

# NATUR & HEILEN

DIE MONATSSZEITSCHRIFT FÜR GESUNDES LEBEN

*Zusammen mit dem Sammelordner können die 12 Hefte des Jahrgangs 2000 mit diesem Inhaltsverzeichnis zu einem wertvollen Nachschlagewerk gebunden werden. So entsteht jährlich ein bleibender Ratgeber für gesundheitliche und naturheilkundliche Fragen. Der Sammelordner und fehlende Einzelhefte sind – soweit noch nicht vergriffen – bei NATUR & HEILEN, Leserservice, Nikolaistraße 5, D-80802 München, Tel. 089/38015910, Fax 089/38015916 erhältlich.*

*Mit Hilfe des Stichwortverzeichnisses können die interessierenden Themen besser und schneller aufgefunden werden. Die hinter den Stichworten stehenden Zahlen geben die Nummer des jeweiligen Hefes und die Seitenzahl an. Beispiel: Die beim Stichwort "Bachblüten" stehenden Ziffern 4/58 bedeuten, daß in Heft 4/2000 auf Seite 58 über diese Therapie berichtet wird.*

## **Inhalt 2000** **mit Stichwortverzeichnis**

# HAUPT BEITRÄGE

## BAUBIOLOGIE

Von der Baubiologie zur Baukultur – eine ganzheitliche Betrachtung (Dr. Anton Schneider) 2/115

## BEWUSST-SEIN

Arbeit als Weg (Margaret M. Stevens) 10/10  
 Das Geheimnis der Erde (Hans Harres) 1/10  
 Das Jahr Null – eine große Chance (Dr. Christfried Preußler) 4/10  
 Das Netz des Lebens (Joanna Macy) 6/10  
 Das Pulsieren der Erde (Roland Possin) 7/10  
 Das Schweigen der Wüste (Anselm Spring) 5/10  
 Es gibt nur das, was ist (Jiddu Krishnamurti) 11/10  
 Raum der Stille (Peter Wild) 12/10  
 Transzendenz ... Die Kraft hinter allen anderen Kräften (Henryk Skolimowski) 2/81  
 Vom Alten... ins Neue (Margret Rueffler) 3/10  
 Von Schmetterlingen... (Hermann Hesse) 8/10  
 Zu Hause ist die Wirklichkeit (Willigis Jäger) 9/10

## ERNÄHRUNG

Alternative Stützungsmittel aus der Natur. Honig, Melasse, Trockenfrüchte, Carob, Stevia & Co. (Norbert Messing) 12/18  
 Amaranth – Super-Fitness-Getreide aus Südamerika (Dr. Hermann Ehmann) 2/94  
 Carotine & Vitamin A – Pflanzliche Powerstoffe (Dr. Hermann Ehmann) 7/20  
 Denn auch die Liebe geht durch den Magen... Exotische Gewürze, die wärmen und stärken (Heide-Maria Werner) 1 2/42  
 Die Mango – Götterspeise und Heilfrucht (Barbara Simonsohn) 1/46  
 Die Öl-Eiweiss-Kost – Heilsame Synergie (Dr. Christina Hell) 5/18  
 Die Olive – Eine mediterrane Frucht ganz groß (Mirko Albrecht) 8/29  
 Gesundes Wildgemüse im Frühjahr (Julia Genozio) 3/20  
 Lichtnahrung Sprossen – Keimlinge als heimische Vitalstoff-Fabrik (Norbert Messing) 11/26  
 Majoran, Basilikum & Co – Die großen Heiler unter den Küchenkräutern (Birgit Nüsse) 6/40  
 Ziegenmilch – Eine wertvolle Alternative für die Kleinkind-Ernährung bei Kuhmilchallergie (Norbert Messing) 8/38

## ERZIEHUNG

Lernschwierigkeiten – Was läuft an unseren Schulen falsch? (1. Teil) Mit allen Sinnen lernen, damit die Freude erhalten bleibt (Mechthild von Scheurl-Defersdorf) 9/36  
 (2. Teil) Homöopathische Hilfen bei Schulängsten und Konzentrationsstörungen (Ravi Roy/Carola Lage-Roy) 10/46

## ETHNOMEDIZIN

Schamanen, Medizinmänner und die verborgene Heilung (Alan Forman) 10/28

## FRAUENHEILKUNDE

Die Hormone – Fluch oder Segen? (Ortrud Weinzierl) 11/18  
 Frauenkrankheiten naturgemäß behandeln (Heidi Brand/Dr. Anja Maria Engelsing) (1. Teil) Menstruationszyklus und Dysmenorrhoe 1/38  
 (2. Teil) Blutungsstörungen 2/106  
 (3. Teil) Pilzinfektionen und Entzündungen 3/41  
 (4. Teil) Gutartige Tumoren 4/40  
 Krebsfrüherkennung – Ein Geschäft mit der Angst? (Dr. Johannes G. Schmidt) 5/12  
 Verhütung – Pflanzen statt Pille? (Susun S. Weed) 12/36

## GANZHEITLICH HEILEN

Das Heilkraut Lachen – Wie Klinikclowns durch Humor heilen. Interview mit Dr. Jojo (Anne Devillard) 4/22  
 Die Kraft der heilsamen Berührung (Dawn Nelson/Anne Devillard) 11/12  
 Ermächtigung statt Entmachtung – Plädoyer für eine heilsame Arzt-Patient-Beziehung (Christel Bejenke/Anne Devillard) 1/12  
 Heilende Arbeit mit den Ur-Klängen unserer Welt (Christian Appelt) 12/28  
 Helfen Träume heilen? (Norbert Teupert) 9/22

## GESUNDES LEBEN

Dem Winter zum Trotz: Das Halbschwitzbad gegen Erkältungen (Gerhard Glas) 1/24  
 Die Breuß-Kur – Eine Gemüsesäfte-Fastenkur macht von sich reden (Norbert Messing) 9/30  
 Die grüne Super-Nahrung (Norbert Messing) 10/12  
 Die Weizenkur – schonende Alternative zur Fastenkur (Gertrud Schmidt) 4/30  
 Einfach nur Natron... Ein altes Schönheitsmittel neu entdeckt (Hildegard Willms-Beyard) 11/43  
 Heilerde und grüne Mineralerde (Norbert Messing) 7/30  
 Heisse Wassergüsse für verspannte Geister (hk) 12/50  
 Kopfläuse – Ungebetene Gäste auf dem heimlichen Vormarsch (Dorit Niehaus) 9/48  
 Medikamente und ihre unerwünschten Nebenwirkungen. Was tun? (Mirko Albrecht) 11/46  
 Streicheleinheiten für die Seele durch duftende Öle (Brigitte Nusser) 2/102  
 Verjüngungselixiere – Neue und alte Wirkstoffe gegen das Altern (Norbert Messing) 6/26  
 Zungenschaben – neue und bewährte Tips zur Zahn-Mund-Pflege (Gerhard Leibold) 3/38

## HOMÖOPATHIE

Allergien aus homöopathischer Sicht – Geißel oder Chance für den Menschen? (Antonie Pepler) 3/12  
 Fit in die kalte Jahreszeit – Stärkung des Immunsystems (Roland Possin) 10/36

Impfungen – Angriff auf Gehirn und Seele? (1. Teil: Impfen aus homöopathischer Sicht) (Joachim Grätz)	6/16
(2. Teil: Impfschäden und ihre homöopathische Behandlung) (Dr. med. Gerhard Buchwald/ Ravi Roy)	7/42
Wenn die Hitze zu schaffen macht... Folgen von Sonne und Ozon homöopathisch behandeln (Elfriede Stiegler)	8/26

## KÖRPER UND SEELE

Alles psychosomatisch? Verlegenheitsdiagnose "Psychosomatische Erkrankung" (Dr. Helga Pohl)	10/20
---	-------

## MENSCH UND KOSMOS

Licht und Lebensenergie (Günter U. Ulmer)	7/26
Vom siebten Sinn der Tiere und von heilenden Feldern – Interview mit Rupert Sheldrake (Christian Salvesen)	1/28

## MENSCH UND NATUR

Gärtnern mit dem Mond (Ewald Kleiner)	6/46
Tiere ...vom Symbol zur Heilung (Alan Forman)	4/12

## MENSCH UND UMWELT

Die Ökologie des Waldes (Günter A. Ulmer)	3/48
Die Thalasso-Therapie – Power-Kur aus dem Meer (Hanna Ginglas)	8/12
Wenn man unter Strom steht... Stress durch Elektromog (Dr. Dietrich Moldan)	9/12

## MUTTER UND KIND

Wieviel Halt brauchen Kinder? (Anne Devillard)	5/26
---	------

## NATURHEILKUNDE

Antibiotikaresistenz – Symbioselenkung gegen das drängende Problem? (Gerhard Leibold)	2/82
Der Trank der Hekate – Weidenrinde als Schmerz- mittel neu entdeckt (Gerhard Leibold)	1/50
Herzinfarkt: Neue Erkenntnisse – Sanftere Therapien (Gerhard Leibold)	8/45
Serotonin bei Depressionen und Angstzuständen (Gerhard Leibold)	10/40
Sodbrennen – nicht nur ein "lästiges Übel" (Gerhard Leibold)	4/34
Wenn der Kopf zu bersten droht... Kopfschmerzen und Migräne naturheilkundlich behandeln (Karl-Heinz Rudat)	11/36

