

NATUR & HEILEN

DIE MONATSSCHRIFT FÜR GESUNDES LEBEN

Zusammen mit dem Sammelordner können die 12 Hefte des Jahrgangs 2005 mit diesem Inhaltsverzeichnis zu einem wertvollen Nachschlagewerk gebunden werden. So entsteht jährlich ein bleibender Ratgeber für gesundheitliche und naturheilkundliche Fragen. Der Sammelordner mit Schuber sowie fehlende Einzelhefte sind bei NATUR & HEILEN, Leserservice, Nikolaistr. 5, 80802 München, Tel. 089/3801 5910, Fax 089/3801 5916 oder unter www.naturundheilen.de erhältlich (siehe auch letzte Seite).

Mit Hilfe des Stichwortverzeichnisses können die interessierenden Themen besser und schneller aufgefunden werden. Die hinter den Stichworten stehenden Ziffern geben die Nummer des jeweiligen Heftes und die Seitenzahl an. Beispiel: Die beim Stichwort „Hühnersuppe“ stehenden Ziffern 11/49 bedeuten zum Beispiel, dass in Heft 11/2005 ab Seite 49 über das Thema „Hühnersuppe bei Erkältungen“ berichtet wird.

Inhalt 2005 mit Stichwortverzeichnis

HAUPT BEITRÄGE

BEWUSST-SEIN

Achtsam auf den Strom des Lebens (Anselm Grün)	4/10
Alles Leben ist Problemlösen (Kurt G. Blüchel)	9/10
Die guten Momente entdecken (Verena Kast)	8/10
Die Kraft, seine wahre Größe zu leben (Nick Williams)	5/10
Freiheit kultivieren (Thich Nhat Hanh)	3/10
Geh aus, mein Herz, und suche Freud... – Durch die Sinne Sinn finden (David Steindl-Rast)	6/10
Geschaffen für das Glück (Ruth Pfau)	2/10
Im Herzen berührt (Graziella Schmidt)	7/10
Liebe die Arbeit, für die du geboren bist (Nick Williams)	10/10
Liebe, Stille, Einheit, Öffnung (Mata Amritanandamayil)	12/10
Sei ohne Sorge (Richard Stiegler)	11/10
Verantwortung in allen Dimensionen entwickeln (Hugo-Bert Eichmüller)	1/10

ERNÄHRUNG

Essbare Blüten – Geschmacks-Bouquets für Gourmets (Constanze Lüdicke)	6/36
Granatapfel-Elixier – Der Jungbrunnen für Körper und Seele (Dr. Martin Mittwede)	5/40
Herbst ist Kürbiszeit (Hans Harress)	9/46
Nur Pseudo-Vitamine? Die zu wenig erforschten vitaminähnlichen Substanzen (1. Teil) (Norbert Messing)	3/24
Nur Pseudo-Vitamine? Die zu wenig erforschten vitaminähnlichen Substanzen (2. Teil) (Norbert Messing)	4/46

FRAUENHEILKUNDE

Die Wilde Yamswurzel – Indianisches Wissen über eine hormonaktive Pflanze, neu entdeckt (Heide Fischer)	1/26
Ganz und wohlig Frau sein – Vaginale Symbiose (Dr. Anja Engelsing)	6/49

GANZHEITLICH HEILEN

250 Jahre Homöopathie: Samuel Hahnemann – Eine Würdigung (Ravi Roy)	4/28
Autopathie – Heilen mit potenziertem Speichel (Sylvia Luetjohann)	10/12
Der Seele Heimat ist der Sinn – Die Logotherapie Viktor Frankls (R. C. Schnabel)	5/32
Emil Coué: Über die Macht der Autosuggestion (1. Teil) (Norbert Messing)	12/14
Getreideessenzen – Hilfe aus der Natur für Körper, Geist und Seele (Renate M. Hatzler)	9/28
Heilung durch Tibetan Pulsing – Die magische Kraft des Pulses (Sandra Heim)	8/22
In der Werkstatt des göttlichen Urmachers. Friedrich Schiller und die Wurzeln der psychosomatischen Medizin (1. Teil) (Norbert Messing)	9/12
In der Werkstatt des göttlichen Urmachers. Friedrich Schiller und die Wurzeln der psychosomatischen Medizin (2. Teil) (Norbert Messing)	10/42

Jin Shin Jyutsu. Heilsame Hände – für Kinder und mit Kindern (Felicitas Waldeck)	10/28
Leben zwischen Extremen – Bipolar: Berg- und Talfahrt der Seele (Birgit Frohn)	11/20
Sanfte Therapien bei Krebs (1. Teil) Impulse zur Selbstheilung (Norbert Messing)	1/14
Sanfte Therapien bei Krebs (2. Teil) (Norbert Messing)	2/46
Wege zu einer neuen Medizin – Chancen durch Vorsorge und alternative Therapien (Peter Elster)	7/32

GANZHEITLICH LEBEN

Das wahre Glück liegt in uns selbst (Ilse Auerswald)	1/50
Kraftpendende Tees aus aller Welt (Barbara Kunick-Wünsche)	10/36

GESUNDES LEBEN

Die positive Morgenstunde (Christian Wilhelm Echter)	4/42
Die Zedernuss – Königin der Taiga (Alexander Markow)	12/42
Einfaches Rückentraining mit großer Wirkung. 4 Übungen zur Entlastung der Wirbelsäule (Regina Gaiser)	3/42
Entrümpeln – auf sanfte Weise zu uns finden (Christina Lütgen)	1/34
Gesund durch den Winter – Wirksame Hilfe bei Erkältungskrankheiten (Barbara Kunick-Wünsche)	11/44
Indische Waschnüsse und Co. – Waschmittel, die man pflücken kann (Nora Kircher)	8/39
Mykotherapie: Heilen mit Pilzen (Dr. Susanne Ehlers)	4/14
Reines, unraffiniertes Kokosöl... Ein vergessener Genuss (Ulrike Gonder)	9/43
Reinigungskur für die Pforte des Bewusstseins. Jala-Neti, die traditionelle Yogische Nasen- spülung (Silke Kleemann)	2/34
Sport als Medizin (1. Teil): Jungbrunnen ganz- heitliche Bewegung (Norbert Messing)	7/12
Sport als Medizin (2. Teil): Bewegung als Therapie bei allen chronischen Leiden (Norbert Messing)	8/44
Vollwertige Küchengeräte – Der „Kernbestand“ der Naturküche! (Norbert Messing)	6/14

INTERVIEW

Interview mit Heiner Uber: Am Anfang war das Lachen (Anne Devillard)	2/28
Interview mit Rajan Sankaran: Die Homöopathie von morgen. Sankaran und die Bombay- Methode (Heidi Brand)	3/34

KÖRPER UND SEELE

Craniosacral Balancing: Das gesunde im Körper mobilisieren (Alexandra Wochinger)	11/26
---	-------

MENSCH UND TIER

Das Glück der Erde liegt auf dem Rücken der Pferde – Pferde-Mensch-Resonanz (Beate Lukowski/Peter Daxer)	6/42
--	------

MENSCH UND UMWELT

Die Kraft der Orte. Systemische Aufstellung rund ums Wohnen, um Orte, Plätze (Kristine Alex)	3/20
Schlüssel zum lebendigen Garten (Johanna Paungger-Poppe/Thomas Poppe)	5/20
Wildnis-Urlaub (Constanze Lüdicke)	8/32

NATURHEILKUNDE

Akne - mehr als eine lästige Hautstörung. Heilsame Wirkung der Momordica charantia aus der Ayurvedischen Medizin (Dr. Offried D. Weise)	4/36
Burnout-Syndrom – Wenn Körper und Seele erstarren (Dr. Martin Mittweide/Dr. Karl Otto Jacob/Ludwig Jacob)	3/12
Die Milz als wichtiges Immunorgan – kaum beachtet und wenig bekannt (Günter A. Ulmer)	10/48
Ferien-Apotheke aus der Natur. Reisekrankheit, Durchfall, Sonnenbrand & Co. (Barbara Kunick-Wünsche)	7/46
Infektabwehr aus Afrika: Umkaloabo – Kindgerechte Alternative zu Antibiotika (Dr. Annette Drögel)	1/46
Makuladegeneration – Schulmedizinische und naturheilkundliche Therapieverfahren (Andreas Nieswandt)	5/44
Wenn Nahrung krank macht. Ein Bluttest ermittelt, was man essen darf (Gabriele Hellwig)	5/27

PFLANZENHEILKUNDE

Tausendsassa Chili (Irene Dalichow)	11/30
Wesen & seelische Wirkung von ausgewählten Arzneipflanzen. Die neue Dimension der Heilpflanzen-therapie (Margret Rupprecht)	12/28

SANFTE MEDIZIN

Arganöl... Das flüssige Gold Marokkos (Constanze Lüdicke)	7/40
Chronische Schmerzen: Schmerzfrei durch Triggerpunkt-Medizin (Dr. Maximilian Nirchl)	1/40
Die Stoßwellen-Akupunktur – Eine schmerzarme und erfolgreiche Therapie-Alternative zur Nadelakupunktur (Andrea Daser)	4/24
Heißwasser-Therapie. Wundermittel der Traditionellen Chinesischen Medizin (Sylvia Genenger)	2/12
Hyperaktivität – Eine Folge von Umwelt und Ernährung? (Karin Possin)	9/36
Kosmetische Akupunktur – Sanfte Stiche für mehr Schönheit (Christine Preiherr)	6/30
Natürliches Ausleitungsöl zur körpereigenen Entgiftung (Dr. Anita Ginter/Dr. Elke Tuschen-Bürger/Dr. Rebekka Zirbel)	3/48
Psychologische Schüsslersalz-Therapie (Dr. Berndt Rieger)	11/38
Schnellere Heilung bei Knochenbrüchen (Marc Roger Reichel)	8/27

UNSERE PFLANZEN – UNSERE HEILMITTEL

Wirkungsvolle Heiltees bei Erkältungen & Bronchitis (Barbara Kunick-Wünsche)	2/40
--	------

WEGE NACH INNEN

Spiritualität findet mitten im Leben statt. Interview mit Willigis Jäger 12/36 (Anne Devillard)	12/36
Traumarbeit: Träume... ein Telefon zur Seele (Stephan Schumann)	6/23

