

# Hilfe zur Selbsthilfe

## 14. & 15. Vereinsrundbrief

Liebe Mitglieder;

Weihnachten naht und als kleines Weihnachtsgeschenk haben wir für Sie einen extra dicken Rundbrief zusammengestellt und Ihnen eine ausgezeichnete Broschüre zum Thema Ernährung beigelegt – eine gesunde Alternative zur traditionellen deutschen Weihnachtskost.

Dieser Rundbrief steht ganz unter dem Zeichen „Dr. Clark“. Das interessante Interview mit ihm gibt wichtige Einblicke in die Anwendung der 21.-Tage-Kur und zeigt auf, auf was es vor allem ankommt. Herr Nussbaum berichtet in seinem Vortrag beim 6. Clark-Symposium nicht nur, wie er selbst als Holzschutzmittel-Geschädigter durch die konsequente Anwendung der Clark-Therapie und gesunder Ernährungsweisen Hilfe und Heilung erfuhr, sondern stellt uns auch vor Augen, wo sich überall in unserem Umfeld Gifte verbergen.

Wenn wir mit der therapeutischen Arbeit wirklich erfolgreich sein wollen, müssen wir untereinander unsere Erfahrungen austauschen. Daher noch einmal die Bitte an alle Therapeuten und Anwender der Clark-Therapie:

**Bitte teilen Sie uns Ihre Erfahrungen und neuen Entdeckungen im Zusammenhang mit der Clark-Therapie mit. Wir werden diese dann mit Ihrem Einverständnis veröffentlichen. Sind Sie Therapeut, ist dies für Sie auch ein Werbeeffekt. Ziel ist die enge Zusammenarbeit und der Informationsaustausch im Rahmen eines Forschungskreises. Von dem Synergie-Effekt wird jeder profitieren !**

**Mehr zum wichtigen Thema „Erfahrungsaustausch“ und unsere neue erweiterte Clark-Therapeuten erfahren Sie auf der letzten Seite des Rundbriefs unter News.**

Der Winter führt häufig zum Winterfrust. Daher haben wir erprobte Tipps gegen den Winterfrust für Sie zusammengestellt.

**Gesegnete Weihnachten und  
ein gutes, gesundes und glückliches Neues Jahr  
wünschen Ihnen**

Ihr Ludwig Jacob und Gernot Eckhardt  
Vorsitzende Naturheilverein „Hilfe zur Selbsthilfe“ e.V.

# Angst macht krank

Oder

## der goldene Mittelweg

(Ludwig Jacob)

Einige Leser werden sich nach der Lektüre dieses Rundbriefs wahrscheinlich fragen, was Sie bei all den Giften in uns und um uns herum noch zu sich nehmen, essen oder benutzen können. Da die absolute Vermeidung von Giften nicht möglich ist, ist die Stärkung der Selbstheilungskräfte von höchster Bedeutung.

**Quellen beständiger Schadstoffbelastung sollten man meiden, denn diese machen uns krank. Doch sollte das Ergebnis nicht sein, dass uns die Angst vor Giften noch kränker macht als die Gifte selbst !**

Daher ist auch hier der goldene Mittelweg der gangbarste Weg – auch wenn dieser für jeden anders aussieht. Denn jeder Mensch ist verschieden. Der eine kann mit einer sehr großen Menge Belastungsfaktoren noch gesund und alt werden, der andere entwickelt schon bei einer relativ geringen Menge Krebs oder eine andere chronische Krankheit. Wer schwer krank ist, muß mehr tun als jemand, der vorbeugt. Je früher Sie sich im Leben um Ihre Gesundheit kümmern, desto wirkungsvoller und einfacher die Maßnahmen.

Auch und gerade beim Schwerkranken muß man sehen, was für ihn machbar ist. Wenn immer mehr Vorschriften den Menschen letztlich nur entmutigen, ist die Therapie zum Scheitern verurteilt. Daher sollte jeder Betroffene einfach sein Bestes versuchen, und zwar auf jeder Ebene von Belastungsfaktoren: der Ernährungs-Ebene (Obst, Gemüse, Säure-Basenhaushalt, vegetarisch), der biologischen Ebene (Parasiten, Bakterien, Viren, Pilze), der physikalischen (Elektrosmog, Erdstrahlen) und der chemischen Ebene sowie der geistig-seelischen Ebene

Eine der kostengünstigsten und erfolgreichsten Heilmethoden ist übrigens das Gebet. Menschen, die beten und für die gebetet wird, haben eine deutlich bessere Prognose bei jeder Erkrankung, wie verschiedene Doppelblind-Studien erwiesen haben. Wer tiefes Vertrauen in die Zukunft und in die Machbarkeit seiner Heilung hat, hat die besten Chancen, gesund zu werden. Gott ist dabei die größte Quelle der Hoffnung und des Trostes, für dieses Leben als auch danach.

Das hat auch eine umfassende Studie an ca. 10.000 Teilnehmern von Prof. Grossarth-Maticsek ergeben: Menschen, die eine aktive Beziehung zu Gott hatten und im Gebet Zuflucht suchen konnten, erhielten dadurch die bei weitem größte Unterstützung in der Bewältigung von Dis-stress und existentiellen Krisen. Mit weitem Abstand an zweiter Stelle kam eine positive Familiensituation. Leider hatten nur 23% der Teilnehmer eine solche Beziehung zu Gott und damit diese großartige Möglichkeit der Lebensbewältigung. Dabei ist dies die kostengünstigste und hilfreichste Maßnahme.

In diesem Sinne und besonders zu Weihnachten: **Sorge Dich nicht, bete!**  
**Auszüge aus einem Video-Interview mit Dr. Clark**

(übersetzt und kommentiert von Georg Keppler)

Kurz nach Erscheinen des Buches „The cure of all Advanced Cancers“ wurde ein sehr schönes Video-Interview mit Dr. Clark veröffentlicht, leider nur in Englisch. In diesem Interview ist die Gewichtung der verschiedenen Krebs-Therapiemaßnahmen klar und deutlich herausgearbeitet. Diese Gewichtung habe ich selber aus dem 600-Seiten starken Buch nicht entnehmen können, und befürchte, dass es vielen anderen Lesern genauso geht. Darum halte ich das im Video Gesagte auch jetzt noch, volle 8 Jahre nach der Erstveröffentlichung, für eine wertvolle Richtlinie in der Behandlung von Krebs und anderen chronischer Krankheiten, und zwar gleichermaßen für Therapeuten wie für Patienten und interessierte Laien.

Ich habe mehr Gewicht auf Verständnis als auf wortgetreue Übersetzung<sup>[1]</sup> gelegt. Einem interessanten und lebhaften Vortrag fehlt in der nüchternen Textform oft die inspirierende Persönlichkeit des Sprechers. Das spielt bei Dr. Clark eine besonders grosse Rolle.

