

NATUR & HEILEN

DIE MONATSZEITSCHRIFT FÜR GESUNDES LEBEN

Zusammen mit dem Sammelordner können die 12 Hefte des Jahrgangs 2006 mit diesem Inhaltsverzeichnis zu einem wertvollen Nachschlagwerk gebunden werden. So entsteht jährlich ein bleibender Ratgeber für gesundheitliche und naturheilkundliche Fragen. Der Sammelordner mit Schubert 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 „Haferbad“ stehenden Ziffern 8/53 bedeuten zum Beispiel, dass in Heft 8/2006 ab Seite 53 über das Thema „Juckreizstillendes Haferbad“ berichtet wird.

Inhalt 2006 mit Stichwortverzeichnis

HAUPT BEITRÄGE

BEWUSST-SEIN

Die Kraft der Kreativität (Nick Williams)	10/10
Die Lernaufgaben des Lebens (Kurt Tepperwein)	6/10
Die Malve am Straßenrand. Erinnerungen an das wirkliche Leben mitten im falschen (Dorothee Sölle)	2/10
Die Reise ins eigene Herz... und darüber hinaus (Ulrich Schaffer)	1/10
Frühlings-Meditation (Jiddu Krishnamurti)	5/10
Gib deiner Zeit mehr Leben. Entschleunigung als Weg zum Glück (Manfred Folkers)	3/10
Leben ist die Lösung (Anselm Grün)	8/10
Lieben wir ein Kind (P. Rajagopalachari)	4/10
Müheloses Sein (Brandon Bay)	7/10
Verwandle deine Wunden in Perlen (Anselm Grün)	11/10
Vollende deine Geburt! (Willigis Jäger)	12/10
Was uns trägt (Richard Stiegler)	9/10

BEWUSSTES LEBEN

8 Geheimnisse zum äußeren und inneren Wachstum (Zach Davis)	2/20
---	------

ERNÄHRUNG

Aronia – Die wenig bekannte Beere mit gesundheitsfördernder Wirkung (Renate Petra Mehrwald)	11/22
Edelkastanien – Ein basisches, glutenfreies Naturgeschenk (Ursula Schaller)	10/32
Kochen mit ätherischen Ölen (Barbara Kunick-Wünsche)	6/30
Kopfsalat – Aus den Klostergärten auf den Fitnesssteller (Willi Dommer)	8/40
Vollwertige Weihnachtsbäckerei. Alle Jahre wieder duftet es nach Honig, Nuss und Mandelkern (Karin Possin)	12/46

ERZIEHUNG

Pubertät – Die zweite Geburt (Ruth Eder/Anne Lohmann)	9/20
---	------

FRAUENHEILKUNDE

Weibliche Rhythmen sanft harmonisieren mit Pflanzenhormonen (Heide Fischer)	12/22
---	-------

GANZHEITLICH HEILEN

Der Arzt des Vertrauens (Dietrich Grönemeyer)	11/26
Die Hörtherapie nach Dr. Tomatis: Heilende Klänge für die Seele (Beate Cotok-Wiemers)	5/14
Emil Coué: Über die Macht der Autosuggestion. (2. Teil) Medizin und Autosuggestion (Norbert Messing)	1/32

Klangmassage – Leise Töne für eine laute Zeit (Ricarda Geisler)	12/40
Traditionelle Europäische Medizin. Ganzheitliche Heilkunst des Abendlandes (1. Teil) (Renate Petra Mehrwald)	8/12
Traditionelle Europäische Medizin. Ganzheitliche Heilkunst des Abendlandes (2. Teil) (Renate Petra Mehrwald)	9/40

GESUNDES LEBEN

Aktives Entspannen und sanfte Ganzkörperarbeit mit dem Trampolin. Gesundheitsprävention und ungewöhnliche therapeutische Maßnahme (Renate Petra Mehrwald)	11/46
Die Atmung – Lebenselixier Nr. 1 (Günter A. Ulmer)	4/40
Die Heilkraft der grünen Papaya (Margot Esser)	9/38
Die Kraft des schwarzen Sesams (Dr. Jürgen Reckin, Margot Esser)	2/36
Gesund durch das Jahr mit Hilfe der Traditionellen Chinesischen Medizin. (Eva Kupper)	
- 1. Der Winter	2/48
- 2. Der Frühling	3/44
- 3. Der Sommer	7/48
- 4. Der Herbst	10/46
Gesunder Start in den Tag mit Wasser und Lehm. Zum 150. Geburtstag des „Lehmpastors“ Emanuel Felke (Rosina Sonnenschmidt)	7/22
Haare färben. Natürliche Alternative zur Chemie (Leah Schurr/Hildegard Wilms-Beyárd)	6/46
Heilsame Badekur zu Hause (Günter A. Ulmer)	1/38
Mumijo – Das schwarze Gold des Himalaya (Dr. Wolfgang Windmann)	4/34
Schwarzer Holunder – Ein Schatz der Volksmedizin für das ganze Jahr (Barbara Kunick-Wünsche)	12/34
Schwitz-Bäder. Hamam, Sauna, Dampfbäder – mehr als nur schwitzen (Doris Iding)	10/38
Zwei heilkräftige Stoffe der Natur: Die Schwefelverbindungen DMSO & MSM (Barbara Kunick-Wünsche)	11/30

HEILPFLANZEN

Sutherlandia frutescens: Der Krebsbusch aus Südafrika (Isabella und Holger Kuduk)	5/48
---	------

HILFE ZUR SELBSTHILFE

Lebensretter Strophanthin – Erste Hilfe bei Herzinfarkt und Angina pectoris (Renate Petra Mehrwald)	6/12ff
---	--------

INTERVIEW

Das horchende Herz. Interview mit David Steindl-Rast (Anne Devillard)	12/30
Gemeinsam statt einsam. Netzwerke zwischen Jung und Alt. Interview mit Ruth Eder (Anne Devillard)	10/26
Heilung, das Wunder in uns. Interview mit Clemens Kuby (Anne Devillard)	3/36
Lieber leichter leben. Interview mit Hans Stöberl (Anne Devillard)	7/28
Zerstörung innen – Zerstörung außen. Wege der Heilung. Interview mit Bernhard Fricke (Anne Devillard)	11/38

Zur Besinnung kommen. Interview mit Dr. Jon Kabat-Zinn (Anne Devillard) 6/24

KÖRPER UND GEIST

Bogenschießen: Der Weg zur Mitte (Andrea Himmelstoß) 5/28

Mit Qigong die emotionale Kompetenz steigern (Dirk Ruppik) 6/40

NATURHEILKUNDE

Diagnose und Behandlung von Schwermetallbelastungen. Neue Therapiemöglichkeiten für chronische Krankheiten (Peter Jennrich) 11/12

Leberentgiftung und Therapie mit alpha-Liponsäure, Mariendistel und Zink (Dr. Barbara Becher) 4/28

Risikofaktor Entzündungen. Chronische „Brandherde“ als Krankheitsursache (Dr. Michaela Döll) 10/12

Was verbirgt sich hinter dem Metabolischen Syndrom? Zusammenhänge und natürliche Behandlung (Karl-Heinz Rudat) 5/42

Wenn die Schilddrüse in Unordnung gerät... (1. Teil) Überfunktion und Unterfunktion (Angelika von Frankenberg) 2/26

Wenn die Schilddrüse in Unordnung gerät... (2. Teil) Entzündung und Autoimmunerkrankung (Angelika von Frankenberg) 3/48

Zeckenstich: Borreliose – eine sich ausbreitende Seuche - (1. Teil) (Dr. Raymund Lösch/Mirko Dreßler) 7/14

- (2. Teil) Alternative Behandlungsmethoden (Zusammengestellt von Irene Stolze) 8/44

- (3. Teil) Ein Erfahrungsbericht (Annemarie Weber) 9/46

SANFTE MEDIZIN

Blutreinigungskur mit Pflanzensäften (Karl-Heinz Claus) 3/32

Darmsanierung nach Art der „alten Pharaonen“. Maßnahmen bei akuter Durchfallerkrankung (Dr. Ch. Schraven) 7/42

Die galvanische Feinstromtherapie – 110 Jahre „elektrischer Hausarzt“ (Renate Petra Mehrwald) 3/24

Die Spenglersan-Immuntherapie (Eva Kupper) 4/12

Heilen mit Olivenblattextrakt (Barbara Kunick-Wünsche) 7/36

Heilweine – Wein als traditionell gebräuchliches Heilmittel (Renate Petra Mehrwald) 9/20

Homöopathische Notfallapotheke (Eva Kupper) 8/34

Melatonin – Der Stoff, aus dem die Träume sind (Barbara Simonsohn) 2/12

Natürlich behandeln mit brauner Heilerde (Renate Petra Mehrwald) 5/20

Oregano-Öl – Ein antibakterielles Mittel ersten Ranges (Dr. Alper Öktem) 1/28

Retterspitz – Ein altes Hausmittel neu entdeckt (Barbara Kunick-Wünsche) 10/18

Über die Macht der Berührung und deren Seelenheilwirkung (Renate Petra Mehrwald) 12/14

WEGE NACH INNEN

Der Jakobsweg – Auf den Spuren eines Apostels (Sandra Heim) 4/20

Die heilende Frequenz der Liebe (Jill A. Möbius) 5/36

Herzensqualitäten – Liebesintelligenz. Die 33 Tore zur geistigen Freiheit (Anne Devillard) 1/20

Poesietherapie und Kreatives Schreiben. Wer schreibt, liest sich selbst (Julia Johannsen) 8/30

WISSENSWERTES

Bittere Bissen – Was Sie über Lebensmittel-Unverträglichkeiten unbedingt wissen müssen (1. Teil) (Norbert Messing) 3/14

Bittere Bissen – Was Sie über Lebensmittel-Unverträglichkeiten unbedingt wissen müssen (2. Teil) (Norbert Messing) 4/44

Drei Schlüssel zu mehr Gesundheit und Vitalität – Der verkannte Risikofaktor Homocystein (Barbara Kunick-Wünsche) 1/12

Gebärdensprache: Poesie mit Händen (Sabine Klein) 6/35

Geheimnisvolle Spuren am Himmel? Das Phänomen der Chemtrails (Hans Harress) 8/24

Sich selbst und andere führen mit Hilfe der Sprache (Mechthild von Scheurl-Defersdorf) 2/42

Therapien mit Folgen: Die Schattenseiten der modernen Medizin. (3. Teil) Glanz und Elend der großen Medikamente der Neuzeit (Norbert Messing) 1/44

ZAHNHEILKUNDE

Umwelt-Zahnmedizin. Belastungen durch zahnärztliche Materialien (Dr. Karlheinz Graf) 9/12

SEITE FÜNF

Ausdauer (Dadi Janki) 10/5

Die ganze Menschheit hat am Licht der Sonne teil (Krishnamurti) 8/5

Die Religion ist ein einzelner Baum mit vielen Zweigen. (Mahatma Gandhi) 12/5

Gehe vertrauensvoll in die Richtung deiner Träume! (Henry David Thoreau) 7/5

Ich schlief und träumte, das Leben wäre Freude (Rabindranath Tagore) 2/5

Ihr habt die Wahl (Neale Donald Walsch) 6/5

Lerne, Kontakt zu der Stille in dir aufzunehmen (Elisabeth Kübler-Ross) 11/5

Vielleicht ist es das Staunen, aus dem Dinge entstehen (Ulrich Schaffer) 5/5

Was immer du meinst oder glaubst (J. W. v. Goethe) 9/5

Weggeleitet (Helga Franziska Noack) 1/5

Wenn du in Harmonie bist mit der Natur (Jiddu Krishnamurti) 3/5

Wir sollten niemals versuchen, dem Weg eines anderen zu folgen (Svami Vivekananda) 4/5