WISSENSWERTES

Die Helden der Gegenwart (1. Teil): Wege & Weltbild des Alternativen Nobelpreises (Geseko von Lüpke)	9/20
Die Helden der Gegenwart (2. Teil): Verwirklichte Projekte & erfüllte Visionen: 13 Alternative Nobelpreisträger im Münchner Goethe-Institut (Geseko von Lüpke)	10/20
Die Vogelgrippe – Eine Herausforderung für die Menschheit (Dr. Peter Schneider)	12/20
Die Zuckerfalle (Klaus Oberbeil)	7/23
Hanf... oder wie eine uralte Heilpflanze systematisch vertrieben wurde (Hans Harress)	8/12
Mikrowelle – Risiko in der Küche? Eine Erfolgsgeschichte mit bitterem Nachgeschmack (Norbert Messing)	5/12
Therapien mit Folgen: Die Schattenseiten der modernen Medizin (1. Teil) (Norbert Messing)	11/13
Therapien mit Folgen: Die Schattenseiten der modernen Medizin (2. Teil) (Norbert Messing)	12/46
Was Sie vor dem Impftermin wissen sollten. Impfungen und Autismus – Gibt es einen Zusammenhang? (Birgit Rundel)	2/18

SEITE FÜNF

A ch, nimm den Augenblick wahr! (Ebba Waerland)	9/5
Alle Tage rauscht die Fülle der Welt (Hermann Hesse)	8/5
Auch das ist Kunst, ist Gottes Gabe (Johann W. von Goethe)	1/5
Autobiographie in fünf Kapiteln (Sogyal Rinpoche)	2/5
D as schönste auf der Welt (Mutter Theresa von Kalkutta)	3/5
Die größte aller Gaben ist das Leben (Ebba Waerland)	7/5
H inter jeder Biegung suchte ich und fand dich nicht (Willigis Jäger)	4/5
J eden Tag sehen oder lesen wir von schrecklichen Dingen (Krishnamurti)	11/5
Jeder hat im Leben seine eigene spezifische Mission (Viktor Frankl)	10/5
N icht zu Sklaven wurden wir erschaffen (Ebba Waerland)	5/5
S age dir stets: ich bin Er (Swami Vivekananda)	12/5
Z u essen, zu trinken und zu schlafen ... ist nicht Leben. (Leuchttfeuer)	6/5

KURZ NOTIERT

- A**ktivität senkt Parkinson-Risiko 5/6
Alkohol kaufen: für Jugendliche ein Kinderspiel 6/8
Angst macht Blut dick 8/7
Anleitung zum Kreativsein 9/6
Anspruchsvoller Job, weniger Alzheimer 4/8
Antibakterielle Eigenschaften bestimmter Holzarten 12/7
Apfel ist nicht gleich Apfel 10/8
Appell zum Umdenken 6/7
Arnica montana, das „pflanzliche Cortison“ 2/6
Arthrose ist heilbar 2/8
Arthrose: Viel Bewegung, wenig Belastung 1/9
Arzt und Patient: Die Chemie muss stimmen 4/7
Assistenzhunde für Behinderte 8/6
Auch Erwachsene können „zappeln“ 2/8
Augenschutz und Ernährung 10/6
Autoabgase schädigen die menschliche DNA 8/6
- B**edrohung Brustkrebs – Allheilmittel Mammografie? 5/6
Beim herzhaften Lachen lacht auch das Herz 8/9
Bluthochdruck beschleunigt den Abbau des Gehirns 7/9
Bodenfruchtbarkeit 5/7
Brennpunkt Klima 4/9
Buchtipp: Medizin verständlich 11/8
- C**holesterinwerte beeinflussen Prostatatumore 7/6
Co-Allergie auf Senf und Beifuß 7/7
Cranberry für niedriges Cholesterin 2/6
- D**as Geheimnis des Abnehmens: Warum Schlankheitsdiäten nichts bringen 6/9
Das Gehirn reagiert auf eigene und fremde Fehler gleich 4/9
Das große Vogelsterben hat begonnen 3/7
Das Mineralstoff-Kochbuch 9/6
Das Web-Adressbuch 2005 3/7
Der Computer ebnet der Kurzsichtigkeit den Weg 9/7
Der Uhu – Vogel des Jahres 2005 1/6
Deutschlandurlaub ohne Auto 8/8
Die eigene Gesundheit stärken mit Ayurveda 6/6
Die Haut kann sich gegen E. coli wehren 5/9
Dunkelheit bessert manische Symptome 8/7
Dunkle Schokolade ist gut für die Blutgefäße 2/6
- E**infacher Fingernageltest für Osteoporose 10/7
Eisbären werden Zwitter 9/6
Erinnerungen können Gerüche auslösen 4/6
Erstmal bei Mama bleiben 1/7
Es ist nie zu spät: Bewegung fürs Gehirn 3/6
- F**euchtwarme Wohnungsluft erhöht Asthmarisiko 4/7
Fit – und freudig in den Frühling 4/6
Forscher enthüllen: Joghurt ist wie Deo für den Mund 7/8
Freilandeier ohne großes Risiko 8/9
Fußweg zur Arbeit schützt das Gehirn vor einem Schlaganfall 12/7
- G**eldrollen im Blut durch Handstrahlung 9/8
Glaukom: Musik statt Pillen 11/6
Gleich und gleich gesellt sich gern 2/7
- Große Studie bestätigt längeres Leben mit Mittelmeer-Diät 6/6
Grüner Tee in Kosmetik 6/9
- H**eizen mit Sonne, Holz & Co. 3/6
Heuschnupfen-Patienten im Frühling nicht tauchtauglich 3/8
Hunde geben Scheidungskindern Sicherheit 11/6
- J**od – das unterschätzte Risiko 12/6
Johanniskraut auch gegen Krebs? 1/8
- K**ariesbakterien steigern Risiko für Frühgeburt 7/6
Keine Krebsgefahr durch Phytoöstrogene 1/8
Kinder reagieren allergisch auf depressive Eltern 10/8
Klein, aber fein – das Besondere am Gehirn von Frauen 2/9
Kleine Kinder sehen groß 4/8
Klimawandel ist nicht mehr aufzuhalten 10/8
Klopft dich gesund 10/7
Koffeinfreie Kaffeepflanze entdeckt 4/6
- L**agerfähige Tees 8/9
Länger leben im Gebirge 7/7
Laserlicht stimuliert Akupunktur-Punkte 9/7
Liebeskrank – doch eine Krankheit? 5/7
Luft ist für Neugeborene besser als Sauerstoff 5/6
Lustige Kinder haben lustige Eltern 2/9
- M**editation als Mittel gegen Bluthochdruck 12/6
Mehr Hirnschläge nach Hormoneinnahme 12/8
Mehr Lebensqualität im Alter 7/9
Mentaltraining gegen chronische Rückenschmerzen 2/7
Mindestens haltbar bis... Gesundheitsrisiken durch abgelaufene Lebensmittel? 1/8
Morgens sind auch die Blutgefäße steif 3/6
MS: Immunzellen im Gehirn spielen entscheidende Rolle 8/7
Myome: Gebärmutterentfernung nicht nötig 3/9
- N**ährwertangaben auf Lebensmitteln oft ungenau 10/6
Naturveda-Küche 1/7
Nützliche Tipps für Hobbygärtner 6/6
- P**flanzenkraft bei Arthrose und Arthritis 9/6
Pflanzliche Alternative zu Cortison wirkt gegen Gehirnödem 5/8
Plötzlicher Kindstod: Aufklärung zeigt Wirkung 2/6
- R**adon ist bei Schmerzen nachhaltig wirksam 7/6
Reisen mit Allergien: Ratgeber für umweltsensible Menschen 7/8
- S**auerstoffmangel gefährdet Flugpassagiere 7/8
Schwimmen – ein idealer Sport 7/8
Seit 20 Jahren Kult: Das Alternative Branchenbuch 11/8
Sophrologie zur körperlichen und psychischen Entspannung 1/6
Soziales Engagement gekrönt 12/6
Speichelprobe statt Blutentnahme 2/7
Speiseröhrenkrebs durch Softdrinks? 9/8
Spielzeuge: Für Kinderrohren oft zu laut 9/8
Stoffe gegen Krebs im Leinsamen 11/7
Stress verzögert Wundheilung 12/8
- T**ai Chi bremst den Knochenschwund 5/6
Traubensilberkerzen gegen Wechseljahresbeschwerden: mit höherer Dosis wächst auch die Wirkung 11/6

U ngewollt kinderlos – was nun?	3/8
V erbrauchertäuschung durch unterfüllte Packungen	8/6
Verkeimte Wasserspender	7/6
Viele Menschen trinken bei der Arbeit zu wenig	12/7
Vielseitige Informationen zu Schilddrüsenerkrankungen	9/7
Vitamine mindern Nebenwirkungen von Chemotherapie	5/8
W arum Frauen öfter an MS erkranken	10/6
Was Sie über die Multiple Sklerose wissen sollten	1/8
Wenn das Ohr keine Ruhe gibt: Zink kann Tinnitus lindern	11/8
Wenn man Töne sieht und Gerüche hört	8/8
Wie grüner Tee gegen Krebs vorgeht	8/6
Y oga bringt größeren sportlichen Nutzen als Aerobic	10/6
Yoga hilft bei Essstörungen	11/7
Z u viel Schlaf ist ungesund	6/7

BERATUNGS SERVICE

A ltbewährte Blutegeltherapie bei vielen Beschwerden	12/54
Auswirkung künstlicher Befruchtung	8/54
B eckenbodentraining – auch für Männer sinnvoll	4/54
Berufsbedingte Asbestose	9/54
Bluthochdruck durch Cortison?	2/54
C hlor in Schwimmbädern	6/54
D ornwarzen an der Fußsohle	4/54
E igenbluttherapie bei Reizdarmsyndrom	2/55
Entkoffeinierter Grüntee	8/54
G ebärmutter-Ablagerungen	5/54
H alsschmerzen: Antibiotika bringen nur wenig	3/54
Hörsturz: Linderung durch Magnesium	9/55
L agerung von Quellwasser	11/54
M ondeinfluss auf die Gesundheit teilweise wissenschaftlich geprüft	7/54
Mukoviszidose – eine Infektionskrankheit?	3/55
N achlassende Nierenfunktion	1/54
Nasenbluten: Oft hilft der Löschblatt-Trick	6/54
R osacea – „Akne“ des Alters	5/54
S childdrüsenstörungen werden oft fehlgedeutet	10/55
Schmerzhafte Krämpfe in den Oberschenkeln	12/55

Schwangerschaftsgestose HELLP-Syndrom	11/54
Ständige Blutungen aus der Gebärmutter	10/54

T ränende Augen bei kühlem Wetter	1/55
--	------

Z ahnreinigung nach Paradontitis-Behandlung	7/54
--	------

TIPPS

A pfeldiät zum Abnehmen	3/53
Apfelmolke – selbstgemachter Gesundheitsdrink	2/53
Apfelschalentee bei Blasenbeschwerden	9/53
Apfeltee bei Erkältung	12/53

