

Wissenswertes aus der Naturheilkunde  
*für dich* und deine Gesundheit

Natürlich.  
Gut zu wissen.

Unendlichkeit

Dimensionen des Herzens



03	VORWORT
	UNENDLICHKEIT - DIMENSIONEN DES HERZENS
05	FEIERE DEN SOMMER - HAPPY DAY UND HAPPY PRICE
06	DAS HERZ UND SEINE MYSTISCHEN DIMENSIONEN
07	Das Herz als Wasserrad
09	Das Herz als Vermittler zwischen Himmel und Erde
11	Das Herz auf Chinesisch
12	Dein krankes Herz
14	Das Herz und seine geheime fünfte Kammer
16	Der Sitz des göttlichen Atoms
18	EINTRITT IN EIN NEUES ZEITALTER
20	Die Zeitalter
22	Die Neue Erde
25	SANFTE ODER STARKE MEDIZIN?
27	DIE LETZTEN VORTRÄGE 2024
27	Gesichtsdiagnose chinesisch
28	Gesund geht anders
29	WICHTIGE HINWEISE
	Quellen
	Impressum
	Datenschutz
	Urheberrecht
30	NOCH EIN PAAR WORTE

# Unendlichkeit - Dimensionen des Herzens

Wenn ich Königin wäre, liefe vieles anders. Ganz bestimmt nicht alles besser, aber zweifellos unser "Gesundheits"system.

Weisst du, im alten China behielt ein Arzt nur dann seine Anstellung am kaiserlichen Hof, wenn er den Kaiser und seine Familie vor Krankheit bewahren konnte. Deshalb ist die Prävention eines der großen Pfeiler der Chinesischen Medizin. Und dabei sieht sie Körper, Geist und Seele in einem Miteinander und nicht in einem Entweder-oder. Denn die Trinität ist es, die uns Menschen ausmacht und die auch Gesundheit ausmacht.

Aber noch mal zu mir als Königin;). Ich würde regieren, wie der Kaiser der Chinesischen Medizin. Und das ist das Herz. Es stellt sich nicht über die anderen Organe und lässt sie für sich arbeiten, sondern hält mit allen anderen Körperteilen, mit allen Zellen und Geweben gemeinsam den Körper und die Existenz lebendig. Denn das sind die Herzqualitäten: das Miteinander, die Freude und die Menschlichkeit, das Mitgefühl und natürlich die Liebe. Liebe dem Anderen, aber auch sich selbst gegenüber.

Heute, am 21. Juni, ist die Mitte des Jahres. Was liegt also näher, als dir ein wenig vom Mittelpunkt des Menschen zu erzählen, dem Herzen, und wie es uns Menschen zu dem macht, was wir sind.

Bleib' gesund und liebevoll.

Melanie Aue



# Feiere den Sommer

Ferien!

Kennst du noch das Gefühl der Freiheit und Entspannung, wenn deine Ferien begonnen haben? Zwar kann ich dir keine 6 Wochen Auszeit bieten, aber dafür einen 'happy day':

Eine kleine Auszeit vom Alltag, in der du deine Energie auftanken kannst und in der ich dir helfe, wieder in deine Mitte und in die Freude zu kommen.

## Dein happy day:

- ein kurzes Vorgespräch mit Zungen- und Pulsdiagnostik
- eine Akupunktur (bei Nadelangst auch gern mit dem Laser:) )
- eine Massage nach Wunsch und Symptomatik
  - Nackenmassage oder
  - Bauchmassage nach der Therapeutische Frauen Massage oder
  - Fußmassage inkl. entspannendes Fußbad in Blüten der Saison
- Nachruhen mit heißem Tee oder renaturiertem Wasser

Feiere den Sommer...

mit Zeit, die du dir selbst schenkst. Das ist deine Zeit der Selbstfürsorge.

Ich freue mich auf dich.

Gesamtdauer 90 Minuten

Specialpreis in den Sommerferien vom 24. Juni bis 3. August

**89 Euro** (anstatt 117€)



# Das Herz und seine mystischen Dimensionen

„Das ganze Universum ist im Körper enthalten,  
der ganze Körper im Herzen.  
So ist das Herz der Kern  
des ganzen Universums.“

Ramana Maharshi



# Das Herz und seine mystischen Dimensionen

Das Herz markiert das Zentrum zwischen oben und unten, zwischen links und rechts. Damit bildet das Herz den Mittelpunkt unserer Körperachsen. Und den Mittelpunkt unseres Lebens. Ohne Herz - keine Existenz.

Obwohl in der wissenschaftlichen Medizin so viel über das Herz geforscht, geschrieben und gewusst wird, birgt es immer noch Geheimnisse in sich: Welcher Impuls veranlasst es, zu schlagen? Warum hast du das Gefühl, es hüpfert bei Freude oder zerreißt dich bei Trauer?

## Das Herz als Wasserrad

Die Embryologie empfinde ich als wichtige Quelle, um den Fragen des Seins näherzukommen: Ein neues Leben gilt dann als empfangen, wenn der Herzschlag wahrnehmbar ist.\* Und das Herz ... tatsächlich schlägt es, bevor sich das Gehirn entwickelt. Denn die ersten Anlagen des Herzens beginnen schon in der dritten Woche nach der Empfängnis einen Takt zu suchen, um kurze Zeit später seine rhythmische Bewegung aufzunehmen.