KURZ NOTIERT

A BC des Familienrechts	1/8	J in Shin Jyutsu-Kartenset	7/7
Akupunktur hilft bei Kniearthrose	4/7	K alzium und Vitamin D gegen prämenstruelles Syndrom	5/6
Akupunktur-Studie: Überzeugende Ergebnisse bei Migräne-Behandlung	6/6	Kinder brauchen 90 Minuten Bewegung	11/7
Alles wird gut	1/7	Kinderlos durch schwache Schilddrüse	6/7
Alte Apfelsorten für Überempfindliche	6/8	Kindlicher Immunschutz ist anpassungsfähig	6/6
Ältere Menschen: bessere Gehirnleistungen durch Vögel	8/7	Kochendes Wasser für Kräutertees	4/9
Anthroposophische Bewegung als Nachschlagerwerk	9/6	L ängere Lebenserwartung durch Rauchstopp, mehr Bewegung und gesundes Essen	10/7
Antibiotika jetzt auch in Salat und Weizen	4/6	Lärm durch Altglascontainer	1/9
Antibiotikum für Zahnschäden bei Kindern mitverantwortlich?	3/8	Licht tötet Helicobacter pylori	5/6
Asbest in Bodenbelägen – die unterschätzte Gefahr	10/9	Linkshänder nehmen die Welt anders wahr	2/9
Auch Väter haben den postnatalen Blues	2/7	M aden-Ambulanz fördert die Wundheilung	11/8
Auswärts essen ohne Risiko: Allergie-Ratgeber für Wirte	8/8	Magersucht kann zu Knochenschäden führen	4/9
B ei Reflux früher zum Dinner	4/8	Magnesium-Mangel fördert diabetische Folgeschäden	7/6
Beten hilft auch im OP	9/6	Magnesiummangel häufig Ursache von Hyperaktivität	12/8
Blutmykose – die neue Form von Candida im Blut	7/6	Meeresblick baut Stress ab	4/8
Brotaufbewahrung: Sauberkeit ist das A und O!	10/6	Melisse – Heilpflanze des Jahres 2006	2/8
Buch: Aufklärung zur Vogelgrippe	5/8	Mit Gold gegen Alzheimer	6/7
C alcium – auch hilfreich bei Allergien	6/7	Mit Kaffee geht beim Sport die Puste aus	8/8
Cholesterin mit Vitamin B3 senken	7/7	Mit sanften Tönen durch die Schwangerschaft	10/8
D er Glaube versetzt Endorphine	3/9	Mittelmeer-Diät verringert Risiko einer Alzheimererkrankung	6/8
Der Rücken will gefordert werden	12/9	Musik lindert OP-Schmerzen	8/7
Der Wald im Internet	5/9	N euere Wege zur Gesundheit	2/7
Didgeridoo spielen hilft gegen Schnarchen	6/8	Neurodermitis mit Stutenmilch gebessert	3/7
Die Schwarzpappel – Baum des Jahres 2006	1/6	O xytocin fördert das Vertrauen	1/8
Die Vitamin-Lüge	12/6	P aracetamol in der Schwangerschaft	11/6
Die Weisheit Indiens Tag für Tag	2/7	Pillen aus dem Internet oft „russisches Roulette“	1/9
E chte Goldrute bei Harnwegsinfektionen	12/7	Praxisbuch der Selbstheilung	10/8
Einsamkeit treibt Blutdruck hoch	11/8	R atgeber für effektive Gesundheitsvorsorge	9/9
Elektrosmog im ICE	5/7	Rauchen drosselt auch die Niere	4/6
Endometriose verstehen	7/8	Rauchende Schwangere – asthmatische Kleinkinder	6/9
Erhöhte Zeckengefahr	5/8	Regelmäßiges Meditieren bremst das Altern des Gehirns	9/9
Erlebnisse mit Bäumen	2/9	Reichliche Vitamin-C-Aufnahme schützt vor Parodontitis	3/7
Es gibt auch eine Sommerdepression!	9/7	Ruhe ist erholsamer als langsame Musik	12/7
F arborliebe als homöopathisches Symptom	7/6	S chneller gesund mit guten Worten	6/6
Fettleibigkeit erhöht Nierenkrebsrisiko	4/9	Schwere Infekte machen das Blut dick	10/7
Fisch hält Sie fit im Kopf	1/7	Schwitzen stärkt Immunkräfte bei Krebs	6/9
Frau leiden öfter an Depressionen	11/6	Sieben Regeln, wie Träume wahr werden	1/7
G efäßkranke sollten viel laufen	5/7	Sinnvolle Entschlackungskuren	9/8
Gicht – das Gelenk genießt nur Wein	2/6	Sonne gegen alle Krebsarten wirksam	5/9
Grapefruit: Viel Vitamin C für gesundes Zahnfleisch	9/7	Spaziergänge gegen Winterdepression	1/6
Grapefruits beruhigen den Magen	1/8	Spirituelle Schulung für jeden Tag	10/7
H eilung durch Rechtsregulate	3/6	Sport für Herzpatienten: Das Dranbleiben trainieren	9/8
Herzinfarkt ist vermeidbar	8/8	Sport lindert Beschwerden in den Wechseljahren	8/6
Hilfe bei Krebschmerzen	5/6	Steigende Heilungschancen bei Kinderkrebs	8/7
Hochklassige Arzneimittellehre	12/6	Stutenmilch bei Neurodermitis	7/9
Hoher Blutdruck – verstopfter Darm	4/6	Süßwassererlangen reduzieren den Dioxingehalt in der Muttermilch	11/6
I m Kloster leben Männer länger	10/6	T estosteron bei plötzlichem Kindstod im Verdacht	8/9
Immer mehr Jugendliche erkranken an MS	3/6	Tiergestützte Therapie in Kinderpsychiatrie etabliert	5/8
Immer mehr Lärm: Viele Kinder sind schwerhörig	8/6	U eberschüssiges Eisen fördert Endometriose	12/6
Immer mehr Schadstoffe in Muttermilch	4/7		
Intravenöse Sauerstoff-Therapie	3/6		

V ersteckter Schimmelpilz – jede zweite Wohnung könnte betroffen sein	4/8
Viele Mikroorganismen mögen es sauer	7/8
Vitamin C beugt Arteriosklerose vor	10/6
Vitamin C wichtig in der Krebsvorbeugung	7/9
Vitamin D senkt Risiko der Herzmuskelschwäche	8/6
Vitamin-C-Hochdosis-Therapie bei Brustkrebs	8/8
Von Liebstöckel, Mädesüß und Frauenminze	4/6

W ärme schaltet den Schmerz ab	11/8
Warmes Bad am Abend für einen Murreltier-Schlaf	2/6
Weltweiter Trend zur Fettsucht	9/7
Wetterumschwung fördert Herzinfarkte	5/7
Wie Joghurt Sportler auf Touren bringt	9/6
Wirksamkeit Kneippscher Güsse als effektive Abhärtung belegt	1/6
Wirkt Zink Prostatakrebs entgegen?	3/8
Wohnformen im Alter	4/8
Wundreinigung am besten mit lauwarmem Leitungswasser	10/6

Z öliakie: Entwarnung für Wildreis	3/7
Zusammenhang zwischen Endometriose und Migräne	11/7
Zuwendung macht Kinder stark	12/9

BERATUNGS SERVICE

A lkoholunverträglichkeit	12/55
Angstlösende Heilpflanzen	11/54

B ehindern Grapefruits den Medikamentenabbau im Körper?	9/54
Brennende Füße	4/54

C hronische Parodontose	8/55
--------------------------------	------

E isenpräparate oft sinnlos	1/54
Entfernung der Mandeln	10/52

H agebuttenpulver bei Knie- und Hüftarthrose	9/54
Haut zum Sprühen statt Hauttransplantation	3/54
Heilpilze in Kapseln	8/54
Hilfe bei chronischen Beschwerden der Nasennebenhöhlen	2/54

I mpfalternativen für den Afrika-Urlaub	12/54
Ist Kartoffelwasser giftig?	2/54

K inderseelen unter Krankenhausstress	3/54
--	------

M ilch länger frisch durch neues Verfahren	5/55
---	------

N ASH – eine Modeerkrankung der Leber	4/55
--	------

O hrenscherzen beim Telefonieren	6/54
---	------

P olyneuropathie in den Beinen	1/54
---------------------------------------	------

Q uerrillen an Fingernägeln	6/55
------------------------------------	------

S chmerzhafte, berührungsempfindliche Mastopathie	5/53
Sind Tulpenblätter giftig?	5/54
Starke Schmerzen in der Stirn im Flugzeug beim Landeanflug	7/54

T itanschraube im Hüftgelenk	10/54
-------------------------------------	-------

U eberbein: Hartnäckig, aber ungefährlich	7/54
--	------

W ie gefährlich ist eine Bauchhöhlenschwangerschaft?	5/52
---	------

X ylit-Kaugummi zur Kariesprophylaxe?	10/54
--	-------

TIPPS

A bhilfe bei Insektenstichen	10/51
Antibiotika aus der Natur	3/52
Aromaöle zum Durchschlafen bei Schuppen	2/53

B ekömmliches Frischkorn-Müsli	6/53
Blasenentzündung durch Badefreuden	7/53

D en Kater mit Brühe vertreiben	1/53
--	------

E rdmandel – ein bewährtes Darm-Therapeutikum	12/52
Frühjahrsmüdigkeit wegbürsten	5/51

H ighlight des Sommers: Die Honigmelone	8/52
Hilfen bei Bettnässen	4/53
Hilfen bei Blasensenkung	12/53

J in Shin Jyutsu bei verstopfter Nase	6/53
Juckreizstillendes Haferbad	8/53

K amillenöl bei Magenverstimmung	9/53
Kamut – das Urgetreide aus Pharaonen-Gräbern	11/52
Kinder lieben Rettich gegen Husten	1/53
Kraftspender aus dem Regenwald: Camu-Camu – Vitamin-C-haltigste Frucht der Erde	2/52
Kräuterfermentgetränk – Urlaubsbegleiter für ein gutes Körpergefühl	9/52

L avendeltee bei Unruhe und Nervosität	11/53
Linderndes Bad bei Psoriasis	3/53

M ittel gegen Fußschweiß	9/53
Molke heilt Schürfwunden	2/53

N ur im Mai ist Rettich rosa	5/50
-------------------------------------	------

R egenerierendes Haarwasser	7/53
Ringelblumenwickel bei Venenentzündung	10/51

S chlanker und gesünder werden – Molke macht's möglich	6/52
Schöne Füße im Sommer	8/53
Schöne, glänzende Haare durch Bier	5/51
Schüsslersalze gegen Pulsieren im Ohr	4/53

T opfen gegen rissige Fersen	11/53
-------------------------------------	-------

V italisierende Tees gegen Frühjahrsmüdigkeit	4/52
Vitamin B17 zur Krebsvorbeugung und Behandlung	3/53

W eizen – ein Getreide mit vielfältiger Heilkraft	10/50
Wenn Milch vom Tier nicht vertragen wird: Mehr Power durch Pflanzenmilch	1/52
Winter-Melancholie mit Fenchel vertreiben	12/53
Wunderbaum: Moringa Oleifera	7/52