## SANFTE MEDIZIN

Bionährstoffe für eine bessere Kondition (Karl-Heinz Rudat)	8/34
Bioresonanztherapie – Sanft heilt die passende Schwingung (M. Rährig-Weking)	6/34

Schlaftrationierung – Neue Therapie bei chronischen Schlafstörungen (Gerhard Leibold)	7/38
--	------

## UNSERE PFLANZEN – UNSERE HEILMITTEL

Bitter ist besser! Wermut... nicht nur zum Anstoßen (AD/Konrad Kölbl)	4/50
Die Mistel – Von der Druiden-Medizin zum Immunstimulans bei Krebserkrankungen (Birgit Frohn)	9/44

## VERBRAUCHERTIPPS

Alternativ einkaufen! Ein Wegweiser für kritische Konsumenten (Norbert Messing)	5/34
--	------

## WEGE NACH INNEN

Der Tanz als Gebet – Tanzend zur inneren Freude finden. Interview mit Maria-Gabriele Wosien (Anne Devillard)	3/30
Unmittelbare Präsenz im Alltag. Interview mit Beatrice Grimm und Willigis Jäger (Christian Salvesen)	12/12

## WISSENSWERTES

Die besondere Energie des Herzens (Paul Pearsall)	2/86
Gentechnik – Zukunftsmarkt oder Ende für eine menschliche Zukunft? (Norbert Messing)	7/12
Lärm erhöht Infarktrisiko (Gerhard Leibold)	6/50
Lebende Makromoleküle. Lichtnahrung und Jungbrunnen (Barbara Simonsohn)	8/20
Naturheilkunde und Homöopathie bei Hautflecken und Verfärbungen (Ingrid Zehnder-Rawer)	4/47

## SEITE FÜNF

<b>A</b> chte gut auf diesen Tag (Aus dem Sanskrit)	3/5
<b>D</b> enn es ist nicht die Trägheit allein... (Rainer Maria Rilke)	1/5
<b>E</b> hrfurcht vor dem Leben ist Ergriffensein (Albert Schweitzer)	8/5
Es gehört mit zum Seltsamsten, was es gibt (Christian Morgenstern)	9/5
<b>G</b> eburt ist nicht ein augenblickliches Ereignis (Erich Fromm)	11/5
<b>H</b> erbst (Rainer Maria Rilke)	10/5
<b>M</b> an müßte so stillhalten können (Ulrich Schaffer)	7/5
<b>S</b> ie werden schwerlich einen [...] Geist finden (Albert Einstein)	2/73
So wie der Baum nicht endet (Norman H. Russel, Cherokee-Indianer)	6/5
<b>U</b> nter allen frohen Stunden (Bettina von Arnim)	5/9
<b>V</b> erwirklichung des Friedens (Mahatma Gandhi)	4/5
<b>W</b> as ist Wissen, das nicht von der Liebe ausgeht (Bettina von Arnim)	12/5

## KURZ NOTIERT

<b>A</b> ale schlagen Alarm	8/8	Geräucherte Haut	12/7
Abends essen macht nicht dicker	6/7	Gesünder wohnen durch biologisches Bauen	8/6
Aggressivität macht krank	9/7	Gesundheitskost – gesunde Kost?	6/6
Algen haben Hochkonjunktur	5/8	Gesundheitsreform 2000: Das Wichtigste in Kürze	10/7
Allergierisiko bei Mode-Limonaden	1/8	Grobe Mängel in Pflegeheimen aufgedeckt	9/6
Alternative zum Hotel: Urlaub beim Biobauern	7/8	<b>H</b> WS-Syndrom: Akupunktur besser als Massage	2/76
Alzheimer-Krankheit: auch Angehörige brauchen Hilfe	3/6	<b>I</b> mmehr mehr Allseinerziehende	1/8
Apfel hilft atmen	9/6	Immer mehr Erdnuß-Allergien	3/7
Asbest über dem Bahnsteig	1/7	In 30 Jahren 50 % mehr Krebskranke	12/9
Asthma: Krankheit des 21. Jahrhunderts	5/7	In Japan lebt es sich gesünder	11/6
Auch Männer vom Knochenschwund bedroht	2/75	Indianische Frauenwurzel für die Wechseljahre	8/6
Auch Pflanzen bekommen nach Virusinfektion Fieber	4/8	Informationsheft zum Down-Syndrom	7/8
Auf die Augen achten	6/7	<b>J</b> oghurt stoppt Durchfall	10/8
<b>B</b> aby durch Ernährungsumstellung	12/6	Johanniskraut stoppt Bakterien	5/7
Bei Allergie lieber elektrisch kochen	9/8	<b>K</b> alium schützt vor Schlaganfall	2/74
Bei Klangtherapie wachsen Tumorzellen langsamer	5/8	Käse zum Tee	3/8
Bei Verstopfung viel trinken	11/8	Kein Geld verheizen	5/6
Besser schlafen nach heißem Bad	10/8	Kein Honig für Säuglinge	8/8
Bewegungstherapie hilft Magersüchtigen	11/7	Kein Karriereknick durch Teilzeitarbeit	1/8
Blutarmut durch Kupfermangel	4/8	Kinder mögen Vollkorn "blind"	1/6
Broschüre über schädliche Strahlung im Bau- wesen	10/8	Kindliche Vorsorgeuntersuchungen sind kein Leistungstest	2/74
Brunnenkresse-Saft bei grippalen Infekten	3/7	Kleine Hilfe für Zöliakiepatienten	2/76
<b>C</b> admium fördert Knochenbrüche	2/75	Klosterurlaubsführer	8/8
Cannabis nicht immer verboten	9/6	Knochenbrüche durch Cola?	11/9
Cholesterinwerte: Filterkaffee ist besser	4/7	Kranke Kinder brauchen Bücher	11/8
<b>D</b> epression durch Jod	3/8	Krebstherapie: Gewinnt Vitamin C an Bedeutung?	7/6
Der Bockshornklee: Sauerstoff für die Zellen	6/9	Künstlicher Duftstoff schädigt die Leber	6/7
Der neue Strommarkt – Ein Überblick über Anbieter und Tarife	12/6	<b>L</b> ärm: Umweltschaden Nr. 1	9/7
Der unerfüllte Kinderwunsch	11/6	Lernen: Im Schlaf wird vernetzt	6/9
Dringende Warnung vor Handys	11/7	Limonen und Sonne – eine riskante Mischung	1/7
Duftsprays können krank machen	9/6	Lungenkrebsrisiko in der Küche	11/8
<b>E</b> chovirus Ursache für ALS	9/8	<b>M</b> agnetfelder bei Arthrose	12/8
Ein Kraut gegen den Kater	1/8	Medikament gegen Depressionen verträgt sich nicht mit Käse	10/6
Ein Kraut gegen Malaria	6/6	Mit der richtigen Mischung gut über die Wechseljahre	11/6
Eisenmangel durch Darmkrankheiten	10/6	Mit Holunder gesund durch den Winter	1/6
Elektrosensibilität nun als Krankheit anerkannt	6/8	Mit Kindern radeln	7/8
Erneut belegt: Gestillte Kinder bekommen seltener Asthma	9/9	Möhren und Tomaten pürieren	6/8
Es soll ein Junge werden? Dann ab in den Süden!	7/9	Moos als Pflanzenschutz	9/7
Essig gegen Quallenqualen	7/7	<b>N</b> achrichten für Kinder	11/7
EU stürzt "Reinheitsgebot" für Schokolade	10/8	Nagelprobe	1/6
<b>F</b> ertilitätsstörungen – eine Frage der Zink- versorgung?	10/7	Nasse Wände, feuchte Keller	8/8
Filterkaffee (fast) ohne Blei	9/9	Naturheilkundliche Tipps für die Gesundheit	8/8
Fluglärm behindert Sprachentwicklung	11/7	Neue Krankheiten durch Treibhauseffekt	3/6
Frischer "Spargel" im Winter	3/7	Nicht jede Wunde desinfizieren	5/7
Frischkost-Sauerkraut zur Krebsvorbeugung	2/77	Nitrat in Rucola	5/6
Fumarsäure – neue Hoffnung bei Schuppenflechte	4/6	<b>O</b> mega-3-Fettsäuren im Brot überflüssig	2/77
<b>G</b> allensteine: Laufen statt sitzen!	1/8	Ozon-Schicht erholt sich langsamer als angenommen	5/6
Gefährliche Zahnweißpasten	4/7	<b>P</b> atientenratgeber klärt auf	6/8
Gefühle und Blutdruck	6/9	Pille fördert Zahnfleischerkrankungen	12/7
Gehen verbessert Gedächtnis	12/8	Pille nicht ungefährlich	2/76
Gemüse-Kraft gegen Infekte	3/6	Preiselbeeren gegen Kolibakterien	7/7
Genuß ohne Reue: Brot	9/8	<b>Q</b> uecksilber: Gefahr für Ungeborene	6/8
		<b>R</b> ezeptpflicht für Johanniskraut?	7/6
		Roggen-Vollkorn senkt Cholesterin	10/6
		Rückenlage rettet Babys Leben	12/8

