



THERAPIE GERMAANSE NIEUWE GENEESKUNST

Dr. Hamer: “Velen van ons zullen op een of ander moment een conflict hebben en kanker krijgen, maar dat hoort bij het leven en is helemaal niet zo erg als men de principes van de Vijf Biologische Wetten eenmaal begrijpt. Zelfs als sommige mensen zich zorgen maken dat de GNM het conventionele medische (on)geloof niet aanvaardt, zullen zij al gauw worden overtuigd door de kracht van de logica, de schoonheid en het algemene beroep van de GNM-therapie op het gezonde mensenverstand.”

TIJDENS DE CONFLICTACTIEVE FASE

Typische signalen van conflictactiviteit zijn het constant bezig zijn met het conflict, slapeloosheid, gebrek aan eetlust en koude ledematen. Vanuit biologisch zicht hebben de stresstoestand, vooral de extra wakkere uren en het hele bezig-zijn met het conflict tot doel om de persoon in een toestand te brengen, die oplossing van een conflict mogelijk maakt. In andere woorden: op het ogenblik waarin wij een conflictshock krijgen, schakelt het autonome zenuwstelsel meteen over naar sympaticotonie (een verhoogde stresstoestand) om het organisme *meer* energie te leveren, om beter in staat te zijn het conflict op te lossen.

Ook vindt er, uitgaand van het bij het conflict betrokken hersenrelais, een biologisch zinvolle verandering plaats in het overeenkomstige orgaan. Als er voor een conflictoplossing *meer* celweefsel nodig is, reageert het bij het conflict betrokken orgaan of weefsel met *celvermeerdering*, zoals een tumorgezwel; als er *minder* celweefsel nodig is om te helpen bij conflictoplossing, antwoordt het orgaan of weefsel op het betrokken conflict met *cel-afbouw*, wat b.v. angina pectoris veroorzaakt (proces van de kransslagaders).

De basis van de GNM-therapie is dus om de biologische betekenis van de symptomen te *begrijpen* en hun proces te *ondersteunen* i.p.v. het te bevechten of te verstoren. Als we eenmaal begrijpen dat zeer specifieke symptomen, inclusief enkele kankers, kenmerkend zijn voor de conflictactieve fase, hebben **we de situatie absoluut onder controle. We kunnen snel alle paniek of angst overwinnen** en dus **nieuwe conflictshocks EN nieuwe symptomen voorkomen**, inclusief nieuwe kankers. **Vrij van angst kunnen wij ons volledig concentreren op de conflictoplossing.**

Er is natuurlijk geen algemeen antwoord te geven op de vraag, hoe men een conflict kan oplossen. De oplossing van elk conflict hangt altijd af van de persoonlijke omstandigheden. Maar een praktische oplossing is over het algemeen de beste en meest langdurige.

Omdat de genezingsymptomen altijd in verhouding staan met de hevigheid en duur van de conflictactieve fase, zouden we een conflict altijd zo snel mogelijk moeten oplossen.

Wanneer een conflict op dat moment onder druk van de omstandigheden of hevige gevoelens niet kan worden opgelost, is het zeer belangrijk, **het conflict lager te transformeren**. Extreme conflictactiviteit, die lang duurt, kost het lichaam zoveel energie dat het organisme wegteert en de persoon sterft aan zgn. cachexie [uitputting].

Als men een hevig conflict b.v. afzwakt door deeloplossingen te vinden, een verandering van houding [t.o.v. sommige situaties] of afleiding, nemen de symptomen op orgaangebied ook af, b.v. de omvang van een tumor. Dus schept een verlaagde “conflictmassa” ook betere voorwaarden voor de genezingsfase. **Dat is preventieve geneeskunde op z’n best!**