AKTUELLE UMSCHAU

A erzte und Pflegekräfte für humanitären Hilfestatus gesucht	7/57
Ärzte verschreiben immer noch zu viel	12/57
Atomkraftwerke – Risiko für Neugeborene?	5/57
B eim Einkauf auf „gutes“, zertifiziertes Holz achten	10/56
Bester Ayurveda-Arzt 2006: Hohe indische Auszeichnung ging nach Deutschland	12/56
Biologische Therapiemaßnahmen erhöhen Spontanheilungsrate	1/56
D urch Singen, Tanzen, Trommeln lernen Kinder ihre Umwelt kennen	9/56
E rst die Biene, dann der Mensch?	9/56
Erstes europäisches Zentrum für Patienten mit Down-Syndrom	12/56
F örderung von stillfreundlichen Krankenhäusern	2/56
G enfood in der EU: Regeln für Koexistenz fehlen	7/57
Gen-Raps ist gefährlich – Koexistenz nicht möglich	10/57
Genreis: Gentechnik durch die Hintertür	11/56
Genetch-Bäume gefährlicher als bisher angenommen	1/56
Gesundheitsprodukte: Was ist nützlich, was ist Spreu?	8/57
Globaler Waldbestand schwindet in alarmierendem Ausmaß	3/56
H omöopathische Hilfe für Menschen in Notlage	6/56
I mmmer mehr Krankenkassen schließen sich an	4/56
Immer mehr wichtige Heilpflanzen sind bedroht	6/56
K ampf gegen Arzneimittelfälschungen	11/56
Klimawandel bedroht Länder am Mittelmeer	4/56
Kongress: Die Wirklichkeit der Seele	9/56
L ebensrettende Erfindungen der einfachen Art: Sauberes Wasser durch Trinkhalm mit Filter und UV-Strahler	5/56
M it Delfinen vor Tsunami warnen	3/57
N aturkosmetik in Gefahr	2/57
O hne Impfung keine Schulbildung – das könnte bald wahr werden	11/56
S ich erfolgreich gegen Sendeanlagen wehren	10/57
T herapeuten ohne Grenzen	12/56
U eberflüssiges Flaschenwasser	11/56
Unterernährung: Die Welt lässt ihre Kinder im Stich	8/56
Unterricht vom Klinikbett aus	1/56
V iele Menschen wünschen sich Komplementärmedizin	8/56

W eite Wege durch Globalisierung – Weltreise einer Jeans	4/57
Widerstand gegen Genfood in Europa	5/56

Z ehn Jahre Homöopathie im Kinderspital	7/56
--	------

FIRMEN NACHRICHTEN

A ktiv gegen Rückenschmerzen mit dem Mi Shu-Bewegungsstuhl	8/60
K räuter-Regulations-Therapie seit 1911. Ayurana Naturprodukte	8/60
S alzhäus'l Massing: Goya, eine erstaunliche Pflanze aus dem asiatischen Raum	11/62
Salzhäus'l Massing: Süßlupinenmehl, Stevia, Schwarzer Sesam	9/61
Salzhäus'l Massing: Vita Bios, Süßlupinenmehl, Schwarzer Sesam, Stevia, Erdmandeln, Traubenkernmehl, Waschnusschalen	10/61
Salzhäus'l Massing: Vita Bios, Waschnusschalen, Stevia, Braunhirse	1/61

BÜCHER

A ufatmen und neue Kraft schöpfen. 12 Schritte aus Krise und Erschöpfung (Hans Gerhard Behringer)	4/58
B iokraft. Von Tieren und Pflanzen lernen (Klaus Oberbeil)	8/58
D ankbar und gelassen. Im Einklang mit dem Leben (Bert Hellinger)	10/58
Das Wesen des Wassers. (Viktor Schaubberger. Originaltexte, herausgegeben von Jörg Schaubberger)	7/58
Das wirkliche Leben beginnt jetzt. Der diamantene Weg des Herzens (A. H. Almaas)	1/59
Der Atem der Seele (Mahatma Gandhi)	10/58
Der Jahreskreis. Den Rhythmus der Natur als unsere Kraftquelle nutzen. (Martina Kaiser)	1/58
Der verlorene Zwilling. Wie ein vorgeburtlicher Verlust unser Leben prägen kann (Evelyne Steinemann)	7/58
Die Augen meiner Augen sind geöffnet. Erfahrungen und Dankbarkeit. Eine Hommage an David Steindl-Rast. (Rosemarie Primault/Rudolf Walter, Hrsg.)	8/59
Die Botschaft der Engel 2006 (Alexandra Kriele)	1/59
Die Empfindung in der Homöopathie (Rajan Sankaran)	2/59
Die Flamme des Lernens (Jiddu Krishnamurti)	9/58
Die heilende Kraft der Küchenkräuter (Prof. Hademar Bankhofer)	8/58
Die Kosmos Enzyklopädie der Bäume. 2100 Arten und Sorten (David More/John White)	3/58
Die Kraft strahlender Gesundheit. Neue Vitalität für Millionen Körperzellen (Nobua Shioya)	7/59
Die neue Renaissance. Auf dem Weg zu einer vernetzten, sozialen Wirtschaft (Douglas Rushkoff)	8/58
Die Zehn Gebote. Gottes Einweisungen für heute (Eugen Drewermann)	12/59

E ine neue Erde – Bewusstseinsprung anstelle von Selbstzerstörung (Eckhart Tolle) 2/58	U ebung der Nacht. Tibetische Meditationen in Schlaf und Traum (Tenzin Wangyal Rinpoche) 12/58
F rischpflanzentropfen. Zur Behandlung von über 70 häufig auftretenden Krankheiten (Bruno Vonarburg) 6/58	V erwandle deine Angst. Ein Weg zu mehr Lebendigkeit – spirituelle Impulse (Anselm Grün) 7/59
G enieale Frauen. Berühmte Erfinderinnen von Melitta Bentz bis Marie Curie (Deborah Joffé) 6/59	W as uns gesund macht. Ganzheitliche Heilkunde statt seelenloser Medizin (Rolf Verres) 1/59
Gesund mit Klostermedizin. Wie Heilpflanzen ihre Wirkung entfalten (Pater Kilian Saum) 4/58	Wasser und Musik. Geheimnis und Schönheit im Zusammenspiel von Wasser- und Klangwellen (Alexander Lauterwasser) 2/58
Glücksfälle? Erstaunliche Heilungsgeschichten mit Homöopathie (Jürgen Hansel/Christa Gebhardt) 12/58	Worte der Weisheit (Dalai Lama) 1/58
H ealing Relationships. Durch Huna im Einklang mit sich und der Umwelt (Serge Kahili King) 9/58	Z ur Besinnung kommen. Die Weisheit der Sinne und der Sinn der Achtsamkeit in einer aus den Fugen geratenen Welt. (Jon Kabat-Zinn) 5/58
Heilfasten nach Hildegard von Bingen. Leib und Seele reinigen (Lydia Reutter) 5/58	
Heilpflanzen im Ayurveda (Hans-Heinrich Rhyner/Birgit Frohn) 10/58	
Heilwellen statt Antibiotika. Bioresonanz, Radionik, Elektro-Akupunktur, Magnetfeld-Therapie & Co. (Peter Grunert) 10/58	
I m Fluss des Lebens sein. Von der Enge des Ichs zur Offenheit des Seins (Hanspeter Ruch) 4/58	
Ingwer. Die edle Schärfe aus dem Land des Lächelns (Wolfgang Hübner/Michel Wissing) 12/59	
Intelligente Zellen. Wie Erfahrungen unsere Gene steuern. (Bruce H. Lipton) 11/58	
K linische Homöopathie in der Kinderheilkunde (Farokh J. Master) 11/58	
Klosterweisheiten 2006. Inspirationen für jeden Tag (Jahreskalender) 1/58	
L eben im Rhythmus. Die heilende Kraft der Klänge, Schwingungen und Gefühle (Christian Salvesen/Vera Brandes) 6/58	
M edizin der Erde. Heilanwendung, Rezepte und Mythen unserer Heilpflanzen (Susanne Fischer-Rizzi) 3/58	
Milchshakes. Powerdrinks vom Feinsten – mit Milch, Joghurt oder Sahne (Franz Brandl) 6/59	
Mit Kindern neue Wege gehen (Lienhard Valentin) 4/59	
Mutter Tochter Weisheit. Wege zu körperlicher und seelischer Gesundheit. (Dr. Christiane Northrup) 2/58	
N aturheilkunde richtig anwenden (Prof. Dr. Wolfgang Exel, Hrsg.) 9/58	
O ffenes Siegel. Meine Reise zu Sufis und Muslimen (Anna Platsch) 11/58	
P raxis des Traum-Yoga – Die Reise zum inneren Meister (Swami Sivananda Radha) 12/58	
Psyche und Homöopathie von A – Z. Homöopathie für Seele und Gemüt (Peter Rabal) 3/58	
R ichtig essen. Der ganzheitliche Weg zu gesunder Ernährung (Rüdiger Dahlke) 11/58	
S treifzüge am Rande Midgards (Wolf-Dieter Storl) 9/58	
Systemische Augentherapie. Besser sehen durch Augenaufstellungen und ganzheitliche Sehübungen (Marianne Wiendl/Uschi Ostermeier-Sitkowski)	
T iere wissen mehr. Warum sie unsere Seele berühren und was sie uns lehren (Diana L. Guerrero) 5/58	
	Z u guter Letzt...
	B io-Branche wächst um 15 % pro Jahr 10/66
	C hina: Wichtigster Bioproduzent Asiens 6/66
	D ie Ökonomisierung des Menschen 2/66
	E rdgas-Autos stark im Kommen 7/66
	Erhaltung der Artenvielfalt, ein Nord-Süd-Konflikt 8/66
	Erster Bio-Transfair-Reis 8/66
	F riedensnobelpreis an Mohammad Yunus. Mikrokredite der Grameen-Bank sichern Existenz der Ärmsten 12/66
	Fülle ist nur durch Leere erfahrbar 9/66
	J ute statt Wüste 4/66
	K niearthrose: Akupunktur besser als Standardtherapie 11/66
	Knoblauchsaff: Pflanzenschutzmittel der Zukunft? 9/66
	Kultur der Stille – Vorbereitung auf das Unvorhersehbare 1/66
	L ebensführerschein in der Schule des Lebens 10/66
	Logische Konsequenzen unserer Misswirtschaft im Ausbildungswesen 11/66
	N eu es Gesundheitsverständnis – Salutogenese statt Pathogenese 7/66
	Nobelpreisträgerin Vandana Shiva: Globalisierung ist neue Form der Kolonialisierung 4/66
	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
	Pflanzenmedizin wieder im Aufwind 3/66
	R ecyclbare, öko-effektive Möbel 3/66
	Salatöl für den Tank 2/66
	T ai-Chi hilft älteren Menschen 1/66
	V ogelgrippe-Impfung – aus dem Blickwinkel eines Homöopathen 5/66
	Z wanzig Jahre nach Tschernobyl – gesundheitliche Folgen 6/66