B elebendes Sauerkrautbad	4/53
Bienengift gegen Brustzyste	3/53

D as Gänseblümchen: eine unterschätzte Pflanze mit hoher Heilwirkung	9/52
Die Honig-Kur	2/52
Die Reiskur	11/52

E igenharn gegen trockene Nasenschleimhäute	6/53
Entfernen von Kaugummi	10/53
Entschlackungsbad	6/53
Entwässern durch Spargel und Petersilie	5/53

F it für die Nacht mit heißer Bouillon	11/53
---	-------

G algant – Labsal für den Magen	3/52
Geschwollene Beine	12/53

H eidelbeeren: Köstlichkeit der Saison	7/52
Helicobacter pylori, Rechtsregulat und Leinsamen	8/53
Hilfreich und gefährdet – die Rosskastanie	5/52
Honig ist nicht gleich Honig	8/52

K amillengeist zum Wohlfühlen	1/53
Kartoffelsaft und Erde gegen Sodbrennen	1/53

L avendel-Oliven-Öl gegen Kopfschmerzen	9/53
Lein – eine altbewährte Heilpflanze für das Jahr 2005 ausgewählt	10/52

M ajoran zur Verdauung	8/53
Mariendistel und Artischocke: Retter für die Leber	4/52

R egulation von übermäßiger Schweißproduktion	7/53
Rote Bete zur Vitalisierung in den kalten Wintermonaten	1/52
Rotklee-Gel bei trockenen Schleimhäuten	7/53

S chmerzfreies Entfernen des Pflasters	4/53
Selbstgemachte Sommersäfte – gesunde Durstlöcher für die warme Jahreszeit	6/52
Spitzwegerich für die Atemwege	5/53

T eebaumöl zur Inhalation	10/53
Tipps bei Magenverstimmung	11/53

W armes Senf-Fußbad gegen kalte Füße	2/53
Wie sich schmackhaftes Gebäck ohne Milch und Eier herstellen lässt	12/52

AKTUELLE UMSCHAU

- A**merikanische Ärzte rufen zur Entmedikalisierung der Wechseljahre auf 7/56
Anthroposophische Mistelpräparate bei Krebs: Erstattungsfähig im gesamten Krankheitsverlauf 5/56
- B**enachteiligung homöopathischer Heilmittel 2/56
- C**omputer, Handy und Co.: Neues Elektro-Gesetz für Altgeräte 6/56
- D**ramatische Eisschmelze in der Arktis 1/56
- E**in Heim für Waisenkinder 3/56
- F**ez Festival 2005: Die Wege der Hoffnung 3/56
Forderung nach mehr Transparenz bei Produkten aus Naturstoffen 8/56
Forum Haarverlust durch Chemo- und Strahlentherapie 9/56
Fünfundzwanzig Jahre Archiv der Homöopathie 10/57
- G**entechnik: Biobauern fürchten um ihre Existenz 11/57
Grundwasserspiegel sinken dramatisch 4/56
- H**äusliches Pflegeprogramm rund um die Uhr 9/56
- I**nnovative Reiseangebote für Behinderte 11/56
Internationales Natur- und Tierfilmfestival 7/56
- K**inderlebensmittel: Verbraucherschutz fordert europaweite Regeln für Werbung 2/56
- L**eitfaden für Ärzte über gefährliche Chemikalien 12/57
- P**atentierung traditionellen Wissens gescheitert 6/56
Perlmutter: Zahnimplantat der Zukunft? 10/56
Platinbelastungen 2/57
- R**echerchieren im Internet: Gütesiegel „passen“ nicht für biologische Medizin 1/56
- S**onne und Wind: Energieträger der Zukunft 5/56
Stiftung Wald in Not 10/56
Stiftung Warentest verreibt Homöopathie und Traditionelle Chinesische Medizin 12/56
- U**eberparteiliches Volksbegehren „Für Gesundheitsvorsorge beim Mobilfunk“ 7/56
Umfrage offenbart: Politik sieht fortschreitender Vernichtung der Regenwälder tatenlos zu 11/56
- W**aldsterben bricht alle Rekorde 6/56
Warnung vor Ausbeutung des Meeresbodens 9/56
Wassernotstand 2/56
Wirksamkeit anthroposophischer Therapien bestätigt 8/56
- Z**u Besuch in Ökosiedlungen 5/56
Zwei Jahre Netzwerk Ganzheitlichkeit 4/56

FIRMEN NACHRICHTEN

- A**llez Vera – eine besondere Baumwolle mit Aloe vera-Gel 4/61
- D**ie Infrarot-Wärmekabine entgiftet angenehm und außerordentlich effektiv 2/61
- J**entschuras Regenata. Die Kur des 21. Jahrhunderts 3/60
- M**atrix Balance. Das Bindegewebe Zwei-Wege-Programm 9/63
- S**alzhäus'l Massing – Groß- und Einzelhandel 4/60
Salzhäus'l Massing: Vita Biosa, Waschnusschalen, Stevia, Braunhirse 12/60
- V**ita Biosa – Götterspeise für die ganze Erde. Warum ein dänisches Kräutergetränk weltweit für Heilerfolge bei Mensch, Tier und Umwelt sorgt 2/60
Vita Biosa – Götterspeise für die ganze Erde. Warum ein dänisches Kräutergetränk weltweit Heilerfolge bei Mensch, Tier und Umwelt unterstützt. 11/60

BÜCHER

- A**us derselben Quelle leben wir. Wege zum Frieden zwischen Christen, Juden und Muslimen (Neil Douglas-Klotz) 1/59
Ayurveda hautnah. Die östliche „Lehre vom Leben“ für den Westen (Christian Salvesen/Doris Iding) 8/58
- B**ody IQ. Dein Körper sagt, was dir gut tut (Dr. med. Gabi Hoffbauer) 11/58
Brot backen. Vollkornbrote und Aufstriche aus der eigenen Küche (Ilse Gutjahr/Erika Richter) 10/58
- D**alai Lama (Franz Binder) 7/59
Das Geheimnis der ersten neun Monate. Unsere frühesten Prägungen (Gertrud Hüther/Inge Krens) 5/58
Das Geheimnis des fünften Evangeliums. Mit vollständigem Text des verschollenen Thomas-Evangeliums (Elaine Pagels) 2/58
Das große Buch vom gesunden Leben (Prof. Hademar Bankhofer) 10/58
Das große Edgar-Cayce-Gesundheitsbuch (Harold J. Reilly/Ruth Hagy Brod) 7/58
Das große O.W. Barth Buch des Buddhismus (Oliver Bottini) 3/58
Das Leben retten. 10 Pflichten, um uns und das Königreich der Tiere zu retten (Jane Goodall/Marc Bekoff) 1/59
Der Dalai Lama – die Biographie (Gilles von Grasdorff) 7/59
Der Knigge der Weltreligionen. Feste, Brauchtum und richtiges Verhalten auf einen Blick (Christoph Peter Baumann) 12/58

- Der Weg der weißen Wolken. Erlebnisse eines buddhistischen Pilgers in Tibet (Lama Anagarika Govinda) 6/58
- Die Bitterstoffrevolution. Natürliche Vorsorge und sanfte Heilung über den Darm (Hannelore Fischer-Reska) 7/58
- Die Haut als Spiegel der Seele (Uwe Gieler) 9/58
- Die Jenseitsmythen der Menschheit (Dietrich Steinwedel/Dietmar Först) 11/58
- Die Kraft gelebter Visionen. Mit Liebe und Erfolg zu neuen Perspektiven (Stephan Petrowitsch) 10/58
- Die neue Trendkost. Mit „glycaemic load“ (Michel Montignac) 4/58
- Die Neugestaltung der vernetzten Welt. Global denken – global Handeln (Ervin Laszlo) 4/58
- Die unbegrenzten Dimensionen deiner spirituellen Kraft (Nick Williams) 3/58
- Die Welt in einem einzigen Atom. Meine Reise durch Wissenschaft und Buddhismus (Dalai Lama) 11/58
- Die Zukunft gestalten. Die Aufgaben des Weltzukunftsrates (Jakob von Uexküll/Herbert Girardet) 6/58
- E**in Jahr für die Sinne. Das große Buch der Jahreskreisfeste (Jutta Schnitzler-Forster/Kerstin Schmale-Gebhard) 1/58
- Eine bessere Welt ist möglich. Ein Marshallplan für Entwicklung und Freiheit (Franz Alt/Rosi Gollmann/Rupert Neudeck) 11/59
- Eine Wahrheit – viele Wege. Einsichten und Parabeln für ein gutes Leben (Osho) 8/58
- Einheit in der Vielfalt. Moderne Wissenschaft und östliche Weisheit im Dialog (Hrsg.: Dr. Tarab Tulku/Lene Landberg) 5/59
- Einmachen. Pikantes und Fruchtig-Süßes für den Vorrat (Laurence u. Gilles Laundon) 12/58
- Equilibrismus. Neue Konzepte statt Reformen für eine Welt im Gleichgewicht (Volker Freystedt/Eric Bihl) 8/59
- G**ebete der Menschen. Aus allen Religionen, Völkern und Kulturen (Alfonso M. di Nola/Thomas Schweer/Franz Alt) 12/58
- Gespräche mit Gott. Für Jugendliche (Neale Donald Walsch) 2/58
- Gesundheit für Kinder. Kinderkrankheiten erkennen, behandeln, verhüten (Dr. med. H. Renz-Polster/N. Menche/A. Schäffler) 2/58
- H**andschrift und Homöopathie (Ulrich Welte) 9/58
- Hormon-Yoga. Das Standardwerk zur hormonellen Balance in den Wechseljahren (Dinah Rodrigues) 6/58
- I**ch bin gesund – Die neue Säfte-Medizin (Norbert Messing) 5/58
- K**leidung – wie sie schützt und stärkt. Die energetische Wirkung von Farbe, Form und Material (Harald Jordan) 5/59
- Klopf dich gesund. Blockaden lösen, schmerzfrei werden durch die EFT-Klopfakupressur (Horst Benesch) 4/59
- Knaurs Kräuter Buch (Constanze Lüdicke/Birgit Busse) 4/58
- Kosmetik-Inhaltsstoffe von A bis Z. Der kritische Ratgeber (Heinz Knieriemen/Paul Silas Pfyll) 9/59
- L**andschaftsformen. Unsere Erde im Wandel – den gestaltenden Kräften auf der Spur (Harald Frater) 3/58
- M**editation hilft heilen (Peter Wild) 9/58
- Mit einem weiten Herzen. Haltungen, die gut tun (Rudolf Walter, Hrsg.) 10/58
- Mit Homöopathie die Seele heilen (Selma Grönbeck) 2/59
- N**euere Kinder, neue Eltern. Die Kunst spielerischer Elternschaft und die Intelligenz des Spiels (Michael Mendizza/Joseph Chilton Pearce) 1/58
- P**flanzliche Ur tinkturen. Wesen und Anwendung (Roger u. Hildegard Kalbermatten) 8/59
- Praxis-Lehrbuch der modernen Heilpflanzen (Ursel Böhning) 6/58
- S**iebenundzwanzig Perlen der Weisheit (Willigis Jäger, Hrsg. Keiko Nimura-Ecker) 7/59
- Stress durch Strom und Strahlung. Baubiologie: Unser Patient ist das Haus, 1. Band (Wolfgang Maes) 3/58
- V**ersöhnung beginnt im Herzen. Einander zuhören – Feindschaft überwinden (Thich Nhat Hanh) 12/58

ZU GUTER LETZT...

