Oreganoöl in Saft, Wasser oder Milch verdünnt können nachweislich bei Halsschmerzen, Erkältungen und Nebenhöhlenentzündungen helfen.

Oregano (*Origanum vulgare*) wird auch Wilder Majoran genannt, darf aber nicht mit dem Majoran (*Origanum majorana*) verwechselt werden, da dieser nicht die identischen Wirksubstanzen des Oregano enthält.

Oregano-Öl gegen resistente Bakterien

Oregano-Öl ist die konzentrierte Heilkraft des Oregano und wirkt nicht nur sehr viel stärker als das getrocknete Kraut, sondern auch besser als das frische Kraut. Das ätherische Oregano-Öl ist ein aussergewöhnlich kraftvolles natürliches Antibiotikum. In einer aktuellen Studie fand man heraus, dass Oregano signifikant besser als alle der 18 momentan angewendeten Antibiotika zur Behandlung von Infektionen mit MRSA-Staphylokokken eingesetzt werden kann. MRSA-Staphylokokken sind multiresistente Bakterien, die gegen die herkömmlichen Antibiotika bereits Resistenzen entwickelt haben und daher jedes Jahr für viele Tausend Todesfälle sorgen.

Oregano-Öl gegen Pilze

Oregano-Öl hat ausserdem eine extreme Anti-Pilz-Wirkung, weshalb es bei Pilzinfektionen, wie z. B. Infektionen mit *Candida albicans* sehr erfolgreich (innerlich und äusserlich) eingesetzt werden kann. Da Kokos-Öl ebenfalls eine fungizide Wirkung hat, ist die Kombination von Kokos-Öl und Oregano-Öl eine kraftvolle Lösung bei Pilzerkrankungen

Oregano gegen Krebs?

Die im Oregano enthaltenen fungizid wirksamen sekundären Pflanzenstoffe (Rosmarinsäure, Thymol und Thymoquinon) wirken ausserdem gemeinsam mit dem hohen Antioxidantiengehalt des Oregano hemmend auf die Teilung von Krebszellen, so dass derzeit auch eine Anti-Krebswirkung diskutiert wird.

Oregano ist äusserst reich an Antioxidantien

Oregano enthält gar so grosse Mengen an Antioxidantien (Flavonoide und Phenolsäuren), dass er aus diesem Grunde den dritten Platz in der Rangliste der stärksten antioxidativ wirksamen Lebensmittel einnimmt. Sein ORAC-Wert liegt bei beeindruckenden 200.219. Der ORAC-Wert (Oxygen Radical Absorbance Capacity) gibt die Antioxidationskraft eines Lebensmittels/Nahrungsergänzungsmittels an, also seine Fähigkeit, freie Radikale zu eliminieren.

Programm mit Oregano-Öl

Bei konkreten Beschwerden einer Candida-Infektion (Blähungen, Müdigkeit, Hautausschlag etc.) hilft das Oregano Öl ganz besonders gut. Man gibt einen Tropfen davon in einen Teelöffel biologisches Kokos-Öl und nimmt diese Mischung mindestens 10 Tage lang täglich ein- bis dreimal ein. (Mit einmal täglich beginnen und – je nach Verträglichkeit – langsam auf dreimal täglich steigern). Sind die Beschwerden nach diesen 10 Tagen noch nicht verschwunden, macht man eine zweitägige Pause und beginnt dann mit einer erneuten Einnahme über 10 Tage (diesmal kann man sofort mit der dreimaligen Einnahme beginnen). Gleichzeitig zum Candida-Programm mit Oregano Öl muss viel reines Wasser getrunken werden, um den Organismus bei der Entgiftung zu unterstützen. Das

Oregano-Öl tötet Bakterien, Viren und Pilze. Dabei werden Gifte frei, die umso besser und schneller ausgeschieden werden können, je mehr getrunken wird. Zusätzlich sollte daher täglich ein- bis zweimal ein Teelöffel Bentonit genommen werden, da diese Mineralerde die abgetöteten Mikroorganismen absorbiert und somit deren Ausscheidung erleichtert.

Die Oregano-Öl/Kokos-Öl-Mischung kann bei Hautpilzproblemen auch äusserlich aufgetragen werden.

Ätherisches Oregano Öl kann auch in Wasser gegeben (1 bis 5 Tropfen pro Glas Wasser) und dann getrunken werden.

Oregano-Öl sollte nicht während der Schwangerschaft und Stillzeit eingenommen werden. Auch Babys und Kinder sollten nicht mit Oregano-Öl behandelt werden, da es ein sehr stark wirksames Naturheilmittel ist.

Wer an Eisenmangel leidet, sollte Oregano-Öl zwei Stunden vor oder nach den Mahlzeiten einnehmen, da Oregano die Eisenaufnahme behindern könnte.

Quelle: <https://www.zentrum-der-gesundheit.de/oregano.html>

Manuka-Honig – Süsse Medizin

Manuka-Honig wirkt gegen Bakterien, gegen Viren und gegen Pilze. Er wirkt ausserdem antiseptisch, antioxidativ und wundheilend. Trotz seiner Süsse kann er Karies bekämpfen. Doch Manuka-Honig ist nicht gleich Manuka-Honig.

Manuka-Honig stammt aus dem Blüten-Nektar des neuseeländischen Manuka-Strauches (*Leptospermum scoparium*), einem Verwandten des australischen Teebaums.

bei Magen- und Darmbeschwerden

Manuka-Honig konnte in den genannten Untersuchungen in einer Konzentration von nur 5 Prozent das Wachstum des *Helicobacter pylori* bremsen, Verursacher von Magengeschwüren und Schleimhautentzündungen.

bei Entzündungen der Atemwege

Manuka-Honig ist imstande, antibiotikaresistenten Stämmen des Eiterbakteriums *Staphylococcus aureus* den Garaus zu machen. *Staphylococcus aureus* ist ein Bakterium, das bei geschwächtem Immunsystem z. B. Hautinfektionen hervorrufen kann, die sich in Eiterpusteln zeigen. Auch nach Unfällen oder Operationen ist dieses Bakterium häufig für Wundinfektionen verantwortlich. Während ein durchschnittlicher Honig in der Lage ist, trotz zehnfacher Verdünnung das Wachstum von antibiotikaresistentem *Staphylococcus aureus* zu hemmen, kann Manuka-Honig das Wachstum dieser Bakterien sogar noch in 54-facher Verdünnung stoppen.

Manuka-Honig bei Pilzerkrankungen

Da Manuka-Honig ausserdem eine beeindruckende antimykotische Wirkung aufweist, also Pilze in ihrem Wachstum hemmen kann, eignet er sich auch sehr gut zur komplementären Therapie (äusserlich und innerlich) bei Pilzerkrankungen aller Art

Manuka-Honig für gesunde Zähne

Manuka-Honig ist – wie alle Honige – süss, zuckrig und klebrig. Honig gilt daher als grosser Zahnfeind. Nicht so Manuka-Honig. Eine wissenschaftliche Studie zeigte sogar, dass Manuka-Honig die Zähne fast genauso gut vor Zahnbelag schützen kann wie die chemische Chlorhexidinlösung, die häufig in Anti-Karies-Mundspülungen enthalten ist.

auf Qualität achten

Bei hochwertigen Honigen, die z. B. in Deutschland abgefüllt werden, wird die antibakterielle Aktivität des Manuka-Honigs mit Hilfe des sog. MGO-Gehaltes angegeben. MGO steht für Methylglyoxal und bezeichnet den Hauptwirkstoff im Manuka-Honig. Der MGO-Wert muss von einem renommierten und unabhängigen Honiglabor analysiert worden sein. Sofern der MGO-Wert nicht auf dem Honigglas erscheint, kann der Verbraucher den Abfüller kontaktieren und über die Kontrollnummer (siehe Honigglas) eine aktuelle MGO-Analyse für den betreffenden Honig anfordern.