Dabei verstehe ich das Herz nicht als Pumpe, das von sich aus seine rhythmischen Bewegungen hervorruft. Vielmehr

---

\* Das ist die derzeitige wissenschaftlich und rechtliche Ansicht. Ich persönlich habe dazu jedoch eine ganz andere. Denn die Energien entwickeln sich bei der Verschmelzung von Samen und Eizelle, deshalb ist das für mich der Beginn des irdischen Lebens. Aber bereits vor der Verschmelzung existieren Energien. Im Bereich der pränatalen Psychologie bezeichnet Dipl. med. Gisela Albrecht sogar den Beginn der Eizellanlage der eigenen Mutter mit dem Lebensbeginn. Und das meint genau diese eine Eizelle, die später einmal der Keim deiner eigenen körperlichen Existenz wird. Diese Eizelle erlebt im Leib deiner Mutter all ihre Emotionen mit und bringt deshalb transgenerationale Anlagen mit in das Sein. Insofern beginnt das Leben tatsächlich früher als in unserer medizinischen, westlich ausgerichteten Definition. Viel früher.

wird das Herz durch das Blut zu seiner Funktion angetrieben. Diese Erkenntnisse entstammen der anthroposophischen Lehre nach Rudolf Steiner:

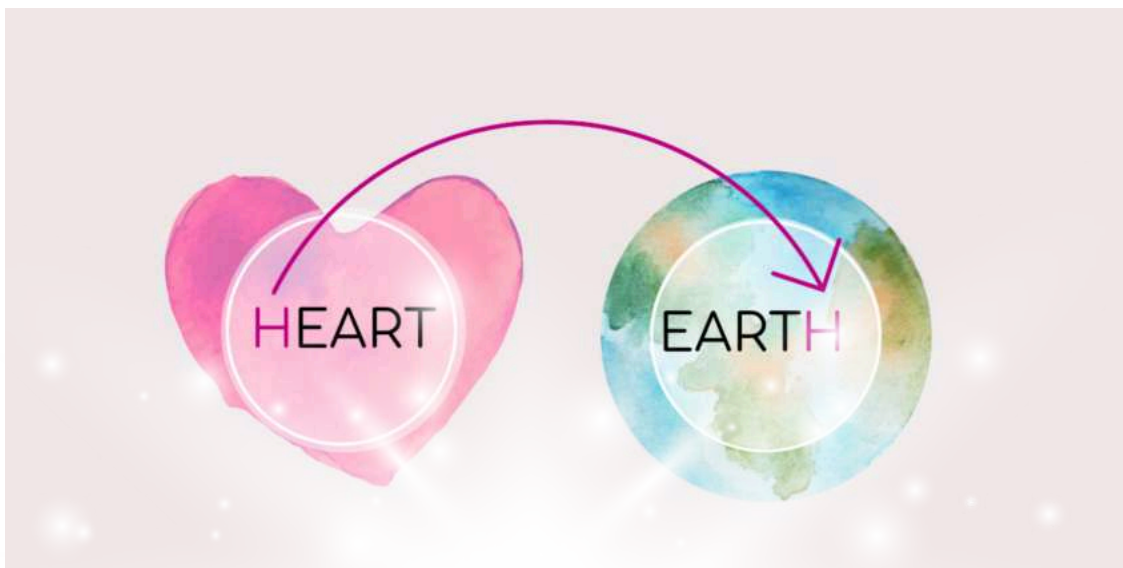
"Unsere Ego-Organisation ist im Blut aktiv; und tatsächlich bringt es das Blut in Bewegung und nach der Bewegung fängt das Herz an zu schlagen. In sogenannten Fachbüchern finden sie immer die Fakten, die falsch angeben, dass das Herz eine Art Pumpe wäre, und diese Pumpe des Herzens das Blut über den ganzen Körper verteilt ...."

R. Steiner

Steiner beschrieb recht detailliert, wie sich das Blut durch das Wirken der Seele spiralförmig durch die Gefäße bewegt und dadurch die Pumpfunktion des Herzens antreibt. Diesen Prozess kann man sich vorstellen wie den Mechanismus einer Wassermühle. Durch das Fließen des Wassers wird die Mühle angetrieben und kann so ihre Funktion ausüben. Neuere medizinische Untersuchungen bestätigen mittlerweile Steiners Aussagen. Denn tatsächlich lässt sich in der Embryologie feststellen, dass zuerst das Blut zirkuliert und dann erst das Herz zu schlagen beginnt. Und ab dem Zeitpunkt verrichtet das Herz im Zentrum unseres Körpers unermüdlich seine Arbeit. Tag um Tag und Nacht um Nacht. Ohne Sonn- und Feiertage. Ohne Urlaub. Ohne Ausruhen. Das Leben auf der Erde ist unweigerlich an den Herzschlag gebunden.

## Das Herz als Vermittler zwischen Himmel und Erde

Herz und Erde - im Englischen ("heart" und "earth") nur dadurch voneinander zu unterscheiden, ob das "H" vorn oder hinten steht. Das "H" macht den Unterschied. Das "H", das aus spiritueller Sicht einer der kraftvollsten Buchstaben des kosmischen Alphabets ist. Es symbolisiert den Hauch Gottes, den Atem der Schöpfung und die Göttlichkeit.



Das "H" mittelt aber auch, um das Obere vom Unteren und das Rechte vom Linken zu unterscheiden. So wie das Herz den oberen Anteil des Körpers mit dem unteren verbindet, das Links mit dem Rechts verbindet. Was sich ein bisschen banal anhört, hat eine wichtige spirituelle Bedeutung.

- Denn die rechte Körperseite steht für das männliche Prinzip. Für das Tun, das Schaffen, die Leistung, die Struktur und Ordnung, für das Wissen und die Wissenschaft.
- Die linke Körperseite dagegen symbolisiert die Ruhe, die Muße, die Gelassenheit; sie steht für Intuition und Weisheit.

Und das Herz vereinigt.