Tijdens de conflictactieve fase neemt men zelden lichamelijke “ziekte” symptomen waar. Kankers, die zich in de eerste fase ontwikkelen, zoals longkanker, borstklier-, prostaat-, baarmoeder-, dikke darm-, lever- of alveesklierkanker, worden gewoonlijk pas ontdekt tijdens routineonderzoek (PSA-tests, mammografie, uitstrijkje), door “vroegtijdige screening” of medische onderzoeken, die erop gericht zijn uit te zoeken of een kanker zich al heeft “verspreid” (röntgenonderzoek van de longen, onderzoek naar botdichtheid, scans van organen en alle soorten “-scopieën”). Natuurlijk kunnen deze procedures nieuwe conflicten veroorzaken, zoals “zorgconflicten”, “doodsangstconflicten”, “inbreuk op het gevoel van eigenwaarde-conflicten”, “weerstandconflicten” e.d., waarbij nog meer symptomen ontstaan, inclusief meer kankers.



Dr. Hamer: "Wat kankerdiagnose betreft: bij 40% van de routineonderzoeken vindt men oude, ingekapselde tumoren, die men met rust zou moeten laten. Als de diagnose een conflict heeft veroorzaakt, zoals een "doodsangstconflict" of "inbreuk op het gevoel van eigenwaarde-conflict", moet men deze conflicten aanpakken. In ieder geval is er nooit reden om in paniek te raken of bang te zijn vanwege 'uitzaaiende kankercellen'".

Bij **behandeling van conflictactieve symptomen** is het zeer belangrijk, middelen en wegen te vinden om het erbij betrokken conflict op te lossen en als volgende, maar even belangrijke stap, voorbereid te zijn op de voorspelbare genezings symptomen. **Hoe eerder wij met de GNM vertrouwd raken, hoe beter wij op de genezing zijn voorbereid.** Wanneer zich de verwachte genezings symptomen dan tenslotte voordoen, zullen zij geen angst of paniek veroorzaken, maar eerder met een gevoel van opluchting worden begroet.

TIJDENS DE GENEZINGSFASE

Krachteloosheid, moeheid, hoofdpijnen, zwelling, pijn, ontsteking, koorts, nachtzweet, etter, afscheiding (mogelijkerwijs vermengd met bloed), zogenaamde “infecties” en bepaalde kankersoorten zijn typische symptomen, die aangeven dat het betrokken conflict is opgelost en het erbij horende **orgaan of weefsel nu een natuurlijk helingsproces ondergaat**. Dus worden de meeste “ziekten”, inclusief intraductale borstkanker, baarmoederhalskanker, bronchiale kanker of non-Hodgkin-lymfoom – zowel door de reguliere- als de natuurgeneeskunde behandeld - *als zij reeds in de helingsfase zijn!*

Chemotherapie en bestraling zijn brutale, agressieve aanvallen op een lichaam dat bezig is met genezing.



Dr. Hamer: "Als de patiënt met alle feiten bekend is gemaakt, hoeven zijn symptomen hem niet langer angst aan te jagen. Hij kan deze nu volledig accepteren als genezings symptomen – die voorheen allemaal angst en paniek hebben gezaaid. In de meeste gevallen zal de hele episode voorbijgaan zonder ernstige gevolgen."

Constatering en herkenning van het feit dat zeer specifieke symptomen, inclusief bepaalde kankersoorten, overeenkomen met de oplossing van een zeer specifiek conflict, voorkomt ook nieuwe conflictshocks en dus het ontstaan van extra symptomen. De preventieve geneeskunde is hier op z'n best.

Degenen, die *na* het krijgen van een diagnose over de GNM horen zijn vaak in een wanhopige positie, vooral als er kanker is vastgesteld. Vol angst voor een “kwaadaardige” ziekte en bang dat de kanker zou kunnen “uitzaaien”, worden ze heen en weer getrokken tussen de leerstellingen van de reguliere geneeskunde en de medische ontdekkingen van dr. Hamer, die hen verzekeren dat kankers altijd

DISCLAIMER: informatie in dit artikel is geen vervanging voor professioneel medisch advies

biologisch zinvol en nooit een reden voor paniek zijn. Zoals dr. Hamer stelt: “Op zo’n manier heen en weer te worden getrokken tussen hoop en paniek is voor de patiënt heel moeilijk en veroorzaakt de ergste complicaties.” **Angst** veroorzaakt stress, die genezing schaadt. Angst ontnemt het lichaam zijn helingskracht. **Paniek** activeert in het lichaam nieuwe conflicten en reacties, die het genezingsproces verhinderen. Een typische reactie is b.v. het vasthouden van vocht (“Syndroom”) t.g.v. een “existentieconflict” of een “conflict rondom ziekenhuisopname”.

