

Die Winterkur

Mit großen Schritten nähern wir uns der dunklen Jahreszeit, in der es uns an Licht, frischen Vitaminen und frischer Luft mangelt, da wir uns lieber in der warmen Bude aufhalten. Eine Zeit der Einkehr und des Rückzugs auch auf geistiger Ebene.

Da dachte ich mir, das ist eine gute Gelegenheit, ein vitamin- und mineralhaltiges Produkt mit Informationen zu versehen, die sowohl den Energiehaushalt stabilisieren als auch unterstützend bei der Auflösung vergangener Erlebnisse wirken.

Dafür hatten wir bisher die Kieselerde.

Für eine Winterkur ist aber meiner Erfahrung nach die biologische Rübenmelasse der Firma Rapunzel wesentlich geeigneter.

Da dieses Produkt nicht nur wertvolle Inhaltsstoffe hat, sondern auch schneller zellverfügbar ist (und auch noch gut schmeckt), kann es auch in warme Getränke wie Kaffee, Tee, Kakao oder warmes Wasser eingerührt werden.

Nach einigen Versuchen bin ich zu dem Ergebnis gekommen, dass es am besten ist, morgens eine höhere Dosis (einen halben Teelöffel) zum Frühstück einzunehmen. Dies kann also entweder auf Brot, in das beliebteste heiße Getränk oder auch pur geschehen.

Nach ungefähr einer Stunde entwickelt sich ein warm-wohliges Gefühl im Bauch. Sobald dieses nachlässt: einen viertel Teelöffel nachtanken!

Wenn das Gefühl nicht nachlässt, hast Du ein gesundes Immunsystem und kannst dieses unterstützen, indem Du zu jeder Mahlzeit ebenfalls einen viertel Teelöffel davon einnimmst.

Es kann passieren, dass während der Abendstunden oder auch nachts alte Gefühle und Erlebnisse hochkommen. Diese solltest Du Dir noch einmal ganz bewusst anschauen und versuchen, zu einer anderen Schlussfolgerung zu kommen als Du sie bisher hattest. Dadurch wird ein Stau in Deinem Energiekörper gelöst, und Dein Immunsystem kann den nächst höheren Gang wählen.

Nach drei bis vier Tagen Einnahme ist eine Überdosierung nicht mehr möglich. Das heißt, im Falle von typischen Winterproblemen wie Husten, Schnupfen oder auch energetischen Fehlern erhöht sich nach diesen drei Tagen der Appetit auf die Melasse. Diesem Appetit ist je nach Lust nachzugeben!

Ich empfehle zunächst nur eine Kur von zirka drei Monaten.

Ob es ratsam ist, die Melasse länger einzunehmen, müssen wir selbst noch herausfinden.

Alles Gute, Scharlatans Unlimited