In Neuseeland hingegen wird die Qualität des Manuka-Honigs mit dem sog. UMF (Unique Manuka Factor) angegeben

Die ungefähren Bezugswerte zwischen UMF und MGO lauten wie folgt:

- UMF 10 = MGO 100
- UMF 15 = MGO 250
- UMF 20 = MGO 400
- UMF 25 = MGO 550

Ein MGO von über 400 bezeichnet dabei schon Spitzenqualität.

die Anwendung

Bei Erkältungen und Infekten mit Husten und Halsschmerzen lässt man mindestens 3mal täglich ein Teelöffel Manuka-Honig auf der Zunge zergehen. Man behält den Manuka-Honig dabei so lange wie möglich im Mund und schluckt ihn dann sehr langsam. Den letzten Teelöffel nehmen Sie am besten direkt vor dem Schlafengehen. So kann die entzündungshemmende und antikariogene Wirkung des Honigs auch dem Zahnfleisch und der Mundhöhle zugute kommen.

Bei Schnupfen und bei Nasennebenhöhlenentzündungen werden Antibiotika häufig als wirkungslos bezeichnet, da sie aufgrund ihrer systemischen Wirkungsweise (über die Blutbahn) nicht zu den auf der Schleimhaut befindlichen Bakterien gelangen können. Manuka-Honig hingegen kann bei den genannten Infektionen der Atemwege ganz einfach vor dem Schlafengehen an die inneren Nasenwände gestrichen werden, so dass der Honig über Nacht an Ort und Stelle auf die Schleimhäute einwirken kann.

Quelle: <https://www.zentrum-der-gesundheit.de/manuka-honig-ia.html>

Achtung: es gibt eine regionale Alternative zu dem weiterhergebrachten seltenen Manuka Honig - das ist der Thymian-Honig der auch ausgezeichnete Eigenschaften zeigt.

"Zedernussöl mit 10% Harz"

Zedernharz ist ein einzigartiger Stoff. Der Baum, reinigt, desinfiziert und heilt sein eigenes Wunder mit Hilfe von Harz.

Zedernnussöl mit Harz fordert die Reinigung, Desinfektion und Regeneration von Zellmembran, indem es sie wieder funktionsfähig macht und den Zellstoffwechsel wiederherstellt. Es reinigt und aktiviert er die Zirbeldrüse, wirkt auf Nervenzellen, Gehirnzellen, Knochenzellen und alle andere Zellen. Er bringt mit sich die Ur-Informationen und alles, was die Zelle braucht um ihre Ur-Sprungliche Funktion zu verwirklichen. Dadurch kann die Zelle alle Schlacken in die Zwischenzellwasser auflösen und weiter aus dem Organismus abtransportieren. Zedernharz ist starke Natur Antibiotikum und Desinfektion Substanz. Zedernnussöl mit Harz unterstützt und regeneriert das Verdauen System, Leber, Galle, Milz, Bauchspeicheldrüse und natürliches Nervensystem. Das Zedernnussöl enthält Jod, welche auf der natürlichen Art und Weiße Leber und Schilddrüse unterstützt.

Zedernnussöl enthält alle Fettlösliche Vitamine: Vitamine A, E und D. Er enthält 14 Aminosäuren, 19 Spurelementen und richtig ausgewogene Fettsäuren: Omega 3, Omega 6, Omega 9. Das ist einzige Öl, welche hat das alles in sich und wirkt in allen Fällen positiv auf dem menschliche Organismus.

Um die Vitalität, Jugendlichkeit und Freude zu behalten, braucht man 3 x 1 Teelöffel am Tag.

Das Zedernöl wurde zu Heilzwecken verwendet:

- an der Sibirischen Staatlichen Medizinischen Universität
- am Tomsker Forschungsinstitut für Kuren und Physiotherapie
- am Zentralen Wissenschaftlichen Forschungslabor
- am Wissenschaftlichen Onkologischen Forschungsinstitut TNZ RAMN
- am Rehabilitationszentrum für Opfer der Tschernobyl Katastrophe AES

Heilungserfolge durch Behandlung mit dem Zedernöl wurden erzielt bei Personengruppen, die an Gastritis litten, an bösartig wuchernden Geschwüren des Magens und des Zwölffingerdarms; bei Personengruppen, die wegen Magenkrebs operiert wurden; bei Personengruppen, an psychopathologischen Erkrankungen, die sich äußern durch Überreizung des sympathischen Nervensystems (außergewöhnliche Müdigkeit/Erschöpfung, eingeschränkte Arbeitsfähigkeit, schlechter Schlaf, häufige Nervenzusammenbrüche, periodische Kopfschmerzen). Die Heilungserfolge wurden in allen Fällen mit unterschiedlichen Resultaten erzielt. Die Vertreter der medizinischen Wissenschaft kommen einhellig zu dem Ergebnis: "Es gibt keinerlei Gegenanzeigen bei der Verwendung des Zedernöls!".

Die Anwendung des Öls

Es gibt viele Varianten in der Verwendung des Öls bei der Behandlung verschiedener Krankheiten. Als Prophylaxe erwies sich die folgende häufig

praktizierte Verwendung als besonders wirksam: 1 Teelöffel 30 bis 60 Minuten vor dem Essen, 40 bis 60 Tage lang. In äußerst kleinen Schlucken austrinken, als ob man das Öl dem eigenen Speichel hinzufügen wollte. Die chemische Zusammensetzung des Öls bestärkt seine hohe medizinische Wirksamkeit. In der Menge des Phosphiden Phosphors (ein wertvolles Nahrungsmittel für den menschlichen Organismus, besonders bei Jugendlichen) übertrifft das Zedernöl alle anderen bekannten Öle. Es trägt zum Erhalt einer hohen Arbeitsleistung bei, verbessert die Konsistenz des Blutes, beugt Blutarmut und Tuberkulose vor. Es gibt kein anderes Nahrungsmittel, das sich in Bezug auf den Magnesiumgehalt mit dem Zedernöl vergleichen lässt. Magnesium erweitert die Blutgefäße und verringert eine erhöhte Reizbarkeit des Nervensystems.

Der Eiweißbestand des Öls enthält 19 Aminosäuren, wovon 70% unersetzbar sind. Der Vitamingehalt des Öls trägt zum Wachstum des menschlichen Organismus bei (Vitamin A). Er normalisiert die Aktivitäten des Nervensystems, verbessert die Blutzusammensetzung und wirkt sich vorteilhaft auf die Haut aus (Vitamine B und D). Besonders reich ist das Öl an Vitamin E ("Tokopheron" - aus dem Griechischen: "Nachkommenschaft tragend"). Untersuchungen ergaben, dass der Zobel keine Nachkommen zeugen kann, wenn in seinem Futter kein Zedernöl enthalten ist.