De Germaanse Nieuwe Geneeskunde is een nieuwe zienswijze in de geneeskunde, maar ook een nieuwe filosofie van het *bewustzijn*. Het is het besef dat ons organisme een onuitputtelijke creativiteit bezit en opmerkelijke zelfgenezende vermogens. Het is ook de erkenning dat elke lichaamscel een biologische wijsheid in zich draagt, die wij met alle levende wezens delen.

Generaties lang hebben de medische autoriteiten het menselijke denken tot slaaf gemaakt en gevangen gehouden met angst voor ziekten. De Vijf Biologische Wetten geven ons de kans, ons opnieuw met de Natuur te verbinden en ons vertrouwen te herwinnen in haar creatieve, intelligente kracht. Dankzij dr. Hamer’s onfeilbare integriteit en zijn toegewijd onderzoek tijdens de afgelopen dertig jaar, kunnen wij ons nu van deze angst bevrijden.

Geen geneesmiddel of apparaat in de hele wereld kan een conflict “wegnemen”. Conflictoplossing is een leerproces en onze kans om te groeien. De aanname dat wij deze gelegenheid zouden kunnen omzeilen met behulp van bepaalde geneesmiddelen of apparaten hoort bij een zienswijze, die voorbijgaat aan het diepe spirituele aspect van genezing.

DR. HAMER: “Deze groepen en personen, die met mijn ontdekkingen plagiaat plegen en hen verdraaien, zeggen dat de GNM geen therapie kan bieden. Zij doen de patiënten en het grote publiek ten onrechte geloven dat *hun* “therapieën”, *hun* “geneesmiddelen” of *hun* “apparaten” toepassingen zijn van de Germaanse Nieuwe Geneeskunst. Deze misleiding is in hun eigen belang en leidt patiënten slechts ervan af, hulp en genezing te vinden door de waarheid van de Vijf Biologische Wetten. In meer dan 90% van de gevallen geneest het lichaam zichzelf.”

Een therapeut, die de Germaanse Nieuwe Geneeskunde werkelijk begrijpt, zal erkennen en respecteren dat de patiënt zélf de enige werkelijke “healer” is – degene, die op dat moment aan het genezen is.

Een therapeut met een diepgaande kennis van de GNM weet, hoe hij het genezingsproces moet ondersteunen zonder het te verstoren of schade aan te richten. Hij of zij zal zich ook bewust zijn van de risico’s om een hevig conflict te snel op te lossen en dat men onder bepaalde omstandigheden een conflict beslist NIET mag oplossen om een moeilijke genezingscrisis te voorkomen. Als men het hele proces begrijpt, kunnen mogelijke complicaties worden voorzien en aangepakt, voordat zij kritiek worden. Bovendien kan men voorzichtig ingrijpen inplannen om een hevig genezingsproces te verlangsamen en de probleempunten te verzachten, zonder het helingsproces te onderbreken. Als patiënt en therapeut samenwerken om het de Natuur mogelijk te maken haar werk te doen, kan de genezingsfase voor beide een mooi, levensbevestigend proces worden.

Vooraf de steun en zorg van familie en vrienden zijn het kostbaarste geschenk dat een geliefde in die periode kan krijgen.

Dr. Hamer heeft het graag over "DE DANS OM DE PATIENT"

Men zou de geest van de GNM-Therapie niet beter kunnen omschrijven

Men zou altijd in gedachten moeten houden dat het genezingsproces, zowel in het **lichaam** als het erbij betrokken **hersenenrelais**, altijd parallel loopt met genezing op **emotioneel en psychisch vlak**. Daarom

moeten sporen, die een terugval in het conflict veroorzaken, worden herkend om het genezingsproces geheel af te kunnen ronden.