<b>S</b> albei desinfiziert den Rachen	1/6	<b>H</b> öherer Vitalstoffbedarf bei Diabetes	10/54
Salzverbot weiter umstritten	9/8	<b>I</b> mmunfunktionen des Darmes	7/54
Sanfte Behandlung von Multipler Sklerose	12/6	<b>K</b> rebs bei Kindern	8/55
Schädigt Jodsatz die Zeugungsfähigkeit?	7/9	Krebsrisiko durch Hormontherapie für Frauen in den Wechseljahren	11/54
Schädlichen Elektromog bändigen – was ist dran an Entstörungsgeräten?	2/75	<b>L</b> eber-Dialyse	3/54
Schlafmangel beschleunigt Alterung	4/7	Lithium und Vanadium als Spurenelemente	2/122
Schlechte Schulnoten: vielleicht war die Schilddrüse schuld?	10/6	<b>M</b> editation gegen psychosomatische Beschwerden?	12/54
Schlüsselfertig bauen	9/6	Morbus Crohn durch Tuberkulose-Erreger	9/54
Schnelle Erkennung und Analyse von Allergien	9/8	<b>N</b> asenspülungen	1/54
Schon Kinder haben häufig zu hohe Cholesterinwerte	6/6	Neue Operationen bei Leistenbruch	11/54
Schutz vor Grauem Star mit Vitaminen	4/8	<b>P</b> fefferminzöl beim Reizkolon	6/55
Schwanger trotz Pille	4/8	Psychische Störungen durch Cholesterinsenkung	4/54
Schwarzrötlich – Wohltat für Leber und Galle	1/8	<b>R</b> etinopathie: Wenn Diabetes ins Auge geht	12/54
Soja gegen Hitzewallungen	12/7	<b>S</b> äure-Basen-Haushalt	5/54
Solarfirmen-Verzeichnis	10/6	Störungen des Geruchssinns	6/54
Speiseplan für Allergie-Babys	1/8	Süßstoffe	3/54
Spinat schützt vor Grauem Star	11/9	<b>T</b> rinklavage bei chronischer Verstopfung	4/55
Spitzenöle vertragen höchstens 15° C	2/74	<b>V</b> itamine aus dem Darm	1/54
Stillen spart Arztkosten	11/8	Vorbeugung von Oberschenkelbrüchen	10/55
Streß schlägt auf das Kreuz	5/7	<b>W</b> echselstrom gegen Schuppenflechte	7/55
<b>T</b> äglich Grapefruit: ein Jungbrunnen für die Blutgefäße	7/6		
Tee nicht mit Milch trinken!	1/6		
<b>U</b> eberraschender Therapieerfolg mit Organ-Umweltgifte: Spermienqualität sinkt	7/7		
Umweltkrimi für Kinder	5/8		
	6/9		
<b>V</b> erbot für schnurlose DECT-Telefone	4/6		
Verhütung mit Diaphragma und Portiokappe	3/8		
Verkehr ist Krebsfaktor	2/76		
Verluste durch Stand-by-Betrieb	12/8		
Viele Kinder depressiv	1/7		
Vielseitiges Arnika-Öl	7/7		
Vitamin C tut den Gelenken gut	8/6		
Vom Keimling zur Keim schleuder	8/6		
Vorsicht mit Lakritze	2/74		
Vorsicht vor Kopfsalat	4/8		
<b>W</b> arum Frauen länger leben	12/9		
Was bedeuten die E-Nummern?	2/76		
Wasserstaubsauger nicht empfehlenswert	11/9		
Wenn junge Mädchen ihre Haare essen	5/7		
Wenn Zappelphilipp in die Jahre kommt	4/6		
<b>Z</b> um Frühstück Papaya	7/8		
Zungen-Piercing: Batterie im Mund	1/7		

## BERATUNGS SERVICE

<b>A</b> etherisches Zitronenöl: nicht nur gut bei Depressionen	5/55
<b>C</b> hronisches Erschöpfungssyndrom	8/54
<b>F</b> olsäurebedarf in der Schwangerschaft	9/55
Fructose-Unverträglichkeit	2/123

## TIPS

<b>A</b> lkoholfreier Glühwein gegen Erkältungen	12/53
Am Anfang war die Suppe	1/52
<b>B</b> alkonpflanzen – Der Standort bringt die Blütenpracht	4/52
Bei Husten viel heißes Wasser trinken!	3/52
Blutdrucksenkender Haustee	11/52
<b>C</b> hlorophyll bei Mund- und Körpergeruch	2/120
Creme, Milch, Gel oder Öl?: Der richtige Sonnenschutz	8/52
<b>E</b> in heißer Tee zur rechten Zeit...	11/52
Ein Tag in der Woche – Schönheitstag!	5/52
Ekzeme behandeln mit Eigenurin	12/53
Elixier zur Hirndurchblutung und Regeneration	2/120
<b>H</b> amamelis regeneriert die Haut bei Sonnenbrand	7/53
Heilmittel gegen Pilzbefall	9/53
Heißhunger dämpfen durch Konjacmehl	3/52
Hilfe bei "Restless legs"	10/53
Homöopathisches Reisemedikament: Okoubaka gehört unbedingt in den Urlaubskoffer	6/52
Huflattich – eine bewährte Heilpflanze gegen den Husten	2/120

# INHALT 2000

**K**noblauch bei hartnäckigem Fußpilz  
Kohlgeruch meiden 5/53  
4/53

**M**ango-Anti-Falten-Gesichtsmaske 8/53  
Melonen – Durstlöcher mit heilenden Kräften 7/52  
Muntermacher am Morgen 5/53  
Muntermacher bei Abgeschlagenheit 9/53  
Muskelkater braucht Ruhe und Arnika 6/53

**P**flaumen – Frucht mit verdauungsfördernder  
Wirkung 9/52

**R**eiseübelkeit und Ingwer 8/53  
Richtiges Haarewaschen 4/52

**S**auerkraut vertreibt düstere Gedanken 11/52  
Schimmel an der Wand 1/53  
Sich auch in der Weihnachtszeit etwas Gutes  
tun! 12/52

**T**eebäder gegen Fußschweiß 10/53  
Tips und Tricks für den Haushalt 9/52

**W**assertropf für die Pflanzen 7/53  
Wenn der Magen drückt – Kalmus ist die  
Pflanze der Wahl 3/52  
Wie lange bleibt Gemüse frisch? Tips für  
richtige Lagerung 10/52  
Würzen ohne Salz 6/52

**Z**ink bei Erkältungen 1/53

## AKTUELLE UMSCHAU

**A**dressverzeichnis Anthroposophie 8/57

**B**aubiologie-Architektur-Umweltmedizin 5/57

**C**ar-Sharing: Auto gemeinsam nutzen- Umwelt  
und Geldebeutel schonen 10/56

**D**alai Lama: Tibetische Medizin mit modernen  
Methoden erforschen 2/125  
Das einheitliche Ökoprüfzeichen ist da 3/56  
Der Traum vom "ganzen" Lernen 9/57  
Die Kunst der achtsamen Berührung 4/56

**E**U-Entscheidung: Süßungsmittel Stevia  
verboten! 8/56

**F**eng-Shui-Weltkongreß 5/56  
Frauengesundheit 2000 2/124  
Für mehr Vitamine

**G**efährlicher Medikamenten-Kauf aus dem  
Internet 6/57  
Gefahrstoffe im Internet 7/56

**H**omöopathische Arzneimittel vorläufig  
außer Gefahr 12/56

**I**m Zeichen der Schnecke – die Slow Food  
Bewegung 1/56

Impfsymposium 2000: Impfen – Nutzen oder  
Schaden? 4/56

Interessengemeinschaft für Heiler- und Esoterik-  
geschädigte 5/56

Internationale Fachmesse – Solartechnik im  
Aufschwung 6/57

Internationaler Homöopathie-Kongreß für  
chronische Krankheiten 2/124

Internet-Forum zu gentechnisch veränderten  
Pflanzen 11/57

**J**ung und Alt unter einem Dach 5/57

**K**inder schlucken Arzneien ohne Zulassung  
Kongreß "Schamanismus im neuen Jahr-  
tausend" 9/56  
6/56

Kongreß: Ganzheitliche Krebsbehandlung  
im 21. Jahrhundert 4/57

Kosmetik mit Kontrolle 8/56

**L**andesgartenschau Singen – ein Versuchsfeld  
der Homöopathie für Pflanzen 4/56

Lebensmittel umverteilen vom Überfluß  
zum Mangel 12/56

**O**ffensive für den europäischen Naturschutz 7/57

**R**eiseangebote für Urlauber mit Handicap 3/56

**S**ommerfreizeit für Kinder und Jugendliche  
Spielräume in der Stadt 7/56  
1/56

Strahlenschutz: 15 Jahre Forschung werden  
ignoriert 10/56

**T**agesmutter – ein Beruf, der nicht anerkannt ist  
Tagung Klassische Homöopathie 1/56  
9/57

Traditionelle chinesische Medizin im neuen  
Jahrtausend 7/56

**U**mweltgifte mit hormoneller Wirkung 11/56

**W**aldkindergärten sind im Kommen 3/56

**Z**urück zur Natur: Vor 100 Jahren wurden  
die ersten Reformhäuser gegründet 12/56

## NACHRICHTEN HOMÖOPATHISCHER VEREINE

**N**achruf auf Ingeborg Kempe 11/60  
Nachruf auf Max Richmann 7/60

**W**enn einer eine Reise tut, dann kann er  
was erzählen... 9/61

## FIRMEN NACHRICHTEN

<b>M</b> edizin mit Zukunft: Die Wirkungsweise der Neuen Homöopathie	12/60
<b>N</b> ahrungsmittel-Allergie	1/60
<b>P</b> hänomenale Heilerfolge durch die Therapie von Dr. Hulda Clark	4/60
<b>S</b> chon mal was von Arganöl gehört?	5/60
<b>W</b> ie man sich vor Elektromog und dem Preis-Scan-Code der Supermärkte schützen kann	8/61