- Das Oben steht für das Himmlische, das Göttliche, das Flüchtige und Geistartige.
- Und das Unten dagegen für das Irdische, die Erdung und das Materielle.

Und das Herz vereinigt.

Das Herz in der Mitte betrachtet immer alle Aspekte: oben - unten, rechts - links. Es vereinigt das Energetische und Materielle genauso, wie das Aktive und die Stille oder das Außen mit dem Innen.

Im Herzen laufen die Achsen des Körpers zusammen, auf energetischer und körperlicher Ebene. Und das Herz deutet genau darauf hin, dass alle Ebenen ihre Berechtigung haben. Nein. Nicht nur ihre Berechtigung, sondern dass die Notwendigkeit besteht, die göttlichen und energetischen Aspekte neben den irdischen und körperlichen zu leben.

Das Organ Herz verdeutlicht es durch seine vier Kammern und alle vier Herzkammern sind für die Gesundheit wichtig: Die linke obere und die linke untere Herzkammer, die rechte obere und die rechte untere Herzkammer. Das Blut durchläuft bei jeder Zirkulation alle vier Kammern und damit das Irdische und Göttliche, das Weibliche und Männli-



che. Alle Qualitäten zusammen ergeben das Lebendige. Und deshalb sollte dieses Wissen als Weisheit in unserer Medizin integriert werden. Solange wir nur auf das Materielle und Strukturelle blicken, werden wir nie das Wesen von Gesundheit und Krankheit erfahren.

## Das Herz auf Chinesisch

In der Chinesischen Medizin ist das Verständnis der Organe ein anderes als in unserer westlichen Medizin. Zwar gibt es immer das substanzielle, materielle Organ, aber auch ein energetisches.

Das Herz symbolisiert den Kaiser, den Regenten. Und damit nimmt das Herzen eine außerordentliche Position an. Und die ist so bedeutend, dass das Herz von knöchernen Strukturen - den Rippen, dem Brustbein und der Wirbelsäule - vollkommen geschützt im Brustraum liegt. Aber - und so ist das mit Regierenden - wird das Volk bevormundet und nicht ausreichend mit Respekt und Wertschätzung genährt, gibt es kein harmonisches Zusammenspiel. Eine Regentschaft ist nichts wert, wendet sich das Volk gegen sie. Deshalb ist die Regentschaft des Herzens nicht als eine Hierarchie zu sehen, sondern als eine Funktion, die genauso bedeutend für den Körper ist, wie die des Darms, der Niere, der Lunge oder aller anderen Organe. Das Herz verdeutlicht uns, dass nur das Miteinander stark, gesund und lebendig macht. Und fröhlich. Wie weise.

Als Kaiser ist das Herz verantwortlich für die Umwandlung von der Energie Qi zu Blut. Die Chinesen sagen, hier bekomme das Blut seine rote Farbe. Und gleichzeitig sorgt der Kaiser Herz für die Kontrolle der Blutgefäße und die Blutzirkulation. Und so zeigt sich eine gesunde Herzfunktion in einem frischen Teint (materiell) und auch in einer kraftvollen Ausstrahlung (immateriell).

## Dein krankes Herz

In der Chinesischen Medizin wissen wir, dass der Körper immer der Energie folgt. Erst ist eine Emotion vorherrschend oder ein Glaubenssatz, den man hundert Mal am Tag denkt und fühlt. Das bringt eine bestimmte Energie oder Aura hervor. Und erst, wenn diese bestimmte Energie lange vorherrscht, verändert sich die Materie, also die Zellen und damit ein Organ. Deshalb sehe ich eine Erkrankung nicht als Fehlfunktion des Körpers, die sich mit Tabletten, Kapseln oder Spritzen heilen lässt. Ich sehe sie als Hinweis auf den energetisch-emotionalen Hintergrund. Und "Hintergrund" ist dabei tatsächlich so gemeint, denn bewusst sind uns diese Glaubenssätze meist nicht. Vielleicht helfen dir aber die nachfolgenden Fragen, der Ursache auf den Grund zu kommen.

Bin ich mit Kopf und Verstand im Gleichgewicht mit Herz und Emotion?

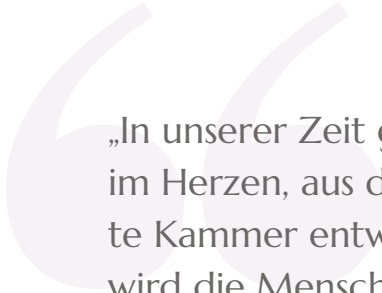
Gebe ich meinen Gefühlen ausreichend Raum und äußere sie auch?

Lebe ich meinen Rhythmus oder lasse ich mich in einen fremden Rhythmus pressen?

Übrigens, eine Konsequenz ergibt sich immer aus jeder Herzerkrankung: Sie hilft dir, auf dein Herz zu hören.



Das mysteriöse Herz und seine geheime fünfte Kammer  
Anatomisch kennen wir das Herz bis in die kleinsten und feinsten Einzelheiten. Man kann es chirurgisch und anatomisch sezieren und analysieren. Aber vor nahezu einhundert Jahren nahm Rudolph Steiner viel mehr wahr, als das Offensichtliche:



„In unserer Zeit gibt es bestimmte Veränderungen im Herzen, aus denen sich, nach und nach, eine fünfte Kammer entwickelt. Durch diese fünfte Kammer wird die Menschheit ein neues Organ besitzen, welches uns erlaubt, Lebenskräfte anders als im jetzigen Moment zu steuern.

R. Steiner

Für Rudolf Steiner war eine fünfte Herzkammer existent. Für ihn war sie eine Struktur, die die Fähigkeit zu übersinnliche Wahrnehmungen ermöglicht.