“**Opruiming**” van traumatische ervaringen kan eventueel het begin zijn van acute genezings symptomen, met de **risico's** van ernstige complicaties, vooral tijdens de Epileptoïde Crisis. Hetzelfde geldt voor technieken, die worden gebruikt bij Neuro Linguïstisch Programmeren. Elke methode gericht op het te tevoorschijn brengen en **herbeleven van oude trauma's zou een emotionele terugval kunnen veroorzaken**, gevolgd door conflictverwante fysieke symptomen – vaak tot verrassing van zowel patiënt als therapeut.

Affirmaties kunnen de herinnering aan een bepaalde conflictsituatie wakker houden en **leiden tot zich herhalende chronische toestanden**. Een voorbeeld: Een man kreeg een DHS toen zijn werkgever hem vertelde dat de beslist verwachte promotie niet naar hem, maar naar een van zijn collega's ging. Toen hij eenmaal aan de situatie gewend was geraakt, kreeg hij blaaskanker (heling van een conflict van “niet in staat zijn het territorium te markeren”, dat met de blaas te maken heeft). Vanwege die kanker was hij gedwongen om met vervroegd pensioen te gaan. Hoewel hij nu weg was van kantoor (de plek waar het “territoriummarkeringsconflict” plaatsvond) en van zijn collega (die zijn “territorium” had geschonden), werd de blaaskanker “chronisch”. Het bleek dat de sporen die het conflict deden herleven en dus de genezing van zijn kanker vertraagden, zijn op de collega's gerichte affirmaties waren, die hij meerdere keren per dag praktiseerde.

WAT COMPLICATIES BETREFT

DR. HAMER: “Tijdens de helings- en herstelfase kan zich – zowel op het gebied van de hersenen als het orgaan – een reeks complicaties voordoen. In de vagotone fase is het heel normaal om zich meerdere weken lang moe en krachteloos te voelen of zelfs, zoals bij hepatitis, meerdere maanden lang.

Vele patiënten, die tijdens hun hele conflictactieve kankerfase (sympaticotonie) nog bezig kunnen zijn, kunnen in de daarop volgende genezingsfase (vagotonie) zo moe worden dat zij niet eens uit bed kunnen komen. Deze toestand is echter in feite een heel goed teken en zelfs gewenst als meest optimale toestand.

In deze fase is *alles* in heling. Alle voor die tijd verwaarloosde of weggedrukte ‘zaken’ worden nu aangepakt – zowel in de hersenen als in het lichaam. Een abces b.v., dat op een “laag pitje” bleef doorsudderen, zal nu opvlammen; elke bloeding, die tot nu toe tot een minimum bleef beperkt vanwege vernauwde bloedvaten (tijdens de conflictactieve fase), zal nu toenemen en gewichtsverlies wordt gecompenseerd. Tenslotte worden nu alle “kwaadaardige tumoren” of necrosen afgebroken of weer opgevuld met behulp van schimmels en bacteriën.

Hoewel deze reacties als normaal en zelfs hoogst wenselijk kunnen worden beschouwd, kunnen zij ook complicaties met zich meebrengen, zoals zware bloedingen of gestoorde orgaanfunctie. Er kunnen zich ook complicaties voordoen wanneer een oedeem vitale kanalen blokkeert, wanneer een bronchiaal-“carcinoom” (in feite een atelectase) de functie van de bronchiën stoort of galstenen de galgangen blokkeren. Om die reden **is het uiterst belangrijk dat complicaties nooit worden onderschat**.