- B**este Zeit zum Lüften 5/66
- Bio-Supermärkte führen bei der Frische 8/66
- Brennnessel als Rohstoff 2/66
- D**as Aus für zwei Gen-Projekte 6/66
- Die Vision eines Grüngürtels in Westafrika 7/66
- E**in Altenpflegeheim, in dem man singt und kocht 10/66
- G**eistheilung offiziell erlaubt 3/66
- I**n Deutschland lässt es sich gut leben 12/66
- O**eko-Landbau schützt vor Überschwemmung 11/66
- P**S.: 1/66, 2/66, 3/66, 4/66, 5/66, 6/66, 7/66, 8/66, 9/66, 10/66, 11/66, 12/66
- S**enegal: Öko-Anbau hat Tradition 4/66
- Strom und Wärme aus Holz 9/66

STICHWORT VERZEICHNIS

Abnemen – mit heißem Wasser 2/15f
Abwehrstärkung – durch potenzierten Speichel 10/12f
Achtsamkeit – auf den Strom des Lebens 4/10ff
ADHS – bei Erwachsenen 2/8
Akne – mehr als eine lästige Hautstörung 4/36ff
Akupunktur – mit Stoßwellen 4/24ff, -kosmetische – für die Schönheit 6/30ff
Alkohol – Vorbildfunktion der Erwachsenen 11/4
Alkopops – Gefahr für Jugendliche 6/8
Allergie – Reise-Ratgeber 7/8, – Auslöser für Hyperaktivität 9/37f, – Kinder reagieren auf Eltern 10/8
Aloe vera – Buchempfehlung 1/4
Alpträume – als Blockadenweiser 6/25f
Altenpflegeheim, singendes – bei Demenz 10/66
Alter werden – Broschüre 7/9
Alternativer Nobelpreis – Helden der Gegenwart 9/20ff, 10/20ff
Altersdiabetes – bei Kindern 7/24f
Aluminiumgeschirr – zu meiden 6/20f
Alzheimer – Bewegung fördert Durchblutung 3/6
Alzheimer-Risiko – anspruchsvoller Job verringert 4/8
Amalgam – Russisches Roulette 12/51
Ama – Mata Amritanandamayi 12/10ff
Angstzustände – Getreide-Essenzen bei 9/34f
Anthroposophie – wirksame Therapien bestätigt 8/56f
Antibiotika-Alternative – Umckaloabo 1/46ff
Antioxidans – Granatapfel-Elixier 5/40ff
Apfeldiät – zum Abnehmen 3/53
Apfelessig – als Waschmittel 8/41f
Apfelmolke – selbstgemacht 2/53
Apfelsorten, gesunde 10/8
Apfeltee – bei Erkältung 12/53
Apotheke – zum Reisen 7/46ff
Aqua-Jogging – bei Arthrose 8/45f
Arbeit – Erfüllung des Selbst 10/10ff, -lieben – für die wir geboren sind 10/10ff
Arganöl – flüssiges Gold Marokkos 7/40ff
Arnica montana – pflanzliches Cortison 2/6
Arthrose – viel Bewegung, wenig Belastung 1/9, -Selbsthilfe 2/8, – durch falsche Ernährung 2/8, - und Bewegung 8/45f, – neues Pflanzenpräparat 9/6
Artischocke – Retter für die Leber 4/52f
Arzneimittelfindung, homöopathische – mit Bombay-Methode 3/34f
Arzt, innerer – bei Krebs 1/16f
Arzt-Patient – Chemie muss stimmen 4/7
Asbestose, berufsbedingte 9/54f
Assistenzhunde – für Behinderte 8/6
Asthmarisiko – durch feuchtwarme Raumluft 4/7
Atemwegsinfektion – Umckaloabo gegen 1/46ff
Atemzüge 36 – im Jin Shin Jyutsu 10/34f
Aufmerksamkeit – der Sinne 6/10ff
Augen, tränende – bei kühlem Wetter 1/54f
Augenakupunktur – bei Makuladegeneration 5/50f
Augendiagnose – und Tibetan Pulsing 8/24f
Augentraining, ganzheitliches – Buch 2/4
Ausgebrannt-Sein (s. Burnout-Syndrom)
Ausleitungslösung – zur Körperentgiftung 3/48ff
Ausmistern – Barrieren überwinden 1/37f
Autismus – und Impfungen 2/18ff
Autoabgase – Schädigung der DNA 8/6

Autopathie – Heilen mit potenziertem Speichel 10/12ff
Autosuggestion – Emil Coué 12/14ff
Ayurveda – heißes Wasser als Therapie 2/12ff, – Gesundheit stärken mit 6/6, – für den Westen (Buch) 8/58
Ayurveda-Meditation – Heilpflanze bei Akne 4/36ff

Baby-Kängurumethode – für Frühgeborene 1/7
Bandscheiben-OP – bedenkl. 12/47f
Barfuß-Ökonomie – Entwicklungshilfe in den Slums 10/22f
Bärlauch – wiedererlangte Eroberungslust 12/34f
Beckenbodentraining – auch für Männer 4/54f
Befruchtung, künstliche – Auswirkungen 8/54f
Begabung – in Arbeit einbringen 10/10ff
Behinderte – Reiseangebote für 11/56
Behinderung – Assistenzhunde bei 6/6
Beine, geschwollene – Störung Natrium-Kalium-Haushalt 12/53
Bellis perennis – Heilpflanze Gänseblümchen 9/52f
Benzinersatz – aus Hanf 8/19f
Beta-Glucane – Wirkungsbestätigung 3/4
Bewegung – Basis der Gesundheit 3/15f, – bei chronischen Leiden 8/44ff
Bewegung, ganzheitliche – Sport als Medizin 7/12ff
Bewusstsein – für positive Morgenstunde 4/42ff
Bienengift – gegen Brustzyste 3/53
Biochemie – für die Seele 11/38ff
Bionik – Studium biologischer Systeme 9/10ff
Bio-Piraterie – Kampf gegen 10/25f
Biopsien, gefährliche 12/46f
Biorhythmen-Service 1/63
Bio-Sauna 1/19
Bio-Supermarkt – führend in Frische und Preis 8/66
Bipolare Störungen – Leben zwischen Extremen 11/20ff
Bitterstoffrevolution – Darmsanierung (Buch) 7/58
Blasenbeschwerden – Apfelschalenteel bei 9/53
Blockaden – lösen durch Klopf-Akupressur (Buch) 4/59
Blumen – für den Kochtopf 6/36f
Blutegeltherapie, altbewährte 12/54f
Blüten, essbare – Geschmacks-Bouquets für Gourmets 6/36ff
Blütensirup – Rezept 6/38f
Blutfilter Milz 10/50f
Blutfluss – Lachen fördert 8/9
Blutgefäße, steife – morgendliche 3/6
Bluthochdruck – durch Cortison 2/54f, – durch Zucker 7/29f, – fördert Vergesslichkeit 7/9, – Meditation bei 12/6
Blut-Lymph-System – Anregung durch Chili 11/30f
Bluttest – zur Ermittlung von falschen Nahrungsmitteln 5/27f
Bluttransfusion – Risikofaktor 12/48f
Blutverdickung – durch Angst 8/7
Bodenfruchtbarkeit – Gedanken zur 5/7
Body IQ (Buch) 11/58
Bombay-Methode – von Dr. Rajan Sankaran 3/34ff
Botenstoffe, glücklichmachende 1/50ff
Botschaft, gleiche – in allen Religionen 12/40f
Botulinum Toxin – zur Faltenbehandlung 6/31f
Bouillon, heiße – Fit für die Nacht 11/53
Branchenbuch, alternatives – 20 Jahre Kult 11/9
Bratäpfel – Rezept 12/52
Brennnessel – als Rohstoff 2/66, – reich an Botenstoffen 6/4
Bronchitis – Heiltees bei 2/40ff
Brot backen (Buch) 10/58

Brustkrebsfrüherkennung – Broschüre als Entscheidungshilfe 5/6
Brustzyste – Bienengift gegen 3/53
Buddhismus – großes O. W. Barth Buch 3/58
Bürger, mündiger – Bequemlichkeit des 1/4
Burnout-Syndrom – wenn Körper und Seele erstarren 3/12ff

Cannabis – als Medizin 8/17f
Cannabis sativa – Vertreibung einer uralten Heilpflanze 8/12ff
Carnitin (s. Pseudo-Vitamine)
Carotinoide (s. Pseudo-Vitamine)
Cayenne Pfeffer – Tausendsassa 11/30ff
Chemikalien, gefährliche – Leitfaden für Ärzte 12/57f
Chemotherapie – bittere Lektion 1/16f, – Vitamine mindern Nebenwirkungen 5/8
Chili – Tausendsassa 11/30ff
Chipko-Bewegung – Rettung von Baumriesen im Himalaya 9/23f
Chlor – in Schwimmbädern 6/54f
Chlorophyll – Pseudovitamin der Entschlackung 3/26f
Cholesterin, niedriges – durch Cranberry 2/6, – und reines Kokosnussöl 9/44f
Cholin – Pseudovitamin für klaren Kopf 3/27f
Clark-Therapie – bei Krebs 3/4
Coenzym Q10 – Pseudovitamin für Zellenergie 3/31f
Cortison, pflanzliches – Arnica montana 2/6
Coué, Emile – positives Denken 1/21f, – Macht der Autosuggestion 12/14ff
Craniosacral Balancing – Das Gesunde mobilisieren 11/26ff