Im Video sind weitere Sprecher sowie Erklärungen in das eigentliche Interview mit Dr. Clark eingefügt. Dadurch entsteht manchmal der Eindruck von Gedankensprüngen, die ich durch Fussnoten und Informationen im Anhang zu minimieren versucht habe. Und nun zum Interview:

**Dr. Clark:** Bei jeder Krankheit, die ich im Verlauf der letzten 10 Jahre in meinem Büro zu sehen bekam, spielten Parasiten eine dominante Rolle.

*Wie kann man sich der Parasiten entledigen?*

**Dr. Clark:** In der grünen Hülle der Schwarzwalnuss gibt es Wirkstoffe, die alle Parasiten abtöten, die ich jemals getestet habe. (...) Ich bin mir sicher, dass es noch andere Mittel gibt, die das Gleiche bewirken können.

Mittlerweile gibt es Schwarzwalnuss auch in gefriergetrockneter Form, die noch wirksamer ist als alkoholische Tinktur. Anscheinend bleiben durch [den Prozess] des Gefrietrocknens einige zusätzliche Wirkstoffe erhalten, so dass man eigentlich gar keine Nelken und keinen Wermut mehr braucht. Es wurden [allerdings] noch nicht genug Experimente durchgeführt um [mit Sicherheit] sagen zu können, dass „Nelken und Wermut in allen Fällen unnötig sind“. Doch man kann jetzt die gefriergetrocknete Schwarzwalnuss einnehmen und sich den zusätzlichen Aufwand der Einnahme von Nelken und Wermut sparen.

*Bei Krebs spielen zwei Parasiten die Hauptrolle, Clostridien und der Darmegel (F. buski). Wie wird man davon befallen?*

**Dr. Clark:** Die Larvenform von F. buski gehört zur bösartigen Entwicklung [des Tumors]. Clostridium Bakterien gehören zur Phase des Tumorwachstums, bevor er bösartig wird. (...) Wir essen [ständig] Clostridien, weil sie im Schmutz allgegenwärtig sind, aber wir werden von den Clostridien im Schmutz nicht krank.

Wir essen [aber] auch einen weit verbreiteten Parasiten mit Namen Hasen-egel. Dieser Hasenegel verbirgt Clostridien auf ähnliche Weise wie das trojanische Pferd Soldaten verbarg – sie befinden sich im Inneren. Nach dem Verzehr [der Eier] des Hasenegels, der in nahezu allem Essen enthalten sein kann, dass Sie für 100% sicher gehalten haben, (...) Gemüse, Salate, Kartoffeln, etc., befinden sich lebende Clostridien im Organismus, [denn] der Hasenegel, der Träger von

Clostridien, wird von Siedepunkttemperaturen nicht abgetötet.

Alle Nahrungsmittel unserer Patienten werden von uns auf drei Schimmelarten getestet: Zearalenon, Patulin und Aflatoxin. Ich finde diese Schimmelpilze bzw. die drei von ihnen produzierten extrem starken Gifte (nicht die Schimmelpilze selbst) in Krebspatienten, und zwar genau im Tumor. Ich bin mir nicht sicher, welche Bedeutung das haben mag. Aber wenn man feststellt, dass [diese drei Gifte] ein gemeinsames Merkmal für [alle] Tumore sind, drängt sich der Gedanke auf, dass [dieses Merkmal] wichtig sein muss.

*Wo kommt Patulin her?*

**Dr. Clark:** Von allen schimmeligen Stellen in Obst und Gemüse, vor allem den braunen Stellen in Äpfeln. <sup>[2]</sup> (...) Deshalb rate ich, alles Obst und Gemüse, sowie Kartoffeln zu schälen und dabei die braunen, schimmeligen Stellen sorgfältig zu entfernen.

*Wie sehen Sie die Beziehung zwischen Haustieren und Kranken?*

**Dr. Clark:** Hautschuppen von Haustieren, Haustierspeichel und Haustierschmutz findet man an allen Gegenständen eines Raumes. Ich habe so manche Staubprobe aus Zimmern von mit Haustieren bewohnten Häusern getestet. Egal ob es sich um eine Katze (...) oder einen Hund handelt, ich finde überall Askarideneier und ich finde überall Bandwurmeier: auf dem Küchentisch, auf der Spüle, auf den Stühlen, überall wo man eine Staubprobe einsammeln kann. Und warum sollte es nicht so sein? Unsere eigenen Hautschuppen finden sich überall, unsere Mikroorganismen finden sich überall, warum sollte es mit denen unserer Haustiere anders sein?

*Inwieweit bedrohen diese [Haustier-] Parasiten den menschlichen Körper?*

**Dr. Clark:** Sie sind sehr krankheitserregend. Askariden gehören zu den schädlichsten Dingen, die einen befallen können. Sie verursachen z.B. [epileptische] Anfälle und sehr, sehr viele Gehirnstörungen. <sup>[3]</sup>

*Warum haben Sie im Titel ihres Buches das sehr kontroverse und gewichtige Wort „Heilung“ benutzt?*

**Dr. Clark:** Das Wort Heilung ist das zutreffende Wort. Ich wählte es [bewußt], weil es die akkurate Beschreibung dessen ist, was ich anstrebe.

*Wie beschreiben Sie die zweite Woche im Heilungsprozess eines Krebskranken?*

**Dr. Clark:** Am Ende der ersten Woche haben wir das Gewebe so gründlich gereinigt, dass wir uns den Versuch einer Öffnung des Tumors leisten können. Denken Sie daran, dass alles [Toxische], das Sie aus Ihrem Gewebe entfernen konnten, sich [trotzdem] noch immer innerhalb des Tumors befindet. Sie haben sich vielleicht von allen Parasiten, den Bakterien, allen Schwermetallen, Lösungsmitteln und Azofarbstoffen befreien können – Sie haben Ihr [Binde-]Gewebe in der ersten Woche davon befreit – aber all diese [Toxine] sitzen noch immer im Tumor.

*Möchten Sie damit sagen, dass die Bösartigkeit des Tumors schon beseitigt ist, und dass der Krebs uns nicht mehr umbringen kann?*

**Dr. Clark:** Oh, das machen wir am ersten Tag: Wir verabreichen lediglich eine [einzige] große Dosis grüner Schwarzwalnußschale. Das tötet (...) alle Larvenstadien des *F. buski* ab.