STICHWORT VERZEICHNIS

Abführmittel – bei akutem Durchfall 7/44ff
Abnehmen – im Herbst mit TCM 10/47f, – mit dem Trampolin 11/51f, – mit TCM 3/45f
Abszess – Heilung mit Retterspitz 10/22f
Achtsamkeit – des Herzens 12/30ff, – Stressbewältigung durch 6/24ff
Acrylamid-Vermeidung – Tipps beim Backen 12/49f
Afrika-Urlaub – Impfalternativen 12/54f
Akne – Oregano-Öl gegen 1/30f
Akupunktur – gut bei Migräne 6/6
Alchemie – Heilkunst des Abendlandes 8/15f, – durch heilende Schwingung 5/40f
Alkoholunverträglichkeit 12/55f
Allergie – durch Zusatzstoffe in Lebensmitteln 4/48f, – homöopathische Notfallapotheke 8/36f, – Calcium hilfreich bei 6/7, – Is. Bittere Bissen 3/14f, 4/44ff), -Ratgeber – für Wirte 8/8
Alltagssprache – Position und Negation der 2/44f
Aloe vera – Antibiotikum aus der Natur 3/52f
Alpha-Liponsäure – zur Leberentgiftung 4/28ff
Alter – Wohnformen im 4/8
Altglas-Container – Lärmbestimmungen 1/9
Altlasten – loslassen 7/28f
Alzheimer – Gold gegen 6/7, – und Homocystein 1/13f, -Risiko – Mittelmeer-Diät verringert 6/8
Amalgam – belastendes Zahnmaterial 9/13f
Angina pectoris – Hilfe durch Strophanthin 6/12ff
Angst – Heilpflanzen gegen 11/54f, – verändern (Buch) 7/59
Anhalten – und Hinschauen 3/10ff
Anthocyane – in Aronia-Beere 11/24f
Anthroposophie – Adressenverzeichnis, umfangreiches 9/6
Antibiotika – aus der Natur 3/52f, – in Salat und Weizen 4/6, – keine im Tiertrog 5/4, – nach Zeckenstich 7/18f, -natürliche (Buch) 5/4
Antioxidans Oregano 1/31f, -starkes – Melatonin 2/12f
Apfelbeere – einheimische Beerenart 11/22ff
Apfelsorten, alte – für Apfel-Allergiker 6/8
Apotheke, homöopathische – für den Notfall 8/34ff
Arnika – Grundlage von Retterspitz 10/18f
Aroma- und Ölbäder 1/42f
Aronia-Beere – mit gesundheitsfördernder Wirkung 11/22ff
Artenvielfalt-Erhaltung – im Nord-Süd-Konflikt IPN 8/66
Arteriosklerose – Vorbeugen mit grüner Papaya 9/38f
Artischocken-Wermut-Saft – Bitterstoffe für die Verdauung 3/34f
Arzneimittelfälschungen – Kampf gegen 11/57
Arzneimittellehre, homöopathische – 3-bändige Enzyklopädie 12/6
Arzt – des Vertrauens 11/26ff, -innerer – nach Emil Coué 1/34f
Asbest – Gefahr in Bodenbelägen 10/8
Aspirin, Penicillin, Kortison – bitterböse Pillen 1/45f
Asthma, allergisches – Spenglersan-Kolloide bei 4/12ff
Atem – der Seele (Buch) 10/58
Atemwegsinfektion – Olivenblattextrakt gegen 7/39f
Atlas-Schiefstellung – Auslöser für Hyperaktivität 1/4
Atmung – Lebenselixier Nr. 1 4/40ff
Atomenergie – gefährlichste Technologie 11/4
Atomkraftwerke – Risiko für Neugeborene 5/57f
Aufmerksamkeit – auf das Positive 2/23f
Augentherapie, systemische (Buch) 5/59
Ausbildungswesen – Misswirtschaft (IPS) 11/66
Ausdauer – zur Erreichung des Zieles 2/22f
Autoimmun-Erkrankungen – der Schilddrüse 3/50f, – Spenglersan-Kolloide gegen 4/14f
Autopathie – Dynamisierung homöopathischer Arzneien 1/4

Autosuggestion – und Medizin 1/33ff
Ayurveda – Heilpflanzen im (Buch) 10/58
Ayurveda-Arzt 2006 – Auszeichnung an deutsche Ärztin 12/36f
Ayurveda-Tees – 4/52f

Babyallergie – Ernährungsumstellung der Stillenden 12/4
Badekur, heilsame – zu Hause 1/38ff
Bakterienhemmend – Olivenblattextrakt 7/37f
Bakterium, wandelbares – Borreliose 9/48f
Bauchhöhlenschwangerschaft – wie gefährlich? 5/52f
Bauchkrämpfe – homöopathische Notfallapotheke 8/36f
Bäume – Erlebnisse mit (Buch) 2/9, – Kosmos Enzyklopädie (Buch) 3/58
Behinderten-Arbeit – mit dem Trampolin 11/50f
Berglorbeer, giftiger 5/4
Berührung, liebevolle – Macht und Seelenheilwirkung 12/14ff
Besinnung – in einer aus den Fugen geratenen Welt (Buch) 5/58, – Interview mit Dr. Jon Kabat-Zinn 6/24ff
Beten – Unterstützung bei Operationen 9/6
Bettnässen – Hilfen bei 4/53
Bewusstseinssprung – statt Selbsterstörung (Buch) 2/58
Bewusstwerdung – Schlüssel zur Heilung 3/43f
Bienensterben, großes – durch Varroa-Milbe 9/56f
Bio-Branche – jährliches Wachstum um 15 % 10/66
Bio-Kost – Kinder brauchen 6/4
Biokraft – von Tieren und Pflanzen lernen (Buch) 8/58
Bioproduzent – China 6/66
Birkensaft – bei Nieren-Blasen-Entzündung 3/33f
Bittere Bissen – Lebensmittel-Unverträglichkeiten 3/14f, 4/44ff
Blasenentzündung – durch Badefreuden 7/53, -chronische 10/16f
Blasensenkung – Hilfen bei 12/53
Blut, dickflüssiges – durch schwere Infekte 10/7
Blutdrucksenkend – Olivenblattextrakt 7/37f
Blutfettwerte, erhöhte – und Metabolisches Syndrom 5/42ff
Bluthochdruck – durch Einsamkeit 11/8, – durch Schwermetalle 11/15f, – und Metabolisches Syndrom 5/42ff, – verstopfter Darm 4/6
Blutmykose – Gefahr durch Candida (Buch) 7/6
Blutreinigungskur – mit Pflanzensäften 3/32ff
Bogenschießen – der Weg zur Mitte 5/28ff
Borreliose – eine sich ausbreitende Seuche 7/14f, – Alternative Behandlungsmethoden 8/44ff, – Ein Erfahrungsbericht 9/46ff, – Labordiagnostik 7/20f
Borreliose-Bund Deutschland – Informationen 9/4
Botschaft – der Engel (Buch) 1/59, – der Liebe 6/4
Brennnessel – für die Harnwege und Entschlackung 3/34f
Brotaufbewahrung – Sauberkeit ist A und O 10/6
Brühe, heiße – bei Alkoholkater 1/53
Brustentzündung – Retterspitz bei 10/22f
Brustkrebs – Vitamin C-Hochdosierung 8/8

Camino de Santiago – Jakobsweg 4/20ff
Camu-Camu – Vitamin-C-haltigste Frucht aus dem Regenwald 2/53
Candida – Leberbelastung durch 8/4, – Schleichende Gefahr (Buch) 7/6
Cannabis – bei Krebschmerzen 5/6
Carvacrol – Hauptwirkstoff des Oregano-Öls 1/29f
Chelatbildner – Ausleitung von Schwermetallen 11/20f
Chemtrails – Geheimnisvolle Spuren am Himmel 8/24ff
China-Kräuter – im Brennpunkt 1/47f
Cholesterin – Senken mit Vitamin B3 7/7, -schädliches – Senkung durch Olivenblattextrakt 7/38f
Clark-Therapie – bei Borreliose 8/49f
Clemens Kuby – Interview 3/36ff
Coué, Emil – Macht der Autosuggestion 1/33ff
Cystus incanus – Vorbeugung gegen Vogelgrippe 2/4

Dankbarkeit – Hommage an David Steindl-Rast (Buch) 8/59, – macht zu offenem Kanal 1/23f, – und hochredendes Herz 12/30ff
Darm-Anregung – Holunder zur 12/37f
Darmflora – Entschlackung, Aufbau, Stärkung 7/44ff
Darmreinigung – durch grüne Papaya 9/37f
Darmsanierung – nach Art der alten Pharaonen 7/44ff
David gegen Goliath – Interview mit Bernhard Fricke 11/38ff
Davids Weg – Kleine Schritte mit großer Perspektive 11/38ff
Delfine – warnen vor Tsunami 3/56f
Depression – auch im Sommer 9/7, -postnatale – auch bei Vätern 2/7, – Frauen leiden öfter an 11/6
Diabetes – Folgeschäden durch Magnesium-Mangel 7/6, – Olivenblattextrakt senkt Blutzucker 7/38f, – und Metabolisches Syndrom 5/42ff
Diabetes-Fuß – Oregano-Öl gegen 1/30f
Dialog, pränataler – zwischen Mutter und Kind 5/16f
Dioxingehalt – Süßwasserlagen reduzieren in Muttermilch 11/6
DMSO – Schwefelverbindung gegen Rheuma und für Gelenke 11/30ff
Dolomitbad 1/42f
Dornwarzen – Efeublätter gegen 8/4
Dosierung, homöopathische – im Notfall 8/35f
Down-Syndrom – erstes europäischen Zentrum für Patienten 12/56f
Durchfallerkrankung, akute – Sanierung nach alten Pharaonen 7/44ff
Dystonie, vegetative – Abgrenzung zur Hyperthyreose 2/28

Eberesche, schwarze – Beere mit vielen Anwendungen 11/22ff
Edelkastanien – ein basisches, glutenfreies Naturgeschenk 10/32ff
Efeublätter – gegen Dornwarzen 8/4
Einklang – mit dem Leben (Buch) 10/58
Einweihungsweg – Jakobsweg 4/20ff
Eisen, überschüssiges – fördert Endometriose 12/6
Eisenpräparate – oft sinnlos 1/54f
Elektrosmog – im ICE 5/7, – verringert Melatoninproduktion 2/15f
Emotionen – wahrnehmen, annehmen, wandeln 6/42f
Emotionsfälle – Trauer, Wut, Depression 12/17f
Enderlein-Therapie – bei Borreliose 8/49f
Endometriose – durch überschüssiges Eisen 12/6, – Verstehen (Broschüre) 7/8, – Zusammenhang mit Migräne 11/7
Endorphin-Ausschüttung – durch Glauben 3/9
Energiedefizit – ausgleichen 7/34f
Energiemedizin – Gute Erfolge mit 11/4
Energietheorie, chinesische – und Klangmassage 12/41f
Entfaltung, persönliche – braucht Wachstumsbereitschaft 2/25f
Entgiften – mit brauner Heilerde 5/24f, – allgemeine Maßnahmen 8/51f, – der Leber 4/28ff, -gezielte – durch Heilpflanzen 5/44f
Entsäuern – mit Edelkastanie 10/36f
Entschlacken – mit Holunder 12/38f, – durch Feinstrom 3/29f, – im Herbst mit TCM 10/47f, – mit Reissig 3/45f
Entschlackungskuren, sinnvolle 9/8
Entschleunigung – Weg zum Glück 10/11ff
Entspannung – durch absolute Ruhe 12/7, – Vertrauen durch 7/10ff
Entzündungen, chronische – als Krankheitsursache 10/12ff
Enzym-Cocktail – der grünen Papaya 9/37f
Enzymtherapie – bei Borreliose 8/50f
Erdanwendungen – mit brauner Heilerde 5/20ff
Erdgas-Autos – im Kommen 7/66
Erdmandel – bewährtes Darm-Therapeutikum 12/52
Erkältungskrankheiten – Holunder bei 12/36f, – Vorbeugen im Herbst 10/48f
Ermutigung – fördert Kinder 12/9
Ernährung – und Melatonin 2/16f, -gesunde – ganzheitlicher Weg zu (Buch) 11/58
Ernährungsregeln – im Herbst mit TCM 10/47f
Erschöpfung – 12 Schritte aus der (Buch) 4/58
Erziehung – Hilfen für die Pubertät 9/28ff