Dalai Lama – Biographie (Buch) 7/59
Dampfarer, vollwertige 6/16f
Danbarkeit – Schlüssel zur Heilung 5/37f, – verhilft zur Sinnfindung 6/10ff
Darmentgiftung – durch Ausleitungslösung 3/50f
Darmsanierung – Basis der Gesundheit 3/15f
Darshan – Dokumentarfilm über Amma 12/6
Dehydrierung – Folgen der 2/14f
Denken, positives – nach Emile Coué 1/21f
Depression – durch Zucker 7/30f, – Manie im Wechsel 11/20ff
Depression, manische – Dunkelheit besert 8/7
Diabetes – Altersdiabetes im Kindergarten 3/9, – Volkskrankheit 7/27f
Diagnose-Verfahren, bedenkl. 11/17f
Dialog – westliche Wissenschaft und östliche Weisheit (Buch) 5/59
Dickmacher – Zucker 7/25f
Dinkel – Getreide-Essenz 9/31f
Dioxin – in Freilandeiern 8/9
Dornwarzen – an Fußsohle 4/54f, – Fieblblätter gegen 11/4
Dosierung, richtige – von Bewegung 7/20f
Droge Hanf 8/17f
Düngen, richtiges 5/24f
Durchblutung, gesteigerte – durch Chili 11/32f
Durchfall – Heidelbeere gegen 7/52
Edgar Cayce – Gesundheitsbuch 7/58
Efeublätter – als Waschmittel 8/42f
EFT-Klopf-Akupressur (Buch) 4/59
Eichhase-Pilz – Heilen mit 4/21f
Eigenbluttherapie – bei Reizdarmsyndrom 2/55f
Einmachen – Pikantes und Fruchtig-Süßes (Buch) 12/58
Eisbären – Zwitter durch Umweltgifte 9/6
Eisschmelze, dramatische – in der Arktis 1/56f

- Elektro-Gesetz – für Altgeräte 6/56
 Emotions Anonymous – Selbsthilfe bei Psychosomatik 10/45f
 Energieblockaden, tiefe – Lösen von 10/29f
 Energiefelder – von Orten erspüren 3/20f
 Energieträger – Sonne und Wind 5/56
 Entgiftung – durch Ausleitungssöl 3/48ff, – bei Akne 4/38f
 Entrümpeln – auf sanfte Weise 1/34ff
 Entsafter – und Mixer – die richtigen 6/18f, Entsafter – nicht in die Frischkostküche 10/4
 Entsäuerung, Entgiftung – bei Krebs 1/20f
 Entschlackung – Basis der Gesundheit 3/14f
 Entschlackungsbad 6/53
 Entspannung – körperlich und seelisch, mit Sophrologie 1/6, - tiefste – durch Craniosacral-Therapie 11/28f
 Entwässern – mit Spargel und Petersilie 5/53
 Equilibrismus – Welt im Gleichgewicht (Buch) 8/59
 Erdstrahlen – und Mondeinfluss 10/4
 Erfüllung – durch gute Momente 8/10ff
 Erinnerungen – durch Gerüche 4/6, – an Träume lernen 6/27f
 Erkältung – Heiltees bei 2/40ff
 Erkältung, kindliche – Umkaloabo gegen 1/46ff
 Erkältungskrankheiten – wirksame Hilfe bei 11/44ff
 Ernährung, richtige – bei Krebs 2/46ff
 Ernährungsumstellung – bei Akne 4/38ff, – bei Hyperaktivität 9/36ff
 Ernten und Lagern – zum richtigen Zeitpunkt 5/24f
 Erste-Hilfe-Essenz – aus Getreide 9/33f
 Erste-Hilfe-Medizin – mit Chili-Pulver 11/36f
 Essstörungen – Yoga gegen 11/7
 Ethik – im Gesundheitssystem 7/39f
 Euphorie – und Melancholie 11/20ff
 Evangelium, fünftes – Geheimnis des (Buch) 2/58
 Evomed – Blutest bei Nahrungsmittel-Unverträglichkeit 5/31f
- F**allaufnahme, homöopathische – mit Bombay-Methode 3/34ff
 Falten-Injektionen, bedenkliche 6/31f
 Ferien-Apothek – aus der Natur 7/46ff
 Fettsäuren, ungesättigte – für leistungsstarkes Herz 3/28f
 Fez Festival 2005 – Wege der Hoffnung 3/56
 Fingerhalten – im Jin Shin Jyutsu 10/31f
 Fit – durch Lebensfreude und Bewegung 4/6
 Flavonoide – in schwarzer Schokolade 2/6
 Flugrisiko – Sauerstoffmangel 7/8
 Freie Radikale – durch Mikrowellen 5/16f
 Freiheit kultivieren – Thich Nhat Hanh 3/10ff, – Ergänzung 4/4
 Frequenz-Therapie – nach Dr. R. R. Rife 3/17f
 Früchte, tropische – Ökobilanz 1/4
 Frühgeburt – Risiko durch Kariesbakterien 7/6
 Frühjahrs-Lebenskur – Übersicht 3/18f
 Fußwurzeln – Schulkreide gegen 8/4
- G**algant – Labsal für den Magen 3/52f
 Gänseblümchen – unterschätzte Pflanze mit Heilwirkung 9/52f
 Ganzheitlichkeit – Netzwerk im Internet 4/56
 Garten, lebendiger – Schlüssel zum 5/20ff
 Gartenwerkzeug, richtiges 5/22f
 Gäröpfe – aus Steingut 6/17f
 Gebäck – ohne Milch und Ei 12/52f
 Gebärmutter – ständige Blutungen 10/54f, -Ablagerungen 5/54f
 Gebete – der Menschen (Buch) 12/58
 Gedächtnishilfe – durch Gerüche 4/6
 Gedanken – Macht der Is. Psychosomatik)
- Gedankenheilung – durch Autosuggestion 12/14ff
 Gehirn, weibliches – komplexe Struktur 2/9, – Reaktion auf Fehler anderer 4/9
 Geist – formt die Wirklichkeit 12/19f
 Geistheilerin Graziella Schmidt – Buch 6/4
 Geistheilung – offiziell erlaubt 3/66, – ist Selbstheilung 7/10ff
 Gelenkschmerzen – Stoßwellen-Akupunktur bei 4/26f
 Gene, zuckersüchtige 7/23f
 Gen-Projekte – Aus für zwei 6/66
 Gentechnik – Biobauern in Furcht 11/57f
 Gerste – Getreide-Essenz 9/31f
 Gesund – durch den Winter 11/44ff
 Gesundheit – vier Säulen der 3/14ff, – Institutionen für die 7/38f, – Handbuch 11/8
 Gesundheitsweisheit – Gesundheitsbildung 7/32ff
 Getreide-Essenzen – Hilfe aus der Natur 9/28ff
 Getreidemühlen, vollwertige 6/15f
 Gewürztee mit Sahne – aus 1001 Nacht 10/41f
 Ginseng-Tee, energiespendender 10/37f
 Glaukom – Musik statt Pillen 11/6
 Gleichklang – der Pulsfrequenz 8/24f
 Globalisierung – vernetztes Denken und Handeln (Buch) 4/58
 Glück – geschaffen für das 2/10ff, – in uns finden 4/10ff, ...der Erde – auf dem Rücken der Pferde 6/42ff, – wahres – liegt in uns selbst 1/50ff
 Glutathion (s. Pseudo-Vitamine)
 GLYX-Trendkost – Montignac-Methode (Buch) 4/58
 Goethe-Institut, Münchner – Treffen von 13 Alternativen Nobelpreisträgern 10/20ff
 Goldrute – verbindet Getrenntes 12/33f
 Gott – jugendliche Gespräche mit (Buch) 2/58
 Granatapfel-Elixier – Jungbrunnen für Körper und Seele 5/40ff
 Gravitationsgesetz – des Friedrich Schiller 9/17f
 Grippevirus – Mutation zur Vogelgrippe 12/20ff
 Groddeck, Georg – Pionier Psychosomatik 10/42f
 Größe, wahre – aus eigener Kraft leben 5/10ff
 Größeneinschätzung, andere – bei Kindern 4/8
 Grundbedürfnisse, menschliche – und Logotherapie 5/32ff
 Grundeinstellung, positive – zum Leben 1/50ff
 Grundstücke – systemische Aufstellung von 3/20ff
 Grundwasserspiegel – dramatisches Sinken 4/56
 Grüner Tee – Krebsvorbeugung 8/6, – entcaffeinert 8/54f
 Grüngürtel in Westafrika – Vision von 7/66
 Grüntee – in Kosmetik 6/9, - stärkender – mit Sojasoße 10/38f
 Gutenberg-Bibel – aus Hanf 8/15f
- H**aarverlust-Forum – durch Chemo- und Strahlentherapie 9/56
 Hafer – Bewahrung von Elastizität 12/32f
 Haferte, energiereicher 10/40f
 Hahnemann, Samuel – 250 Jahre-Jubiläum 4/28ff
 Halsschmerzen – Antibiotika helfen wenig 3/54f
 Haltbarkeit – von Lebensmitteln 1/8
 Handstrahlung – Geldrollen im Blut 9/8
 Hanf – Vertreibung einer uralten Heilpflanze 8/12ff, – medizinische Adressen 9/4
 Harmonisierung – durch Jin Shin Jyutsu 10/28ff
- Haschischkonsum – nicht harmlos 12/4
 Hasya-Yoga – Lach-Yoga 2/28f
 Haut – als Spiegel der Seele (Buch) 9/58, – Spiegel seelischer Leiden 10/43f
 Hautalterung – Ursachen 6/32f
 Hautleiden – Pflanze Momordica charantia bei 4/36ff
 Hautpflege – mit reinem Kokosnussöl 9/44f
 Hautprotein – schützt vor E. coli-Infektion 5/9
 Heidelbeeren – heilsame Köstlichkeit der Saison 7/52f
 Heilen – mit Arganol 7/42f
 Heilfrequenzen – neue Medizin (Buch) 9/4
 Heilpflanzenkunde, moderne – Praxis-Lehrgang (Buch) 6/58
 Heilpflanzenherapie – Wesen und seelische Wirkung von Arzneipflanzen 12/28ff
 Heilpilze 4/14ff
 Heiltees – bei Erkältungen und Bronchitis 2/40ff
 Heißwasser-Therapie – Wundermittel der TCM 2/12f
 Heizen-Ratgeber – mit Sonne, Holz & Co 3/6
 Helden der Gegenwart – Alternativer Nobelpreis 9/20ff, 10/20ff
 Helicobacter pylori – Rechtsregulat bei 8/53
 HELLP-Syndrom – Schwangerschaftsgestose 11/54f
 Herbst – ist Kürbiszeit 9/46ff
 Hericium-Pilz – Heilen mit 4/20f
 Herings-Salat, roter 1/52
 Herz – Berührung im 7/10ff, – weites – Bedeutung von (Buch) 10/58
 Herz-Kreislauf – Ornish-Therapie 8/48f
 Herzstärkung – durch Cayenne-Pulver 11/32f
 Heuschnupfen – nicht tauchtauglich 3/8
 Hirntumor – Weihrauch-Extrakt bei 5/8
 Hobbygärtner – Broschüre „Umweltbewusst gärtnern“ 6/6
 Holzarten, bestimmte – Antibakterielle Wirkung 12/7
 Homöopathie – die Seele heilen (Buch) 2/59, – Dr. R. Sankaran und die Bombay-Methode 3/34ff, – 250 Jahre Hahnemann-Würdigung 4/28ff, – bei Makuladegeneration 5/49f, – bei Knochenbruch 8/30f, – und Handschrift (Buch) 9/58, – Grundlage für Autopathie 10/13f, – Stiftung Warentest bestritten Wirksamkeit 12/56f
 Honigarten, verschiedene 8/52f
 Honig-Kur 2/52f
 Hopfen & Malz – als Putzmittel 8/42f
 Hormon, pflanzliches – Yamswurzel, wilde 1/26ff
 Hormonersatztherapie – mehr Schlaganfälle 12/8
 Hormon-Yoga – Balance für Wechseljahre (Buch) 6/58
 Hörsturz – Linderung durch Magnesium 9/54f
 Hühnersuppe – bei Erkältungen 11/49f
 Hyperaktivität – bei Erwachsenen 2/8, – Folge von Umwelt und Ernährung? 9/36ff
 Hypersensibilität – möglicher Impfschaden 2/22f
 Hyperthermie – bei Krebs 1/18f
- I**mmunorgan, wichtiges – Milz 10/48ff
 Immunstärkung – aus der Natur 11/44f, – gegen Vogelgrippe 12/24f
 Immunsystem – zentrale Bedeutung für die Seele 10/44f
 Impfen – Jahrtausendirrtum? – (Buch) 8/4
 Impratgeber – aus ganzheitlicher Sicht 5/4
 Impfschäden – Vorbeugung durch Orthomolekulare Medizin 5/4
 Impftermin – was Sie vorher wissen sollten 2/18ff