*Sind die Stadien des *F. buski* das Einzige was Bösartigkeit [eines Tumors] verursacht?*

**Dr. Clark:** Es ist bis heute das Einzige, was ich über einen Zeitraum von fünf Jahren bei der Untersuchung von ungefähr 3000 Krebspatienten gefunden habe. Es mag andere Faktoren geben, und andere Wissenschaftler können gerne danach suchen, aber ich habe nichts anderes gefunden.

*Warum haben andere Forscher nicht das Gleiche herausgefunden?*

**Dr. Clark:** Sie haben nicht danach gesucht.

*Nachdem die Bösartigkeit gestoppt wurde und wir uns in der 2. Woche befinden, in der der Tumor angegriffen wird, welche Nahrungsergänzungsmittel bevorzugen Sie?*

**Dr. Clark:** Wir haben nur einen zuverlässigen Weg gefunden den Tumor zu „öffnen“. <sup>[4]</sup>

Selbstverständlich wollen wir das nicht übereilen. Wenn der Körper nicht dafür bereit ist, d.h. wenn die Leber die enormen Mengen an Aflatoxin und Azofarbstoffen nicht entgiften kann, die aus dem Tumor freigesetzt werden, wird grosser Schaden angerichtet. Der Patient kann an den beim Öffnen des Tumor freigesetzten Giften sterben.

*Sind Aflatoxine und Azofarbstoffe die Ursache des Tumors?*

**Dr. Clark:** Unter anderem.

*Also haben wir im Laufe eines Lebens all diese Toxine angesammelt, aus denen der Tumor entsteht?*

**Dr. Clark:** In meinen Büchern ist die Tumorentstehung ziemlich ausführlich beschrieben, und zwar das Wachstum vor der Bösartigkeit in „Heilverfahren Aller Krebsarten“ und die Entwicklung von Bösartigkeit in „The Cure of All Advanced Cancers“. (...)

Wenn man eine Giftansammlung [im Körper] hat, ist das mit einem unter sicherem Verschluss im Haus aufbewahrten Müllberg vergleichbar. Wenn Sie Ihr Zuhause säubern, würden Sie die Müllbeutel öffnen? Nein, weil es das bei Ihnen sowieso schon herrschende Chaos nur vervielfachen würde.

*Wo kommen die Azofarbstoffe her?*

**Dr. Clark:** Azofarbstoffe wurden vormals als Nahrungsmittelfarbstoffe in vielen Produkten verwendet, z.B. Di-amino-Azo-Benzol (kurz: DAB) in Margarine. Das karzinogene Potential der Azofarbstoffe wurde bereits in den fünfziger Jahren erkannt, und es wurden Gesetze verabschiedet, die die Verwendung von Azofarbstoffen, zumindest den karzinogenen, in den meisten Lebensmitteln untersagten. Aber einige Farbstoffe sind immer noch erlaubt, z.B. in farbiger Grütze (...), Zuckerwaren und Bonbons. <sup>[5]</sup>

*Wie kommt es, dass man diese Azofarbstoffe heute in Krebspatienten findet, obwohl sie schon in den fünfziger Jahren verboten wurden?*

**Dr. Clark:** Das ist eine interessante Frage. Sie gab mir Rätsel auf, und sie muss jedem Rätsel aufgeben, dem diese Tatsachen bekannt sind. Die Farbstoffeverunreinigung entsteht im Herstellungsprozess. Herstellungsprozesse können einfach nicht sorgfältig [genug] sein. Jedenfalls glaube ich, dass der eigentliche Verschmutzungsweg über die ganz normale Chlorbleiche führt, weil ich Natriumhypochlorid in allen Nahrungsmitteln finde, die mit Azofarbstoffen belastet sind. Wir haben dafür [allerdings] keine Beweise. Wir haben zwar nach Testmöglichkeiten gesucht, aber ich konnte kein [einziges] Labor finden, dass Azofarbstoffe in irgendeiner Konzentration nachweisen



könnte. Denn man nimmt [allgemein] an, dass solche Belastungen nicht existieren, und Labore sind deshalb nicht daran gewöhnt, Azofarbstoffe in Nahrungsmitteln zu suchen.

*Kann man mit dem Syncrometer Azofarbstoffe finden?*

**Dr. Clark:** Aber sicher - ich habe einen Testsatz, der aus 18 Farbstoffen besteht und stelle immer wieder fest, dass Azofarbstoffe zusammen vorkommen.

[Das trifft] ganz besonders auf die beiden besonders schädlichen [Farbstoffe] zu, nämlich das schon vorher erwähnte DAB, und ein anderer mit Namen „Sudan Schwarz B“. Der Grund, warum ich diese beiden für die schädlichsten halte ist, dass sie zuletzt verschwinden, wenn wir Azofarbstoffe aus dem Körper ausleiten. Sobald, wie mit dem Syncrometer getestet, DAB aus dem Körper verschwunden ist, fällt der „alkalische Phosphatase“ Spiegel im Bluttest auf normal. Viele Leute sterben an erhöhter alkalischer Phosphatase – es greift ihre Knochen an.

*Ist DAB ein wichtiger [Tumor-] Marker, wenn Sie Krebspatienten untersuchen?*

**Dr. Clark:** Oh ja, und auch [das Fehlen] des anderen Farbstoffes „Sudan Schwarz B“ - wenn wir den ausgeleitet haben. Das dauert länger; er ist sehr viel schwieriger zu entfernen, weil er tief im Innern des [Tumor-] Kerns sitzt.

*Wo findet man „Sudan Schwarz B“?*

**Dr. Clark:** Zusammen mit anderen Azofarbstoffen als Verunreinigung in allen im Handel erhältlichen verarbeiteten Nahrungsmitteln.

*Diese Aussicht ist trübe. Gibt es eine Auflistung gesunder Nahrungsmittel?*

**Dr. Clark:** In meine Büchern „Heilung ist möglich“ und „Heilverfahren Aller Krebsarten“ habe ich eine ganze Menge unbedenklicher Nahrungsmittel aufgelistet, bzw. die Kriterien erklärt, mit deren Hilfe man sich unbedenkliche Nahrungsmittel aussuchen kann. (...)

*Ich habe bemerkt, dass die Haarfarbe die Sie tragen nicht Ihre natürliche Haarfarbe ist.*

**Dr. Clark:** (...) Ich experimentiere mit Haarfarben. (...) Ich versuche unbelastete Haarfarben zu entwickeln. Denn ich halte es für eine große Tragödie, dass alle im Handel erhältlichen Haarfarben Azofarbstoffen enthalten, vermutlich sogar legal, weil Haarfarben nicht von der FDA<sup>[6]</sup> kontrolliert werden.

