

Über uns

Herzlich Willkommen auf meiner Seite für Naturheilkunde!

Der Anlass

Naturheilkunde wird für viele Menschen immer wichtiger. Doch häufig fehlen weiterführende Informationen über die **Produkte und ihre Einsatzmöglichkeiten**. Aus diesem Grund stelle ich Ihnen in meinem Blog Heilmittel und Verfahren aus der natürlichen Heilkunde vor, erläutere die Methoden und biete **sorgfältig recherchierte Hintergrundinformationen**. Mein Ziel ist es, Sie zu über Altbewährtes und neue Entwicklungen umfassend zu informieren – damit Sie besser für Ihr Wohlbefinden sorgen können. Der Blog hat also einen praktischen Nutzen für Sie als Informationsmittel, **Nachschlagewerk** und als Austauschmöglichkeit über die Bewertungen bei jedem Artikel.

Die Themen

Die alternative Heilkunde ist **ein umfangreiches Fachgebiet**, das in viele andere Bereiche mit hineinwirkt. Denn anstelle von bloßer Symptombehandlung wirkt beispielsweise die Homöopathie ganzheitlich. Darüber hinaus profitieren die gestressten Menschen unserer Zeit auch von vielen Methoden aus der sogenannten Esoterik, vor allem von der tiefen **Entspannung durch Meditation**. Konkrete Anwendungsmöglichkeiten für den Körper bieten Heilpflanzen und weitere natürliche Substanzen wie [kolloidales Silber](#). Über all diese Themenbereiche und

vieles mehr erhalten Sie auf den folgenden Seiten **umfassendes Wissen und Anregungen für den Einsatz im Alltag.**

Schwerpunkt: Heilpflanzen

Viel altes Wissen über den Einsatz von Pflanzen zur Stärkung der Abwehrkräfte und zum Lindern von vielfältigen Beschwerden droht weiter verlorenzugehen. Eine Sammlung von Informationen, Wirkweisen und Anwendungsmöglichkeiten zur Erhaltung und zur Weitergabe dieses Wissens ist meines Erachtens nach dringend notwendig. Hinzu kommen **neue Erkenntnisse aus der Wissenschaft**, die überlieferte Heilwirkungen belegen und erklären. So gibt es beispielsweise Studien über die Wirkung von Misteltherapie im Rahmen der Krebsforschung. Diese erbrachten zwar nicht eindeutig einen Beweis für die Wirkung gegen Krebs, aber deutliche Hinweise, dass die Lebensqualität der Betroffenen verbessert wurde. Auf Grundlage solch differenzierter Informationen und deren Bewertungen soll auch Ihnen die **Entscheidungsfindung** für oder gegen ein naturheilkundliches Präparat oder eine Therapie leichter gemacht werden.

Schwerpunkt: Homöopathie



Homöopatische Zahnungskügelchen für Kinder

Obwohl die Verfahren und Wirkweisen der [Homöopathie](#) immer noch als umstritten gelten, wird sie mittlerweile nicht nur von

Heilpraktikern, sondern auch von Ärzten und sogar in Kliniken wie dem Universitätsklinikum Heidelberg zur Behandlung eingesetzt. Homöopathische Mittel funktionieren anders als Mittel, die man dem Körper direkt als Wirkstoff zugibt. Sie tragen vielmehr eine Information, die einer Trägersubstanz beigefügt wird (zum Beispiel eine alkoholische Lösung oder Globuli), damit diese vom Patienten eingenommen werden kann. Diese Information, nicht aber die Trägersubstanz, entfaltet dann im Körper und auch in der Seele des Menschen ihre Wirkung. Welche Mittel es gibt, bei welchen Symptomen sie sich bewährt haben und **hilfreiche Tipps zur Einnahme** finden Sie auf den folgenden Seiten.

Schwerpunkt: Methoden aus der Esoterik und Meditation

Körper, Geist und Seele gelten in der Esoterik als Einheit. Ist eines der Systeme aus dem Gleichgewicht gebracht, beeinträchtigt das auch die anderen. Ist der Geist zerstreut, leidet die Seele, so kann dies Auswirkungen auf den Körper haben. **Esoterische Sichtweisen** helfen, diese Zusammenhänge zu verstehen. Auch zeigt sie Wege auf, das eigene Wohlbefinden zu verbessern. Eine seit Jahrtausende praktizierte spirituelle Methode ist das Meditieren. Hier kommt der Geist zur Ruhe, klarere Entscheidungen werden möglich und **ein allgemein verbessertes Lebensgefühl** ist die Folge. Welche Formen von Meditation und Entspannungsverfahren es gibt, welche esoterischen Lehren für Sie im Alltag einsetzbar sind und wie Sie Ihr Leben in einen größeren Zusammenhang erkennen können, erfahren Sie ebenfalls in diesem Blog.

Ein Blog zur umfassenden Information und zum Mitmachen

Neben Hilfestellungen zum Auswählen geeigneter Mittel und

Verfahren aus Spiritualität und [Naturheilkunde](#) ist es mir wichtig, in den Dialog zu treten. Denn gemeinsam sind wir stärker und können so zahlreiche Informationen zusammentragen und auswerten, die für andere Menschen hilfreich sein können. Bringen Sie sich ein und **bleiben Sie mit mir im Gespräch**, indem Sie die Artikel bewerten. Ich freue mich auf Ihre Bewertung!