- Impfungen – und Autismus 2/18ff, – umstrittenes Thema 12/50f
- Impfsinn – Buch von Dr. Buchwald 6/4
- Industriepflanze Hanf 8/16f
- Influenza-Viren – Mutation von 12/21f
- Infrarot-A-Tiefenwärme – Lebenselixier 3/16f
- Infrarot-Wärmekabine – zur Entgiftung 2/61
- Inhaltsstoffe – von Impfstoffen 2/20f
- Insektenstiche – Apotheke 7/50f
- Inspiration – für gutes Leben 8/10ff
- Instinkt und Intuition – in der Wildnis finden 8/34f
- Insulinwerte, gefährliche 7/26f
- Interview – mit Heiner Uber (Lochexpert) 2/28ff, – mit Willigis Jäger 12/36ff
- J**äger, Willigis – Interview mit 12/36ff
- Jahreskreisfeste – für die Sinne (Buch) 1/58
- Jala-Neti – traditionelle yogische Nasenspülung 2/34ff
- Jenseitsmythen – der Menschheit (Buch) 11/58
- Jentschura's Regenata – Reinigungskur 3/60
- Jin Shin Jyutsu – Heilsame Hände für Kinder 10/28ff
- Jod – unterschätztes Risiko 12/6
- Joghurt – Deo für den Mund 7/8
- Johanniskraut – gegen Krebs 1/8
- Juckreiz, vaginaler – Rotklee-Gel bei 7/53
- Judasohr-Pilz – Heilen mit 4/22f
- Jungbrunnen – ganzheitliche Bewegung 7/12ff
- K**affeepflanze, coffeinfreie – Entdeckung 4/6
- Kamillegeist – zum Wohlfühlen 1/53
- Kapern, selbstgemachte – aus Blüten 6/37f
- Kartoffel – als Putzmittel 8/42f
- Kartoffelsaft – bei Sodbrennen 1/53
- Kaugummi – Entfernen von 10/53
- Kinder, lustige – durch lustige Eltern 2/9, – Heilsame Hände durch Jin Shin Jyutsu 10/28ff
- Kinderkrankheiten – erkennen, behandeln, verhüten (Buch) 2/58
- Kinderlos, ungewollt – Broschüre 3/8
- Kindstod, plötzlicher – Aufklärung 2/6
- Kleidertausch – statt Entrümpeln 5/4
- Kleidung – energetischer Schutz und Stärkung (Buch) 5/59
- Klimafakten – Buch 4/9
- Klimawandel – nicht mehr aufzuhalten 10/8
- Klopfakupressur – leicht zu erlernen 10/7
- Kniegelenk-Arthrose – Stoßwellen-Akupunktur bei 4/25f
- Knochenbrüche – schnellere Heilung 8/27ff
- Kuchen mit Blüten – von A bis Z 6/38f
- Kokosöl, reines – ein vergessener Genuss 9/43ff
- Kollagenbildung – Akupunktur fördert 6/34f
- Konfliktlösung, gewaltfreie 10/23f
- Kontemplation – Würzburger Schule der 12/41f
- Konzentration – während der ersten Morgenstunde 4/42ff
- Kopfschmerzen – Lavendel-Oliven-Öl bei 9/53
- Körperarbeit, meditative – Tibetan Pulsing 8/22ff
- Körpergewicht – Kokosnussöl senkt 9/45f
- Körperstatik – durch Triggerpunkte 1/43f
- Körperzonen – Getreide-Essenzen Entsprechungen 9/33f
- Kosmetik – Inhaltsstoffe von A-Z (Buch) 9/59
- Kosmetische Akupunktur – sanfte Stiche für die Schönheit 6/30ff
- Kostenerstattung – Naturheilverfahren benachteiligt 2/56
- Kraft der Orte – Systemische Aufstellung von Orten 3/20ff
- Kraft, spirituelle – unbegrenzte Dimensionen (Buch) 3/58
- Kraftquellen – aktivieren 5/35f
- Krafttraining 8/50f
- Krämpfe, schmerzhaft – in Oberschenkel 12/55
- Kräuter-Buch – Tipps für Hobbygärtner (Buch) 4/58
- Kräuter-Wirkstoffe – bei Krebs 2/49f
- Kreativität – Karl Heinz Heilig Video 9/6
- Krebs – Johanniskraut gegen 1/8, – Sanfte Therapien bei 1/14ff, – sanfte Therapien bei 2/46ff, – Jogging bei 8/46f, -Anlaufadressen 2/48f
- Kreuzallergie – Senf und Beifuß 7/7
- Küchengeräte, vollwertige – Kernbestand der Naturküche 6/14ff
- Kuhmilch – und Mittelohrentzündung 1/4
- Kürbiskerne – medizinische Wirkung 9/47f
- Kürbiskernöl, hochkonzentriertes 9/49f
- Kürbiszeit – Herbst ist 9/46ff
- Kurzsichtigkeit – durch Computer 9/7
- L**achen – am Anfang war das 2/28ff
- Lach-Yoga 2/28ff
- Landschaftsformen – Erde im Wandel (Buch) 3/58
- Landwirtschaft, ganzheitliche – Appell zum Umdenken 6/7
- Langstreckenflüge – Sauerstoffproblem 1/4
- Laserlicht – stimuliert Akupunkturpunkte 9/7
- Leben – ist Religion 12/36ff
- Leben, gesundes – großes Buch vom 10/58
- Lebenselixier – Granatapfelsaft 5/42f
- Lebenserwartung, höhere – im Gebirge 7/7
- Lebensmittel, vitale – Schädigung durch Mikrowellen 5/12ff
- Lebensqualität, gute – in Deutschland 12/66
- Lebenszweck – verwirklichen 5/10ff
- Leber – Mariendistel und Artischocke für die 4/52f
- Lein – altbewährte Heilpflanze 2005 10/52f
- Leinsamen – Rezepte 10/52f, – Stoffe gegen Krebs 11/7
- Liebe – spirituelle 7/10ff, – Kraft der 12/10ff
- Liebe, Stille, Einheit, Öffnung 12/10ff
- Liebeskrank – ist eine Krankheit 5/7
- Ling Zhi-Pilz – Heilen mit 4/18f
- Liponsäure (s. Pseudo-Vitaminel)
- Liquorfluss, gestörter – und Craniocervical-Therapie 11/27f
- Logotherapie – von Viktor Frankl 5/32ff
- Loslassen – überflüssige Dinge 1/34ff
- Lüften – beste Zeiten während Pollenflug 5/66
- Lymphsystem – als Kläranlage 10/49f
- M**aathai, Wangari – Vision Grüngürtel in Kenia 9/23f
- Magenbeschwerden – Galgantwurzel bei 3/52f
- Magenverstimmung – Tipps bei 11/53
- Magnetfelder – statische und pulsierende 12/4
- Magnetfeld-Therapie – bei Knochenbruch 8/28f
- Maitake-Pilz – Heilen mit 4/22f
- Majoran – zur Verdauung 8/53
- Makuladegeneration – Schulmedizin und Naturheilkunde 5/44ff, – Systemtherapie nach Dr. Sradj 9/4, – Schutz durch Ernährung 10/6
- Mammografie – Broschüre als Entscheidungshilfe 5/6, – Fehldiagnose statt Vorsorge 11/19f
- Mandelentzündung – Umckaloabo gegen 1/49ff
- Manie – und Depression (s. Bipolare Störungen) 11/20ff
- Mariendistel – Retter für die Leber 4/52f, – Schutz der persönlichen Grenzen 12/31f
- Maskierte Allergie – durch Lieblings-Lebensmittel 9/38f
- Matete – zur Leistungssteigerung 10/40f
- Meditation – hilft heilen (Buch) 9/58
- Medizin, biologische – Recherche im Internet 1/56f
- Medizin, moderne – Schattenseiten 11/12ff, 12/46ff
- Medizin, neue – Wege zu einer 7/32ff
- Meeresboden – Warnung vor Ausbeutung 9/56
- Miasmen, ergänzende – zur homöopathischen Mittelfindung 3/36f
- Mikrowelle – Risiko in der Küche? 5/12ff
- Mikrowellenbestrahlung – Keimung trotz 7/4, – doch keine Keimung 10/4
- Milchsäure-Bakterien – für vaginale Symbiose 6/50f
- Milz – kaum beachtetes Immunorgan 10/48ff
- Mineralstoff-Kochbuch 9/6
- Mistelpräparate, anthroposophische – erstattungsfähig 5/56
- Mittelmeer-Diät – Studie belegt längeres Leben 6/6
- Mittelohrentzündung – und Kuhmilch 1/4, – TCM bei 3/4
- Mobilfunk – überparteiliches Volksgehren 7/56f
- Mogelpackung – Verbrauchertäuschung 8/6
- Momente, gute – entdecken 8/10ff
- Momordica charantia – ayurvedische Heilpflanze bei Akne 4/36ff, – nach Nierentransplantation 8/4
- Mondeinfluss – auf Gesundheit geprüft 7/54f
- Morgenstunde, positive – Gestaltung des Tagesbeginns 4/42ff
- Mukoviszidose – Infektionskrankheit? 3/55f
- Multiple Sklerose – Lehrbuch für Betroffene 1/8, – wichtige Immunzellen im Gehirn 8/7, – Frauen erkranken öfter 10/6
- Musik – als Krebstherapie 1/23f
- Musik hören – ist gesundheitsfördernd 3/4
- Muskatnuss, toxische – in Nervenkeksen 2/4
- Muskel-Triggerpunkte – gegen Schmerzen 1/40ff
- Muskelverspannungen – und Rücken-taining 3/42ff
- Mykosen – im Vaginalbereich 6/50f
- Mykotherapie – Heilen mit Pilzen 4/14ff
- Myom – und Yamswurzel 1/31f, – Operation unnötig 3/9
- Mystik – in Vergessenheit geraten 12/38ff
- N**ADH (s. Pseudo-Vitaminel)
- Nahrungsergänzung – bei Krebs 2/47f
- Nahrungsmittel-Unverträglichkeit – Blutttest 5/27ff
- Nährwertangaben, ungenaue – auf Lebensmitteln 10/6
- Nase – Tor zu Gehirn und Bewusstsein 2/35f
- Nasenbluten – Löschblatt-Trick 6/54f, – Abklärung durch Umweltmedizin 9/4
- Nasenschleimhäute, trockene – Eigenharn gegen 6/53
- Nasenspülkanne, praktische 6/4
- Nasenspülung – Jala Neti 2/34ff
- Natur- und Tierfilmfestival, internationales 7/56f
- Natur-Baupläne – Wissenschaft der 9/10ff
- Naturkosmetik – und Arganöl 7/45f
- Naturmedizin – und Arganöl 7/44f
- Naturschutzgebiete – Umweltminister M. Succow rettet 9/24f
- Naturstoffe – Forderung nach Transparenz bei Deklaration 8/56f
- Naturveda-Küche – Ernährungssystem 1/6