Familienrecht – ABC-Ratgeber 1/8
 Fehlbeurteilung – des Heilmittels
 Strophanthin 6/20f
 Feinstromtherapie, galvanische – 110
 Jahre elektrischer Hausarzt 3/25ff
 Felke, Emanuel – 150. Geburtstag des
 Lehmpastors 7/22f
 Felke-Therapie – mit Wasser und Lehm
 7/22f
 Fenchel – vertreibt Winter-Depression
 12/53
 Fersen, rissige – Topfen gegen 11/53
 Fettleibigkeit – erhöht Nierenkrebsrisiko
 4/9
 Fettstoffwechsel – Funktionsstörungen
 5/43f
 Fieber – homöopathische Notfallapotheke
 8/36f, -senken – mit Retterspitz-Wickel
 10/23f
 Fingernägel – Querrillen in 6/54f
 Fischverzehr – Greenpeace-Ratgeber 4/9
 Flugzeug – Stirnkopfschmerz im 7/55f
 Fluorid-Vergiftung – und Zahnmehdizin
 9/18f
 Fluss – des Lebens (Buch) 4/58
 Folsäure – gegen erhöhten
 Homocysteinspiegel 1/15f
 Frakturen – bessere Heilung mit Mumijo
 4/37f
 Frau Holle – Schutzpflanze Holunder
 12/35f
 Frauen, geniale – Berühmte Erfinderinnen
 (Buch) 6/59
 Freie Radikale – durch Schwermetalle
 11/14f
 Freiheit, geistige – durch 33
 Herzensqualitäten 1/20ff
 Freiheitskonzept, neues (Buch) 3/58
 Frequenz, heilende – der Liebe 5/36ff
 Frequenzweisen – der Mensch ist 5/13f
 Friedensnobelpreis 2006 – Mohammad
 Yunus und Grameen-Bank (PS) 12/66
 Frischkornmüll, bekömmliches 6/53
 Frischpflanzentropfen (Buch) 6/58
 Früherziehung, musikalische – nach Carl
 Orff 9/57f
 Frühjahrsmüdigkeit – TCM gegen 3/46f, –
 vitalisierende Tees 4/52f, – wegbürsten
 5/51
 Frühlingsmeditation – J. Krishnamurti 5/10ff
 FSME – Frühsommer-Meningo-Enzephalitis
 7/19f
 Führen – sich selbst und andere mit Hilfe
 der Sprache 2/42ff
 Führungsqualitäten – durch Sprache ent-
 wickeln 2/44f
 Fülle des Lebens – durch Leere erfahren
 (PS) 9/66
 Füße, brennende – kalte Beinduschen bei
 6/4, – Ursachen und Behandlung 4/54f
 Füße, schöne – im Sommer 8/53
 Fußschweiß – Mittel gegen 9/53

Gaben, mitgegebene – entwickeln
 12/10ff
 Galvanische Feinstromtherapie – 110
 Jahre elektrischer Hausarzt 3/25ff
 Garten-Trampolin 11/48f
 Gebärdensprache – Poesie mit Händen
 6/35ff
 Gebote, zehn – Gottes Einweisungen für
 heute (Buch) 12/59
 Geburt, zweite – die Pubertät 9/28ff, –
 Vollendung der 12/10ff
 Gedächtnis – durch Fischverzehr 1/7,
 Gedächtnis, gutes – durch Hausvögel 8/7
 Gefäßkranke – viel Bewegung für 5/7
 Gefäßveränderungen – durch
 Homocystein 1/14f
 Gefühle, eigene – richtige Einschätzung
 6/41f
 Geheimnisse, acht – zum äußeren und
 inneren Wachstum 2/20ff
 Gehörlosen-Sprache – Gebärdensprache
 6/34ff
 Gehorsam – Geh und horche 1/24f
 Geist, kreativer – in jedem Menschen
 10/10ff
 Geistheilung – ganzheitliche Heilkunst
 9/42f
 Gelenk-Ablagerung – Auflösung durch
 Feinstrom 3/28f
 Gelenksbeschwerden – DMSO & MSM
 gegen 11/30ff
 Gelenkschmerzen – Retterspitz-Wickel bei
 10/23f
 Gemeinsam statt einsam – Netzwerke zwi-
 schen Jung und Alt 10/26ff
 Generationen, drei – unter einem Dach
 10/26ff
 Genfood – Regeln für Koexistenz fehlen
 7/57f, – Widerstand in Europa 5/56f
 Gen-Raps – Koexistenz nicht möglich
 10/57f

Gentech-Bäume – gefährlicher als ange-
 nommen 1/56f
 Gentechnik – durch die Hintertür 11/56f, –
 Informationsstelle 1/48f
 Gesundheit – neue Wege zur (Buch) 2/7, –
 strahlende – Kraft der (Buch) 7/59
 Gesundheitsprodukte – Qualitätskriterien
 8/57f
 Gesundheitsverständnis, neues – erforder-
 lich (PS) 7/66
 Gesundheitsvorsorge, effektive – Ratgeber
 9/9, -effektive – Buch-Restaufgabe 12/4
 Getragen werden – Was trägt uns? 9/10ff
 Gicht – Wein schadet nicht 2/6
 Giftstoffe – ausatmen 4/42f
 Glaube – bewirkt Endorphin-Ausschüttung
 3/9, -unerschütterlicher – an eigene
 Fähigkeiten 2/22f
 Glaubenssätze – hinterfragen und neu ler-
 nen (Buch) 9/58
 Globalisierung – Weltreise einer Jeans
 4/57f, -kritik – durch Vandana Shiva
 (PS) 4/66
 Gluten – und Zöliakie 3/20f
 Gold, schwarzes – Mumijo 4/34ff
 Grapefruit – Behinderung des
 Medikamentenabbaus im Blut 9/54f, –
 Vitamin C fürs Zahnfleisch 9/7
 Grapefruitsamen-Extrakt – gegen
 Magengeschwür 1/8
 Grönemeyer, Dietrich 11/26ff
 Gürtelrose – Retterspitz-Wickel lindern
 10/23f

Haare, glänzende – durch Bier 5/5
 Haarfarben – natürliche Alternative zur
 Chemie 6/46ff, -chemische
 Komponenten 6/47f, -natürliche –
 Verbraucher-Täuschung 9/4
 Haarpflege – bis in die Spitzen 6/50f
 Haarwasser, regenerierendes 7/53
 Haferbad, juckreizstillendes 8/53
 Hagebuttenpulver – bei Knie- und
 Hüftarthrose 9/54f
 Hamam – feuchtwarme Saunavariante des
 Orients 10/41f
 Hämorrhoiden – Mumijo-Zäpfchen gegen
 4/38f
 Hans im Glück – Weg des Loslassens
 12/10ff
 Hans Stöberl – Interview 7/28ff
 Harmonieprinzip, archaisches 8/16f
 Harnwegserkrankungen – DMSO & MSM
 gegen 11/35f, – Echte Goldrute bei
 12/7
 Hashimoto-Thyreoiditis –
 Autoimmunerkrankung der Schilddrüse
 3/50f
 Haut und Haar – schwarzer Sesam für
 2/39f
 Haut, unreine – Holunder gegen 12/37f
 Hautkrankheiten – Linderung durch braune
 Heilerde 5/26f
 Haut-Sprühverfahren – statt
 Transplantation 3/54f
 Hauttransplantation – neues
 Sprühverfahren statt 3/54f
 Heilerde, braune – natürlich behandeln
 mit 5/20ff, -bad 1/42f
 Heilerden – unterschiedliche Charaktere
 5/22f
 Heilfasten – nach Hildegard von Bingen
 (Buch) 5/58
 Heilkunde, ganzheitliche – statt seelenloser
 Medizin (Buch) 1/59, – des
 Abendlandes 8/12ff, 9/40ff
 Heilmagnetismus – ganzheitliche Heilkunst
 9/42f
 Heilpflanzen – Anwendung, Rezepte,
 Mythen (Buch) 3/58, -wichtige – stärker-
 e Bedrohung 6/56f
 Heilpilze – in Kapseln gefüllt 8/54f
 Heilstreiheln – für Selbststwander 12/20ff
 Heilung – das Wunder in uns Interview
 mit Clemens Kubyl 3/36ff, -schnellere –
 durch gute Worte 6/6
 Heilweine – traditionelle Heilmittel 9/20ff
 Heilwellen – statt Antibiotika (Buch) 10/58
 Helicobacter pylori – im sauren Milieu
 7/8, – Licht löst 5/6
 Hepatitis-B-Impfung – MS durch 6/4
 Herbst – Gesund mit TCM 10/46ff
 Hermetik – Tradition der Heilkunst 8/15f
 Herz – heilende Schwingung der Liebe
 5/36ff, -horchendes – Interview mit
 David Steindl-Rast 12/30ff
 Herzensqualitäten-Liebesintelligenz – 33
 Tore zur geistigen Freiheit 1/20ff
 Herzinfarkt – durch chronische
 Entzündungen 10/14f, – durch
 Manager-Krankheit 9/4, – Hilfe durch
 Strophanthin 6/12ff, – ist vermeidbar
 8/8, – und Homocystein 1/13f, –
 Wetherumschwung fördert 5/7
 Herzmuskelschwäche – Vitamin D senkt

Risiko 8/6
 Herzpatienten – Sport-Disziplin trainieren
 9/8
 Heuschnupfen – Spenglersan-Kolloide bei
 4/12ff
 Hexen – weise Frauen, Kräuterweiblein
 9/41f
 Hildegard v. Bingen – Heilkundige und
 Mystikerin 8/21f, – Heilweine 9/24f
 Hilfe, humanitäre – Ärzte und Pflegekräfte
 gesucht 7/57f
 Histamin – Auslöser von Lebensmittel-
 Unverträglichkeit 3/18f
 Holunder, schwarzer – Schatz der
 Volksmedizin 12/34ff
 Holz, zertifiziertes – Richtlinien beim
 Einkauf 10/56f
 Homocystein – Ergänzungen zum Artikel
 3/4, – verkannter Risikofaktor 1/12ff, –
 Artikel – Fehler in Mengenangabe 3/4
 Homöopathie – 10 Jahre im Kinderspital
 7/56f, – Dynamisierung von Speichel
 1/4, – Empfindung in der (Buch) 2/59, –
 erstaunliche Heilungsgeschichten (Buch)
 12/58, – Farbvorliebe als Symptom 7/6,
 – feinstoffliche Informationsfelder 8/20f,
 – Frankenkassenerstattung 4/56f, –
 Notfallapotheke 8/34ff, – Psyche von A-
 Z (Buch) 3/58, – Vorsorge und
 Behandlung bei Borreliose 8/45f, -in
 Aktion – für Menschen in Notlagen
 6/56f, -klinische – in Kinderheilkunde
 (Buch) 11/58
 Honigmelone – Highlight des Sommers
 8/52f
 Hormone – der Schilddrüse 2/27f, -natürliche
 – in Pflanzen 12/24f
 Hormontherapie – gewusst wie 12/29f, –
 Skandal im Skandal 7/4
 Hörtherapie – nach Dr. Tomatis 5/12ff
 Hufplattich – bei Reizhusten 3/33f
 Hüftarthrose – Hagebuttenpulver bei 9/54f
 Hüftgelenk – Titanschraube im 11/54f
 Huna-Healing-Relationship (Buch) 9/58
 Husten – Kinder lieben Rettich 1/53
 Hyperaktivität – Auslöser Atlas-
 Schiefstellung 1/4, – durch
 Nahrungsmittel 4/45f, – Ganzheitliche
 Diagnostik und Therapie 1/4 –
 Magnesiummangel als Ursache 12/8
 Hyperthyreose – Überfunktion der
 Schilddrüse 2/29f, – Unterfunktion der
 Schilddrüse 2/33f