## BÜCHER

<b>A</b> bnehmen einmal anders: Die 5-Elemente-Diät (Beate Schnorrenberger)	9/58
<b>B</b> achblüten für Pferde und Hunde (Margriet Dudok van Heel)	4/58
Bakterien – Freunde oder Feinde? (Volker Rusch)	11/58
Botschaft der Wüste (Antoine de Saint-Exupéry)	6/59
<b>D</b> as A. Vogel Venen-Buch (Dr. med. Nikolaus Linde/Sylvie Höllert-Hoff-Salzmann)	8/58
Das Buch der Menschlichkeit (Dalai Lama)	9/58
Das Drama der perfekten Mutter (Alda Naouri)	1/59
Das große Buch der Gewürze (Jill Norman)	8/58
Das große Buch der Kräuter (Lesley Bremnes)	5/59
Das intuitive Kind (Berend Joger)	2/126
Der Flieger und die Sterne (Antoine de Saint-Exupéry)	6/59
Die Affen und der Mangobaum (Harisch Johari)	5/58
Die Kunst des Sterbens (Marie de Hennezel/Jean-Yves Leloup)	11/58
Die letzten Gespräche in Saanen (Krishnamurti)	7/59
Die revolutionäre Therapie: Heilen mit Liebe (Dr. med. Dean Ornish)	2/126
Die Seele ist ein Feld (Rupert Sheldrake und Matthew Fox)	1/58
dtv-Atlas Erste Hilfe (Harald Karutz/Dr. Manfred von Buttlar)	3/58
<b>E</b> nzyklopädie der psychoaktiven Pflanzen (Christian Ratsch)	6/58
Erste-Hilfe-Homöopathie (Carola und Ravi Roy)	5/59
<b>F</b> arben – in Religion, Gesellschaft, Kunst und Psychotherapie (Ingrid Riedel)	4/59
Feng Shui – Harmonisches Wohnen mit Pflanzen (Günther Sator)	5/58
Feng Shui für Büro und Business (Dr. Jes T. Y. Lim)	9/59
Fünf Elemente Qi Gong (Sie Lukas Kasenda)	4/58
<b>G</b> eist der Bäume (Fred Hageneder)	3/58
Gesund, schön und sinnlich (Kerstin Rosenberg)	7/58
Gold in der Küche: Das Safrankochbuch (Susanne Fischer-Rizzi)	12/58
Göttliche Homöopathie (Peter Raba)	9/58
Guter Rat für den Garten (Constanze Lüdicke)	6/58

<b>H</b> eute achtsam leben (Thich Nhat Hanh)	1/58
Hoffnung hat einen Grund (Udo Hahn/Udo Tworuschka (Hrsg.))	3/58
Homöopathie pocket (Almut Brandl)	8/59
Homöotanik Bd 2 (Bruno Vonarburg)	7/58
<b>K</b> lang der Seele (Joachim-Ernst Berendt)	12/58
Klassische Homöopathie für die junge Familie, Band 1 und 2 (Joachim-F. Grätz)	3/58
Kraft durch innere Reinigung (Brigitte Fabian)	1/58
Kraftsuppen nach der Chinesischen Heilkunde (Karola Schneider)	10/58
<b>L</b> ebenskrisen werden Lebenschancen (Verena Kost)	11/59
Lexikon: Nahrungsergänzungsmittel im Trend (Hendrik Hannes)	2/127
<b>M</b> it dem Herzen verstehen (Thich Nhat Hanh)	2/126
<b>N</b> aturheilmittel pocket (Petra-Angela Steigerwald)	8/59
Natürliche Arzneimittel (Dr. Jörg Zittlau)	7/58
Natürliche Stärkung für die Nerven (Hans Wagner)	10/59
<b>O</b> pfer, Ritus, Wandlung (Ingeborg Clarus)	10/58
Orte heilen (Harald Jordan)	8/59
<b>S</b> elbstgespräche (Krishnamurti)	7/59
<b>U</b> nserer innere Uhr (Jürgen Zully/Barbara Knab)	6/58
<b>V</b> ital und gesund durch Bitterstoffe (Dr. Nicole Schaezler)	11/59
Von ganzem Herzen lieben (Chuck Spezzano)	10/59
<b>W</b> eihrauch. Hilfe bei Rheuma und chronischen Darmerkrankungen (Regina Sauer)	12/59
Wenn die Liebe dir winkt, folge ihr (Khalil Gibran)	12/58
Wonnestunden aus 1001 Nacht (Sylvia Schneider)	4/58

## ZU GUTER LETZT ...

<b>A</b> erzte für Naturheilverfahren wollen aus der alternativen Ecke herauswachsen	3/66
Auch Aldi verzichtet auf Gentechnik	5/66
Auszeichnung für privaten Okowald	8/66
<b>B</b> io-Landbau fördert Artenreichtum	12/66
Biologische Behandlung als Lehrfach	11/66
Bio-Tees sind im Kommen	2/134
Blumen: Fair gehandelt	4/66
<b>E</b> rste Wasserstoff-Tankstelle	1/66
<b>H</b> eilpflanzenanbau im Aufwind	10/66
Hühnerzucht: Hygiene statt Antibiotika	7/66
<b>P</b> s. 1/66, 2/134, 3/66, 4/66, 5/66, 6/66, 7/66, 8/66, 9/66, 10/66, 11/66, 12/66	
Projekt Regionalküche erfolgreich	9/66
<b>S</b> tärkung der Naturheilverfahren	6/66

# STICHWORT VERZEICHNIS

## **A**bgeschlagenheit – Muntermacher 9/53

Abszesse 1/49  
 Abwehrkräfte – stärken 10/36ff  
 Achtsamkeit 1/58, 11/10ff, 12/12f  
 Acidum fluorium 8/27  
 Acidum sulfuricum 8/28  
 Ackerschachtelhalm 2/112  
 Aconitum 2/113, 7/46  
 Aethusa cynapium 3/16  
 AFA-Alge 10/12ff  
 Agavendicksaft 12/22f  
 Aggressivität, krankmachende 9/7  
 Ahornsirup 12/22f  
 Akupunktur – bei HWS-Syndrom 2/76  
 Algen – grünes Wunder 10/12ff  
 Algenanwendungen 8/16f  
 Algen-Hochkonjunktur 5/8  
 Allergien 9/8, – durch Limonade 1/8, – Bioresonanztherapie bei 6/36f, – Geißel oder Chance 3/12ff  
 Allergie-Baby-Kost 1/9  
 Allergiebereitschaft – durch Impfungen 7/43f  
 Allergie-Erkennung, schnelle 9/8  
 Allergierisiko-Verminderung 8/44f  
 Allium cepa 3/17  
 Alltag – als Gottesdienst 12/12ff  
 ALS – amyotrophe Lateralsklerose 9/8  
 Altenpflegeheim – mit Kindergarten 5/57  
 Altersflecken 1/48  
 Alterung – durch Schlafmangel 4/7  
 Alzheimer – Angehörigen-Hilfe 3/6  
 Amaranth 2/94ff  
 Amenorrhoe 2/106ff  
 Anacardium orientale 10/50  
 Angebranntes – entfernen 3/52  
 Angstzustände – und Serotonin 10/40ff  
 Anthroposophie-Adressverzeichnis 8/57  
 Antibabypille – Alternativen 12/36ff  
 Antibiotika-Resistenz 2/82ff  
 Antimonium crudum 3/16  
 Antimonium tartaricum 7/46  
 Apfel – und Lungenfunktion 9/6  
 Apis 7/46  
 Arbeit – als Weg 10/10ff  
 Arganöl 5/60  
 Argentum nitricum 10/50  
 Arnika – bei Muskelkater 6/53  
 Arnika-Öl 7/7