*Das ist doch ein großes Krebspotential?*

**Dr. Clark:** Ein immens großes Krebspotential sogar! Viele denken, daß Azofarbstoffe nicht in den Körper eindringen, da unsere Haare ja aus dem Körper herauswachsen. Aber sofort nach dem Gebrauch von Haarfarben finden wir Azofarbstoffe in der Kopfhaut, genauer im Fett der Kopfhaut, weil diese Farbstoffe fettlöslich sind. Sie werden dort für ca. 6 Wochen gespeichert. Aber bis dahin wurde [meist] wieder neu eingefärbt. Von der Kopfhaut müssen die Azofarbstoffe in die Leber umgelagert werden, und von dort wandern sie zum Tumor oder anderen [individuell unterschiedlichen] Problemorganen. - Es gibt keinen Grund, warum man nicht azofarbstofffreie Haarfarbe herstellen könnte. (...)

*Wie kann man schädliche Körperpflegemittel vermeiden?*

**Dr. Clark:** Benutzen Sie keine [handelsüblichen Körperpflegemittel]. Man kann Sie nicht ungiftig machen. Sie sind alle belastet, von der Zahnpasta bis zum Shampoo – egal welche, sie sind alle

belastet. Darum werden am ersten Tag des 21-Tage Programms alle Körperpflegemittel weggeworfen. Sie werden nicht nur auf die Seite gelegt, sie werden weggeworfen, weil der Patient sie nie wieder benutzen darf.

*Warum muß man alle Körperpflegemittel wegwerfen?*

**Dr. Clark:** Weil sie alle belastet sind. Viele enthalten Isopropylalkohol und Azofarbstoffe, auch Schwermetalle - es ist schockierend.

*Wie ist es möglich, dass eine derart giftige Substanz wie Isopropylalkohol, die auch unter dem Namen Einreibe-Alkohol bekannt ist, in einer unglaublichen Vielfalt von Produkten verwendet wird, vom Shampoo über Kosmetika zu Hautplegemitteln und sogar Zahnpasta?*

**Dr. Clark:** Und das alles [geschieht], ohne das wir eine schädliche Wirkung bemerken. Wir haben [propylalkoholhaltige Produkte] möglicherweise mehr als 50 Jahre benutzt, vielleicht noch länger. Ich erinnere mich, daß mein Vater Einreibealkohol benutzt hat, als eine Art Aftershave. (...) [Die weitverbreitete Verwendung] liegt denke ich daran, dass die Giftigkeit von Isopropylalkohol so subtil ist. Er verursacht Mutationen, die ich mit dem Syncrometer entdeckte. Er bildet mit unseren körpereigenen Nukleinsäuren Isopropylkomplexe. (...) Er verbindet sich auch mit Vit.-C zu „Isopropylodene-Ascorbate“ [engl. Begriff - dt. Übersetzung nicht gefunden]. Vielleicht - und selbstverständlich sollte man sich seitens der biochemischen Forschung dieser Frage mit gesteigerter Aufmerksamkeit zuwenden - vielleicht bewirkt Isopropylalkohol Ascorbinsäuremangel, d.h. Vit.-C Mangel in unserem System.

*Die Bedeutung von Isopropylalkohol für verschiedene Krankheiten haben Sie in Ihren Büchern herausgearbeitet. Wie passen Allergien in dieses Konzept?*

**Dr. Clark:** Allergie beruht [in meinem Konzept] auf einer sehr wichtigen Störung, unter der wir alle leiden: Leberfunktionsstörung; das ist kein scharf umschriebener Begriff, denn wir alle haben [zumindest] in kleinem Ausmaß Leberfunktionsstörungen. Aber die heute [explosionsartig zunehmende] Häufigkeit von Allergien, insbesondere [eingestuft] unter „umweltempfindliche Menschen“ oder „Multiple Allergien“, ist sehr alarmierend. Wir sollten dies als Warnruf verstehen: „He, pass‘ doch auf, mit deiner Leber stimmt etwas nicht. Deine Leber kann die große Vielfalt [und Menge] der Chemikalien, die Du Deinem System zumutest nicht mehr entgiften. Hör‘ besser damit auf.“

*Welche Bedeutung hat die Leberreinigung in Bezug auf die Eliminierung von Parasiten und Bakterien?*

**Dr. Clark:** [Die Leberreinigung] eliminiert Bakterien sehr gut. Ich habe sie allein deshalb nicht in das 21-Tage Programm aufgenommen, weil die Patienten zu krank sind, um sich einer Leberreinigung zu unterziehen. Das kann später gemacht werden, wenn es ihnen ein bisschen besser geht. Aber im Frühstadium von Krebs (Heilverfahren aller Krebsarten) und bei vielen chronischen Problemen und Schmerzen (Heilung ist möglich) ist die Leberreinigung die möglicherweise effektivste Maßnahme, sich sofortige Erleichterung zu verschaffen. Speziell Schmerzen [zwischen den] Schulter- [blättern] verringern sich schon am darauffolgenden Tag.

*Haben Sie die Leberreinigung „erfunden“?*

**Dr. Clark:** Nein, Ich habe nur wiederholt damit experimentiert, um eine verlässliche Methode zu entwickeln, so dass von sagen wir 100 Leuten, die sie durchführen, zumindest bei 99 Steine abgehen.

*Sie haben „Steine“ gesagt - meinen Sie Steine wie man sie am Strand findet?*

**Dr. Clark:** Manchmal sind es Kieselsteine wie man sie am Strand findet: klein, grau, sehr hart. Aber meistens sind es [wachsweiche] größere, abgerundete, grün-gefärbte Objekte von der Grösse einer Erbse oder Bohne, oder einer Limabohne - und manchmal sind sie noch viel grösser.

*Kann man die „Steine“ auf einem Ultraschall- oder Röntgenbild sehen?*

**Dr. Clark:** Nein, das kann man nicht. Sie sind nicht dicht genug. Der Dichteunterschied [zwischen „Steinen“ und umliegendem Gewebe] ist nicht gross genug. Um etwas auf einem Röntgenbild oder Ultraschall sehen zu können, bedarf es eines merklichen Unterschieds in der Dichte. Es handelt sich ja lediglich um [eine Mischung aus] Cholesterinkristallen und anderen, matschigen Abfällen. <sup>[7]</sup>

*Auf dieser Zahnpastatube steht „sofort bei der Giftkontrolle“ <sup>[8]</sup> anrufen, falls Sie mehr Zahnpaste verschluckt haben als auf das Ende der Bürste passt“.*

**Dr. Clark:** Das habe ich selbst bis jetzt noch nicht gelesen, aber ich empfinde [natürlich] so. Zahnpasta ist sehr giftig, nicht nur weil darin viele Chemikalien enthalten sind, sondern auch weil die verwendeten Materialien sehr, sehr fein vermahlen werden, so fein dass, falls sie in Zahnextraktionskavernen geraten, sie dort nie wieder herauskommen. Ich finde in allen Extraktionskavernen Zahnpasta.