ICE – Elektrosmog im 5/7
 Illusionen – Befreiung durch Meditation
 6/26f
 Immunschutz, kindlicher – ist anpassungs-
 fähig 6/6
 Immunstimulation – durch Mumijo 4/37f
 Immunsystem – Steigerung durch
 Olivenblattextrakt 7/39f
 Immuntherapie – mit Spenglersan-
 Kolloiden 4/12ff
 Impfalternativen – für Afrika-Urlaub 12/54f
 Impfung, erzwungene – an Schulen 11/56
 Impotenz – und Homocystein 1/13f
 Indien – Weisheit Tag für Tag (Buch) 2/7
 Infekte, schwere – erzeugen Blutverdickung
 10/7
 Ingwer – edle Schärfe (Buch) 12/59
 Innere, eigenes – kennenlernen 3/10ff
 Insektenstiche – TCM bei 7/50f, – Abhilfe
 bei 10/51
 Inspiration – durch Träume 10/10ff
 Insulinmangel – begünstigt Entzündungen
 10/15f
 Intelligenz – der Liebe 1/25f
 Internet-Medikamente – Gefahren 1/9
 Interview – mit Bernhard Fricke 11/38ff, –
 mit Clemens Kubyl 3/36ff, – mit David
 Steindl-Rast 12/30ff, – mit Dr. Jon
 Kabat-Zinn 6/24ff, – mit Hans Stöberl
 7/28ff

Jakobsweg – auf den Spuren eines
 Apostels 4/20ff, – für Arbeitslose 6/4
 Jin Shin Jyutsu – bei verstopfter Nase
 6/53, – Kartenset 7/7, – Therapeuten-
 Adressen 1/4
 Jod – wichtig für die Schilddrüse 2/27f, –
 Allergie 3/23f, -Kritik – vielfältige
 Informationen 3/4
 Jon Kabat-Zinn – Interview 6/24ff
 Juckreiz – Haferbad stillt 8/53
 Jugendliche – suchen Kontakt mit Senioren
 10/28f, -pubertäre – Hilfestellungen
 9/28ff
 Jutesäcke – zur Wüstenbepflanzung 4/66

Kaffee – verminderte Durchblutung beim
 Sport 8/9

Kamillenöl – bei Magenverstopfung 9/53
 Kamut – Urgetreide aus Pharaonen-Gräbern 11/52f
 Kapseln – mit Heilpflanzen selbst gefüllt 8/54f
 Kardenzwurzel, wilde – bei Borreliose 8/51f
 Kariesprophylaxe – mit Xylit-Kaugummi 10/54f
 Kartoffelwasser – giftig? 2/54f
 Kater – mit Brühe vertreiben 1/53
 Kekse, vollwertige – für die Weihnachtszeit 12/47f
 Kernkraft – Leserbrief 8/4
 Kinder – brauchen klare Führung durch Sprache 2/46f, – brauchen viel Bewegung 11/7, – Übergewichtige – weltweiter Trend 9/7
 Kinderförderung – durch Zuwendung 12/9
 Kinderheilkunde – klinische Homöopathie (Buch) 11/58
 Kinderkrankheiten – Unterrichts-Verzahnung mit Schule 1/57f
 Kinderlosigkeit – durch Schilddrüsen-Unterfunktion 6/7
 Kinderseelen – streicheln 12/17f, – unter Krankenhausstress 3/54f
 Kinderspital – 10 Jahre Homöopathie 7/56f
 Kindstod, plötzlicher – Testosteron im Verdacht 8/9
 Kinesiologie – Seelen-Coaching mit 7/28ff
 Klänge, heilende – für die Seele nach Dr. Tomatis 5/12f
 Klangmassage – Leise Töne für eine laute Zeit 12/40ff
 Klarheit – entwickeln mit der Sprache 2/46f
 Kleinkredite – für die Ärmsten in Bangladesch (PS) 12/66
 Klimabeeinflussung – und Chemtrails 8/25f
 Klimawandel – Bedrohung für Mittelmeerlande 4/56
 Klinghardt-Methode – bei Borreliose 8/48f
 Klostermedizin – gesund mit (Buch) 4/58, – im Abendland 8/20f
 Klosterweisheiten 2006 (Kalender) 1/58
 Kneipp, Sebastian – Heiltradition Wasser 9/44ff
 Kneippische Güsse – Wirksamkeit belegt 1/6
 Kniearthrose – Akupunktur bei 4/7, – Akupunktur besser als Standardtherapie 11/66, – Hagebuttenpulver bei 9/54f
 Knoblauch – reguliert Blutfette 3/33f
 Knoblauch, Bärlauch, Zwiebeln – Antibiotika aus der Natur 3/52f
 Knoblauchsaft – Pflanzenschutzmittel der Zukunft 9/66
 Knochen, stabile – mit schwarzem Sesam 2/40f
 Kochen – mit ätherischen Ölen 6/30ff
 Kolloidales Silber – bei Borreliose 9/49f
 Kommunikation, lebendige 3/42f
 Kompetenz, emotionale – Steigerung durch Qi Gong 6/40ff
 Komplementärmedizin – steigendes Interesse 8/56f
 Komplexbildner – Ausleitung von Schwermetallen 11/20f
 Kondensstreifen – oder Chemtrails? 8/25f
 Konflikte, familiäre – während der Pubertät 9/28f
 Kontemplation – kosmische Ordnung wiederherstellen 12/33f
 Konzentration – beim Bogenschießen 5/30f
 Kopfsalat – vom Klostergarten auf Fitness-Teller 8/40ff
 Körper und Seele – Bader für 1/38ff
 Körpermassen-Index (BMI) 5/45f
 Kraft – der Kreativität 10/10ff
 Krankenhäuser, stillfreundliche – Förderung 2/56f
 Krankenhaus-Stress – Kinder unter 3/54f
 Krankheiten, chronische – durch Schwermetallbelastung 11/12ff
 Kräuter- und Pflanzenkunde (Buch) 4/6
 Kräuterbäder 1/41f
 Kräuterteefermentgetränk – Urlaubsbegleiter für gutes Körpergefühl 9/52f
 Kräutertee – kochendes Wasser gegen Keime in 4/9
 Kreatives Schreiben – und Poesietherapie 8/30ff
 Kreativität – Kraft der 10/10ff, – mit Freude ausprobieren 2/24f
 Krebs – bessere Heilungschancen bei Kindern 8/7, – durch Schwermetalle 11/16f, – Schwitzen stärkt Immunkräfte 6/9, – und chronische Entzündungen 10/15f, – und Homocystein 1/13f
 Krebsbusch, südafrikanischer – Sutherlandia frutescens 5/48ff
 Krebsvorbeugung – mit Vitamin B17 3/53, – mit Vitamin C 7/9

Kreislauf – Stabilisierung durch Strophanthin 6/14f
 Kropf – heißer und kalter Knoten 3/48f
 Küchenkräuter – heilende Kraft (Buch) 8/58
 Kultur – der Stille (P.S.) 1/66
 Kunststoffe – Wunder der Zahntechnik 9/15f
 Kunststoffkleber, zahntechnischer – Nebenwirkungen 9/15f
Labor – Diagnostik bei Borreliose 7/20f
 Lactose-Unverträglichkeit 3/20f
 Lautsprache – Gebärdensprache 6/36f
 Lavendeltee – bei Unruhe und Nervosität 11/53
 Leben – ist die Lösung 8/10ff, – leichter durch Seelen-Coaching 7/28ff
 Leben, wirkliches – beginnt jetzt (Buch) 1/59, – mitten im falschen 2/10ff
 Lebensaufgaben – erkennen 6/10ff
 Lebenselixier Nr. 1 – die Atmung 4/40ff
 Lebensenergie – und Klangmassage 12/42f
 Lebenserwartung, längere – durch Rauchstopp etc. 10/7
 Lebensführerschein – in der Schule des Lebens (PS) 10/66
 Lebensfülle – ausdrücken 11/44f
 Lebenshilfe – durch kreatives Schreiben 8/32f
 Lebenslust – Kunst, die Fülle des Lebens zu schmecken 8/10ff
 Lebensmittel, fleischlose – Ratgeber für Muslime und Vegetarier 5/8
 Lebensmittel-Unverträglichkeiten – bittere Bissen 3/14f, 4/44f
 Lebensmittelzusätze – Auslöser allergischer Reaktionen 4/46f
 Lebensperspektive, neue – Motor für Heilung 3/39f
 Lebensretter Strophanthin – Erste Hilfe bei Herzinfarkt und Angina pectoris 6/12ff
 Lebensveränderung, radikale – nach dramatischer Krankheit 3/37f
 Leberbelastung – durch Candida 8/4
 Leberentgiftung – mit Alpha-Liponsäure, Mariendistel und Zink 4/28ff
 Lehmopastor Emanuel Felke – 150. Geburtstag 7/22ff
 Leichtigkeit, unbeschwerter – Erinnerung durch Klänge 12/44f
 Lernaufgaben des Lebens 6/10ff
 Lernschwierigkeiten – lösen mit Psychokinesiologie 7/32f
 Liebe – heilende Frequenz der 5/36ff
 Lieber – wie ein Kind 4/10ff
 Lieber leichter leben – Interview mit Hans Stébarl 7/28ff
 Liebeshormon Oxytocin 12/15f
 Linkshänder – andere Wahrnehmung der Welt 2/9
 Loslassen – durch Bogenschießen 5/30f
 Löwenzahn – bei Gallenstau und Depression 3/33f
 Lyme-Borreliose – Entstehung und Stadien 7/16f

Maden-Ambulanz – für Wundheilung 11/8
 Magen-Darm-Schleimhaut – Mumijo heilt 4/38f
 Magengeschwür – Grapefruitsamen-Extrakt gegen 1/8
 Magenverstopfung – Kamillenöl gegen 9/53
 Magersucht – Knochenschäden bei 4/9
 Magnesium-Mangel – fördert Diabetes-Folgeerkrankungen 7/6, – Hyperaktivitäts-Ursache 12/8
 Makuladegeneration – Hotline 10/4
 Malve – am Straßenrand 2/10ff
 Mandeln – Entfernung, ja oder nein 10/52f
 Männer – längeres Leben im Kloster 10/6
 Mariendistel – zur Leberentgiftung 4/28ff
 Maroni – Naturgeschenk Edelkastanie 10/32ff
 Masken – mit brauner Heilerde 5/26f
 Massagen – speziell für den Winter 2/50f
 Mastopathie, schmerzhaft 5/53f
 Medikamente, große – Glanz und Elend 1/44ff
 Medikamentenabbau – Behinderung durch Grapefruit 9/54f
 Medikamenten-Verschreibung – zu häufige 12/57
 Meditation – und Medizin 6/26f, – tibetische – für guten Schlaf (Buch) 12/58
 Meditationen-CDs – von Christina Kesler 10/7
 Meditieren, regelmäßiges – bremst Gehirnalterung 9/9