Das Zedernöl ist ein regelrechtes Konzentrat an Vitamin F - das in dem Öl in dreimal höherer Dosierung zu finden ist als in dem Präparat "Vitamin F", welches auf der Basis von Fischöl hergestellt wird. Vitamin F ist eine essentielle Fettsäure, das zur Senkung des Cholesterins im Blut beiträgt und zur Verhütung von Ablagerungen an den Gefäßwänden.

Da es ein völlig natürliches Nahrungsprodukt ist, gibt es bei der Anwendung des Zedernöls als Nahrungsmittel ebenso wie als prophylaktisches oder Heilmittel keinerlei Gegenanzeigen.

Die wichtigsten Wirkstoffe der Zirbel-/Zedernuss:

Vitamin B 1 (Thiamin) – wichtig für eine optimale Kohlenhydratverwertung. Beteiligt sich am Aminosäuren - Stoffwechsel und der Fettsäurebildung. Hat vielseitige Wirkungen auf Funktionen des Herz-, Verdauungs- und endokrinen Systems sowie auf das zentrale und periphere Nervensystem. Der Tagesbedarf liegt in etwa bei 1,3 mg bis 2,6 mg, bei akuten oder chronischen Infektionen, Diabetes und Einnahme von Antibiotika auch höher. Im Zedernussöl sind ca. 0,39 bis 0,66 mg % enthalten.

Vitamin B 2 (Riboflavin) – hilft dem Organismus Eiweiße, Fette und Kohlenhydrate in Energie umzuwandeln. Verantwortlich für Gewebekonstruktion. Verbessert die Sehkraft auf Licht- und Farbreize. Hat positive Wirkung auf das Nervensystem, Haut, Schleimhäute, Leberfunktionen und Blutbildung. Der Tagesbedarf beträgt ca. 1,5 – 3,0 mg, bei chronischer Enterokolitis, Hepatitis, Leberzirrhose, Blutarmut usw. höher. Der Riboflavinanteil im Zedernussöl beträgt ca. 0,4 bis 0,17 mg %.

Vitamin B 3 (Niazin) – ist wichtig bei der Fettsynthese, beim Eiweißstoffwechsel und bei der Umwandlung der Nahrung in Energie. Unterstützt das Nervensystem und beteiligt sich vor allem bei Zellatmungsprozessen und der Regulierung des Cholesterin-Stoffwechsels. Niazin erweitert die Blutgefäße und hilft bei der Blutbildung. Der Tagesbedarf liegt zwischen 14 und 28 mg, bei Magen- und Darmerkrankungen, bei Durchfall, Leberkrankheiten und bei langer Einnahme von Medikamenten gegen Tuberkulose höher. Der Niazinanteil im Zedernussöl beträgt 1,05 bis 1,40 mg %.

Vitamin E (Tocopherol) – beeinflusst die Geschlechtshormone und andere Hormonfunktionen (regeneriert die männliche Kraft und hält länger jung). Stimuliert die Muskeltätigkeit, begünstigt die Verwertung von Fetten und Vitamin A und schützt die Zellmembran vor Verletzungen. Der Tagesbedarf liegt zwischen 12 bis 15 mg, bei Hepatitis, Leberzirrhose, Bauchspeicheldrüsen- und Darmerkrankungen, Hautkrankheiten, Arteriosklerose höher, da die Aufnahme von Vitamin E gestört ist. Zedernussöl enthält ca. 9 bis 10,12 mg % Tocopherol – Vitamin E.

Kupfer (bis 14 mg) – beteiligt sich an der Hirnfunktion und ist besonders wichtig in Verbindung mit dem Immunsystem, dem Herz und dem Kreislauf. Unerlässlich für die Bildung der roten Blutkörperchen. Kupfermangel führt zur Störung der Eisenaufnahme.

Magnesium (bis 551,6 %) – hat große Bedeutung für die Funktion der wichtigsten Enzyme und sorgt besonders für die richtige Knochenstruktur. Der Tagesbedarf beträgt ca. 400 mg.

Mangan (bis 16 mg) – wichtig für den Hormonhaushalt, fördert die Glukoseaufnahme im Organismus und spielt eine wesentliche Rolle bei der Funktion der Fermente während des Reproduktionsprozesses, des Wachstums

und des Fettstoffwechsels. Der natürliche Mangangehalt in 100 g Zedernüssen lässt sich in dieser Konzentration in keinem anderen Lebensmittel finden.

Silizium (bis 3,2 mg) – fördert die Bildung und Elastizität des Bindegewebes im Organismus und die Versorgung der Knochen mit Kalzium.

Vanadium (bis 0,0037 mg %) – bremst die Cholesterinbildung in den Blutgefäßen. Man nimmt an, dass es sich weiters an der Fermentfunktion, beim Glukose- und Fettstoffwechsel sowie bei der der Knochen- und Zahnentwicklung beteiligt.

Kalium (bis 650 mg %) – reguliert den Wasserhaushalt im Organismus. Ist besonders wichtig für das Wachstum und die Muskelkontraktion. Unterstützt das Herzmuskelsystem.

Phosphor (bis 840 mg %) – wichtig für die Bildung und Erhaltung der Zähne und Knochen. Der Tagesbedarf beträgt ca. 800 mg.

Kalzium (bis 110 mg %) – Hauptbestandteil der Zähne und Knochen. Wichtig für die Blutgerinnung, die Unversehrtheit der Zellen und die Herztätigkeit. Maßgeblich beteiligt an der Muskelkontraktion und allen Funktionen des Nervensystems.

Molybdän (bis 0,2 mg %) – Bestandteil des Enzyms, das für die Eisenverwertung wichtig ist und somit bei Anämie (Blutarmut) vorbeugend wirkt.

Nickel (bis 0,0781 mg %) – Nickelmangel kann die Blutbildung und das Wachstum beeinträchtigen sowie zu Eisen-, Kupfer- und Zinkgehaltveränderungen in der Leber führen.

Jod (bis 0,5 mg %) – wichtig für die Regulierung der Schilddrüsenfunktion.

Zinn (bis 0,0029 mg %) – zu wenig Zinn im Organismus kann zu Wachstumsstörungen führen.

Zink (bis 13 mg %) – spielt eine wesentliche Rolle bei der Regeneration des Gewebes, beim Skelettwachstum und der Muskelkontraktion. Fördert die Wundheilung, reproduktive Prozesse und die Normalisierung der Prostatafunktion.

Eisen (bis 19 mg %) – wichtigster Bestandteil von Hämoglobin und der Proteine. Ermöglicht den roten Blutkörperchen den Sauerstoff im Organismus zu transportieren. Der Tagesbedarf liegt ca. bei 14 mg.

Zirbel-/Zedernüsse enthalten zudem noch: Titan, Silber, Aluminium, Jodid, Kobalt, Natrium (bis 195 mg), Glukose, Fruktose, Saccharose, Stärke, Dextrin, Pentosan, Zellgewebe, Albumine, Globuline, Gluteline und Prolamine.