Kavernen sind oft Gebiete kleinerer Infektionen und werden in der Folge zu einem Ort, wo [der Körper] „Biomüll“ ablagert (Bio-akkumuliert). (...) Zahnpasta enthält auch viel Silikon. Silikon wird von den weißen Blutkörperchen „gefressen“, die dadurch funktionsunfähig werden. Daraus folgt Immunschwäche, Immunfehlfunktion aus der Zahnpastatube – das ist schrecklich.

*Die Vereinigung Amerikanischer Zahnärzte <sup>[9]</sup> ist der Meinung, dass „Silberfüllungen“ eigentlich keinen schlechten Einfluss auf unsere Gesundheit haben. Doch Sie, Frau Dr. Clark haben bewiesen, dass das nicht wahr ist.*

**Dr. Clark:** Ich würde diese [Füllungen] nicht als Silberfüllungen bezeichnen. Ich würde sie Quecksilber-Thallium-Lanthanoid-Füllungen nennen. Denn sie bestehen nicht nur aus Silber, Quecksilber, Eisen und Nickel, sondern sagen wir aus Silber, Quecksilber, Eisen, Nickel und den anderen 70 [metallischen] Elementen des Periodensystems einschließlich der extrem giftigen. Wir finden sogar Uran in diesen Füllungen. Wieviel mehr karzinogen kann es noch werden? Und der wichtigste Punkt, sie [die Metalle] entweichen. Ich glaube dass die Vereinigung Amerikanischer Zahnärzte sich nicht darüber im klaren ist - Sie macht auch keine Anstrengungen es experimentell herauszufinden - dass Metalle aus diesen Füllungen in den Nieren, der Leber, der Milz und anderen Organen gefunden werden. Wo immer sich der Tumor befindet, dort werden sie bio-akkumuliert.

*Was haben Sie denjenigen zu sagen, die bereits Ihre Amalgamfüllungen durch weiße Füllungen ersetzt haben?*

**Dr. Clark:** Ich muß mich (...) entschuldigen. Das habe ich empfohlen, als ich mein erstes Buch „Heilung aller Krebsarten“ geschrieben habe. Zu diesem Zeitpunkt wußte ich noch nicht, daß karzinogene Azofarbstoffe aus diesen Füllungen entweichen. Ich glaube nicht, dass irgendein Wissenschaftler irgendwo auf der Welt sich hätte vorstellen können, dass makellos weisser Zahn[ersatz] oder weisse Kronen auf karzinogene Farbstoffe getestet werden müssten, die rot sind.



Aber jeder Azofarbstoff ist mit anderen Azofarbstoffen verunreinigt. Und alle Materialien im Herstellungsprozess der synthetischen Zähne sind mit synthetischen Farben verunreinigt. (...) Diese Azofarbstoffe verursachen die bekannten p-53 Mutationen.

*Erklären Sie das bitte etwas genauer für Leute, die nicht wissen, was p53-Mutationen sind.*

**Dr. Clark:** Alle Tumore, alle bösartige Tumore sind mit Mutationen vollgepackt. Das bedeutet Brüche in den Chromosomen und Genmutationen. Deshalb macht man eine Biopsie und schickt sie ins Labor ein. Der Wissenschaftler im Labor schaut sich den Objektträger an und wenn er die [Art der stattfindenden] Mutation sieht, (...) kann er bestimmen, um welche Art von Krebs es sich handelt. [Die Existenz dieses Testverfahrens] weist auf die Tatsache hin, dass der Krebs in der Biopsieprobe weiterwächst.

*Sie haben also bewiesen, dass gesunde Zellen wegen der [Azo-]Farbstoffe zu Tumorzellen werden?*

**Dr. Clark:** Genau. Das ist ein Teil der Geschichte – es ist etwas komplizierter als nur das, aber [Azofarbstoffe] sind ein sehr grosser Teil [der Geschichte]. Man kann das Tumorwachstum nicht anhalten, und man kann mit der Tumorschrumpfung nicht anfangen, solange die Zufuhr von karzinogenen Farbstoffen nicht [vollständig] unterbunden wird.

*Warum muss ein wurzelbehandelter Zahn gezogen werden?*

**Dr. Clark:** Wo immer körperfremdes Material in Zahnwurzeln ist, die ja tief im [Kiefer-] Gewebe stecken, finden Clostridium Bakterien diese Stelle <sup>[10]</sup> und vermehren sich dort. Dabei ist die Zusammensetzung des [Wurzelfüll-] Materials völlig egal. Der Zahn wird in jedem Fall infiziert, [und zwar] ohne dass Sie Schmerzen fühlen. Sie bemerken es nicht, Sie fühlen keine Schmerzen, Sie werden durch nichts gewarnt, wenn die anaeroben Clostridien eine [neue] Heimat finden. <sup>[11]</sup>

*Haben Sie alle Ihre Forschungsarbeiten der vergangenen Jahre selbst finanziert?*

**Dr. Clark:** Ja.

*Welchen Gegenwert haben Sie dafür erhalten?*

**Dr. Clark:** „Wissen“ denke ich.

*Sie haben das also aus Herzensgüte getan, und statt nach finanziellen Vorteilen haben Sie nach Ihrer wahren Leidenschaft, der Heilung aller Krankheiten gesucht.*

**Dr. Clark:** Zumindest nach der Heilung von Krebs und HIV. Ich kann mich nicht um den ganzen Rest auch noch kümmern. Andere werden das tun, da jetzt die erforderliche Technologie zur Verfügung steht. Ich habe mir gedacht, dass ich mich auf Krebs und HIV konzentrieren sollte, weil es soviel Leiden verursacht.

**- ENDE des Interviews -**

**Anhang 1** (Cure of all Advanced Cancers, S. 195ff):

## **Fertig mit der ersten Woche [der 21-Tage Kur]**

Sie haben nun Ihr Körpergewebe und Körperfett von Parasiten, Bakterien, Metallen und Karzinogenen gereinigt. Viele Tumore – solche, die nur mit dünnen Wänden umgeben sind –

wurden ebenfalls gereinigt. Falls der Oberflächen-Tumor-Schrumpfer (siehe Glossar) angewendet wurde, haben Sie vielleicht das Schrumpfen schon beobachten können. Im Falle von A-Hypervitaminose-Symptomen (siehe Anhang 2) möchten Sie vielleicht eine Pause von mindestens drei Tagen einlegen (sowohl in der Oberflächenbehandlung als auch der oralen Einnahme).