Medizin, traditionelle, europäische – Ganzheitliche Heilkunst des Abendlandes 8/12ff, 9/40ff
 Medizin-Geschädigte – Anlaufstellen 1/49f
 Meerrettich – Penicillin aus dem Garten 3/33f
 Mehrgenerationshäuser – Wohnform der Zukunft 10/30f
 Melatonin – im Morgenurin 7/4, – Stoff, aus dem die Träume sind 2/12ff, – Produktion – natürliche Steigerung 2/15f
 Melisse – Heilpflanze des Jahres 2006 2/8
 Metabolisches Syndrom – was verbirgt sich hinter dem? 5/42f
 Metallbelastungen – in Zahnmedizin 9/13f
 Midgard – Streifzüge mit Wolf-Dieter Stör (Buch) 9/58
 Migräne – Akupunktur gut bei 6/6, – Zusammenhang mit Endometriose 11/7
 Mikrostrom, heilender 3/24ff
 Mikrowellen – und Herzinfarkt 6/16f
 Milch – länger frisch durch neues Verfahren 5/55f, – Allergie 3/21f
 Milchsaff – der grünen, unreifen Papaya 9/37f
 Milchshakes (Buch) 6/59
 Milchunverträglichkeit – Power durch Pflanzenmilch 1/52f, 10/4
 Milieu, elektrisches – Regeneration 3/27f
 Milz-Homöopathikum – zur Unterstützung 2/4
 Minitrampoline 11/47f
 Mitgeföh – Schlüssel für Wunder 5/39f
 Mitte, innere – finden durch Bogenschießen 5/28ff
 Molke – als Naturheilverfahren 6/52f
 Morkebad 1/42f
 Moorbad 1/43f
 Morbus Basedow 3/50f – Autoimmunkrankung der Schilddrüse 3/50f
 Moringa oleifera – Wunderbaum für Dritte-Welt-Länder 7/52f
 Motivation, richtige – zum Ziel 2/21f
 MSM – Schwefelverbindung gegen Rheuma und für Gelenke 11/30ff
 Mückenstich, juckender – Oregano-Öl gegen 1/31f
 Müdigkeitssyndrom, chronisches – Olivenblattextrakt bei 7/38f
 Müheloses Sein 7/10ff
 Multiple Sklerose – immer mehr Jugendliche erkranken 3/6
 Mumijo – schwarzes Gold des Himalaja 4/34ff
 Musik – lindert OP-Schmerzen 8/7
 Musik-Früherziehung – nach Carl Orff 9/57f
 Muskeltraining – auf dem Trampolin 11/49f
 Muttermilch – erhöhte Schadstoffe 4/7, – Süßwasseraragen reduzieren
 Dioxingehalt 1/16
 Mutter-Tochter – Weisheit (Buch) 2/58
 Myome – Heilpflanzen bei 12/26f

Nagelbettentzündung – Retterspitz bei 10/24f
 Nährstoffe, wichtige – in schwarzem Sesam 2/37f
 Nase, verstopfte – Jin Shin Jyutsu bei 6/53
 Nasenmassage – im Winter 2/51f
 Nasennebenhöhle – Hilfe bei Schwerden 2/54f
 NASH – eine Modeerkrankung der Leber 4/55f
 Naturheilkunde – richtig anwenden (Buch) 9/58
 Naturkosmetik – in Gefahr durch EU-Bestimmungen 2/57f
 Nelke, Zimt, Lavendel – Antibiotika aus der Natur 3/53f
 Nerven-, Blut-, Zellbildung – Anregung durch Feinstromtherapie 3/27f
 Nervensystem, geschädigtes – durch Schwermetalle 11/17f
 Nervosität – Lavendeltee bei 11/53
 Netzwerke – der Generationen 10/28f
 Neugeburt – zweite Geburt durch Entfallung 12/10ff
 Neuroborreliose – Borreliose des Zentralen Nervensystems 9/47f
 Neurodermitis – Stutenmilch bei 7/9, – Stutenmilch bessert 3/7
 Neurotoxine – durch Borrelien 9/48f
 Niere, geschädigte – durch Tabakkonsum 4/6
 Nierenkrebsrisiko – durch Fettlieblichkeit 4/9
 Nierenmassage – im Winter 2/50f
 Nina Ruge – Alles wird gut im Job (Buch) 1/7
 Notfallapotheke, homöopathische 8/34ff

Ohnmacht – homöopathische Notfallapotheke 8/37f
 Ohrenmassage – im Winter 2/50f
 Ohrenscherzen – beim Telefonieren 6/54f
 Öko-effektive Produkte – durch Recycling I.P.S.I 3/66
 Ökonomisierung – des Menschen (P.S.) 2/66
 Öle, ätherische – Kochen mit 6/30ff
 Olivenblattextrakt – bei Borreliose 8/49f, – Heilen mit 7/36ff
 Operationsschmerzen – Musik lindert 8/7
 Orangeat-Alternative 12/49f
 Oregano-Öl – antibakterielles Mittel ersten Ranges 1/28ff
 Orotsäure – Vitamin B13 zur Leberentgiftung 4/33f
 Osteoporose – Therapie mit Mumijo 4/38f, – und Hormone 12/27f
 Östrogen – und Progesteron 12/22f
 Ouabain – Geheimnis des Strophanthin 6/15f
 Oxytocin – Kuschel- und Liebeshormon 12/15f
 Ozonid-Rezepturen – bei Borreliose 8/47f

Pädagogik – während der Pubertät 9/30f
 Papaya, grüne – Heilkraft der 9/36ff
 Papaya-Kraut – Enzymcocktail 9/38f
 Paracelsus – Vordenker moderner Pharmazie 8/18f
 Parodontitis – und Schlaganfall 10/14f, – Vitamin-C schützt vor 3/7
 Parodontose, chronische 8/55f
 Partner, mitfühlender – Arzt des Vertrauens 11/26ff
 Pflanzenfarben – für die Haare 6/49ff
 Pflanzenheilkunde – Hilfen für die Pubertät 9/32ff
 Pflanzenhormone – weibliche Rhythmen harmonisieren durch 12/22ff
 Pflanzenmedizin – wieder im Aufwind 3/66
 Pflanzenmilch – bei Milchunverträglichkeit 1/52f
 Pflanzenöl – für den Tank 2/66
 Pflanzenzäpfle – für Bluteinigungskur 3/32ff
 Pflanzenschutzmittel – Knoblauchsaft 9/66
 Pharaonen, alte – Darmsanierung nach 7/44ff
 Pilgerweg – Jakobsweg 4/20ff
 Poesie mit Händen – Gebärdensprache 6/34ff
 Poesietherapie – und Kreatives Schreiben 8/30ff
 Politik – und Spiritualität (s. Interview mit Bernhard Frickel 11/43f)
 Polyneuropathie – in den Beinen 1/54f
 Prämenstruelles Syndrom – Heilpflanzen für 12/24f, – Kalzium und Vitamin D gegen 5/6
 Probiotika – zur Stärkung der Darmflora 7/46f
 Progesteron – und Östrogen 12/22f
 Prostatakrebs – Zink gegen 3/8
 Pseudo-Allergien (s. Bittere Bissen 3/14ff, 4/44ff)
 Psoriasis – lindern des Bad 3/53
 Psychokinesologie – nach Hans Stöberl 7/28ff
 Psychosomatik – viele mögliche Therapien 2/4
 Pubertät – die zweite Geburt 9/28ff, – Pflanzenheilkunde in der 9/32ff
 Pulsieren – im Ohr 4/53

Qi Gong-Übungen – im Sommer 7/51f, – im Herbst 10/48f
 Qi Gong – emotionale Kompetenz steigern 6/40ff
 Quecksilberbelastung, tägliche – Belastung durch 11/12ff
 Quelle – allen Seins und aller Erfahrung 9/10ff
 Querrillen – in Fingernägeln 6/54f

Ratgeber, innerer – Dialog mit 7/31f
 Raucherin, schwangere – asthmatische Kleinkinder 6/9
 Rebounder – sanftes Schwingen auf dem Trampolin 11/49f
 Rechtsregulat – umfassendes Buch zum 3/6
 Recycling – von Möbeln (P.S.) 3/66
 Reflux – frühzeitiges Dinner 4/8
 Regelkreisläufe, gestörte 5/43f
 Reis – erstes Bio-Transfair-Produkt 8/66
 Reise – ins eigene Herz 1/10ff
 Reisekrankheit – homöopathische Notfallapotheke 8/38f
 Reizblase – Echte Goldrute bei 12/7

Reizstrom-Therapie – galvanische Feinstromtherapie 3/24ff
 Religionen, verschiedene – ein Herz 12/32f
 Resonanzraum, klingender – durch Klangmassage 12/43f
 Retterspitz – ein altes Hausmittel neu entdeckt 10/18ff
 Rettich – verschiedene Sorten 5/50f
 Rheuma – DMSO & MSM gegen 11/30ff
 Rhythmen, weibliche – harmonisieren mit Pflanzenhormonen 12/22ff
 Rhythmus – Leben im (Buch) 6/58
 Rhythmus der Natur – als Kraftquelle nutzen (Buch) 1/58
 Ringelblumenwickel – bei Venenentzündung 10/51
 Risikofaktor Entzündungen – Chronische Brandherde als Krankheitsursache 10/12ff
 Rituale – der Reinigung (s. Schwitzbäder) 10/40f
 Rizol-Therapie – bei Borreliose 8/47f
 Rohkost-Unverträglichkeit 3/21f
 Rückenschule – auf dem Trampolin 11/49f, – Gründung 12/9
 Rückzug – Winter ist Zeit zum 2/48f

Salatblätter – Heilwirkungen 8/42f
 Salatöl – für den Tank 2/66
 Sauerstoff-Therapie, intravenöse – bei Krebs 3/6
 Sauerstoffzufuhr – durch richtige Atmung 4/43f
 Sauna – erst Arbeit, dann Entspannung 10/43f
 Schadstoffe – Stoffwechsellstörungen durch 5/44f
 Schafgarbe – bei Magen-, Darm- und Gallenbeschwerden 3/33f
 Schattenseiten – der modernen Medizin 1/44ff
 Scheidentzündung – Retterspitz bei 10/24f
 Schilddrüse – Entzündung und Autoimmunerkrankung 3/48ff, – Überfunktion und Unterfunktion 2/26ff, – Entzündung – akute und unterschwellige 3/49f
 Schlaf, guter – durch warmes Bad 2/6, – tibetische Meditation für (Buch) 12/58
 Schlaflosigkeit – Kopfsalat bei 8/41f
 Schlafprobleme – Aromaöle helfen bei Schnupfen 2/53
 Schlanker – durch Molke 6/52f
 Schleimbeutel-Entzündung – Retterspitz-Wickel bei 10/23f
 Schleimhäute, gesunde – durch braune Heilerde 5/24f
 Schmerzen – Wärme lindert 11/8, – homöopathische Notfallapotheke 8/38f, – MSM-Schwefelverbindung gegen 11/34f
 Schmerzfreiheit – durch Feinstromtherapie 3/26f
 Schmerzweg-Beschwörung – nach Emil Coué 1/33f
 Schnarchen – Didgeridoo spielen hilft 6/8
 Schnupfen – Aromaöle sichern Schlaf 2/53
 Schönheit – zeigt sich auch auf Müllhalden 2/11f
 Schreibblockaden – assoziatives Schreiben gegen 8/33f
 Schreiben, kreatives – und Poesietherapie 8/30ff
 Schritt, erster – ist der wichtigste 2/23f
 Schulmisere – Konsequenzen (PS) 11/66
 Schürfwunden – Molke heilt 2/53
 Schüsslersalze – gegen Pulsieren im Ohr 4/53
 Schutzgeist Holunder 12/35f
 Schutzmaßnahmen – vor Zeckenstich-Infektionen 7/16f
 Schwangerschaft – erhöhter Jodbedarf 2/27f, – Risiko durch Paracetamol 11/6, – sanfte Töne für 10/8
 Schwarzpappel – Baum des Jahres 2006 1/6
 Schwedenbitter – selbst hergestellt 9/43f
 Schwefelverbindungen DMSO & MSM 11/30ff
 Schwerhörigkeit – durch Kinderspielzeug 8/6
 Schwermetallbelastungen – Diagnose und Behandlung 11/12ff, – in Zahnmedizin 9/13f
 Schwermetalle – Ausleitungsverfahren 11/18f, -Test – für zu Hause 12/4
 Schwingen – auf dem Trampolin 11/49f
 Schwingung, heilende – des Herzens 5/36ff
 Schwingungen, harmonisierende – auf gesamten Organismus 12/40ff