Quelle: <https://www.sibirische-zedernprodukte.com/shop/de/zedernprodukte/zedernussoel-nach-anastasia-zedernnuss/392/zedernussoel-mit-10-harz-nach-anastasia>

#Nelkenöl

Neuere Studien haben gezeigt, dass ätherisches Nelkenblüten/blätteröl eines der stärksten antibakteriell und analgetisch wirksamen ätherischen Öle ist. Es wirkt antiinfektiös und antibakteriell mit einem sehr breiten Spektrum an möglichen Anwendungen. Zahn- und Zahnfleischinfektionen können durch Einpinseln der betroffenen Stellen mit ätherischem Nelkenblüten/blätteröl gleichzeitig gegen die Infektion und den Schmerz behandelt werden. Ebenso kann es bei Akne, bakterieller Kolitis, Amöbenenteritis oder sogar Tuberkulose eingesetzt werden. Hier werden die Einreibung der betroffenen Stellen, des Bauches bzw. des Brustbereiches empfohlen. Ätherisches Nelkenblüten/blätteröl wirkt zusätzlich auch gegen Viren und kann bei Infektionen der Atemwege (Sinusitis, Bronchitis, Influenza, Tonsillitis) und oder innerer Organe (Hepatitis, virale Enterokolitiden, virale Nephritis) eingesetzt werden. Zur Anwendung werden die Inhalation, Einreibungen oder Ölbäder empfohlen. Auch Pilze wie z. B. Candida-Arten werden durch ätherisches Nelkenblüten/blätteröl wirksam bekämpft. Es wirkt zusätzlich auch antiparasitär gegen Hautparasiten. In der Aromatherapie gilt ätherisches Nelkenblüten/blätteröl als starkes Stimulans und kann bei physischer und psychischer Schwäche (Asthenie) und starker Müdigkeit zur Anregung des gesamten Organismus und zur Konzentrationssteigerung eingesetzt werden. Als Anwendung für ätherisches Nelkenblüten/blätteröl werden Ölbäder, Einreibungen, Massagen oder der Einsatz in der Duftlampe empfohlen.

<http://sanabio.eu/produkte-und-leistungen/rohstoffe/aetherische-oele/item/126-nelkenblaetteroel.html>

Die Nelke gehört zu den starken Immunstimulanzien und hat starke antibakterielle und antivirale Eigenschaften. Auf den Körper wirkt sie stimulierend, stärkend, belebend, erwärmend, durchblutungsfördernd und kann den Blutdruck erhöhen. Bei ständig kalten Füßen und zur Insektenabwehr im Sommer kann man 1 Tropfen Nelkenöl in eine Körpermischung geben.

<http://www.satureja.de/html/nelke.html>

#Calendulaöl

Calendulaöl ist stark antioxidativ, was unser Organsystem schützt, zum Beispiel auch vor Krebs. Eine Studie besagte dazu: "Mit dieser Aktivität ist das ätherische Öl nicht nur eine ausgezeichnete Wahl für die Wundheilung (und gegen Dermatitis aller Art), auch zur täglichen Pflege eignet es sich gut. Eine der 'Grundlagen' der Hautalterung ist, dass freie Radikale die Geschwindigkeit der sichtbaren Alterung unserer Haut beschleunigen, und diese hoch angesehenen Antioxidantien können eine signifikante Wirkung bei der Verlangsamung dieses Prozesses haben." - Einfach ausgedrückt: Ringelblumenöl hilft uns dabei, länger jung auszusehen. Ebenfalls von Interesse ist die Unterstützung von Calendulaöl für die Krebsbehandlung.

Das Calendulaöl wird angewandt für Hautpflegeprodukte, dazu sollte man Verdünnungen von 1 bis 3 % verwenden. Umgerechnet sind das 11 bis 27 Tropfen ätherisches Öl auf 30 g Trägeröl.

<http://www.aetherische-oele.net/aetherische-oele/calendula.htm>

#Selbstheilung

"das Prinzip der Selbstreparatur des Organismus war die Voraussetzung für die Entwicklung des Lebens.. alle Lebewesen sind selbstreparierende Systeme.." Smit "die Heilkräfte des Körpers sind unvorstellbar groß.. selbst Krebs, MS, Polio oder Blindheit sind heilbar, wenn die Patienten nur richtig atmen und ihr Lymphsystem aktivieren.." West

"wir bestehen zu 65% aus Wasser, zu 35% aus Mineralien.. wegen des Mangels an notwendigen Mineralien kann unsere körpereigene Abwehr nicht mehr funktionieren.." Stockwell

http://www.mweisser.50g.com/alt9_selbstheilung.htm

#Zähne-wachsen-nach & Karies vorbeugen

- <https://www.zentrum-der-gesundheit.de/zaehne-reparieren.html>
- <https://www.zentrum-der-gesundheit.de/natuerliche-zahnpflege-ia.html>
- <https://www.zentrum-der-gesundheit.de/oelziehen.html>

#alternativ Süssen

<http://www.silkeleopold.de/meine-alternativen-suessungsmittel/>

Green Smoothie

Das Buch "Green for Life" von Viktoria Boutenko dazu als Empfehlung. Eine sehr schmackhafte, lebendige und vor allem günstige Methode viel Rohkost und vor allem das Grün der Pflanzen aufzunehmen. Der grüne Farbstoff der Pflanzen ist deren 'Blut' und hat chemisch die gleiche Struktur wie Hämoglobin im Blut... in dem Buch stehen sehr wichtige Infos, z.B. dass das Grün der Karotte die 100-1000 fachen Vitamin und Mineralstoffwerte hat... ich bin dann immer zu den Bauernmärkten und hab neben Grünkohl und Spinat nach 'Hasenfutter' gefragt, also das Grün des Kohlrabis, Karotte, Rote Bette, ... zusammen mit Ingwer und Apfelsaft ein ultra 'grüner Kaffee' ... die Autorin hat die Methode entwickelt/erforscht, weil sie damit alle chronischen Krankheiten in ihrer Familie geheilt hat. Man braucht 'nur' einen guten Mixer, ich empfehle den VitaMix.

#Superfoods - heilende Nahrung

<https://www.zentrum-der-gesundheit.de/superfoods-liste-ia.html>

Zu den Super-Heilpflanzen mit hoher Verfügbarkeit regional:

Brennnessel, Löwenzahn, Birkenblätter, Klettenwurzel

... interessante Infos im Link

<https://www.zentrum-der-gesundheit.de/heilpflanzen.html>

Birke: <http://www.kraeuterweisheiten.de/birke.html>

#Brennnessel

Die Blätter der Brennnessel wirken sehr stark entgiftend. Brennnesselblätter enthalten unter anderem Gerbstoffe, Histamin, zahlreiche Vitamine, Mineralstoffe wie Calcium, Magnesium und Eisen, Kieselsäure und auch Lecithin. Die Brennnessel regt den Stoffwechsel (bzw. Galle und Leber) an, reinigt das Blut, wirkt entsäuernd auf das Bindegewebe und sekretionsfördernd auf die Bauchspeicheldrüse und stärkt dadurch auch das Immunsystem. Brennnessel zählt aus diesen Gründen zu den bekanntesten Ausleitungskräutern. Quelle: <https://www.zentrum-der-gesundheit.de/schwermetalle-ausleiten-ia.html>

#Essig der vier Diebe

<http://www.realfarmacy.com/make-thieves-oil-vinegar-protect-plague-day/> (Medizin aus heimischen Kräutern: Salbei, Thymian, Rosmarin, Lavendel, Mittelalter-Rezept aus Zeiten der Pest ... Immunabwehr)

#Kurkuma (eng. Turmeric)

... weil es mit über 600 nachgewiesenen Heileigenschaften, das 'mächtigste' Gewürz der Welt ist