Steiners Erkenntnisse erklären auch die Ansätze des spirituellen Lehrers Johannes Schlederer. Für Johannes Schlederer ist die Existenz der fünften Herzkammer keine Frage. Nach seiner Wahrnehmung hat sie eine Verbindung zur Zirbeldrüse, die das spirituelle Erleben ermöglicht. Die Zirbeldrüse liegt tief verborgen im Inneren unseres Hirns. Sie übernimmt eine Funktion im Tag- und Nachtrhythmus und bedingt durch ihr Hormon Melatonin das Einschlafen. Dennoch liegen viele ihrer Funktionen im Verborgenen, so wie die Drüse selbst. Vielleicht ist die Zirbeldrüse auch deshalb so geheimnisvoll, weil das Vorkommen immaterieller und feinstofflicher Kräfte von der Wissenschaft vehement ignoriert wird. In der spirituellen Lehre jedoch wird die Zirbeldrüse mit den Fähigkeiten in Verbindung gebracht, den Menschen seiner ursprüng-

lichen geistig-göttlichen Natur anzunähern und dabei zu helfen, die Christuskraft (= sein Licht) zu entfalten. So übernimmt sie eine wichtige Rolle für das geistige Erleben und die spirituelle Gesundheit. Und ihre Lage auf Höhe des Dritten Auges weist den Blick auf die Hellsinne: das Hellsehen und Hellhören, das Hellschmecken und Hellriechen und das Hellfühlen und Hellwissen.

Etwa zeitgleich mit den Aussagen von Rudolf Steiner veröffentlichte Dr. med. O.Z.A. Hanish Anfang der 1920er Jahre seine Entdeckung der fünften Herzkammer und bekräftigte seine Entdeckung anhand besonderer Fotografien. Hanisch zufolge befindet sie sich an der Hinterwand unseres Herzens. Sie soll in etwa 4mm groß und vom Sinusknoten umgeben sein. Der Sinusknoten ist der elektrische Taktgeber der Herzaktion und gehört zum Erregungsbildungssystem. Er besteht aus speziellen Muskelzellen und liegt im rechten Vorhof des Herzens im Bereich der Mündung der oberen Hohlvene.

Laut Hanish soll in der fünften Herzkammer ein Vakuum herrschen und damit die Abwesenheit von Materie. Die fünf Elemente unseres Seins (in der Anthroposophie) sind Feuer, Erde, Luft, Wasser und Äther. Während die ersten vier Elemente der materiellen Welt zugeordnet werden können, handelt es sich bei dem Äther um einen immateriellen Anteil, um Energie. Und Energie kann in einem Vakuum existieren.

Der Äther repräsentiert das Element der Liebe und des Lichts. Die Liebe als Emotion des Herzens. Und das Licht meint das innerliche Leuchten, das Strahlen, das jeder von uns Menschen hat. Der eine mehr, der andere weniger.

Aber das Herz ist es, das dieses Leuchten vermehren kann, das es ausbreiten kann und im Zeichen von Liebe, Mitgefühl und Miteinander erfahrbar machen kann.

## Der Sitz des göttlichen Atoms

Ein altes Märchen erzählt, dass die Götter überlegten, wo sie die größte Kraft des Universums verstecken sollten, damit der Mensch sie nicht finden könne, bevor er reif genug sei, diese verantwortungsvoll zu gebrauchen.

Einer der Götter schlug vor, sie auf der Spitze des höchsten Berges zu verbergen, aber sie erkannten, dass der Mensch diesen erklimmen und die Kraft dort entdecken würde, bevor er dazu bereit sei.

Ein anderer Gott wollte sie auf dem Grund des Meeres deponieren. Aber wieder kamen die Götter zu dem Schluss, dass der Mensch auch diese Region erforschen und die Kraft vorzeitig aufspüren würde.

Schließlich sagte der weiseste Gott: Ich weiß, was zu tun ist.

Lasst uns die größte Kraft des Universums im Herzen des Menschen verstecken. Er wird niemals dort danach suchen, bevor er die Reife besitzt, den Weg nach innen zu gehen.“

Damit erklärten sich alle einverstanden, und dort liegt sie noch immer und wartet darauf, dass wir sie in Besitz nehmen und weisen Gebrauch davon machen...“

(Quelle: The Power Of The Heart Dossier, Nr. 8 2014 happinez Magazin)

Jetzt ist die Zeit dafür gekommen, alle seine Sinne zu öffnen, ganzheitlich zu denken und Geist und Seele, die immaterielle Anteile unseres Menschseins, in unser Denken zu integrieren. Jetzt ist die Zeit, diesen unvermeidlichen und bedeutsamen Weg zuzulassen, um ganzheitliche Gesundheit und ein erfülltes Erleben zu erfahren.

Ehre dein Herz in seiner gesamten Bestimmung: in seiner körperlichen Funktion und in seiner spirituell geistigen Funktion als Vermittler zwischen Himmel und Erde, zwischen deinem inneren und äußeren Erleben. Und ehre es für all seine Menschlichkeit, sein Mitgefühl und seine Herzlichkeit. Denn das macht wahres Menschsein aus.



# Eintritt in ein neues Zeitalter



# Eintritt in ein neues Zeitalter

Vielleicht erinnerst du dich noch an das Jahr 2012. Damals berichteten Mystiker immer wieder vom nahenden Ende der Welt. Schließlich endete am 21.12.2012 der Tzolkin, der berühmte Maya-Kalender\*, der nach Sonne, Erde, Mond und dem Kosmos ausgerichtet ist. Mit dem Ende des Kalenders erwartete man das Ende der Welt.

Passiert ist jedoch nichts. Der nächste Morgen war wie der vorhergehende. Oder... vielleicht hat sich doch etwas geändert?