Aber Tumore, die schwer erreichbar sind, oder von einem harten Mantel umgeben sind, haben noch nicht einmal damit angefangen, ihre Inhalte freizugeben. Das ist sehr gut so, weil die lebenswichtigen Organe einen besonderen Schutz vor den Tumoralten brauchen. Es ist mit dem Öffnen eines Raubtierkäfigs im Zoo zu vergleichen. Glutathion, ozonisiertes Wasser, Oreganoöl, ozonisiertes Öl und das Parasitenprogramm sind [jetzt] Ihre besonderen Beschützer. Denn im Inneren des Tumors, und zwar nur noch im Inneren, sind F. buski, Askariden, Hasenegel und Clostridien weiterhin am Leben.

Als nächstes beginnen wir mit der Entleerung [dem „Öffnen“] des Tumors, wobei alles getötet und entgiftet wird, was aus dem Tumor herauskommt.

Wir beginnen mit einer grossen Dosis von 12g Riboflavin (Vit.-B2) um das tumorumgebende Gewebe damit zu sättigen. Niedrigere Dosen vermögen dies nicht zu tun (eine Dosis DMSO hilft Vit.-B2 ins Gewebe einzudringen, und [hilft] den Giften [aus dem Tumor] herauszukommen, ist aber nicht unerlässlich). Plötzlich brechen alle Gifte aus dem Tumor hervor und ergiessen sich in Ihren (!) Körper: Aflatoxin, Zearalenon und Benzol - Asbest und Schwermetalle - karzinogene Plastikpartikel (nicht polymerisierte Monomere) und karzinogene Azofarbstoffe - Silikon aus alter Zahnpasta und staubbindenden Sprays - Acrylsäure und Acrolein - die Malonate (Malonsäure und ihre Derivate) - Egel und Askariden – all diese Gifte und Parasiten werden freigesetzt. Wir werden auch noch einen Magneten benutzen, um damit Lanthanoide und Eisen zu mobilisieren.

Die Schleusen wurden geöffnet. Genug Vit.-B2 muss zur Verfügung stehen, um sich mit allen Azofarbstoffen, Benzol und Acrylsäure zu verbinden, genug Glutathion, um die Leber vor allem Aflatoxin zu schützen, genug Magnesium, um alles Phenol zu entgiften. Es muss genug ozonisiertes Wasser vorhanden sein, um sich mit allen Metallen zu verbinden, und genug ozonisiertes Öl um alle entweichenden Viren abzutöten. Und selbstverständlich müssen alle [aus dem Tumor] flüchtenden Parasiten und Bakterien sofort getötet werden. Am Schluss bedarf es noch ausreichend grosser magnetischer Kraft, um Lanthanoide und Eisen [aus dem Tumor heraus-]

zu ziehen. Danach können die Kalziumablagerungen mit Hilfe von Phytinsäure<sup>[12]</sup> und Vit.-D aufgelöst werden, wodurch die „Verdau mich“-Fahnen, Phosphatidyl-serin, wieder funktionieren. Pankreatin und Lipase kommen nun ins Spiel, um den Proteinanteil und den Acrolein-Fett-Rest zu verdauen. Peroxidase und Katalase erscheinen auch. Der Tumor ist jetzt entleert und im Begriff verdaut zu werden. Bald darauf kann er vom normalen Gewebe nicht mehr unterschieden werden.

Unterdessen wird Asbest, Silikon und Urethan um so schneller ausgeschieden, je mehr Urin produziert wird.

Falls kein Asbest und keine Azofarbstoffe gegessen [aufgenommen] werden, kann der Tumor in 2-3 Tagen entleert werden. Während dieser Toxinflut verursacht Vanadium eine Gammaglobulin-Erhöhung; Azofarbstoffe verursachen Mutationen der Vitamin-A-Rezeptoren. Darüber hinaus verursachen Farbstoffe auch Enzym-Mutationen, die die LDH-Werte und Alkalische Phosphatase erhöhen. Freigesetztes Kupfer, Phenanthrolin und toxisches, anorganisches Germanium

erniedrigen die Blut-Eisenwerte, wodurch nicht genügend davon das Knochenmark erreicht. Deshalb wendet sich der Vorteil der Tumorschrumpfung zum Nachteil für Ihre weissen Blutkörperchen, Leber und anderen lebenswichtigen Organe, die die Belastung tragen müssen. Falls LDH-Werte oder alkalische Phosphatase zu sehr ansteigen, sollten Sie durch intravenösen

Entgiftung<sup>[13]</sup> helfen. Glücklicherweise erringen die weissen Blutkörperchen [bald] ihre Fähigkeit zur Mithilfe zurück und „fressen“ wieder alles auf. Daher muss man viel weniger entgiften.

Die Leberkräuter helfen dabei, den ganzen Verbund der Toxine zu den Nieren zu schicken, und die Nierenkräuter schicken sie von dort in die Blase. Darum benutzen Sie sowohl die Kräuter als auch die Nahrungsergänzungsmittel.

Jedoch hält die Blase die Gifte in konzentrierter Form zurück und erlaubt, falls nicht genügend Urin produziert wird, einen Rücklauf in den Körper. In der folgenden Woche müssen Sie so viel trinken, dass vier Liter Urin in 24h produziert werden.

## Anhang 2 (The Cure of all Cancers, S.572ff):

### **Der Oberflächen-Tumor Schrumpfer**

#### **Für Hautgeschwulste:**

- (1) 1 Tropfen Vit.-A (Retinol-Acetat oder -palmitat) 50.000 I.E.
- (2) 1 Tropfen Wintergrünöl (Nicht synthetisch, nicht destilliert)
- (3) 1 Tropfen DMSO
- (4) 1 Prise gefriergetrocknetes Schwarzwalnutspulver
- (5) 1 Prise Vit.-B2 Pulver
- (6)

Mit einem Plastikmesser alles zusammenrühren; mit dem Finger auf die Geschwulst auftragen; sofort mit Klebestreifen (Tesa, Kreppband) luftdicht versiegeln und für drei Tage ungestört lassen. Falls die Ecken ausfransen, mehr Klebestreifen benutzen. Nicht während der Dusche abmachen.

Keine Seife außer Borax<sup>[14]</sup> auf der Haut benutzen; keine Kosmetika außer hausgemachten benutzen; keine Öle oder Lotionen benutzen, die die Haut weich machen oder einfetten.

Nach drei Tagen die Anwendung erneuern. Zur gleichen Zeit tägl. 1 bis 3 Tropfen Vit.-A (50.000 I.E. pro Tropfen) oral einnehmen. Grosse Vit.-A Dosen sind zur Auflösung der Geschwulst notwendig. Die benachbarten Hauptpartien können sich röten und brennen; auch können sich die äusseren Hautschichten lösen oder schälen. Gerade dieser Effekt ist bei Hautkrebs erwünscht. Sie können, falls notwendig, diesen Prozess durch weniger häufige Anwendung verlangsamen.