... Rezept zur Herstellung einer Kurkuma-Paste

<http://althealthworks.com/8868/everything-you-need-to-know-about-golden-paste-and-how-to-make-ityelena/>

<http://www.treehugger.com/green-food/7-homemade-turmeric-teas-and-elixirs.html>

Warme Kurkuma-Milch (genial, lecker, power für den winter)

2 cups of almond or hemp milk

1 tablespoon coconut oil

1 teaspoon ground turmeric

1 teaspoon ground cinnamon

1/4 teaspoon ground ginger

1 piece star anise

Maple syrup to taste

#Bilsenkraut-Info

<https://hub.transition-regensburg.de/cloud/heilung/Bilsenkraut.pdf>

(starke Mittelalterliche Heilpflanze, Nachtschattengewächs, recherchierte Kurzinfo, folgt auf nächsten Seiten)

#mega-gute Info-Seiten/Portale

- <http://wakeup-world.com/>

- <http://www.realfarmacy.com/>

- www.zentrum-der-gesundheit.de

Das Bilsenkraut

Eine der seit der Antike bekanntesten Heilpflanzen ist das Bilsenkraut (*Hyoscyamus niger*). Die medizinischen und bewusstseinsverändernden Wirkungen dieser Pflanze waren in antiken und mittelalterlichen Zeiten gut bekannt.

Dank seiner blutstillenden, entkrampfenden, schmerzstillenden und beruhigenden Eigenschaften war Bilsenkraut Bestandteil von allen Wund- und Schmerzsalben; ebenso wurde es als Narkosemittel verwendet. Im Wein gekochte Bilsenkrautwurzeln waren das mittelalterliche Schmerzmittel bei Zahnschmerzen.

Wenn man unter Asthma litt, so wurde jahrhundertlang empfohlen, Bilsenkraut wie eine Pfeife zu rauchen. Ebenso verstreute man früher die Blätter des Krautes im Haus, damit Mäuse und Ratten fern blieben.

Im Mittelalter war es auch üblich, die Samen der Pflanze auf glühende Kohlen zu streuen, damit die Atmosphäre einen erotischen Touch bekam.

Einer der Wirkstoffe im Bilsenkraut ist das Scopolamin, das nicht nur berauscht, sondern in niedriger Dosierung gegen Übelkeit und Erbrechen hilft. In vielen Apotheken gibt es scopolaminhaltige Pflaster gegen Reiseübelkeit.

Hildegard von Bingen schrieb über das Kraut:

"... wenn man das aus den Körnern hergestellte Öl isst oder wenn man das ganze Kraut isst, so ist es ein tödliches Gift. Wenn ein Mensch Bandwurmlarven in sich hat, so soll dieser Blätter zerreiben und auf die Haut auflegen. Wenn jemand zu viel Alkohol getrunken hat, so soll man das Kraut in Wasser einlegen und dem betrunkenen damit die Stirn, die Kehle und die Schläfen waschen, davon macht er wieder auf es geht ihm besser."

Ein Bilsenkrautöl

Geben Sie frische Blätter des Bilsenkrauts in Sonnenblumenöl, lassen Sie dies für acht Wochen stehen. Danach filtern Sie die Blätter aus dem Öl heraus und geben Sie das Öl in eine dunkle Flasche. Das Öl hilft gegen Schmerzen und kann äußerlich, auf die Haut aufgetragen, gegen Rheuma helfen. Allerdings sollte man das Öl vorsichtig dosieren und vor allem für Kinder unerreichbar lagern.

Achtung: stark giftig ...

Ein Tipp zum Hühnerfangen war folgender: "Die Hühner auf dem Balken fallen herab, wenn sie den Rauch einatmen."

http://www.satureja.de/html/flugsalben_der_hexen.html



Bilsenkraut

Die Einnahme von Bilsenkraut verursacht beim Menschen eine Reihe von Nebenwirkungen, einschließlich erweiterter Pupillen, Halluzinationen, gerötete Haut und Unruhe.

Darüber hinaus kommt es zu Erbrechen, Krämpfen, hohem Blutdruck, einem anormal schnellen Herzschlag, einer mangelnden Koordinationsfähigkeit und hohem Fieber.

Ähnlich wie die verwandte Tollkirsche erweitert das Kraut die Pupillen. Typisch bei einer Vergiftung sind auch ein auffällig starker Rעדdrang und eine auffällige Euphorie.

15 der Samen sind für Kinder tödlich, für Erwachsene reicht die doppelte Menge aus...

Das Bilsenkraut war im Mittelalter auch eine Pflanze, die man in den Hexenprozessen verwendete. So sollen laut einer Überlieferung aus dem Jahr 1538 die Angeklagten Bilsenkraut bekommen haben, damit sie im Rausch ein Geständnis ablegten.

Wenn die arme Frau sich dann der Hexerei bezichtigt hatte, gab man ihr zuweilen aus Mitleid Bilsenkraut, damit die Qualen der Folter und der Hinrichtung erträglicher wurden.

Sehr giftig - KEINE SELBSTANWENDUNG

Die im Mittelalter sehr bekannte *Pappelsalbe* (*Unguentum Populi*), ein beliebtes Schmerzmittel, wurde in allen wichtigen Pharmakopöen aufgeführt und enthielt Pappelknospen, Mohnblätter, Hauswurzblätter, Lattichblätter, Knabenkrautblätter, Alraunenblätter, Bilsenkraut, Tollkirsche und Hanf.

Die Beduinen in der Wüste Negev rauchten Bilsenkrautblätter, auch zusammen mit anderen Pflanzen oder Tabak, bei Kurzatmigkeit, Depressionen oder Nervosität.

Auch Hildegard von Bingen erwähnte ein Bilsenöl, mit dem man rote Lepra behandeln könnte.

Dioskurides beschäftigte sich ausführlich mit dieser Pflanze und kannte drei Arten: „Die eine hat fast purpurfarbene Blüten, schwarze Samen und stachelige Kelche, die andere quittengelbe Blüten, weichere Blätter und Kapseln und gelbliche Samen. Diese beiden bewirken Wahnsinn und Lethargie und sind für den Gebrauch ungeeignet. Zum arzneilichen Gebrauch geeignet ist die dritte Art, die fett, zart und samthaarig ist, mit weißen Blüten und weißen Samen. Zur Saftzubereitung dienen die weiche Frucht, die Blätter und Stengel, welche zerstoßen und ausgepresst werden, worauf die Flüssigkeit in der Sonne eingetrocknet wird. Der junge Trieb wird zerstoßen, mit Weizenmehl gemischt, zu Brötchen geformt und aufbewahrt. Der Saft eignet sich als schmerzstillendes Augenwasser, sowie bei heftigen Fluss, gegen Ohrenschmerzen und Gebärmutterleiden, mit Mehl vermischt gegen Entzündungen aller Art. Der Same wirkt gleich, weiters bei Husten, Katarrhe, Schmerzen in den Augen, Blutverlust, wenn 1 Obole (0,7 bis 1 g) mit Mohnsamen in Honigmet getrunken. Die frischen Blätter sind als Umschlag am meisten schmerzlindernd bei jeglichen Leiden. Drei oder vier, mit Wein getrunken, heilen

bösartiges Fieber. Die Wurzel, mit Essig gekocht, lindert als Mundspülung Zahnschmerzen.“

Ein sehr beliebter, erweichender, schmerz- und krampfstillender Beinumschlag (Kataplasma) war: Man nimmt Schierlingskraut und Bilsenkraut, von jedem eine Unze, weiters eine halbe Unze venetianische Seife, übergießt das Ganze mit kochender Milch und setzt nach Belieben so viel Leinmehl oder Roggenmehl hinzu, dass es ein dicker Brei wird, den man zwischen Leinwand legt und über den kranken Teil schlägt.