Seit Jahrtausenden ist unsere Kultur geprägt von Kriegen, Macht und Habgier, von Verachtung gegenüber dem seelisch-energetischen Erleben und Erniedrigung des weiblichen Geschlechts. Die Veden nannten diese Zeit das "Kali Yuga", andere Schriften bezeichnen es als das Dunkle Zeitalter, das Zeitalter des Streites oder auch das Eiserne Zeitalter. Und tatsächlich wurden viele Kämpfe um Religion, um Herrschaft, um Land, Wasser oder Bodenschätze mit dem eisernen Schwert oder mit anderen Waffen ausgefochten. Menschenhandel, Versklavung, Demütigung und Ausnutzung anderer Lebewesen gehörten jahrhundertlang zum Weltbild dazu und die Verfolgung und Hinrichtung von Kräuterfrauen und Andersdenkenden übertreffen das Bild der Intoleranz. Einige dieser menschlichen Grausamkeiten sind vorbei. Jedoch erlauben sich bis heute Menschen immer noch, über andere zu bestimmen. Sie bauen und liefern Waffen und

---

\* Der Tzolkin ist jedoch viel älter. Er ist Zeitzeuge eines Goldenen Zeitalters. Die Maya behüteten ihn, denn er offenbart tiefe Einsichten in die kosmische Ordnung.

unterhalten damit kriegerische Auseinandersetzungen, die das Niedere des Dunklen Zeitalters darstellen. Wir Menschen von heute wännen uns, in einer aufgeklärten und gerechten Zeit zu leben - in einem modernen Zeitalter eben.