**Vorsicht:** Ständige Anwendung von Vit.-A in dieser Dosierung verursacht A-Hypervitaminose (Hautreizung, Kopfschmerz, Rötung, Jucken, Schuppung). Wägen Sie diese Nachteile gegen die von Ihnen beobachteten Verbesserungen ab. Eine mögliche Methode ist, nach sechs Tagen Anwendung für sechs Tage zu pausieren, damit die Symptome abklingen können, und dann [das Ganze zu] wiederholen.

**Für Tumore unter der Haut** die dicht genug an der Oberfläche liegen, um tastbar zu sein, wie z.B. Brust und Achselhöhlen: Sie haben eine gute Chance diese Tumore mit dem Oberflächen-Tumor-Schrumpfer zu erreichen, benötigen jedoch eine grössere Menge davon.

Gemisch mit dem Finger auftragen. Fest und sicher verkleben. Mit Sport-BH oder geeignetem Pflaster am Platz halten, darüber keinen regulären BH oder enge Kleider tragen. Für grössere Flächen:

- 1 Teelöffel Vit.-A (1500 I.E. / g).
- 1 Teelöffel Wintergrünöl
- 1 Teelöffel DMSO
- 1 Kapsel gefriergetrocknete Schwarzwalnutspulver
- 1 Kapsel Vit.-B2 (300mg)
- 

Alle Zutaten in einem Glasgefäss verschütteln oder mit dem Finger verrühren. Nach dem Auftragen ein Stück Plastik über die Fläche legen und die Ränder mit Klebeband gut abkleben (die Ecke einer Plastiktüte eignet sich gut für die Brust). Während der Dusche nicht entfernen. Nach drei Tagen die oberste Ecke ablösen um mehr Salbe aufzutragen oder komplett erneuern.

**Für eiternde (nasse) Tumore:** Wenn die Haut durchbrochen ist besteht Infektionsgefahr. Sie können zur Desinfektion Lugol'sche Lösung oder Zahnbleiche verwenden. Andere Desinfektionsmittel sind nicht stark genug. Legen Sie ein Blatt Toilettenpapier über die eiternde/nässende Fläche. Giessen Sie darauf Tropfen für Tropfen Lugol'sche Lösung, bis das Papier ganz durchnässt ist. Sie können (1:10) verdünnte Zahnbleiche benutzen. Dann Oreganoöl auf die gleiche Weise auftropfen. Seien Sie auf etwas Brennen gefasst. Testen Sie die Hautoberfläche mit beiden Arten der Applikation auf Verträglichkeit. Bedecken Sie die behandelte Wunde nicht mit Kleidern. Das Papier saugt die Flüssigkeit auf und hält die Wunde trocken und belüftet.

Wärme in Form einer Heisswasserflasche unter der Achsel wirkt heilend, ähnlich dem [Spülen mit] heissen Wasser nach einer Zahnextraktion. Tumore können [so] an die Oberfläche „gezogen“ werden, wo Sie besser entleert werden können, als das nach Innen [geschehen könnte]. Die Hitze bewirkt auch höhere arterielle Durchblutung, was höhere Immunstärke bedeutet. Wenn Eiterung/Nässung nach Aussen beginnt, sollte das Gebiet trocken gehalten werden, um den Heilungsprozess zu unterstützen.

Falls oberflächenbehandelte Tumore nicht schrumpfen, sondern statt dessen grösser werden, bedeutet dies, dass Sie sich weiterhin durch die Nahrungsmittel mit Parasiten und Bakterien infizieren und/oder Gifte wie Asbest, Isopropylalkohol und Benzol zu sich nehmen. Es gibt keine Ausnahmen. Sie müssen nach den Quellen dieser Belastungen in der Nahrung [uns Getränken] und dem Gebiss [sowie Wohnumfeld] suchen. Ziehen Sie einen Therapeuten zu Rate.

## Krebstherapie nach Clark

1. **Wachstumsstopp des Tumors** mit einmaliger großer Dosis gefriergetrockneter Schwarzwalnuß-Schale oder Schwarzwalnuß-Tinktur.
2. **Ausleitung von Toxinen aus den Körpergeweben** (erste Woche der 21-Tage Kur, siehe Anhang 1)
  - Azofarbstoffen, Benzol und Acrylsäure mit Vit.-B2
  - Aflatoxin (Pilzgifte) mit Glutathion
  - Phenol mit Magnesium
  - Metalle mit ozonisiertem Wasser
  - Viren mit ozonisiertem Öl
  - Parasiten und Bakterien durch Zappen und Schwarzwalnuß
3. **Tumoröffnung** mit 12g Vit.-B2
4. **Ausleitung der aus dem Tumor freigesetzten Gifte**
  - Wie unter 2.
  - Magnet (100 Gauss) um Eisen und Lanthanoide aus dem Tumor herauszuziehen
  - Vanadium verursacht Gamma-Globulin Erhöhung
  - Azofarbstoffe verursachen Mutationen der Vitamin-A-Rezeptoren & Enzym-Mutationen, die LDH & alkalische Phosphatase erhöhen (ggf. Glutathion- DMSO/EDTA- Infusionen)
  - Eisen, Phenanthrolin (u.U. Asbest) erniedrigen Bluteisenwerte
  - Leber- und Nierenkräuter einnehmen
  - Genug Wasser trinken (v.a. zur Ausleitung von Asbest, Silikon & Urethan), um vier Liter Urin pro Tag zu produzieren
5. **Tumorschrumpfung**
  - Kalziumablagerungen mit Hilfe von Inositol & Vit.-D auflösen
  - Pankreatin & Lipase zum Verdauen des Tumors
  - Peroxidase und Katalase

Weitere zur 21-Tage-Kur finden Sie im 9. Vereinsrundbrief und in der deutschen Zusammenfassung „The Cure for all Advanced Cancers“ von Ludwig Jacob.

## Gesundheitstips für den Winterfrust

Besonders im Herbst und Winter führt der Mangel an Sonnenlicht häufig zu Lethargie, depressiv-pessimistischer Grundstimmung, exzessivem Essen, verminderter Immunabwehr, übermäßigem

Schlaf, Morgenmüdigkeit und Konzentrationsschwäche. Die sogenannte Winterdepression wird schon seit vielen Jahren erfolgreich mit besonders hellem Licht behandelt. Man sollte das Sonnenlicht im Winter sehr bewusst ausnutzen. Denn das Sonnenlicht regeneriert Körper, Geist und Seele. Es heilt Winterdepressionen und steigert die Leistung, fördert Motivation, Konzentration und Kreativität, lindert Schlafstörungen und Morgenmüdigkeit, aktiviert die Immunabwehr und den Hormonhaushalt, steuert die Vitamin D3-Synthese und lindert Osteoporose, reduziert das Verlangen nach exzessivem Essen, Alkohol und Tabak, senkt Bluthochdruck und erhöhte Cholesterinwerte. Es lindert Hautkrankheiten, vegetative Störungen, Migräne, Asthma, Diabetes und PMS-Beschwerden.