Neben der medizinischen Anwendung war das Bilsenkraut auch eine der großen heiligen Ritualpflanzen im alten indogermanischen Raum. Die Germanen und Wikinger pflanzten ganze Bilsengärten. Diese waren für sie heilige Äcker. Das Bilsenkraut war vermutlich ein Grund für die Schmerzunempfindlichkeit der kriegerischen Kelten, Germanen und Wikinger. Hinweise findet man in alten Geschichtsmythos der Kelten Britanniens und Irlands. Im angelsächsischen „Leech Book of Bald and Cild“ aus dem 10. Jahrhundert gibt es eine Beschreibung einer medizinischen Rezeptur als Schutz vor Elfen und nächtlichen Besuchern, in der als ein Bestandteil das Bilsenkraut erwähnt wird.

Es stand mit den wichtigsten prophetischen Göttern der Kelten, Griechen und Römer in Zusammenhang. Keltische Schamaninnen weckten mit Hilfe des Bilsenkrautes die Regentruede aus ihrem Schlaf.

Die wahrscheinlich berühmteste Orakelstätte im alten Griechenland war das Heiligtum des Apollo in Delphi. Dort konnte man die Priesterin des Apollo, Pythia, um Rat fragen. Pythia überbrachte dann die Antwort des Apollo in ekstatischem Zustand, der vermutlich durch das Weiße Bilsenkraut verursacht wurde. Einer der alten griechischen Namen für das Bilsenkraut ist *prophētēs*, das Prophet oder Wahrsager bedeutet. Ein anderes Wort dafür ist *puthōnion*, Pythonisches (Kraut).

Quelle: Bewusstseinsverändernde Pflanzen A-Z, A. Prentner, Springer Verlag, 2010
Eine schöne Zutat in selbstgerührten Salben ist das Bilsenkrautöl, das die Salbe auch wunderbar grün färbt. Dieses bekommt man rezeptfrei in jeder Apotheke. Das liegt daran, dass der Auszug der Bilsenkrautblätter in fettem Öl nur noch einen Alkaloidgehalt von 0,05 % aufweist. Eine berauschende Wirkung ist hier nicht mehr zu erwarten. Dafür sind solche Bilsenkrautzubereitungen allerdings entzündungs- und schmerzstillend.

Anwendung

Blätter und Samen werden als stark narkotische krampf- und schmerzstillende Mittel geschätzt. In dieser Beziehung werden hauptsächlich die Blätter als eines der wichtigsten derartigen Mittel bei vielen krampfhaften und schmerzhaften Leiden, wie Nervenfebern, Epilepsie, Hysterie, Rheumatismen, Husten, Magenkrampf, ferner bei wirklichen Entzündungskrankheiten, wie Lungenentzündungen, eingeklemmten Brüchen, schließlich bei schmerzhaften Leiden der Harn- und Geschlechtsorgane angeordnet. Überdies schreibt man dem Kraute zerteilende und auflösende Wirkungen zu und gibt es daher innerlich wie äußerlich bei schmerzhaften, Skrofulösen und bei krebsartigen Drüsenleiden und ähnlichen Fällen, wo der gefleckte Schierling angezeigt ist und dann gewöhnlich in Verbindung mit diesem. (<http://www.heilkraeuter-infos.de/lexikon/bilsenkraut>)

Quelle: Hemetische Heilmethoden, J.H. Höhenstätten, Christof Uiberreiter Verlag, 2011

Von den Zähnen:

„Im **Bilsenkraut**, das auf Latein Hyosciamus heißt, ist die Signatur der Zähne enthalten. Man gewinnt daraus ein Öl oder eine Flüssigkeit, welche, mit Essig und Pfirsichkraut (*Persicaria*) abgekocht, **Zahnschmerzen** sofort stillt, wenn es warm auf den schmerzenden Zahn aufgetragen wird. Man kann auch die **Wurzel** des Bilsenkrautes benutzen, aus der man den Saft auspresst und ihn in der angegebenen Weise vermischt.“

Blätter und Samen des Bilsenkrautes sind narkotisch-giftig infolge ihres Gehaltes an Hyoscinamin und Hyoscin. Beide Alkaloide wirken beruhigend, schmerzstillend und schlafördernd. Blätter und Samen werden in Form von Aufguss, Extrakt, Pflaster, Salbe, Öl usw. arzneilich genutzt. Zum äußerlichen Gebrauch dient das Bilsenkrautöl. Das Oleum Hyoscyami wird nach dem Deutschen Arzneibuch durch Erwärmen von 40 Teilen Olivenöl und 4 Teilen mit Weingeist durchfeuchteten, zerkleinerten Bilsenkrautes gewonnen. Es dient zu schmerzstillenden Einreibungen.

Die Verwendung des Bilsenkrautes war schon im Altertum weit verbreitet. Bereits Celsus empfiehlt einen Extrakt der **Wurzel** des Bilsenkrautes in **Wein** als Mittel gegen **Zahnschmerzen**. In manchen

#Bilsenkraut-Info-Englisch

Henbane (*Hyoscyamus niger*)



The dried, chopped plant matter can be used for incense and in smoking blends, as well as for brewing beer, spicing wine, and making tea. The seeds are the ideal component when making incense. Henbane oil can be made by boiling the leaves of the plant in oil. This can then be used for therapeutic or erotic massage purposes (Ratsch 1998, 279).

One must be very careful to assess henbane dosage properly. According to Lindequist, a therapeutic dose of *Hyoscyamus* with a standard alkaloid content is 0.5 g, and the maximum daily dosage is 3 g (Lindequist 1993 cited in Ratsch 1998, 279).

MEDICINAL USES: In addition to its ritual significance, *Hyoscyamus niger* has significant medicinal importance as well. The use of henbane smoke to treat

toothaches and asthma is widespread. In Darjeeling and Sikkim, henbane is used for these purposes, as well as to treat nervous disorders. The plant has also been used since ancient times to heal bones, as an analgesic and antispasmodic, and as a sedative and narcotic. In Nepal, the smoke of the leaves is used to treat asthma. In homeopathic medicine, a preparation of *H. niger* is well known to be an effective treatment for anxiety, agitation, unease, insomnia and spasmodic digestive disorders (Ratsch 1998, 281).

In China, henbane, known as lang-tang, was steeped in wine and used to treat malaria, mania, skin diseases, and dysentery. The seeds were said to cause one to see spirits if crushed and consumed. The leaves and flowers are still used in TCM to treat neuralgia and gastric spasms. The smoke of Chinese henbane seeds is inhaled as a treatment for coughs, bronchial asthma, rheumatism and stomach aches (Voogelbreinder 2009, 194).

TRADITIONAL EFFECTS: *Hyoscyamus niger* contains 0.03 to 0.28% tropane alkaloids, principally hyoscyamine and scopolamine. The parasympathetic effects of the plant are due to these alkaloids. The primary effects include peripheral inhibition with central nervous system stimulation, and last up to four hours. Hallucinogenic effects are also present and can last up to three days. Overdose can lead to delirium, comas, and death. However, there are few reported cases of overdose. Low doses of henbane beer have aphrodisiac effects. Very high doses can lead to delirium, confusion, memory loss, "inane" states, and "crazy behavior" (Ratsch 1998, 282).