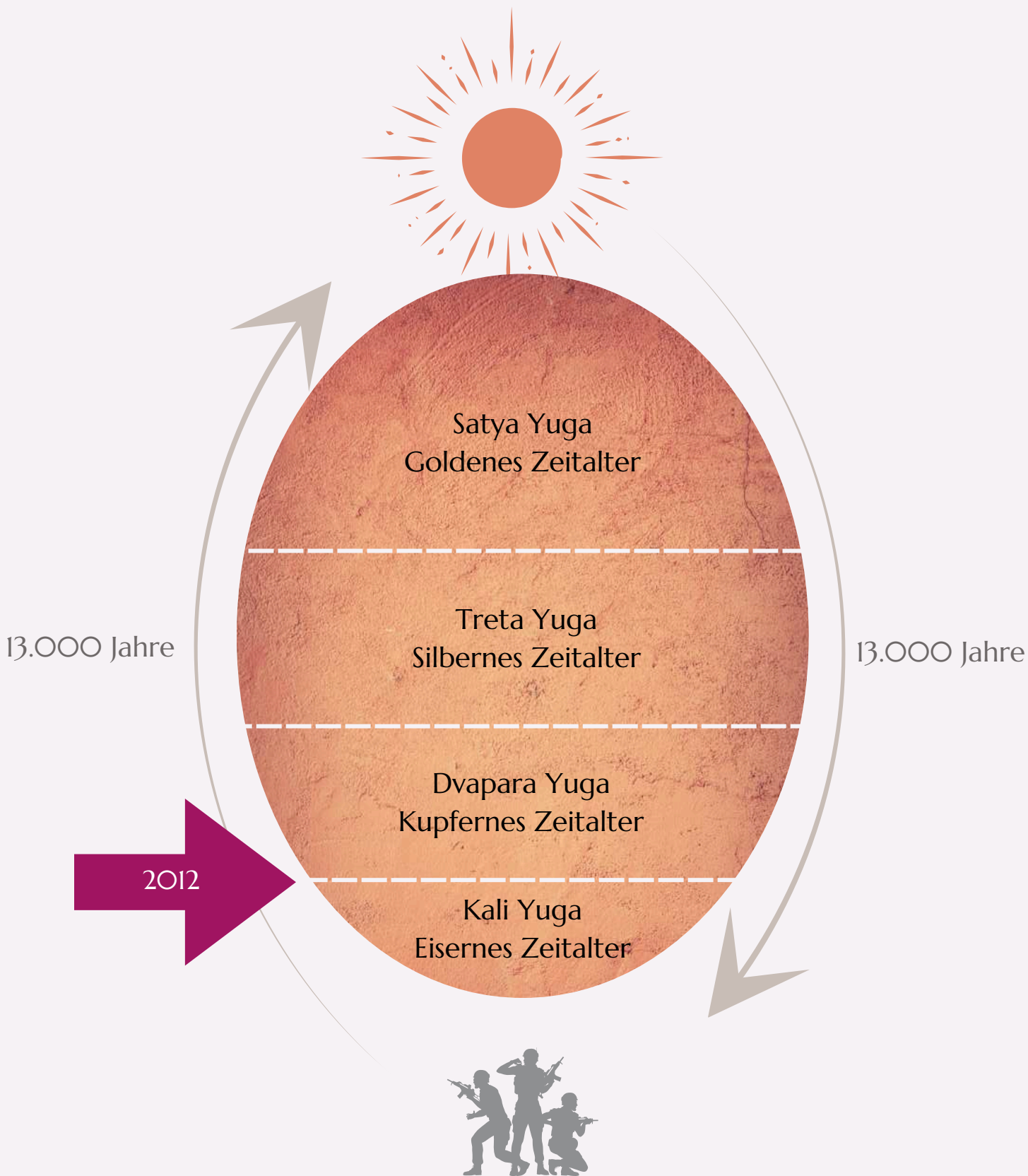
## DIE ZEITALTER

Ein Zeitalter aber ist immer ein Teil eines Weltenzyklus. Und der umfasst nach dem Maya-Kalender etwa 26.000 Jahre\*. Eine unfassbar lange Zeit, für den Kosmos jedoch nur ein Atemzug. Der Gipfel eines Weltenzyklus beschreibt das Goldene Zeitalter, nach den vedischen Lehren das "Satya Yuga", eine Zeit der höchsten Göttlichkeit, der Liebe und des Einsseins. Einssein mit sich, mit allen anderen Wesen, aber auch mit der Erde und der Natur, ja selbst mit dem Kosmos. Geprägt wird es durch ein harmonisches Leben nach den Gesetzen der kosmischen Ordnung. Es ist ein Zeitalter der Vollendung, der Wahrheit und der Tugend und umfasst die längste Zeitspanne in einem Weltenzyklus. Zwischen dem höchsten und dem niedrigsten Zeitalter befinden sich das "Treta Yuga", das Silberne Zeitalter, auch die Zeit der Dreiheit genannt und das "Dvapara Yuga", das Kupferne Zeitalter oder Zeit der Dualität genannt. Und so umspannt ein Weltenzyklus ein Leben in höchster Vollkommenheit und einem Leben nach göttlicher Ordnung bis hin zur Entzweiung, Gier und Krieg.

Und dort befinden wir uns in unserer Zeit. Oder besser gesagt, befanden wir uns. Denn 2012 endete das Dunkle Zeitalter, so wie es der Maya-Kalender offenbarte und wir sind in ein neues Zeitalter eingetreten: in das Kupferne Zeitalter. Ab jetzt erwacht in vielen Menschen ein neues

---

\* Die unterschiedlichen Quellen bemessen ein Zeitalter unterschiedlich lang. Die Veden zählten für einen ganzen Weltenzyklus, das sie Menschenzeitalter nennen, ca 4,3 Millionen Jahre. Die Maya rechneten nach kosmischen und astronomischen Gegebenheiten und maßen etwa 26.000 Jahre für einen Zyklus.



Bewusstsein. Ein Bewusstsein für das eigene Sein aber auch für das Miteinander aller Geschöpfe dieser Erde. Massentierhaltungen, Überdüngung, Abholzung des Regenwaldes, Vermüllung, Ausbeutung ganzer Landstriche unserer Erde für den Konsum... plötzlich wird es uns bewusst. Plötzlich ist es wichtig, ob Taten und Dinge lebensfreundlich sind. Plötzlich reicht es nicht mehr, pflichtbewusst und mit physischer und psychischer Verausgabung seiner Arbeit nachzugehen. Ein Job ist nicht mehr nur eine Notwendigkeit, um Geld zu verdienen, sondern wird zu einer Berufung. Die Menschen fragen sich, was sie erfüllt, beseelt und glücklich macht. Und das nicht nur für sie selbst, sondern auch für die Mitmenschen, oder mehr noch, für alle Geschöpfe der Erde und sogar für die Erde selbst. Denn das ist es. Wir sind eingebunden in eine Gemeinschaft von Lebendigem, verflochten mit dem Kosmos und mit allem was ist. Wenn wir diese Verbundenheit verstehen, dann ist es uns ein Bedürfnis, uns, allen Lebewesen und unserem Planeten Gutes zu tun.

## DIE NEUE ERDE

Viele Menschen haben sich mittlerweile gefunden, um ein neues Miteinander, neue Gemeinschaften mit Visionen einer gesunden Menschheit und einer gesunden Erde zu schaffen. Um gemeinsam zu wirken, zu erfinden, zu erleben. Eine dieser Organisationen ist "living earth", eine österreichische Gemeinschaft mit der Intention, das "Neue Manifest der Erde" zu gestalten. Und damit eine wunderschöne Zukunft, in der alles Leben wertgeschätzt wird. In der das Lebensfreundliche gelebt wird. Gemeinsam entwickeln sie Ideen, um diese Zukunft zu verwirklichen. Dabei kann jedes Mitglied von "living earth" von anderen lernen aber auch für andere lehren. Jeder kann seinen Teil zu dem neuen Manifest der Erde beitragen, vorausgesetzt, es entspricht den Regeln des Friedens und der Lebensfreundlichkeit in allen Bereichen.

Ich selber wirke derzeit an einem neuen Projekt für Deutschland mit: Herzwelle.

Herzwelle, das ist eine neue Vereinigung für alle Menschen, denen die Ganzheit unseres Lebens, die Ganzheit unserer Erde und des Kosmos am Herzen liegt. Gemeinsam werden Visionen verwirklicht, die dem Wohle der Erde und seinen Bewohnern dienen. In einem Seelen-Café gibt persönliche und virtuelle Treffen. Seminare und Vorträge informieren über Begebenheiten und Forschungen, fernab des Mainstreams. Und es werden ganz besondere Reisen unter Wertschätzung der Natur und anderer Kulturen und Bräuche angeboten. Bereits ab Sommer werden wir online sein und jedem die Möglichkeit geben, mitzuwirken und die Neue Welt zu gestalten.

Und so ist es also doch wahr, wie der Maya-Kalender es prophezeite: Langsam aber stetig weicht das alte Zeitalter, das geprägt war von Unterdrückung, Gier, Streit oder Ausnutzung, einer neuen Zeit. Einer Zeit des Bewusstseins, des Miteinanders und der Liebe für alles Leben dieser Erde.

Wenn du bei bei der Neuen Welt mitwirken möchtest, findest du auf diesen Webseiten nähere Informationen:

<https://livingearth.one/startseite>

<https://www.wegweiser-bewusstsein.de>

<https://www.herzwelle.net>

<https://pangera.net>

<https://www.unsereneuewelt.at>

... und bestimmt gibt es mittlerweile noch viele weitere.