Aromaöle 2/102ff  
 Arsenicum album 7/46  
 Artenreichtum – durch Bio-Landbau 12/66  
 Arteriosklerose – und Herzinfarkt 8/45f  
 Arthritis – und Vitamin C 8/6  
 Arthrose – Magnefelder bei 12/8  
 Arzt-Patient-Beziehung, heilsame 1/12ff  
 Ascophyllum 10/17f  
 Asthma 5/7, – und gestillte Kinder 9/9  
 Augenkrankheiten – und Freie Radikale 6/7  
 Austesten – mit Bioresonanz 6/34ff  
 Auto-Nutzgemeinschaften 10/56  
 Ayurveda – für Frauen 7/58

## **B**achblüten – für Hunde und Pferde 4/58

Bäder, heilende 8/18f, – mit Natron 11/44f  
 Bakterien – Freund oder Feind 11/58  
 Balkonpflanzen – Pflege 4/52f  
 Barium carbonicum 10/48  
 Basilikum 6/41f  
 Baubiologie – Baukultur 2/115ff, – Sorgentelefon 9/13f  
 Baubiologie-Umweltmedizin – Kongreß 5/57  
 Bauen, biologisches – Broschüre 8/6  
 Bäume – als Sauerstoffspender 3/48ff, – Geist der 3/58  
 Beifuß 10/31, – gegen Malaria 6/6  
 Belladonna 1/44  
 Berührung, heilsame 11/12ff  
 Bioaktive Substanzen 6/27ff  
 Bio-Hof – Urlaub auf 7/8  
 Bioindikator Aal 8/8  
 Bio-Landbau 12/66  
 Bionährstoffe – für bessere Kondition 8/34ff  
 Bioresonanztherapie 6/34ff  
 Biorhythmus, gestörter 9/18f  
 Bio-Teeförderung 2/134  
 Bitterstoffe 11/59  
 Blumen – Fairer Handel 4/66  
 Blutarmut – durch Kupfermangel 4/8  
 Blutdrucksenkung – mit Hausteel 11/52  
 Blüten, essbare 5/48ff  
 Bluthochdruck – und Gefühle 6/9, 9/4, – und Salzverbot 9/8  
 Blutreinigungsmittel 1/8  
 Bockshornklee 12/42f, – Sauerstofflieferant 6/9  
 Bockshornklee-Tee 10/4  
 Brennessel 3/20f, 10/32  
 Breuß-Kur 9/30ff  
 Brot, unbelastetes 9/8  
 Brunnenkresse 3/7, 6/45f  
 Budwig-Kur 5/18f

## **C**admium 2/75

Calcium carbonicum 2/113, 10/46  
 Cannabis-Therapie 9/6  
 Cantharis 8/27  
 Carbo vegetabilis 3/17

Carob 12/18f  
 Carotine und Vitamin A – pflanzliche Powerstoffe 7/20ff  
 Car-Sharing 10/56  
 Caulophyllum 1/44  
 Causticum 8/37  
 CFS-Dachverband 12/4  
 Chamomilla 1/44  
 Charta – für die Erde 12/66  
 Chlorella-Alge 10/12ff  
 Chlorophyll – bei Körpergeruch 2/120  
 Cholesterin 10/6, – Filterkaffee besetzt 4/7, – bei Kindern 6/6  
 Cholesterinsenkung – und Psyche 4/54f, – mit Grapefruitsaft 7/6  
 Chronic-Fatigue-Syndrom – Dachverband 12/4  
 Cimicifuga 1/44  
 Clark-Therapie 4/60, 5/4, – Speicheltest 1/4

## **D**alai Lama – und tibetische Medizin 2/125, – Buch 9/58

Darmflora-Regeneration 2/84f  
 Darmreinigungskur – mit Weizen 4/30ff  
 DECT-Telefon 4/6, 7/4, 9/19f  
 Denkvermögen – des Herzens 2/86ff  
 Depression 10/26, – bei Kindern 1/7, – durch Jod 3/8, – und Zitronenöl 5/55f, – schädliches Medikament 10/6, – und Serotonin 10/40ff  
 Dermatitis – Sonnen 1/7  
 Diabetes – und Olivenöl 8/33, – Vitalstoffbedarf, hoher 10/54f  
 Diabetes-Retinopathie 12/54f  
 Dill 6/42f  
 Down-Syndrom-Informationsheft 7/8  
 Drehtanz – der Derwische 3/34f  
 Düfte – Wohlgerüche 5/40ff  
 Duftöle 5/40ff  
 Duftsprays, krankmachende 9/6  
 Duftstoff, künstlicher 6/7  
 Dulcamara 3/17  
 Durchfall – Joghurt bei 10/8  
 Dysmenorrhoe 1/38ff

## **E**chinacea 7/47

Echovirus – ALS-Ursache 9/8  
 Eibisch 10/34  
 Eierstockzysten 42f  
 Eigenurin – bei Ekzemen 12/53  
 Einkaufen, alternativ 5/34ff  
 Eisenmangel – durch Darmkrankheiten 10/6  
 Ekzeme – durch Nagellack 1/6, – und Eigenurin 12/53  
 Elektromagnetische Felder 9/12ff  
 Elektrosensibilität 6/8, 11/4  
 Elektromog – Streß durch 9/12ff, – Bürgerinitiative 12/4, – Entstörgeräte 2/75  
 Empfängnisverhütung – Pflanzen statt Pille 12/36ff  
 Engelwurz 1/43, 2/111  
 Entschlackung – mit Meerwasser (s. Thalasso-Therapie), – mit Olivenöl 8/33  
 Entwicklungsstörungen – durch Impfung 7/44f



E-Nummern-Broschüre 2/76  
Enzyme 3/47  
Epilepsie – nach Impfung 3/4  
Erde – Pulsieren der 7/10ff  
Erdwärnung 7/66  
Erdfasten 7/36  
Erdnuß-Allergie 3/7  
Erkältung – Halbschwitzbad bei  
1/24f, – und heißer Tee 11/52  
Erkrankungen, psychosomatische  
10/20ff  
Erschöpfungssyndrom, chronisches  
8/54f  
Erste Hilfe – dtv-Atlas 3/58  
Evolution – Kooperation mit der  
2/78ff

**F**airer Handel 4/66  
Fango 7/37  
Farben – in der Psychotherapie  
4/59  
Fasten – mit Weizenkur 4/30ff, –  
nach Breuß 9/30ff  
Felder, morphogenetische 1/28ff  
Feng Shui – Weltkongreß 5/56,  
– und Pflanzen 5/58, – für Büro  
und Business 9/59  
Ferrum phosphoricum 8/37, 10/49  
Fettsäuren 5/18f, – und  
Sportverletzungen 8/35f  
Filterkaffee – und Schwermetalle  
9/9  
Findhorn-Konferenz 9/57  
Fluglärm – und Sprachentwicklung  
11/7  
Föhn-Kopfschmerzen 11/41f  
Folsäurebedarf – in Schwangerschaft  
9/55f  
Frauenkrankheiten 1/38ff, 7/4, –  
Blutungsstörungen 2/106ff, – gut-  
artige Tumoren 4/40ff, – natur-  
gemäß behandeln 6/4, –  
Pilzinfektionen und Entzündungen  
3/41ff  
Frauenmantel 2/111, – bei zu  
starker Menstruation 1/43  
Fruchtbarkeit 12/6  
Frühjahrskur – mit Wermut 4/51  
Fructose-Unverträglichkeit 2/123f  
Fünf-Elemente-Diät 9/58  
Fußpilz 5/53  
Fußschweiß – Tips 10/53

**G**algant 12/4f  
Gallenleiden 1/8, – Bewegung bei  
1/9  
Gartenblumen, köstliche 5/48ff  
Gartentips – und Kniffe 6/58  
Gärtnern – mit dem Mond 6/46ff  
Gebärmutter-Entzündung 3/45f  
Gedächtnis – und Gehen 12/8  
Gefahrstoffe, chemische – im Internet  
7/56  
Gehirnnahrung – Amaranth 2/94ff,  
– Mango 1/48f  
Gelenkentzündungen 1/6  
Gelsemium 3/17, 10/51  
Gemüse – zur Infektobwehr 3/6, –  
Lagerung, richtige 10/52f  
Gemüsesäfte-Fastenkur 9/30ff  
Gen-Soja 7/14f  
Gentechnik – Aldi verzichtet 5/66,  
– im Internet 11/57f, –  
Zukunftsmarkt oder Ende? 7/12ff

Geranie 2/103  
Gerstenkorn 1/49  
Geruchssinn – Störungen des 6/54f  
Geschlechtsbestimmung 7/9  
Gesichtsmaske 8/53  
Gesünder-Wohnen-Telefon 8/8  
Gesundheitskost-Ratgeber 6/6  
Gesundheitsreform 8/66, 10/7  
Getreidegrasfah 8/24  
Gewürze, – wärmende und stärke-  
nde 12/42ff, – Buch 8/58  
Glück, verlorenes – Suche nach  
5/30f  
Glühwein, alkoholfreier 12/53  
Grapefruit 3/4, 7/6  
Grauer Star 4/8, 11/9  
Grippe – Brunnenkresse bei 3/7  
Grüne Mineralerde 7/30ff  
Grüntee 10/37  
Guajakholz – bei Rheumatismus  
5/45ff