Henbane is toxic to grazing animals, deer, fish, many birds, and so forth. Interestingly, pigs are immune to the effects of the toxins and appear to appreciate the inebriating effects of consuming the plant (Morton 1977).
(source: <http://entheology.com/plants/hyoscyamus-niger-black-henbane/>)

Alles zum Thema #Heilung im KlarTraum zusammenkopiert

#####

#Heilung-Kurzfassung aus S.248

#wohn-in-deinem-Körper

Körper und Geist sind verbunden, Krankheiten werden unbewusst durch Glaubensbilder aufrechterhalten

'alle Krankheiten sind allein durch Roh-Kost, allein durch reines Wasser, allein durch Atmung heilbar'...

in jedem der Themen steckt die Re-Aktivierung der Ur-Information in unseren Zellen

2017 erschien eine umfangreiche Doku über die Heilbarkeit von Krebs durch Ernährung und Naturmedizin:

<https://thetruthaboutcancer.com>. für den Film wurden 131 Ärzte, Wissenschaftler und Überlebende aus 27 verschiedenen Ländern zusammengebracht, es entsteht eine millionenfach unterstützte Bewegung der Körper besteht zu 65% aus Wasser, zu 35% aus Mineralien. Die Mineralien / Vitamine / Spurenelemente könnten Saaten, Körner, wild wachsenden Kräuter, Nüsse, Beere aufgefüllt werden - dort ist noch am meisten Ur-Information auf kleinen Raum.

dazu ist eine Flocken-Quetsche ein nützlicher Gegenstand um Saaten zu quetschen, der Magen kommt sonst nicht an die Inhaltsstoffe. ... gieß gequetschte Ölsaaten mit Wasser auf und sieh den Biofilm den es bildet ... lebendes Informations-Müslis (Leinsamen, Sesam, Bockshornklee, Sonnenblume, Braunhirse, ...) auch '#Green-Smoothies' sind eine Methode kostengünstiger heilender Nahrung. neben Rohkost nimmt man das Grün der Pflanzen auf. das Chlorophyll der grünen Pflanzen ist deren 'Blut', hat chemisch quasi die gleiche Struktur wie Blut-Hämoglobin

Kohlenhydrate und Zucker sind 'leer', wirken alkalisch sauer

... um egal-welche Krankheit zu heilen ist eine basische Ernährung essentiell.

Gemüse und Früchte die es zu kaufen gibt, enthalten nur noch einen Bruchteil des ursprünglichen Gehalts an Vitaminen, Mineralstoffen, Spurenelementen

wir essen wesentlich mehr als wir bräuchten (Tiere die die Hälfte fressen, leben doppelt so lang ^{\cite{tagesspiegel-fdh}})

wir betreiben den Körper auf Dauer-Verschlingung... so brauchen wir auch mehr Schlaf. Phasenweise fasten / #fraktal-fasten wirkt nicht nur entgiftend und heilend auf alle Systeme, sondern bringt die Zellen auch in ein 'Zellschutzprogramm', das altern verlangsamt.

... aus meiner 'Kräuter-Hexen' Sammlung:

Zusammenfassung zu Pflanzen Medizin:

natürliche Antibiotika, Antifungizide für die Hausapotheke... Vitamin & Mineralstoff-Lieferanten ... starke 'Alleskönner', #Essig-der-vier-Diebe, #superfoods, #Bilsenkraut ...

Info & Linksammlung

zu den Themen rund um Entgiftung, basische Ernährung, heilen mit Kräutermethoden ist die Seite www.zentrum-der-gesundheit.de ein gut recherchiertes Portal.

allein das Thema 'Entgiftung der Zirbeldrüse' führt ganz nebenbei zur Heilung vieler Beschwerden.

#Selbstheilung-5D

#Körperliche-Veränderungen-beim-Dimensionswechsel

die wichtigste Information zu den körperlichen Veränderungen die alle betreffen – durch die veränderte kosmische Strahlung, das Absinken des Magnetfelds, der Veränderung der Erdresonanzfrequenz (Schumann-Frequenz), wurden in einem Artikel von einer Ärztin und Schamanin erklärt:

<https://www.newslichter.de/2015/06/koerperliche-veraenderungen-waehrend-des-dimensionswechsels>

tipp: vorgelesen in 30 min: https://www.youtube.com/watch?v=v49_RBfLhz8

wer seine #Merkaba aktiviert (siehe unter #Wissen-zur-Zeitenwende) kann während des fastens auch körpereigenen Lichtnahrung erzeugen. der Körper kann alles selbst erzeugen was er braucht, alle Krankheiten selbst heilen

#####

aus der #Rede-an-die-Menschheit-Schnipsel1, S. 144

#es-ist-Genug-für-Alle-da

#keiner-muss-hungern

Lasst uns Samenvorräte anlegen z.B. Hanfsamen. Sie enthalten alle essentiellen Aminosäuren, Proteine, Vitamine, Mineralstoffe ... ein Nahrung-Komplett-Paket, #all-you-need-food. Es gibt #superfoods die ein Maximum an guten Stoffen enthalten...

#superfoods sind nicht nur Handelsware - es sind auch die Pflanzen über die du fast stolperst: Die Brennessel, Löwenzahn, Giersch und Birke in unseren Breitengraden...

der Mensch kann lange #Informations-Fasten betreiben: Kräuter, Beeren, Öl, Nüsse, Honig, Roh-Kost - so viel wie in einen Mund passt als Mahlzeit, statt die Größe deines Magens. #Fraktal-Fasten. Dein Körper bekommt tausendfach beste Information, verzichtet auf alles was verschlackt, entgiftet, heilt

'Ratten, die die Hälfte fressen, leben doppelt so lang'

Hört man phasenweise ganz auf zu Essen und ist sich darüber bewusst dass es geht, kann man Lichtnahrung aktivieren ... jede Zelle des Körpers kann Licht herstellen und in Energie umwandeln.

'tatsach, wir ham die Wüste durchquert'

unsere Zellen sterben nur, solange sie noch in einem verdreckten Wasser schwimmen. heilt außen heilt innen und umgekehrt

#####

aus #Weltformel-Biologie, S. 114

#iss-was-lebt

je mehr lebendige Feinstruktur du aufnimmst ...