# Sanfte oder starke Medizin?

Früher dachte ich immer, dass die Kraft einer Therapie sich schon irgendwie bemerkbar machen muss. Dass man sie spüren muss. Zum Beispiel eine kräftige Massage, eine Tablette, die sofort wirkt oder eine Spritze.

Aber das ist schon lange her.

Seitdem habe ich viele Aus-, Fort- und Weiterbildungen in sanften, naturheilkundlichen Methoden besucht. Aber, und das ist genauso wichtig wie die Theorie: Ich habe mich von der Wirksamkeit der verschiedenen Naturheilmethoden selbst überzeugt. Und habe sie selbst miterlebt: Bei mir, bei meiner Familie und bei vielen, vielen Patienten. Tagtäglich.

Da ist beispielsweise die Homöopathie. Winzige Kügelchen mit nichts drin, also keiner chemisch nachweisbaren Substanz. Aber mit aufgeprägten Informationen. Unsere alltägliche, materielle Denkweise kann sich wirklich nur schwer vorstellen, wie, warum und was in der Homöopathie Gesundung bewirken soll. Und doch passiert es. Weltweit vielleicht einige tausend Mal am Tag.

Und da ist die Akupunktur. Eine Nadel an einer bestimmten Stelle im Körper soll die Hormone regulieren, Regelschmerzen lindern oder eine allgemeine Schwäche beheben? Hört sich zunächst einmal unglaublich an. Und dennoch passiert es. Weltweit vielleicht einige tausend Mal am Tag.

Deshalb ist eine naturheilkundliche Behandlung zwar eine sanfte Medizin, die einen sanften Reiz setzt. Aber die Wirkung kann zuweilen echt stark sein:)

Überzeug' dich selbst...



# GESICHTSDIAGNOSE CHINESISCH

Spiegel deiner Energien und Potenziale

Im alten China unterzogen die Bauern den potenziellen Ehemann ihrer heiratsfähigen Tochter einem kleinen Gutachten. Sie prüften ihn nicht nur in einem Gespräch auf Tauglichkeit, sondern auch anhand einer ausführlichen Gesichtsbetrachtung. Denn sie kannten die Geheimnisse des Gesichts, seiner Gestalt, seiner Falten, Farben und Formen.

Früher wie heute erzählt ein Gesicht eine aufregende Geschichte. Es spiegelt die Konstitution, die Stärken und Schwächen, ja, es offenbart sogar Hinweise auf den Charakter. In diesem kleinen Vortag führe ich dich hinter die Kulissen dieser alten Weisheit.

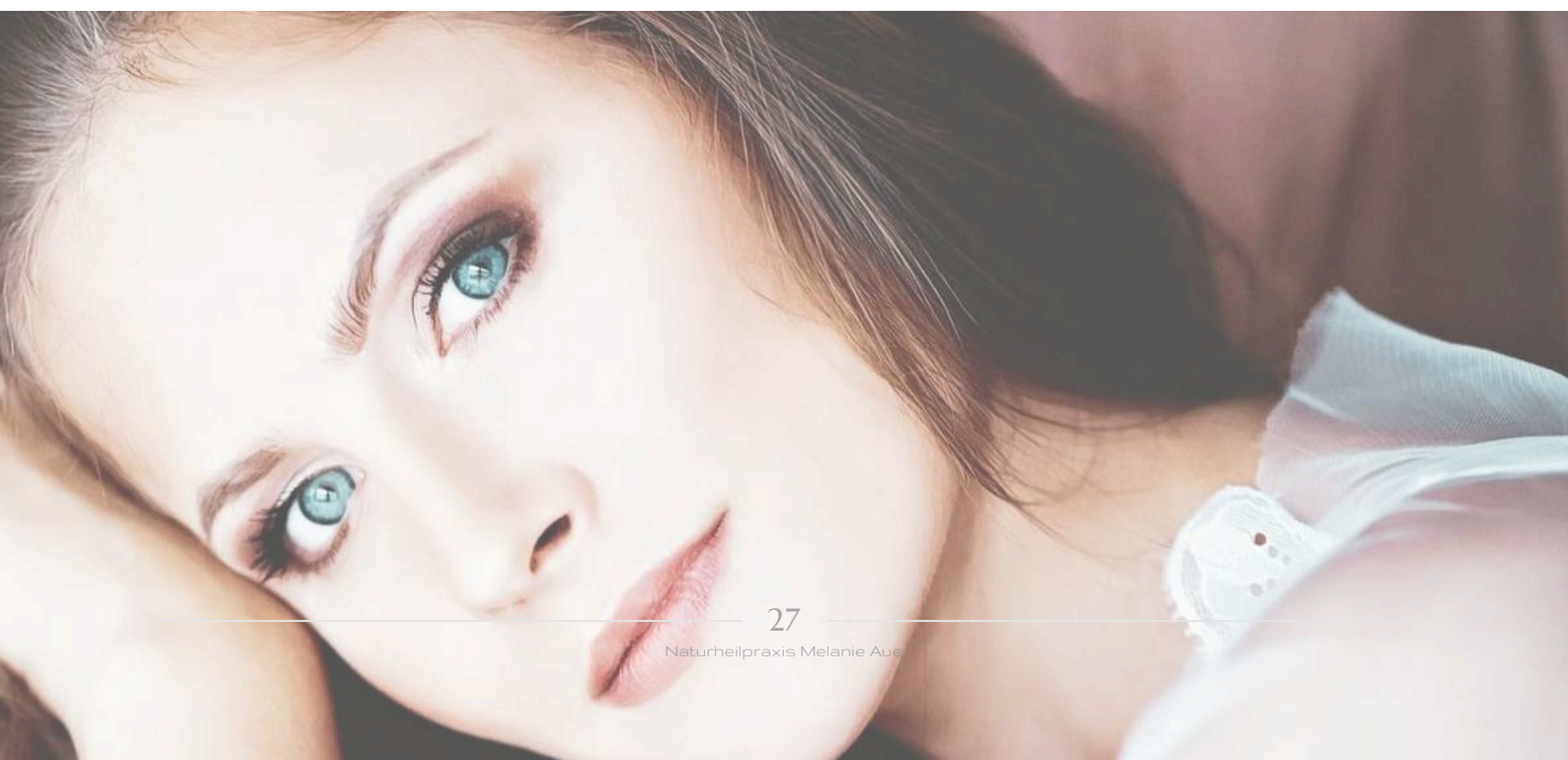
Mitzubringen ist ein kleiner Handspiegel.