Schwitzbäder – Hamam, Sauna, Dampfbäder - mehr als Schwitzen 10/38ff
 Schwitzhüte – Reinigungs-Ritual 10/40f
 Seele – Bedürfnisse bewusst machen und handeln 3/40f
 Seelen-Coaching – mit Kinesiologie 7/28ff
 Seelentherapie – durch Tiere streicheln 12/19f
 Sehnscheiden-Entzündung – Retterspitz bei 10/23f
 Sehnsucht – Motor für spirituelle Entwicklung 9/10ff
 Selbstbehauptung – während der Pubertät 9/30f
 Selbstbeisterung – durch Autosuggestion 1/35f
 Selbstheilung – Interview mit Clemens Kuby 3/36ff, – Praxisbuch nach Dr. Hulda Clark 10/8
 Selbstreflexion – durch biographisches Schreiben 8/32f
 Selbstwerdung, menschliche – durch seelische Wunden 11/10ff
 Sendeanlagen – erfolgreiche Gegenwehr 10/57f
 Senioren – helfen Jugendlichen 10/28f
 Seniorensouvenire – streicheln 12/18f
 Sesam, schwarzer – Kraft des 2/36ff, – und braune Hirse 5/4
 Sinusitis, chronische – Hilfe bei 2/54f
 Sitzreibebad – nach E. Felke 7/27f
 Soja-Produkte – nicht gesundheitsschädlich 5/4
 Sommer – Ernährungsregeln der TCM 7/49f
 Sommerdepression 9/7
 Sommergrippe – TCM bei 7/50f
 Sonne – wirksam bei allen Krebsarten 5/9
 Spengleran Kolloide – bei Borreliose 9/49f, – Immuntherapie 4/12ff
 Spiritualität – mitten im Alltag 12/30ff
 Spitzwegerich – bei Asthma und Husten 3/33f
 Spontanheilung – feinstofflicher Prozess und Bewusstseinsarbeit 3/38f
 Spontanheilungsrate – Biologische Therapie erhöhen 1/56f
 Sport, extremer – Joghurt unterstützt Immunsystem 9/6
 Sportverletzungen – Schwefelverbindungen gegen 11/32f
 Sprache – zur Führung von sich selbst und anderen 2/43ff, -des Lebens – wichtigste Fremdsprache 6/10f
 Spuren, geheimnisvolle – am Himmel 8/24ff
 Stadien, drei – der Borreliose 9/47f
 Stiftung Warentest – verriest Naturheilkunde 4/4
 Stille, berührende – durch Klang-Erlebnis 12/44f
 Stillen – nicht immer empfehlenswert 8/4
 Stillfreundliches Krankenhaus – Förderung 2/56f
 Stimme, innere – folgen 4/10ff
 Stirnkopfschmerz – bei Landeanflug 7/55f
 Stor, Wolf-Dieter – Midgard (Buch) 9/58
 Streicheln, liebevolles – heilende Magie 12/15f
 Stress – Meeresblick gegen 4/8
 Strophanthin – Hilfe bei Herzinfarkt und Angina pectoris 6/12ff
 Struma – heißer und kalter Knoten 3/48f
 Stutenmilch – bei Neurodermitis 7/9
 Suchtverhalten – in der Pubertät 9/30f
 Sufis und Muslime – Reise zu (Buch) 11/58
 Süßmittel, alternative – für Weihnachtsbäckerei 12/47f
 Sutherlandia frutescens – Krebsbusch aus Südafrika 5/48ff
 Sweet Chestnut – Bachblüte Edelkastanie 10/35f

Tagesstart, guter – Anweisungen für 7/33f
 Tai-Chi – hilft älteren Menschen 1/66
 TCM – Gesund durch das Jahr: Frühling 3/44ff, - Sommer 7/48ff, - Herbst 10/46ff, - Winter 2/48ff, – und schwarzer Sesam 2/38f
 Telefonieren – Ohrenscherzen beim 6/54f
 Therapeuten ohne Grenzen – Freiwilligenvermittlung 12/56f
 Thymian – Grundlage von Retterspitz 10/18f
 Thymian, Oregano, Bohnenkraut – Antibiotika aus der Natur 3/52f
 Tiefkühlkost – ohne Zusatzstoffe 4/49f
 Tiere – in Kinderpsychiatrie etabliert 5/8, – wissen mehr (Buch) 5/58
 Titanschraube – im Hüftgelenk 11/54f
 Tomatis-Methode – Hörtherapie 5/12ff

Töne – als Medizin der akustischen
Konditionierung 5/13f, -sanfte – für gute
Schwangerschaft 10/8
Trad. Chin. Medizin – Gesund durch das
Jahr mit: Frühling 3/42ff, - Sommer
7/48ff, - Herbst 10/46ff, - Winter
2/48ff, - bei Borreliose 8/50f
Tradition, eigene – eigenes Zentrum finden
12/30f
Trad. Europäische Medizin –
Ganzheitliche Heilkunst des
Abendlandes 8/12ff, 9/40ff
Trampolin – aktives Entspannen und sanfte
Ganzkörperarbeit 11/46ff
Traubensilberkerze – im Klimakterium 2/4
Traum-Yoga – Reise zum inneren Meister
(Buch) 12/58
Trinkwasser – als Ware (PSI) 4/66
Tropen-Papaya – Heilkraft der 9/36ff
Tryptophan – zur Steigerung von
Melatonin 2/19f
Tschernobyl – 20 Jahre. Gesundheitliche
Folgen (PSI) 6/66
Tsunami – Delfine waren vor 3/56f
Tulpenblätter – giftig? 5/54f

Ueberbein – Hartnäckig, aber ungefähr-
lich 7/54f
Übergewicht – und Metabolisches
Syndrom 5/42ff
Uhr, biologische – durch Melatonin
gesteuert 2/14f
Umwelt-Zahnmedizin – Belastungen durch
zahnärztliche Materialien 9/12ff
Unterernährung – Unicef-Studie 8/56f
Unterscheidungsfähigkeit – statt Schwarz-
Weiß-Denken 6/26f
Urvertrauen – durch richtige Atmung 4/42f

Venenentzündung – Ringelblumenwickel
bei 10/51
Verbrennungen – homöopathische
Notfallapotheke 8/38f
Verletzungen – homöopathische
Notfallapotheke 8/38f
Vertrauen – im Hier und Jetzt 7/10ff, –
Oxytocin durch Stillen fördert 1/8, – wie
ein Kind 4/10ff
Verwundung – der Wunden in Perlen
11/10ff
Viersäftelehre – Humoralpathologie 8/17f
Virenhemmend – Olivenblattextrakt 7/37f
VitaBiosa – Kräuterfermente für den Urlaub
9/52f
Vitamin B3 – gefährliche Nebenwirkungen
10/4
Vitamin B6 und B12 – gegen erhöhten
Homocysteinspiegel 1/15f
Vitamin B17 – Krebsvorbeugung 3/53

Vitamin C – beugt Arteriosklerose vor 10/6
Vitamin-Lüge (Buch) 12/6
Vogelgrippe – aufklärendes Buch 5/8, –
Film-Dokumentation 7/4, – keine Panik
4/4, -Impfung – aus Blickwinkel eines
Homöopathen (PSI) 5/66
Volksmedizin – Weine als Heilmittel 9/20ff
Vollkornmehl – in Weihnachtsbäckerei
12/47f

Wachsamkeit, kritische – bei
Medikamenten 1/46f
Waldbestand, globaler – alarmierender
Schwund 3/56f
Waldwissen – im Internet 5/9
Wallfahrt – nach Santiago de
Compostela 4/20ff
Wasser – in Flaschen überflüssig 11/56f, –
und Musik (Buch) 2/58, – Wesen des
(Buch) 7/58, -sauberes – durch
Trinkhalm mit Filter 5/56f
Wasser und Lehm – gesunder Start in den
Tag 7/22ff
Wechseljahre – Broschüre 7/4, – natürli-
che Hormone 12/25f, – Sport lindert
8/6
Weg – über sich hinaus finden 1/10ff, –
zum Selbst – durch Autosuggestion
1/36f, -innerer – Herzensweg 12/31f
Wege der Heilung – Interview mit
Bernhard Fricke 11/38ff, -neue – mit
Kindern gehen (Buch) 4/59
Weihnachtsbäckerei, vollwertige – alle
Jahre wieder 12/46ff
Weine – traditionelle Heilmittel 9/20ff
Weißdorn – Herzpflegemittel 3/33f
Weizen – Getreide mit vielfältiger Heilkraft
10/50f
Weizenkeimextrakt, fermentierter 10/50f
Wellness-Trend – Bedürfnis nach
Berührung 12/19f
Weltreise – einer Jeans, durch
Globalisierung 4/56f
Wermutwein – Universal-Heilmittel der
Hildegard-Medizin 9/24f
Wertesystem – Verschiebung des 1/22f
Wetterbeeinflussung – und Chemtrails
8/25f
Wickel – mit brauner Heilerde 5/25f
Wickeltechnik – mit Retterspitz 10/20f
Winter – Ernährungsregeln der TCM 2/50f
Winterblues – Vollspektrumlampen gegen
2/18f
Winterdepression – Spaziergänge gegen
1/6
Winter-Melancholie – Fenchel vertreibt
12/53
Wirklichkeit der Seele – Kongress 9/56
Wirtschaft, vernetzte und soziale (Buch)
8/58

Wohnform der Zukunft –
Mehrgenerationshäuser 10/30f, – im
Alter 4/8
Wohngemeinschaft – Jung und Alt 10/26ff
Worte – der Weisheit 2006 (Buch) 1/58
Wunden, seelische – Verwandlung in
Perlen 11/10ff
Wunderbaum – Moringa oleifera 7/52f
Wundheilung – durch Feinstromtherapie
3/27f, – Maden-Ambulanz 11/8
Wundreinigung – mit lauwarmem Wasser
10/6
Wünschen, erfolgreich – Buch 1/7
Würzölmischungen, landestypische –
Kochen mit 6/32f

Xylit-Kaugummi – zur Kariesprophylaxe
10/54f

Zähne, nervtote und wurzelbehandelte –
Störfelder 9/17f
Zahnersatz-Legierungen – Belastungen
durch 9/14f
Zahnfleisch, gesundes – Vitamin C fürs 9/7
Zahnmedizin – Belastungen durch zahn-
ärztliche Materialien 9/12ff
Zahnschäden, kindliche – durch
Antibiotika 3/8
Zapper – nach Dr. Beck 10/4
Zeckengefahr, erhöhte 5/8
Zeckenkarte – zur vorsichtigen Entfernung
9/4
Zeckenstich – Borreliose durch 7/14ff,
8/44ff, 9/46ff
Zeit – mit Leben füllen 3/10ff
Zellen, intelligente – Erfahrungen steuern
Gene (Buch) 11/58
Zen – in der Kunst des Bogenschießens
5/34f
Zentrum, europäisches – für Down-
Syndrom-Patienten 12/56f
Zerstörung innen-Zerstörung außen –
Interview mit Bernhard Fricke 11/38ff
Ziegenmilch – Kleinkind-Nahrung, alterna-
tive 4/45f
Zielsetzungen, acht – zum Erfolg 2/20ff
Zimt – und schädliches Cumarin 12/50f
Zink – zur Leberentgiftung 4/28ff
Zöliakie – Wildreis unbedenklich 3/7
Zusatzstoffe – Risiko im Essen 4/47f
Zwilling – der verlorene (Buch) 7/58f, – im
Mutterleib (Buch) 11/4



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

Bestellung früherer Ausgaben/Sammelordner

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

- 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. (€ 36,-)
- Jahrgang 06 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. 089/3801 59-0, widerrufen kann. Zur Wahrung der Frist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs.

Datum/Unterschrift _____