**H**aareswaschen, richtiges 4/52  
Halbschwitzbad 1/24ff  
Halt – Kinder brauchen 5/26ff  
Hamamelis 7/53  
Handy – Gefahr 9/19f, -Warnung  
11/7  
Hausbau, schlüsselfertiger –  
Ratgeber 9/6  
Haushalt – Tips und Tricks 9/52f  
Hautalterung, – durch Rauchen 12/7  
Hautflecken 4/47ff  
Heilen – mit Liebe 2/126  
Heiler, traditionelle 10/28ff  
Heilerde 7/30ff  
Heilergeschädigte – Interessen-  
gemeinschaft 5/56  
Heilpflanzen, hormonregulierende  
2/111f  
Heilpflanzenanbau – im Aufwind  
10/66  
Heilung – durch Vertrauen 1/15f  
Heißhunger 3/52  
Heizkosten – sparen 5/6  
Hepar sulfuris 7/47  
Hepatitis-Impfung, homöopathische  
2/72  
Herz – Heilung aus dem 2/86ff, –  
Verstehen mit dem 2/126  
Herzinfarkt – neue Erkenntnisse  
8/45ff, – und Hormone 11/21ff,  
– mit Olivenöl 8/33  
Herztransplantation – Berichte  
2/92f  
Heuschnipfen – und Homöopathie  
3/14f  
Himbeere 2/111  
Hirndurchblutung – Elixier 2/120  
Hirtentäschel 2/112  
Hitzewallungen 11/25f, – Soja ge-  
hen 12/7  
Hoffnung – durch positive Erfahrung  
4/4, – Persönlichkeiten-Portraits  
3/58  
Holunder 3/28f  
Holunderblüten-Tee 1/6  
Homöopathie – Allergien 3/12ff, –  
als Prophylaxe 10/4, – als  
Vorbeugung 6/4, – Arzneimittel  
außer Gefahr 12/56, – bei  
Frauenleiden 1/44f, 2/113f,  
3/46f, 4/44f, – bei Konzentra-  
tionsstörungen 10/46ff, – bei

Schulängsten 10/46ff, – Erste  
Hilfe 5/59, – Folgen von Sonne  
und Ozon 8/26ff, – für die  
Familie 3/59, – für Gelenke  
8/37f, – für Pflanzen 4/56, – ge-  
fährdete 5/66, – und EXPO  
2000 9/61, – und Impfen  
6/16ff, 7/42ff, – pocket 8/59, –  
göttliche 9/58, – neue 12/60, –  
Kongreß 2/124, – Tagung 9/57  
Homöotonik 7/58  
Honig 12/18f  
Honigverbot – für Säuglinge 8/8  
Hormone – Fluch oder Segen?  
11/18ff  
Huflattich – gegen Husten 2/120f  
Hühnerzucht – Hygiene statt  
Antibiotika 7/66  
Husten – Heißes Wasser 3/52  
HWS-Syndrom – Akupunktur 2/76  
Hypericum 8/27  
Hypnose 1/17

**I**gnatia 2/113, 10/51  
Imagination – als Heilmittel 1/18  
Immergrün 2/112  
Immundefunktionen – des Darms 7/54f  
Immunsystem-Stärkung 10/36ff  
Immuntherapie – bei Krebs 9/44ff  
Impfschäden 6/20f, – homöo-  
pathische Behandlung 7/42ff  
Impfsymposium 2000 4/56  
Impfungen – Angriff auf Seele und  
Gehirn 6/16ff, 7/42ff  
Indianische Frauenwurzel 8/6  
Infarkt-Modell, neues 8/46f  
Infarktrisiko – durch Lärm 6/50ff  
Ingwer 2/105, 12/44f, – bei  
Menstruationskoliken 1/43  
Internet-Forum – für Gentechnik  
11/57f  
Interview – mit Johannes Schüchler  
(Dr. Jojo) 4/23f, – mit Maria-  
Gabriele Wosien 3/32f, – mit  
Willigis Jäger/Beatrice Grimm  
12/12ff

**J**ahrausendwechsel – als Chance  
4/10ff  
Jasmin 2/104  
Jod – Depression 3/8  
Joghurt – bei Durchfall 10/8  
Johanniskraut 10/33, 2/111,  
– als Antibiotikum 5/7, – bei prä-  
menstruellem Syndrom 1/43, –  
Rezeptpflicht 7/6  
Jugend-Elixier Olivenöl 8/32f

**K**alium chloricum 7/47  
Kalium muriaticum 7/47  
Kalium sulfuricum 10/49  
Kalmus 10/32, – Magenpflanze  
3/52  
Kamille 1/43, 10/37  
Kardamom 12/46f  
Kater – Mariendistel gegen 1/8  
Keimlinge – Vitalstoff-Fabrik  
11/26ff, – Keimschleuder 8/6  
Kind, intuitives 2/126  
Kinder- und Jugend-Liga 7/56  
Kinder, kranke – Bücherliste 11/8  
Kinder, unruhige 5/26ff

Kinderärzney, ungeprüfte 9/56  
 Kinder-Fernsehnachrichten 11/7  
 Kinderklinik – Clown in 4/22ff  
 Kinderlosigkeit 11/6, – und Zink 10/7  
 Klangfelder, heilende 12/28ff  
 Klangtherapie 5/8  
 Klinik-Clown 4/22ff  
 Klosterurlaubsführer 8/8  
 Knoblauch – bei Fußpilz 5/53  
 Knochenbruch – durch Cola 11/9  
 Kohlgeruch – vermeiden 4/53  
 Kolibakterien – Preiselbeeren gegen 7/7  
 Kommunikationszentrum Herz 2/86ff  
 Konjacmehl 3/52  
 Konzentrationsstörungen – bei Kindern 10/46ff  
 Kopfkäse – Naturheilkunde gegen 9/48ff  
 Kopfsalat – Nitrat in 4/8  
 Kopfschmerzen und Migräne 11/36ff  
 Körpergeruch – Chlorophyll bei 2/121  
 Körperkontakt – bei Naturvölkern 5/26ff, – lebenswichtiger 11/12ff  
 Körpertherapien – bei Angst 10/26, – bei Frauenleiden 1/41  
 Kraft – der heilsamen Berührung 11/12ff, – unsichtbare 2/78ff  
 Kraftenergie – der Tiere 4/18f  
 Kraftsuppen, chinesische 10/58  
 Krankheitsvorbeugung – durch Träume 9/22ff, – durch Imagination 1/18f  
 Kräuter – Buch der 5/59  
 Krebs – bei Kindern 8/55f, – und Mistel 9/44ff, – Visualisierung bei 1/18  
 Krebsbehandlung, ganzheitliche – Kongreß 4/57  
 Krebsrüherkennung – Geschäft mit der Angst 5/12ff  
 Krebskur – nach Breuß 9/20ff  
 Krebsrisiko – durch Hormontherapie 11/54f  
 Krebstherapie – und Vitamin C 7/6  
 Krebsvorbeugung – mit Sauerkraut 2/77  
 Kreistanz 3/30ff  
 Kreosotum 3/45  
 Kreuzschmerzen – durch Streß 5/7  
 Krise, geistige 6/10ff, – und Träume 9/22ff  
 Krishnamurti – Bücher 7/59, 11/10ff  
 Küchenkräuter 6/40ff  
 Kuhmilch-Alternative (s. Ziegenmilch)  
 Kulturen – Heilpflanzen aller 10/31ff  
 Kulturpflanzen, hochgezüchtete 8/22f

**L**achen – zur Heilung 4/22ff  
 Lakritze-Gefahren 2/74  
 Lärm – erhöht Infarktisiko 6/50ff, – Umweltschaden Nr. 1 9/7  
 Lavaerde 7/35f  
 Lavendel 2/103, 2/112  
 Lebenserwartung, hohe 11/6  
 Lebenskrise – als Lebenschance 11/59

Lebensmittelkennzeichnung 2/76  
 Lebensmittelumverteilung 12/56  
 Lebensquelle Licht 7/26ff  
 Leber-Dialyse 3/54  
 Leberflecke 4/47f  
 Leberleiden 1/8  
 ledum 8/27, 8/37  
 Lehrer, spirituelle – Erzählungen 5/58  
 Leistenbruch – neue Operation 11/54f  
 Leistungsfähigkeit, bessere 8/34ff  
 Lernen – im Schlaf 6/9, – mit allen Sinnen 9/36ff, – ganzheitliches 9/57  
 Lernschwierigkeiten 9/36ff, 10/46ff  
 Licht- und Lebensenergie 7/26ff  
 Lichtnahrung 8/20ff, – Sprossen 11/26ff  
 Liebespiel – mit Wohlgerüchen 5/42f  
 Liebstöckel 6/44f  
 Lindenblüten 10/37  
 Lithium – Spurenelement 2/122f  
 Löwenzahn 3/24f  
 Luna-Yoga-Netzwerk 4/4  
 Lungenkrebsrisiko – in der Küche 11/8  
 Lust – geht durch die Nase 5/40ff  
 Luvs-Heilerde 7/34f  
 Lycopodium 10/47