**DONNERSTAG, 11. NOVEMBER 2024, 19:00 - 20:00**

VHS Hildesheim Anmeldung

**ODER JEDERZEIT,**

indem du ein eigenes Event organisierst.





## GESUND GEHT ANDERS - DIE BEZIEHUNG ZWISCHEN ORGAN UND GEFÜHL

In unserer Kultur gilt das Gehirn als Sitz unserer Gefühlszustände. Die Chinesische Medizin sieht dies anders. Hier gelten unsere Organe als Heimat der Emotionen. In diesem Vortrag erfährst du, wo Ärger und Stress, Freude und Trauer oder Sorge und Angst wohnen und wie die Heimatorgane auf diese Gefühle reagieren.

Lass dich von der Faszination der Chinesischen Medizin anstecken und erfahre einige Denkweisen und Möglichkeiten der fernöstlichen Therapierichtung - zum gesund werden und gesund bleiben.

**FREITAG, 25. OKTOBER 2024 · 18:30 - 20:00**

Ev. Familienbildungsstätte Hildesheim

Anmeldung

**DONNERSTAG, 07. NOVEMBER 2024 · 19:00 - 20:15**

VHS, Pfaffenstieg 4-5, Hildesheim

Anmeldung

**ODER JEDERZEIT,**

indem du ein eigenes Event organisierst.

## WICHTIGE HINWEISE

Alle Anleitungen sind lediglich als Empfehlungen zur Selbsthilfe gedacht. Sie ersetzen nicht den Besuch beim Arzt oder Heilpraktiker, vor allem dann nicht, wenn du den Hintergrund deiner Beschwerden nicht kennst.

Obwohl ich alle Hinweise, Rezepte, Dosierungsangaben und Applikationsformen sorgfältig geprüft habe, sind alle Angaben ohne Gewähr. Ich übernehme daher keine Garantie oder Haftung.

## QUELLENANGABEN

### Das Herz und seine mystischen Dimensionen

eigene Aufzeichnungen aus meinen Ausbildungsseminaren

<https://anthrowiki.at/Blut>

happinez Magazin, Nr. 8 2014: Dossier The Power Of The Heart

<https://de.wikipedia.org/wiki/Sinusknoten>

Sandra Weber: <https://www.thekei.eu/2021/04/22/unsere-herz-das-staerkste-energiefeld-teil-3-die-5-herzkammer/>

<http://www.herz->

[tor.de/BEDEUTUNG\\_der\\_BUCHSTABEN\\_des\\_KOSMISCHEN\\_ALPHABETS\\_von\\_HERZTOR.htm](http://www.herz-tor.de/BEDEUTUNG_der_BUCHSTABEN_des_KOSMISCHEN_ALPHABETS_von_HERZTOR.htm)

### Eintritt in ein neues Zeitalter

Sandra Weber Involution - ISBN 978-3-9823723-0-3

eigene Aufzeichnungen aus Seminaren

## FOTOS UND ZEICHNUNGEN

Seite 4: happy day: Foto vitolda-klein-unsplash

Seite 10: Herz Gerd Altmann auf Pixabay

Seite 27: Bild von Alexandr Ivanov auf Pixabay

Seite 6, 10, 13, 17, 18, 24, 26, 28: Canva

Seite 8, 21, Cover vorn und hinten: eigene Bilder und Grafiken

## IMPRESSUM

findest du hier <https://naturheilpraxis-aue.de/8-O-Impressum.html>

## DATENSCHUTZ

findest du hier <https://naturheilpraxis-aue.de/38-O-Datenschutz.html>

## URHEBERRECHT

Beachte bitte, dass alle Texte, Grafiken und Photos dem Urheberrecht unterliegen und nur mit meiner Genehmigung kopiert oder veröffentlicht werden dürfen.

# Noch ein paar Worte


Für mich ist das Schreiben der "Natürlich. Gut zu wissen." eine Herzenssache, um dir Einblicke in die ganzheitliche Denkweise der Naturheilkunde zu geben. Und es erfreut mich, wenn ich dir die Sinnhaftigkeit, die Logik und die Ehrlichkeit der alten Heilkunde näher bringen und dich für die Wunder der Natur begeistern kann.



Oberstraße 2 • 31162 Bad Salzdetfurth • 05063 - 30 31 287  
info@naturheilpraxis-aue.de | www.naturheilpraxis-aue.de

ALTERNATIVE FRAUENHEILKUNDE  
CHINESISCHE MEDIZIN UND AKUPUNKTUR | HOMÖOPATHIE | NATURHEILVERFAHREN  
THERAPEUTISCHE FRAUEN-MASSAGE | WIRBELSÄULENTHERAPIE | FUSSREFLEXZONENMASSAGE

Termine täglich nach Vereinbarung | Termine kannst du [hier](#) online buchen



Gib Deinem Verstand  
eine Pause  
und spüre

*dein Herz*