Op hersengebied doen zich de meeste complicaties voor tijdens de genezingsfase, als het lokale hersenoedeem de druk in de hersenen verhoogt. Dan moeten we alles doen om te verhinderen dat de patiënt in coma raakt. In die fase helpt het, in minder ernstige gevallen, om het oedeem op natuurlijke wijze terug te dringen door het drinken van sterke koffie of thee, inname van druivensuiker of vitamine C, plaatsing van een ijspakking op het hoofd of het nemen van koude douches. Koude kompressen op de “hot spot” in de hersenen zijn zeer aan te bevelen, vooral 's nachts. Patiënten in de genezingsfase lijden 's nachts het meest; d.w.z. tot rond 3 of 4 uur 's ochtends, wanneer het organisme omschakelt naar het dagritme. Men moet beslist direct zonlicht op het hoofd vermijden, evenals saunabezoek en hete baden. Wanneer in deze kritieke fase intraveneuze vloeistoffen worden toegediend, neemt de zwelling in de hersenen toe, wat een al ernstige situatie kan verergeren.”

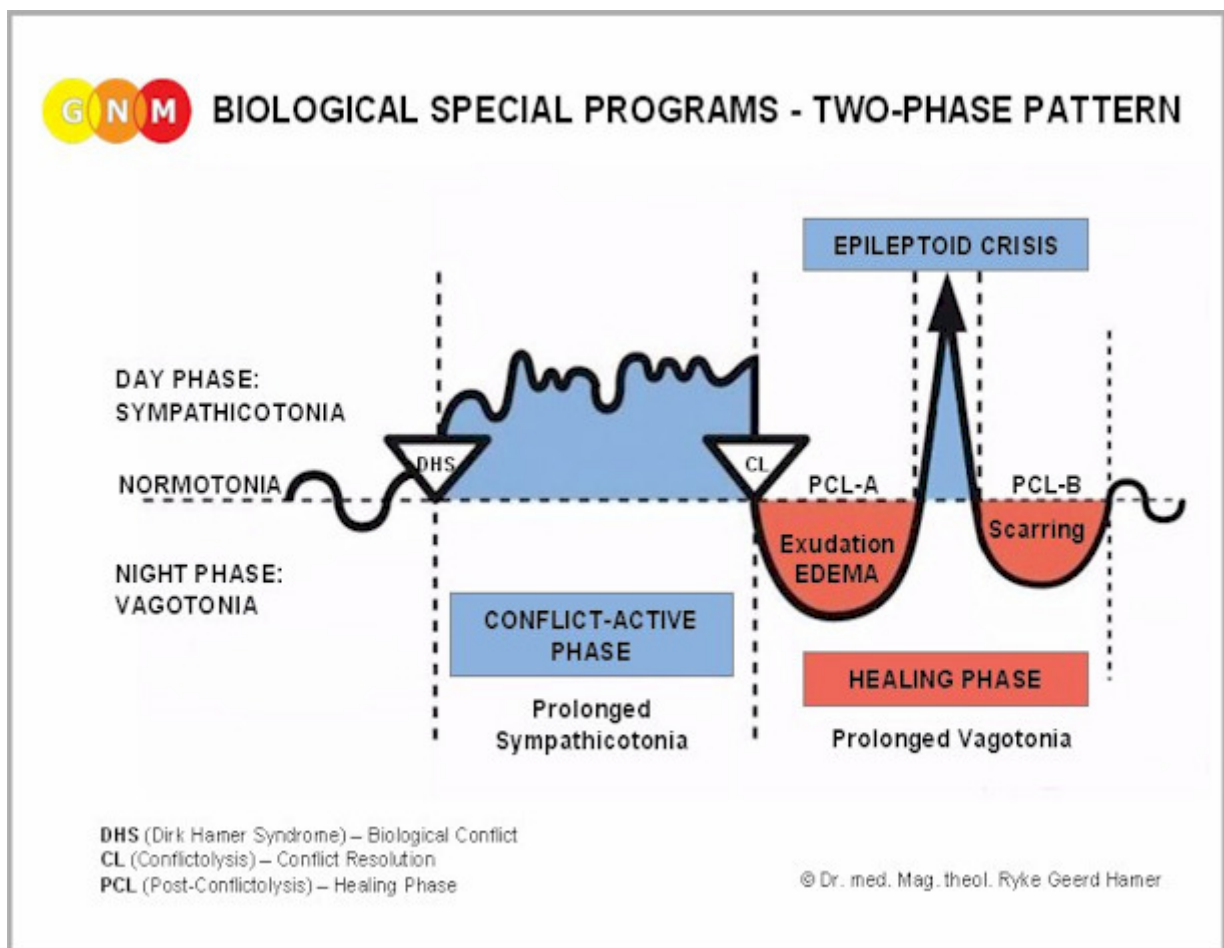
WAT OPERATIE BETREFT

DR. HAMER: "Operatie van een tumor wordt aanbevolen als vitale zenuwen, arteriën of aanvoer- of afvoerwegen worden geblokkeerd, b.v. als een groot gezwel de dikke darm, galgangen van de lever of de luchtpijp afsluit. Dat gebeurt bij 15-20% van deze kankers en zij zijn de enige gevallen, waarin een tumor complicaties kan opleveren. Ingekapselde tumoren, die niet konden worden afgebroken vanwege een gebrek aan de noodzakelijke microben, zouden eventueel chirurgisch kunnen worden verwijderd als zij de patiënt ongemak bezorgen. Maar de chirurg zou niet meer weefsel moeten verwijderen dan nodig is. Omdat kankers niet 'uitzaaien', is diep in gezond weefsel snijden onnodig."

WAT MEDICIJNEN BETREFT

DR. HAMER: "Medicijngebruik zou als regel zorgvuldig moeten worden overwogen en beperkt blijven tot noodgevallen. Inname van medicijnen kan zeker symptomen verlichten of wegnemen, of complicaties voorkomen, die zich voordoen tijdens de genezingsfase. Maar geen medicijn of therapie in de wereld kan een ziekte werkelijk genezen. Alleen de patiënt kan zijn symptomen 'behandelen', omdat alleen *hij* zijn conflict kan oplossen en alleen *hij* genezing teweeg kan brengen!"