**M**agenbeschwerden 3/52  
 Magersucht – Bewegungstherapie 11/7  
 Magie – der Pflanzenwelt 10/31f  
 Magnesium phosphoricum 1/45  
 Magnetfeld – und Arthrose 12/8  
 Majoran 6/41f  
 Makroalgen 10/17ff  
 Makromoleküle, lebende 8/20ff  
 Malandrinum 7/47  
 Malaria – Beißfuß gegen 6/6  
 Mammographie, routinemäßige 5/12ff  
 Mandarine 2/105  
 Mango - Heilfrucht 1/46ff, 8/53  
 Mariendistel – gegen Kater 1/8  
 Massentierhaltung - Antibiotika in 2/83f  
 Materialismus 2/134  
 Medikamente – und unerwünschte Nebenwirkungen 11/46ff  
 Medikamenten-Kauf – aus dem Internet 6/57f  
 Meditation – gegen psychosomatische Beschwerden 12/54f, – heilender Einfluß 12/14f, – mit Ur-Klängen 12/35f  
 Medizinmänner – die verborgene Heilung 10/28ff  
 Meeresalgen 10/17ff  
 Meerwasser-Heilkraft 8/12ff  
 Melasse 12/18f  
 Melisse – bei schmerzhafter Regelblutung 1/43  
 Melonen, heilende 7/52f  
 Menstruationsbeschwerden 1/38ff  
 Migräne und Kopfschmerzen 11/36ff  
 Mikroalgen 10/12ff  
 Milchallergie – und Homöopathie 3/14f

Mineralstoffnahrung Erde 7/32f  
 Mistel 2/112, 10/33, – als Immunstimulans bei Krebs 9/44ff, – und Krebstherapie 9/44ff  
 Mond – Gärtnern mit dem 6/46ff, 11/4  
 Moos – als Pflanzenschutz 9/7  
 Morbus Crohn – und Tuberkulose-Erreger 9/54f  
 Multiple Sklerose 3 / 4, – Buchtip 12/6  
 Mundgeruch – Chlorophyll bei 2/121  
 Muntermacher – am Morgen 5/53  
 Muschelkonzentrat – zur Nährstoffversorgung 8/36f  
 Muskat 12/47f  
 Muskelentspannung 12/51f  
 Muskellater 6/53  
 Muskulatur, verspannte 10/22f  
 Mutter Erde 1/10ff  
 Mutter, perfekte 1/59  
 Myom 4/41f  
 Mythos – der Tiere 4/15f

**N**ackenguß, heißer 12/50ff  
 Nackenmuskulatur, verspannte 11/41ff  
 Nahrungsergänzungsmittel – Lexikon 2/127  
 Nahrungintegrale – statt Isolate 6/32f  
 Nahrungsmittel-Allergie 1/60f  
 Nasenspülungen 1/55f  
 Natrium carbonicum 3/16  
 Natrium muriaticum 3/16, 8/27  
 Natron – als Schönheits- und Gesundheitsmittel 11/43ff  
 Naturapotheke 7/58  
 Naturheilkunde – als Lehrfach 11/66  
 Naturheilmittel pocket 8/59  
 Naturheilverfahren – Kostenerstattung 6/66, – Regulationsmedizin 3/66  
 Naturkosmetik-Gütezeichen 8/56  
 Naturkost – Reiseführer 5/38f  
 Naturkostladen – Stiefkind 4/4  
 Naturschutz, europäischer 7/57  
 Nelken 12/47f  
 Nervenberuhigung 10/59, 11/52  
 Netz des Lebens 6/10ff  
 Netzhautschaden – und Blutzucker 2/72  
 Nitrat – in Rucola 5/6  
 Nutzpflanzen, transgene 7/12ff

**O**berschenkelbruch – Vorbeugung 10/55f  
 Öko-Lebensmittel – Wegweiser 5/34ff  
 Ökologie – des Bauens 2/115ff, – des Waldes 3/48ff  
 Ökopflanze, einheitliches 3/56  
 Ökoubaka – Reisedarstellung 6/52f  
 Ökowald, privater – Auszeichnung 8/66  
 Öle – Qualitätsmerkmale 2/74  
 Öleiweißkost 5/18ff, – nach Dr. Budwig 9/4  
 Olive – mediterrane Frucht ganz groß 8/29f  
 Omega-3-Fettsäuren – im Brot 2/77

Opfer – und Kultur 10/58  
Orgon-Therapie - Erfolg 7/7  
Orte – der Heilung 8/59  
Osteoporose – bei Männern 2/75,  
– und Hormone 11/21f  
Ozonbelastung – homöopathisch be-  
handeln 8/28f

**P**AP-Abstrich, zweifelhafter 5/15f  
Papaya 7/8  
Paradigmenwechsel 3/10ff  
Parasiten-Bekämpfung 9/48f  
Parasiten-Rezeptur Para-Rizol 5/4  
Parfüms, sinnliche 5/44f  
Partnertiere 4/17f  
Patientenratgeber 6/8  
Patschuli 2/104  
Petersilie 6/44f  
Pfefferminze 10/34, – bei Reizkolon  
6/55f  
Pflanzen, psychoaktive –  
Enzyklopädie 6/58  
Pflanzen-Wassertropf 7/53  
Pflaumen, verdauungsfördernde  
9/52f  
Pfleheim – Mängel 9/6  
Phosphor 2/114, 8/27  
Pille – Krebsgefahr 2/76  
Pilzbefall – Heilmittel 9/53  
Polionosode 7/48, 10/47  
Präsenz, unmittelbare – im Alltag  
12/12ff  
Psychische Störungen – durch  
Cholesterinsenkung 4/54  
Psychosomatik 10/20ff, –  
Meditation bei 12/54f  
Pulsatilla 1/45, 2/114, 3/45,  
8/27

**Q**i Gong 4/58  
Quallenqualen 7/7  
Quark-Leinöl-Kur 5/18ff  
Quecksilber – und Ungeborene 6/8

**R**adikale, freie - Abwehr 6/29f  
Radium bromatum 8/28  
Radwanderführer – für Kinder 7/8  
Rapunzel-Syndrom 5/7  
Raum – für Stille 12/10ff  
Rechtsschreibreform 11/4  
Reflux-Ösophagitis 4/34ff  
Reformhaus-Jubiläum 12/56  
Regionalküchen-Projekt 9/66  
Reinigung, innere 1/58  
Reisemedikament, homöopathisches  
6/52f  
Reisen – für Behinderte 3/56  
Reiseübelkeit 8/53  
Reizkolon – und Pfefferminzöl 6/55f  
Reizüberflutung – bei Kindern 9/39f  
Resonanz – mit Ur-Klängen 12/29f  
Restless legs 10/53  
Retinopathie – und Diabetes 12/54f  
Rheuma – Guajakholz bei 5/45ff  
Rhododendron 8/37  
Rhus tox. 3/45  
Ringelblume 2/112  
Rizinus 4/46  
Rose 2/103  
Rosmarin 2/112  
Rückenlage – für Babys 12/8  
Rupert Sheldrake – Interview 1/30ff

**S**afran-Kochbuch 12/58  
Saint-Exupéry, A. – Bücher 6/59  
Sakraler Tanz 3/30ff  
Salbei – Desinfektion 1/6  
Samen-Kunde, kleine 11/31f  
Sandelholz 2/104  
Sanierung – des Wohnfeldes  
2/116f  
Sauerkraut 11/52, – zur  
Krebsvorbeugung 2/77  
Säure-Basen-Haushalt 5/54f  
Scan-Code – Schutz vor 8/61  
Schadstoffsonierung 2/116f  
Schafgarbe 2/111, 3/27f, – bei  
schmerzhafter Regelblutung 1/43  
Schamanen – Kongreß 6/56f, – die  
verborgene Heilung 10/28ff  
Scharlach-Quarantäne 1/4  
Schilddrüse – und Schulprobleme  
10/6  
Schimmel – Wand- 1/53  
Schlaf, guter 10/8, – und Träume  
9/24f, – Rationierung 7/38ff  
Schlafstörungen - und Mudras 12/4,  
– neue Therapie bei 7/38ff  
Schlaganfall – und Kalium 2/74  
Schmerzmittel Weidenrinde 1/50ff  
Schmetterlinge 8/10ff  
Schnittlauch 6/42f  
Schokolade-Reinheitsgebot 10/8  
Schönheit – mit Natron 11/43f  
Schönheitstag 5/52f  
Schuldschwierigkeiten 9/36ff,  
10/46ff, – und Schilddrüse 10/6  
Schuppenflechte – Fumarsäure bei  
4/6, – Wechselstrom gegen  
7/55f  
Schüßler-Salze 2/72  
Schwangerschaft – trotz Pille 4/8, –  
und Folsäurebedarf 9/55  
Schwarzrettich 1/8  
Schweiß, übelriechender 1/26f  
Schwingungen, körpereigene und  
fremde 6/34ff  
Sepia 3/45, 8/28  
Serotonin – bei Depression und  
Angst 10/40ff  
Shiatsu-Kongress 4/56  
Siebter Sinn 5/4, – der Tiere 1/28ff  
Silicea 7/48  
Sinnsuche 9/10f  
Slow Food Bewegung 1/56  
Soabrennen 4/34ff, 8/4, – und  
Natron 11/43f  
Soja – in den Wechseljahren  
11/6  
Sol 8/27  
Solarfirmen-Verzeichnis 10/6  
Solartechnik-Fachmesse 6/57f  
Sommerprossen 1/48  
Sonnallergie – homöopathisch be-  
handeln 8/27ff  
Sonnenbrand – und Hamamelis  
7/53  
Sonnenergie – als Lebensnahrung  
7/26ff  
Sonnenschutz, richtiger 8/52f  
Spermienqualität – sinkt 5/8  
Spielräume – Stadt- 1/56  
Spinat – bei Grauem Star 11/9  
Spiritualität – und Musik 12/58, –  
und Paradigmenwechsel 3/10f  
Spirulina-Alge 10/12ff  
Spitzwegerich 3/27f  
Sprossen – Vitalstoff-Fabrik 11/26ff