Algen, Pilze, Samen, Öle, Kräuter, Schale & Rinde

... the more connections to neural network universe

'eat food high in frequency with life enzymes...

processed industrial food is

bringing you on the toilet,

not in outer dimensions'

Ralph Smart

#Kreisen-ist-Energie

... ist dir schonmal aufgefallen,

dass die alten Leut oft s Glas schwenken

bevor sie trinken?

aus #die-letzte-Rede-bevor-sie-verschwand, S. 189

#Selbstheilung

das ego-aufheben ist eins der schönsten gerade neu gelernten Gefühle für jede

Zelle ... ein Sprung vom Turm ... du wirst aufgefangen... so funktioniert: Selbst-

Heilung ...

das ist das kürzeste Rezept für Selbstheilung: loslassen ... das Leben wird sich

daran erinnern wie es sein will

aus #physik-verstehen, S.286

#Öl-is-super

wenn dich friert, schmier dich dick mit Öl ein,

z.B. Weizenkeim-Öl, Sonnenblumen-Öl, #sibirisches-ZedernÖl ... Öl-Mischung auch

jeden Morgen als Mundspülung um Gift-Stoffe auszuwaschen, 10 Min spülen...

antibakteriell, beste Reinigung... schmeiss alles weg was #Fluroid enthält, das is

Gift, zerstört die Zirkeldrüse, macht gleichgültig

... altern war auch gestern

... heut ist metamorphose

#####

aus #Biologie-verstehen, S. 288

#Kopf-erden

#Astrallinien-cutten

#Ei-rollen

... ich hatte mal leicht Liebeskummer / Sehnsucht auf nem rainbow ... hat mich gestört, dass ich meinen Kopf nicht frei krieg ... ein Freund sagte: 'roll ein rohes Ei

über deinen Kopf, das cuttet die Astrallinien, erdet die Verbindungen' ...

boa, das hilft voll ... fühlt sich so schön an, darum muss jetzt jeder davon wissen ...

und es steckt #Heilung drin

Roll ein rohes Ei über deinen Kopf ... das ist genialste Massage ... die perfekte-Ei-

Form erdet Astral- und Energiefeldlinien deiner Oberflächen, nimmt negative

Energien auf ... mit zwei Eiern den ganzen Körper erden ist noch intensiver ... die

Eier haben dann all deine negativen Spannungen aufgenommen, Wunden oder

innere Blockaden können sich 'entladen'

... 'danach ist es deine Aufgabe die Eier zu zerbrechen'

in dem Doku-Kunstfilm 'the Space in Between' von Marina Abramovic sieht man,

dass das Ei so hart werden kann, dass es erst zerbrochen werden kann, wenn dein

Geist die Krankheit loslässt

#####

aus #Weltformel-Evolution, S. 158

#Metamorphosen-how-to

die letzte Seite hat auch die 'Schreiberin' erstaunt

... dass Metamorphosen möglich sind war mir schon länger klar: wenn du Wunden

hast, liefern sie dir im dmt-Raum Information über alles, was sie noch formen

können, falls du sie nicht zuwachsen lässt ... medizinischer Honig, Bilsenkraut-Öl

und Spinnenweben auf Wunden ...beantwortet im dmt-Raum, wie es sich anfühlt,

wenn die Zellen sich anders reproduzieren... dna-Transformationen auslösen

erklärt dir wie Flügelansätze oder Spinnen-Weben-Drüsen sich anfühlen würden ...

davon hätt ich nicht hier geschrieben, viel zu weit weg davon ernst genommen zu

werden ... doch plötzlich folgt #Formwandler nicht aus meiner #dmt-Erfahrung,

sondern aus #Weltformel-angewandt auf Mensch

#####

aus #Physik-verstehen, #Heilsteine, S.282

HeilSteine können Wasser 'energetisieren'/ reinigen.

Steine nach Gefühl auszusuchen und am Körper zu tragen

ist eine gute Idee ... im dmt-Raum erschließt sich alle Wirkung von Heilsteinen

#####

aus #Heilung-5D, #Wissen-zur-Zeitenwende S.230

absolute Heilung passiert mit dem Dimensionswechsel automatisch, bisher waren nur 5% unserer DNA aktiv und 95% bezeichnete man als 'Junk'-DNA wir haben danach auf alles Zugriff und können in kürzester Zeit den Körper perfektionieren

Entgifte deinen Körper – in kürzester Zeit wird damit das dritte Auge = erstes Auge wieder 'sehend'.

Fluroid ist Gift, macht das dritte Auge blind!

google 'Zirbeldrüse entgiften'

<http://decalcifypinealgland.com/how-to-decalcify-the-pineal-gland>

#####

aus #enter-the-sacred-space-of-your-heart, S.229

man kann ein-für-alle mal vom Kopf ins Herz umziehen ... durch die Herz-Membranen hindurch findet man dort einen 'sacred space' – der Raum aller Erschaffung findet und fand dort statt. dort finden sich uralte 'Aufzeichnungen' (sie sog. Akashic-records), die dir plötzlich jede Frage beantworten so dass du intuitiv fühlst, wie alle Magie sowie Selbstheilung funktioniert, wie dein Verstand ein Werkzeug ist ... während du aus dem Raum der Einheit (statt Dualität) erschaffst

sobald du in den Raum des Herzens umgezogen bist, und die Verbindung zum Erdkern und Universum aktiviert hast, bist du automatisch 5D und kannst aufhören zu lesen :)

#ascended-masters

#Dimensionsaufstieg-do-it-yourself

hunderttausende haben ihre Merkaba schon aktiviert

... danach werden die Dimensionen zum Spiel-Brett

#####

aus #zwei-Seiten-für-die-Menschheit-über-DMT, S.125, #dmt-long-term-effects S.133 und #DMT-high-dose-effect, S. 137

all deine Körperteile sind Biofilm ... ein flüssig-verbundener energetischer Organismus ... alle Lebendige ist Biofilm

all deine inneren Systeme gewinnen Information, entwickeln sich, werden geheilt

es ist eine Universität des Lebens ... konzentrier dich auf egal-welche Evolution ... und es wird dir gezeigt

du kannst in eine Meditation innerhalb der Meditation gehen
deinen Körper in einen hundertjährigen Dornröschen-Schlaf schicken

regenerierend in tiefsten Wellenformen

ein Gefühl der Resonanz, jede Zelle beginnt zu schwingen,
jede Zelle / Einheit an dir kann angesteuert werden

Ayahuasca/ DMT leitet #Heilung ein, langfristig lassen sich Süchte nicht aufrechterhalten

Abhängigkeiten reduzieren sich...

Tabak wie Zucker, Kohlenhydrate wie Sex, Musik wie Alkohol ...

Freedom of Choice statt Gewohnheit

Arbeits,- Zeit, - Schlafens,- und Essensmuster werden fraktal

Selbstheilung wird aktiviert, dein Körper sagt dir was zu tun is

kannst tausend Schauer und Resonanzen innerhalb jeder Körperschicht und Region auslösen... Wärme und Ströme erzeugen, Flüsse in Organen und Zellen anregen....

#####

aus #Portal-Kino / #keine-Pflanze-ist-illegal (in der bald ergänzten Erweiterung)

die Entdeckung der Unsterblichkeit

durch DMT und Salvia Divinorum

sollte jedem Erdling frei zugänglich sein

... den ‚Beipack-Zettel‘ liest du gerade

Salvia Divinorum heilt viele Krankheiten, wirkt nachhaltig lebendig auf alle Körpersysteme

'wir glauben dass die Wirkstoffe aus der aktiven Substanz, für eine Reihe Krankheiten nützlich sein kann: Alzheimer's, Depression, Schizophrenie, Chronische Schmerzen' und sogar AIDS oder HIV"

— Viren 2007-08-23 (US Media)

obwohl Salvia Divinorum die extremste Erfahrung ever auslöst,
ist mit keinerlei Psychosen zu rechnen

... der englische Wikipedia Eintrag zu Salvia Divinorum ist lesenswert

#werde-Astronaut, #travel-hints-for-hyperspace

#Beipack-Zettel-DMT-Salvia

... zu finden auf den fast-letzten Seiten des KlarTraums

#####

... damit schließt sich der Kreis

#####