Om überhaupt een zinvolle uitwerking te hebben moet men **medicijnen**, inclusief kruiden- en andere natuurgeneeskundige preparaten en dieetsupplementen, indelen volgens de tweefasigheid van elk SBS.



Een therapeut, die volgens de GNM werkt, zal zich ervan bewust zijn dat medicatie met sympaticotone eigenschappen de conflictactieve symptomen *verergeren* en het genezingsproces *vertraagt*, terwijl medicatie met vagotone eigenschappen het omgekeerde doet.

Medicatie tijdens de Conflictactieve Fase

DR. HAMER: "In de conflictactieve fase zou men een patiënt – als überhaupt – slechts "vagotone" medicijnen mogen geven, die de stresstoestand verminderen. Kalmeringsmiddelen, die men lange tijd inneemt, hebben echter het risico dat een actief conflict overgaat in een hangend conflict. Zij verminderen ook drastisch de motivatie en energie, die nodig zijn om het conflict op te lossen. Men moet in die periode sympaticotone middelen vermijden, omdat zij de conflictactieve symptomen *verergeren* en *verlengen*, met mogelijkerwijs ernstige gevolgen voor de patiënt."

Medicatie tijdens de Genezingsfase

DR. HAMER: "In de genezingsfase is geen medicatie nodig, behalve in ongeveer 10% van de gevallen.

Antibiotica onderbreken of stoppen het herstelwerk van microben op een genezend orgaan.

Cortison, antihistaminen, ontstekingsremmers en antibiotica zijn allemaal sympaticotone medicijnen met een stimulerend effect. Als zij tijdens de genezingsfase worden toegediend, verstoren en verlengen zij het natuurlijke genezingsproces en verhinderen volledig herstel.

Sympaticotone medicijnen **worden** echter aangeraden bij een hevige genezingsfase met mogelijk ernstige complicaties, vooral tijdens de Epileptoïde Crisis. Omdat het genezingsproces altijd wordt bestuurd vanuit het bij het orgaan betrokken hersenrelais, verminderen sympaticotone medicijnen het hersenoedeem en hiermee de orgaansymptomen. Men moet echter beslist beseffen dat sympaticotone medicijnen, zoals cortison, een al bestaande vochtophoping *versterken*, wat tot een ernstige situatie kan leiden, omdat het extra vocht ook in het genezende orgaan wordt vastgehouden ("Syndroom"), wat meer zwelling, pijn en eventueel levensbedreigende orgaanblokkades veroorzaakt, b.v. in de darmen of galwegen.