Neem-Baum – weltweite Vermarktung
 geschiebert 6/56
 Nervenkeise – Original-Rezept nach
 Hildegard 2/4
 Nervensystem – Harmonisierung des
 8/23f
 Netzhauterkrankung –
 Makuladegeneration 5/44ff
 Netzwerk-Ganzheitlichkeit 4/56
 Neugeborenen-Beatmung – Luft statt
 Sauerstoff 5/6
 Neurotransmitter-Störung – bei Bipola-
 rität 11/22f
 Nierenfunktion, nachlassende 1/54f
 Nierenuntersuchungen, risikovolle
 11/18f
 Nobelpreis, Alternativer – Wege und
 Weltbild 9/20ff, – verwirklichte
 Projekte und Visionen 10/20ff
 Noni-Saft – Buchempfehlung 1/4 –
 gute Erfahrungen mit 4/4
 Nutraceuticals – Pseudovitamine 3/25f

Oeko-Anbau – 20 Jahre in Senegal
 4/66
 Öko-Landbau – schützt vor Über-
 schwemmung 11/66
 Okosiedlungen – Besichtigung 5/56
 Öl – des Arganbaumes aus Marokko
 7/40ff
 Öle, ätherische – bei Erkältungen 11/48f
 OPC – Anti-Aging-Vitamin 3/29f
 Ornish-Therapie 8/48f
 Osteoporose – Tai Chi brems 5/6, –
 Bewegungsprogramm 8/48f, – einta-
 cher Fingernagelst 10/7
 Östrogendominanz – und Yamswurzel
 1/28f
 Outdoor – Urlaub in der Wildnis 8/33ff

Pandemie – Vogelgrippe 12/20ff
 Papaya-Tee, indianischer 10/39f
 Parkinson – Trainingsprogramm 8/49f
 Parkinson-Risiko – Senkung durch
 Bewegung 5/6
 Partnerschaftswahl 2/7
 Pegasus-Effekt – Sinnsuche durch
 Pferde 6/43f
 Perlen der Weisheit, 27 (Buch) – 7/58
 Persönlichkeitsstruktur – 12 Getreide-
 Essenzen für 9/28ff
 Pfau, Ruth – Ärztin in Afghanistan
 2/10ff
 Pferde-Mensch-Resonanz 6/42ff
 Pflanzenküche, geschmackvolle 7/4
 Pflanzensignatur – Wegweiser zur see-
 lischen Wirkung 12/30f
 Pflaster-Entfernung, schmerzfreie 4/53
 Pflegeprogramm, häusliches – rund um
 die Uhr 9/56f
 Philosophie – als Therapie 5/36f
 Phosphat-Unverträglichkeit – und
 Hyperaktivität 9/39f
 Phytamine – ABC der 4/46ff
 Phytochemicals – Pseudovitamine 3/25f
 Phytoöstrogene – keine Krebsgefahr
 1/8
 Phytotherapie, rationale – bestätigt
 Volksmedizin 12/29f
 Pilgerschaft, tibetische – Erlebnisse
 (Buch) 6/58
 Pilzbefall – im vaginalbereich 6/50f
 Pilze – Heilen mit 4/14ff
 Piment-Tee – zur Abwehrstärkung
 10/29f
 Platinbelastung – durch Zahnersatz
 2/57
 Potenzierung – von Speichel 10/12f
 PQQ (s. Pseudo-Vitamine)
 Problemlösung – alles Leben ist 9/10ff
 Progesteronmangel – und Yamswurzel
 1/28f
 Prostatatumore – hohe Cholesterin-
 werte beschleunigen 7/6
 Pseudo-Allergie – durch Zusatzstoffe
 und Pestizide 9/39f
 Pseudo-Vitamine – wenig erforschte
 vitaminähnliche Substanzen 3/24ff,
 4/46ff
 Psychologie – Merkmale für
 Schüßlersalze 11/42f

Psychosomatik – und Friedrich Schiller
 9/12ff, 10/42ff, – ganzheitliche
 Adressen 10/46f
 Psychotherapie – sinnzentrierte 5/32ff, –
 bei Bipolarität 11/23f
 Pulsschlag – Verbindung Verstand und
 Herz 8/22ff

Quantentheorie, holistische 10/25f
 Quecksilber – in Impfstoffen 2/20f
 Quelle, dieselbe – für Christen, Juden,
 Muslime (Buch) 1/59
 Quellwasser – Lagerung von 11/54f

Rachenraum, entzündlicher – Heidel-
 beere gegen 7/52
 Radon – schmerzfremd durch 7/6
 Regenwald-Vernichtung – Politik schaut
 zu 11/56f
 Reinigungskur – für Pforte des Bewusst-
 seins 2/34ff
 Reiseangebote – für Behinderte 11/56
 Reisekrankheit – Apotheke 7/47f
 Reishi-Pilz – Heilen mit 4/18f
 Reiskur – vielfältige Wirkung 11/52f
 Reizdarmsyndrom – Eigenbluttherapie
 bei 2/55f
 Reizhusten – Teemischung gegen 2/43f
 Resonanz – zwischen Mensch und
 Pferd 6/47f
 Rhythmus, pulsierender – cranosacraler
 11/26ff
 Rhythmus, universeller – auf dem
 Pferderücken 6/44f
 Right Livelihood Award – Pioniere des
 Alternativen Nobelpreises 9/21f
 Risiken – der modernen Medizin
 11/12ff, 12/46ff
 Rosacea – Akne des Alters 5/54f, –
 Schüßler-Salze bei 8/4
 Rosskastanie – hilfreich und gefährdet
 5/52f
 Rote Bete – Vitalisierung im kalten
 Winter 1/52f
 Rotklee-Gel – bei trockenen Schleim-
 häuten 7/53
 Rückenschmerzen, chronische – Mental-
 training 2/7
 Rückentraining, einfaches – vier Übun-
 gen zur Entlastung 3/42ff

Safran-Tee – Stärkung der Lenden
 10/37f
 Säfte – für den Sommer 6/52f
 Säfte-Medizin, neue (Buch) 5/58
 Salicin – Pseudovitamin für Vegetarier
 3/32f
 Sankaran, Dr. Rajan – und die
 Bombay-Methode 3/34ff
 Sankaran-Homöopathie – Ergänzungen
 5/4
 Sauerkrautbad, belebendes 4/53
 Sauerstoff-Therapie – bei Krebs 1/19f,
 – bei Makuladegeneration 5/44f, –
 durch Lauftraining 8/46f
 Schadstoffbelastung – Ausleitungssöl
 gegen 3/48ff
 Schattenseiten – der modernen
 Medizin 11/12ff, 12/46ff
 Scheidenentzündung – Vaginale
 Symbiose 6/49ff
 Scheidungskinder – Hunde geben
 Sicherheit 11/6
 Schervier-Haus – Demenz-Pflegeheim
 10/66
 Schilddrüsenkrankung – vielseitige
 Informationen 9/7
 Schilddrüsenstörungen – oft fehlgedeu-
 tet 10/55f
 Schiller, Friedrich – und psychosomati-
 sche Medizin 9/12ff, 10/42ff
 Schlaf – zu viel ist ungesund 6/7, –
 guter – Tipps 6/24f
 Schlaganfall – Fußwege schützen vor
 12/7
 Schlankheitsdiäten – Gefahren 6/9
 Schmerzen, chronische – Triggerpunkt-
 Medizin gegen 1/40ff, – Stoßwellen-
 Akupunktur bei 4/26f
 Schmerzstillung – durch Cayenne-
 Pflaster 11/32f
 Schmerztherapien – Alternativen 12/49f