Spurenelemente – Mangel 11/49f  
Sterbebegleitung 1/21f  
Sterbende – Berührung für 11/12ff  
Stevia 12/18f, – Verbot der EU  
8/56  
Stille 12/10ff  
Stillen 11/8  
Strahlenschutz – Forschung 10/56  
Strahlung im Bauwesen – Broschüre  
10/8  
Streichleinheiten – durch Öle  
2/102ff  
Streß – durch Elektromag 9/12ff, –  
Kreuzschmerzen 5/7  
Strom, gesundheitsgefährdender  
9/12ff  
Strommarkt, neuer – Ratgeber 12/6  
Stromverbrauch, hoher 12/8  
Sulfur 3/45  
Super-Nahrung, grüne 10/12ff  
Suppe – Mutter aller Nahrung  
1/52f  
Stoffe 3/54, 6/4  
Stüßungsmittel, alternative 12/18ff  
Symbioselenkung (s. Antibiotika-  
Resistenz)  
Symbole – der Tiere 4/12ff  
Systemtheorie 6/10ff

**T**abacum 10/50  
Tagesmutter – als Beruf 1/57  
Tanz – als Gebet 3/30ff, 7/4,  
8/4  
Teetrinken – ohne Milch 1/6  
Teilzeitarbeit – und Karriere 1/8  
Telefone, gepulste 9/19f  
Testverfahren Bioresonanz 6/34ff  
Thalasso-Therapie 8/12ff  
Thuja 3/45, 7/49  
Tiefenökologie 6/10ff  
Tiere – als Therapeuten 1/32f, –  
vom Symbol zur Heilung 4/12ff  
Tiersignale 1/31f  
Tips, naturheilkundliche – Buch 8/8  
Trad. Chin. Medizin – im neuen  
Jahrtausend 7/56  
Tragen – von Kindern 10/4  
Trank der Hekate 1/50ff  
Transzendenz 2/78ff  
Träume, heilende 9/22ff  
Treibhauseffekt – neue Krankheiten  
3/6  
Trinklavage 4/55f  
Trockenfrüchte 12/18f  
Tryptophan – 5-HTP 10/43f  
Tuberculinum 10/47  
Tuberkulose-Erreger – und Morbus  
Crohn 9/54f  
Tumorzellen – und Klangtherapie  
5/8

**U**hr, innere 6/58  
Umweltgifte, hormonähnliche  
11/56f  
Umweltkrimi 6/9, 10/4  
Ur-Klänge 12/28ff  
UV-Licht 8/27

**V**accinum 7/49  
Vaginalentzündung 3/41f  
Vanadium – Spurenelement 2/122f  
Vanille 12/48f

Variolinum 7/49  
 Venen-Buch – A. Vogels 8/58  
 Verhütung - mit Diaphragma 3/8, -  
 alternative 12/26ff  
 Verjüngungselixiere – gegen das  
 Altern 6/26f  
 Verlegenheitsdiagnose  
 Psychosomatik 10/20ff  
 Verstopfung 11/8, chronische  
 4/55f  
 Visualisierung – als Heilmittel 1/18  
 Vitalstoffe – in Nahrungsmitteln  
 8/20f  
 Vitalstoffzufuhr – bei  
 Medikamentengabe 11/47f  
 Vitamin A – pflanzlicher Powerstoff  
 7/20ff  
 Vitamin C – für Gelenke 8/6, – zur  
 Krebstherapie 7/6  
 Vitaminbomben – des Herbstes  
 10/39f  
 Vitamine – im Darm 1/54f, – und  
 EU-Kommission 10/56  
 Vitaminlieferant Mango 1/48f  
 Vitaminpräparate 6/29f  
 Vitaminräuber 11/48f  
 Vitamin-Vermehrung – durch  
 Keimlinge 11/29f  
 Vollkomprodukte – im Blindversuch  
 1/6  
 Vorsorgeuntersuchungen – bei  
 Kindern 2/74

**W**acholder 10/35  
 Wahrnehmungsentwicklung 9/38f  
 Wald – Biotop und  
 Sauerstofflieferant 3/48ff  
 Waldkindergarten 3/56  
 Walsch, Neale Donald 6/4  
 Warzen 1/49  
 Wassergüsse, heiße – für verspannte  
 Geister 12/50ff  
 Wasserstaubsauger, nicht empfeh-  
 lenswerte 11/9  
 Wasserstoff-Tankstelle, erste 1/66  
 Wechseljahre 8/6, – und Hormone  
 11/18ff, - und Sojapräparat  
 11/6  
 Weidenrinde – als Schmerzmittel  
 1/50ff  
 Weihnachtszeit – sich Gutes tun  
 12/52f  
 Weihrauch – Buchtipf 12/59  
 Weisheit – der Erde 7/10ff  
 Weißflecken (Vitiligo) 4/47f  
 Weizenkur 4/30ff  
 Wermut – als Heilmittel 4/50ff  
 Widerstandsfähigkeit – Steigerung  
 der 7/20f  
 Wildfrüchte 10/39  
 Wildgemüse – im Frühjahr 3/20ff  
 Wildkräuter, vitalstoffreiche 8/20f  
 Wirklichkeit – akzeptieren 11/10ff  
 Wissenschaft und Spiritualität –  
 Dialog 1/58

Wonnestunden – 1001 Nacht  
 4/58  
 Wunden-Desinfektion 5/7  
 Würzen - ohne Salz 6/52  
 Wüste – Schweigen der 5/10ff

**Y**lang-Ylang 2/104

**Z**ähneputzen, richtiges 3/39f  
 Zahnfleisch, krankes – durch Pille  
 12/7  
 Zahnreinigung 3/40f  
 Zahnweißpasten 4/7  
 Zappelphilipp, erwachsener 4/6  
 Zellatmung, verbesserte (s. Öl-  
 Eiweiß-Kur)  
 Zentrum, spirituelles (s. Herz)  
 Zeugungsfähigkeit – und Jodsalz  
 7/9  
 Ziegenmilch – Alternative bei  
 Kuhmilchallergie 8/38ff  
 Zimt 2/105, 12/49f  
 Zink – bei Erkältungen 1/53  
 Zitronenkur 3/4  
 Zitronenöl, ätherisches – bei  
 Depressionen 5/55f  
 Zöliakie 2/76  
 Zungen-Piercing 1/7  
 Zungenschaben 3/38ff  
 Zytomegalie-Virus – und Herzinfarkt  
 8/46f



(Bitte ausschneiden und ausgefüllt zurücksenden an NATUR & HEILEN, Leserservice, Nikolaistraße 5, D-80802 München)

### **Bestellung früherer Ausgaben/Sammelordner**

Bitte senden Sie mir folgende NATUR & HEILEN-Ausgaben gegen Rechnung zu:

- Jahrgang 99 kompl. m. Inhaltsverz. (DM 65,-)  
 Jahrgang 00 kompl. m. Inhaltsverz. (DM 70,-)  
 NATUR & HEILEN-Sammelordner  
 mit Schubert (ab Jahrgang 1996) (DM 23,-)  
 Einzelhefte Nr. / Jahr \_\_\_\_\_

(je DM 6,-; Mindestbestellmenge: 2 Hefte)

### **Abonnementbestellung**

(Bitte ankreuzen wenn gewünscht)

Bitte senden Sie mir die Monatszeitschrift NATUR & HEILEN zum Vorzugspreis von DM 79,80 (Ausland DM 93,-) im Jahr per Post frei Haus. Das Abonnement verlängert sich jeweils um ein Jahr, wenn ich es nicht drei Monate vor Ablauf des Kalenderjahres kündige.

Vor und Zuname \_\_\_\_\_

Anschrift \_\_\_\_\_

Datum/Unterschrift \_\_\_\_\_

Vertrauensgarantie: Mir ist bekannt, daß ich meine Bestellung innerhalb von 10 Tagen (Datum des Poststempels) bei NATUR & HEILEN, Nikolaistraße 5, D-80802 München, Tel. 089/380159-0, widerrufen kann. Zur Wahrung der Frist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs.

Datum/Unterschrift \_\_\_\_\_