Cytostatica ("Chemotherapeutica") zijn giftige sympaticotone middelen. Zij versnellen de groei van tumoren, die zich in de conflictactieve fase ontwikkelen. Zij verminderen ook de elasticiteit van het bij de heling betrokken hersenweefsel. In de loop van chemobehandelingen neemt het hersenoedeem afwisselend af en dan weer toe. Dit "harmonica effect" kan tenslotte leiden tot scheuring van hersenweefsel, met alle consequenties van dien.

Bestraling heeft ook cytotoxische effecten. Radioactiviteit vernietigt gezonde lichaamscellen, inclusief beenmerg, waar bloedcellen worden aangemaakt. Als het organisme erin slaagt te herstellen, zien we in de helingsfase een leukemie (zoals bij een biologisch conflict van "inbreuk op het gevoel van eigenwaarde", dat met de botten te maken heeft).

Morfine is een sterk verdovend middel, dat een patiënt in de genezingsfase in nóg diepere vagotonie brengt, waardoor het hersenoedeem toeneemt, met het risico dat de patiënt ten gevolge van druk op de hersenen in coma raakt. Eén enkele morfine-injectie, die een patiënt op het dieptepunt van vagotonie krijgt toegediend, kan dodelijk zijn! Ook verlamt morfine de ingewanden en verzwakt de levenswil."

Angiogeneseremmers: De angiogenesetheorie beweert dat kankers de aanmaak van nieuwe bloedvaten (angiogenese) stimuleren om de tumor te voeden. Men neemt aan dat de extra haarvaten ervoor zorgen dat kleine, "onschadelijke" celclusters een grote, "kwaadaardige" tumor worden. Gebaseerd op de oude medische zienswijze dat kanker een "kwaadaardige ziekte" is, trachten angiogeneseremmers stop te zetten wat in werkelijkheid een zinvol proces is.

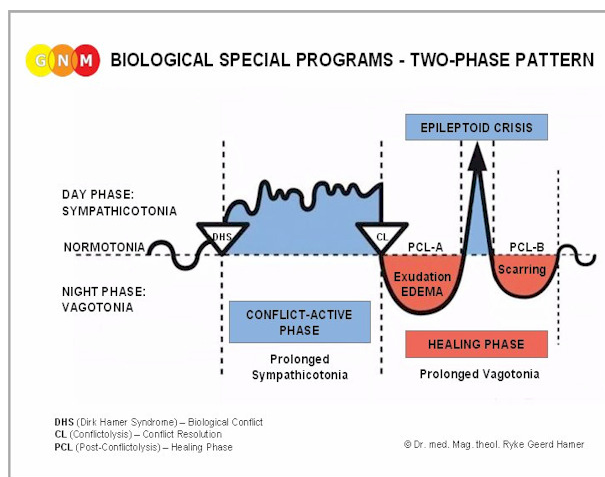
HET BELANG VAN EEN GEZOND DIEET

Dr. HAMER: "Een persoon, die gezond eet, heeft minder kans op biologische conflicten. Dat spreekt vanzelf. Dat komt veel overeen met het feit dat rijke mensen minder kankers krijgen dan arme, omdat de rijken vele conflicten kunnen oplossen door eenvoudigweg hun chequeboek te pakken en een cheque uit

DISCLAIMER: informatie in dit artikel is geen vervanging voor professioneel medisch advies

te schrijven. **Maar het is onmogelijk kanker (of enige andere ziekte) door een dieet te voorkomen, omdat zelfs een gezond dieet conflicten niet kan verhinderen.** In de Natuur zal een sterk, gezond dier natuurlijk minder kankers krijgen dan een zwak of oud dier. Maar dat betekent niet dat ouderdom dus kanker veroorzaakt.”

Het is vanzelfsprekend dat een gezond dieet essentieel is voor ons welzijn. Gezond eten is bijzonder belangrijk als we met een “biologisch programma” bezig zijn.