Schokolade, schwarze – schützt
 Blutgefäße 2/6
 Schokotrunk, stimmungsaufhellender
 10/40f
 Schönheit – von innen durch Aku-
 punktur 6/33f
 Schönheits-OP – Kehrseite von 12/51f
 Schopffintling-Pilz – Heilen mit 4/21f
 Schüssler-Salze – eingewachsene
 Zehennägel 4/4, – bei Rosacea 8/4,
 – bei Knochenbruch 8/30f
 Schüsslersalz-Therapie, psychologische
 11/38ff
 Schwangerschaft – Geheimnis der
 ersten neun Monate (Buch) 5/58
 Schwangerschaftsgestose – HELLP-
 Syndrom 11/54f
 Schwarzkümmelsamen-Tee 10/37f
 Schwarztee – als Putzmittel 8/43f
 Schweißproduktion, übermäßige –
 Regulationstipps 7/53
 Schwimmen – idealer Seniorensport 7/8
 Sechsfach-Impfung – und Autismus
 2/18f
 Seele – Schüsslersalze für die 11/38ff
 Seelenerkrankung – psychosomatische
 Leiden 9/14f
 Seelenpotenzial – von Heilpflanzen
 12/29f
 Sekem-Farm – Biolog.-dynam. Modell
 aus Ägypten 10/20f
 Selbstheilung – bei Krebs 1/14ff
 Senf-Fußbad – gegen kalte Füße 2/53
 Seuche – durch Vogelgrippe 12/20ff
 Shiitake-Pilz – Heilen mit 4/17f
 Shiitake-Tee, nervenstärkender 10/38f
 Sibirien – Zederbaum, hochgeschätzter
 12/42ff
 Silberkolloide – gegen Infektionen 3/17f
 Sinn – der Seele Heimat ist der 5/32ff
 Sinnfindung – durch die Sinne 6/10ff
 Sodbrennen – Kartoffelsaft und Erde
 bei 1/53
 Sommersäfte, selbstgemachte – gesun-
 de Durstlöscher 6/52f
 Sonnenbrand – Apotheke 7/48f
 Sophrologie – ganzheitliches
 Wohlbefinden 1/6
 Sorge – Sei ohne 11/10ff
 Speichel, potenziertes – Heilen mit
 10/12ff, - verdünnter –
 Selbstherstellung 10/15f
 Speichelprobe – statt Blutentnahme 2/7
 Speiseröhrenkrebs – durch Softdrinks?
 9/8
 Spiel, intelligentes – für Eltern und
 Kinder (Buch) 1/58
 Spielzeuge – zu laute 9/8
 Spiritualität – findet mitten im Leben
 statt 12/36ff
 Spitzwegerich – für Atemwege 5/53
 Spontanheilung – Rätsel der 1/23f
 Sport – als Medizin 7/12ff, 8/44ff, – im
 Wildnisurlaub 8/36f
 Stiftung Warentest – verrißt
 Naturheilkunde 12/56f
 Stille – wahre Liebe 12/10ff
 Stille, innere – Sehnsucht nach 11/10ff
 Storchenschnabel – Reinigung von see-
 lischen Schlacken 12/32f
 Stoßwellen-Akupunktur – Alternative zur
 Nadelakupunktur 4/24ff
 Stoßwellen-Therapie – der
 Triggerpunkte 1/44f, – bei
 Knochenbruch 8/29f
 Stress – verzögert Wundheilung 12/8,
 – durch Strom und Strahlung (Buch)
 3/58
 Strom – aus Holz 9/66
 Strömen – von Energie im Jin Shin
 Jyutsu 10/31f
 Synästhesie – Töne sehen, Farben
 hören 8/8
 Systemische Aufstellung – von Orten
 3/20ff

Tagesbeginn – mit positiver
 Morgenstunde 4/42ff
 TCM – Traditionelle Chinesische
 Medizin 2/12ff, – bei
 Mittelohrentzündung 3/4, –
 Bedeutung der Milz in der 10/51f

Tee – richtige Lagerung 8/9
 Teebaumöl – zur Inhalation 10/53
 Teemischungen – bei
 Erkältungskrankheiten 2/42f
 Tees, kraftspendende – aus aller Welt
 10/36f
 Teflongeschirr – meiden 6/20f
 Thich Nhat Hanh – Freiheit kultivieren
 3/10f
 Thymusdrüse – Immunachse Milz 10/51f
 Tibetan Pulsing Healing – magische
 Kraft des Pulsschlages 8/22ff
 Tibet-Tee – Buttertee Bhö-cha 10/39f
 Tier-Königreich – Jane Goodall rettet
 (Buch) 1/59
 Tinnitus – Zink gegen 11/8, – Low-
 Level-Lasertherapie 12/4
 Traditionelle Chinesische Therapie
 (siehe auch TCM) – heißes Wasser
 in 2/12f
 Traubensilberkerze – höhere Dosis
 während Menopause 11/6
 Traumarbeit – Telefonleitung zur Seele
 6/22ff
 Träume – und Krankheit 6/23f
 Traumschlüsselung, eigenständige
 6/24f
 Triggerpunkt-Medizin – schmerzfrei
 durch 1/40ff
 Trinken, wenig – während der Arbeit
 12/7
 Trinksuren – mit heißem Wasser 2/16f
 Trockenheit – der Schleimhäute 7/53
 Turnvater Jahn – 80 Jahre bewusste
 Bewegungskultur 7/18f
 Tyrosin – Botenstoff des Glücks 1/50f

Uberlebensschulung – im Urlaub
 8/33ff

Überschwemmung – Öko-Landbau
 schützt vor 11/66
 Uexküll v., Jakob – Stifter d. Alternativen
 Nobelpreises 9/21f
 Uexküll v., Thure – Psychosomatik-
 Pionier 10/43f
 Uhu – Vogel des Jahres 2005 1/ 6
 Ultraschall-Therapie – bei
 Knochenbruch 8/29f
 Umckaloabo – Infektabwehr aus Afrika
 1/46f
 Universalsprache – Lachen 2/28ff
 Urlaub ohne Auto – Broschüre 8/8
 Urntinkturen, pflanzliche – Wesen und
 Anwendung (Buch) 8/59

Vaginal-Symbiose – funktionierende
 Scheidenflora 6/49ff
 Verantwortung – für die Schöpfung ent-
 wickeln 1/10ff
 Verletzungen – Apotheke 7/51f
 Versöhnung – beginnt im Herzen (Buch)
 12/58
 Vertrauen – Grundlage des Weges
 11/10ff
 Vielfalt – statt globalisierte Eintönigkeit
 9/25f
 Viktor Frankl – Logotherapie 5/32ff
 Virgin Coconut Oil – hochwertiges
 Kokosnussöl 9/44f
 Visionen – Kraft gelebter (Buch) 10/58
 Vita Biosa – Götterspeise für die Erde
 2/60, 11/60
 Vitalstoffe – wichtig bei Hyperaktivität
 9/41f, - pflanzliche 3/24ff, 4/46ff
 Vitamin B13 – Substanz für
 Hundertjährige 3/29f
 Vitamin B 17 (s. Pseudo-Vitamin) –
 Selbsthilfegruppe 4/4
 Vitamin C – in Chili 11/33f
 Vitamine – und vitaminähnliche
 Substanzen 3/24ff, 4/46ff
 Vogelgrippe – Herausforderung für die
 Menschheit 12/20ff
 Vogelsterben, großes – Beginn 3/7
 Volkskrankheit – Zucker 7/22ff
 Vollwertkost – und Sport 7/17f
 Vorsorge – Chancen durch 7/32ff

Wahrheit – hat viele Wege (Buch)
 8/58
 Waisenkinder – Hilfswerk für 3/56
 Wald in Not – Stiftung 10/56
 Waldsterben – bricht alle Rekorde 6/56
 Wandel – Lebensalternativen und
 Kreativität für 9/27f
 Warzen – an Fußsohle 4/54f, – abbe-
 ten 7/4
 Waschmittel – zum Pflücken 8/39ff
 Waschnüsse, indische – und Co. 8/39ff
 Wasser, heißes – Therapie der TCM
 und Ayurveda 2/12ff
 Wassermangel, chronischer – Folgen
 von 2/14f
 Wassernotstand, weltweiter 2/56
 Wasserspender, verkeimte – in
 Kaufhäusern 7/6
 Web-Adressbuch 2005 3/7
 Wechseljahre – und Yamswurzel 1/30f,
 – Aufruf zur Entmedikalisierung 7/56f

Wege – zu einer neuen Medizin 7/32ff
 Weihrauch-Extrakt – Wirkung bei
 Gehirnödem 5/8
 Welt – in einem Atom (Buch) 11/58, -
 bessere – ist möglich (Buch) 11/59
 Weltreligionen – Knigge der (Buch)
 12/58
 Weltzukunftsrat – die Aufgaben des
 (Buch) 6/58
 Werbung – Regeln für Kinderprodukte
 gefordert 2/56
 Werkstatt – des göttlichen Uhrmachers
 9/12ff, 10/42ff
 Wermut – seelische Aufrichtung 12/30f
 Wildnis-Urlaub 8/32ff
 Wirbelsäule – vier Übungen zur
 Entlastung 3/42ff
 Wirkstoffschwund – durch Mikrowellen
 5/14ff
 Wohlbefinden – tiefe Quelle des
 10/28ff
 Wundheilung – Stress verzögert 12/8
 Wurmerkrankungen – Heidelbeere
 gegen 7/52
 Wurzelchakra – Aktivierung durch
 Pferderücken 6/45f

Yamswurzel, wilde – hormonaktive
 Pflanze 1/26ff
 Yoga – mehr sportlicher Nutzen als
 Aerobic 10/6

Zahnimplantat – Perlmutter 10/56
 Zahnreinigung – unbedingt notwendig
 nach Parodontitis? 7/54f
 Zappelphilipp – Kontaktadressen 9/40f
 Zedernöl – Gold der Taiga 12/44f
 Zedernuss – Königin der Taiga 12/42ff
 Zehnennägel, eingewachsene –
 Schüßler-Salze 4/4
 Zeitpunkt, richtiger – für den lebendi-
 gen Garten 5/20ff
 Zen-Praxis – und Christentum 12/40f
 Zentralstrom, energetisierender 10/34f
 Zeremonien – im Wildnisurlaub 8/36f
 Zimtrank – Reinigung des Körpers
 10/38f
 Zitrone – als Putzmittel 8/43f
 Zuckerfalle, die 7/22ff



(Bitte ausschneiden und ausgefüllt zurücksenden oder faxen an NATUR & HEILEN, Leserservice, Nikolaistraße 5, D-80802 München, Fax 0 89 / 38 01 59 16)

Bestellung früherer Ausgaben/Sammelordner

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

Jahrgang 00 kompl. m. Inhaltsverz. (€ 32,-)

Jahrgang 01 kompl. m. Inhaltsverz. (€ 32,-)

Jahrgang 02 kompl. m. Inhaltsverz. (€ 32,-)

Jahrgang 03 kompl. m. Inhaltsverz. (€ 36,-)

Jahrgang 04 kompl. m. Inhaltsverz. (€ 36,-)

Jahrgang 05 kompl. m. Inhaltsverz. (€ 37,-)

NATUR & HEILEN-Sammelordner mit Schuber lab Jahrgang 1996) (€ 12,-)

Einzelhefte Nr. / Jahr _____

(je € 3,50 Mindestbestellmenge: 2 Hefte)

Abonnementbestellung
 (Bitte ankreuzen wenn gewünscht)

Bitte senden Sie mir die Monatszeitschrift NATUR & HEILEN zum Vorzugspreis von € 42,- (Ausland € 49,80) 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 _____