Tijdens conflictactiviteit staat de spijsvertering op een laag pitje, zodat men gewoonlijk weinig trek heeft. (Dr. Hamer: “een hert kan zijn verloren territorium niet met een volle maag terugveroveren!”). Tijdens deze stressfase kunnen dieetsupplementen zeer waardevol zijn, omdat zij de energie en kracht verhogen, die nodig zijn om de misère te verdragen en het conflict op te lossen.

Aan het begin van de genezingsfase krijgt men weer trek. Voedsel wordt nu echt een geneesmiddel. Wanneer een orgaan of weefsel zich in het herstelstadium bevindt, heeft het organisme veel voedingsstoffen nodig, die het genezingsproces ondersteunen. De energie, die wij door een gezond dieet verkrijgen, maakt genezing zoveel gemakkelijker. Omgekeerd kosten gifstoffen bevattende voedingsstoffen (bestrijdingsmiddelen, onkruidverdelgers, conserveringsmiddelen, toevoegingen aan voedsel e.d.) het lichaam energie. Dat kan het genezingsproces verlengen en zelfs compliceren.

Als wij volledig erkennen dat **ziekten in de PSYCHE beginnen en eindigen** en dat de hersenen het biologische controlecentrum zijn van alle lichaamsprocessen, inclusief “pathogene” veranderingen, begrijpen we ook beter dat **ons dieet of voedingssupplementen ziekte niet per se kunnen voorkomen, laat staan genezen**. Niettemin zal een gezond, liefst organisch dieet, het genezingsproces zeker versnellen, b.v. bij een reeds genezende kanker.

Het eten van grote hoeveelheden **eiwitrijk voedsel** is uiterst belangrijk tijdens genezing van tumoren, die door de oude hersenen worden bestuurd, zoals bij longkanker, lever-, dikke darm-, alvleesklier- of borstklierkanker. Als tuberculosebacillen bezig zijn een kanker te ontleden, scheidt het lichaam, samen met de resten van de tumor, veel eiwitten uit. Aanvulling van het verloren eiwit d.m.v. eiwitrijk voedsel kan het leven redden. “Sapvasten” of een “rauwkostdieet” zou in die periode ernstige complicaties kunnen veroorzaken. Hetzelfde geldt in die periode voor vasten.

Uitgaande van de tweefasigheid van elke “ziekte”, moet men de kwaliteit van voedsel, kruiden of supplementen in een heel ander licht zien. **Vitamine C** b.v. heeft “sympaticotone” eigenschappen en is dus een stimulerend middel. Dat verklaart, waarom Vitamine C “helpt” bij verkoudheid of waarom het pijn helpt verlichten (een vagotoon genezingsymptoom) als het intraveneus wordt toegediend. Als het in de *conflictactieve fase* in grote hoeveelheden wordt ingenomen, kan Vitamine C de symptomen *verergeren*, inclusief de groei van tumoren, die aangestuurd worden door de oude hersenen. In de *genezingsfase* *vermindert* Vitamine C echter de *helingsymptomen*, maar *verlengt* het genezingsproces. Dat zou een te

verwelkomen maatregel kunnen zijn om zeer hevige genezingsymptomen te vertragen (zie “Wat Medicijnen betreft” hierboven).

Koffie is, net als Vitamine C, een stimulerend middel. Daarom verlicht het drinken van koffie hoofdpijn (een vagotoon symptoom). Teveel koffie tijdens de conflictactieve fase versterkt echter de ermee verbonden symptomen, b.v. het vochtophoping en gewichtstoename door het vasthouden van vocht (veroorzaakt door “verlatings- en existentieconflicten”). Hetzelfde geldt voor frisdranken, “energiedranken” en alle andere opwekkende vloeistoffen.

Ongetwijfeld biedt de Germaanse Nieuwe Geneeskunst opwindende nieuwe inzichten voor voedingsdeskundigen *en* kruidenkenners.

Geschreven door

CAROLINE MARKOLIN, PH.D.

Uittreksel uit: www.LearningGNM.com