Wir leben sowohl direkt als auch indirekt vom Licht der Sonne. Das ganze Leben auf der Erde basiert auf der Energie des Sonnenlichts, die Pflanzen zur Reduktion von Kohlenstoffverbindungen benutzen. Diese reduzierten Verbindungen oxidieren oder verbrennen wir in unserem Stoffwechsel und gewinnen so unsere Energie.

Natürliches Tageslicht setzt sich aus sichtbaren und unsichtbaren Licht-Spektren zusammen: Ultraviolett B+A, Violett, Blau, Grün, Gelb, Orange, Rot, Infrarot. Diese verschiedenen Licht-Spektral-(=Farb)Anteile haben wichtige körperliche und seelische Auswirkungen – vor allem auch das UV-B-Licht.

Zu hohe Dosen UV-Strahlung können Sonnenbrand und als Spätfolge Hautkrebs auslösen. Wissenschaftlich erwiesen ist aber auch, daß eine gewisse Menge UV-Licht für ein gesundes Leben unabdingbar ist. Denn: UV-Licht aktiviert das Immunsystem und die Vitamin-D-Synthese (Knochenaufbau), es erhöht die Herzleistung, senkt die Cholesterinwerte und den Blutdruck, erhöht die Produktion von Geschlechtshormonen und wirkt sich sehr positiv bei Diabetes, Krebs, Klimakterium, Schlafstörungen, Asthma, Osteoporose und bestimmten Hautleiden aus. UV-Licht bewirkt die Erzeugung von Krebschutzstoffen, wie u.a. von Nationalen US-Krebsforschungsinstituten nachgewiesen wurde, und die Senkung des Herzinfarkt- und Brustkrebsrisikos um rund 60 %. Es kommt also auf die richtige Dosis an. Ein UV-Mißbrauch mit Vollspektrumlicht im Innenraum ist praktisch ausgeschlossen – es werden etwa 500-1000 (2000) Lux Helligkeit erreicht – im natürlichen Außenlicht dagegen etwa 130 000 Lux, also etwa die 100-200-fache Helligkeit.

Nichts kann das Licht der Sonne ersetzen, echtes Vollspektrum- oder Biolicht entspricht aber zumindest zu über 95% dem natürlichen Spektrum der Sonne. Damit ist es zur Zeit das optimale Mittel, um Sonnenlichtmangel in Innenräumen auszugleichen. Kunstlicht herkömmlicher Leuchtstoff-, Energiespar-Kompaktröhren, Glühlampen, Halogenlampen weichen erheblich vom Spektrum der Sonne ab und schwächen auf Dauer die Gesundheit und Leistungsfähigkeit. Am negativsten sind die Auswirkungen von 3-Bandenröhren ('warmton', 'neutralweiß', 'tageslicht'). Jahrelanges Arbeiten unter herkömmlichem Röhrenlicht (universalweiß, warmton oder tageslichtweiß) bedingen ein deutlich höheres Krebsrisiko.

Ein erheblicher Stress-Faktor für unser Gehirn ist auch das **50 Hz-Wechselstrom-Flimmern**, das bei gewöhnlichem Leuchtstoffröhren-Licht entsteht. Im Gegensatz dazu erzeugen Elektronische Vorschaltgerät (EVG) ein vollkommen flimmerfreies Licht, bringen bis 35% Stromkostenersparnis, produzieren viel weniger Elektrosmog (um 10-fach niedrigere Wechselfelder) und verlängern die Lebensdauer des Leuchtmittels um ein vielfaches.



## **Dr. Clark setzt Vollspektrumlicht ein**

Vollspektrumlicht, so hat Dr. Clark entdeckt, entfernt den Ferritinmantel, der sich infolge von Asbestablagerungen auf den Weißen Blutkörperchen absetzt und diese so funktionsuntüchtig macht. Vollspektrumlicht hilft auf diese Weise wirkungsvoll, die Immunfunktion der Leukozyten wiederherzustellen. Der UV-Anteil des Vollspektrumlichts hat auch eine keimtötende Wirkung. Dr. Clark empfiehlt, das erkrankte Organ mehrmals täglich mit Vollspektrumlicht zu bestrahlen. Alle Leuchtstoffröhren und Energiesparlampen enthalten Spuren von Quecksilber, die das Glas zwar nicht durchdringen, aber beim Betrieb in winzigen Mengen freigesetzt werden können. Die diversen Röhren enthalten unterschiedlich viel Quecksilber. Je nach Verarbeitungsqualität wird mehr oder weniger Quecksilber freigesetzt. Man sollte es daher auf jeden Fall vermeiden, Dutzende von Leuchtstoffröhren oder der sehr quecksilberreichen Energiesparlampen brennen zu haben. Wie alle Röhren enthalten auch die Biolicht-Röhren von VEDASAN geringe Spuren von Quecksilber, sie setzen laut Syncrometer-Testung aber kein Quecksilber frei, solange sie nicht zerbrechen.

## **Johanniskraut hilft gegen Depression und schützt das Herz**

Johanniskraut ist die pflanzliche Verkörperung des Sonnenlichts. Seine überragende anti-depressive Wirkung ist so stark, dass es inzwischen anstelle von chemischen trizyklischen Antidepressiva eingesetzt wird, da es in vielen Studien ähnlich gute Ergebnisse bei viel geringeren Nebenwirkungen erzielt hat. Es hellt nicht nur die Stimmung auf, sondern schützt auch das Herz und wirkt keimtötend. Die Wirkung setzt nach ca. 2-3 Wochen verstärkt ein. Die Übergangszeit benötigt das Gehirn zur Umstellung. Es kann ruhig hoch dosiert werden in Form von Tabletten (ca. 3 g täglich, z. B. von Kneipp) oder trinken Sie einfach **morgens und abends eine Tasse Johanniskrauttee**. Es tritt eine verstärkte Lichtempfindlichkeit der Augen und der Haut auf, was aber im Winter durchaus wünschenswert ist.

## **Auch die Noni-Frucht hebt die Stimmung an.**

Noni ist eine enzymreiche Frucht aus dem Pazifik. Sie stärkt das Immunsystem durch Stimulation der Makrophagen, Lymphozyten und T-Zellen, harmonisiert den Zellstoffwechsel und das Nervensystem, wirkt krebshemmend und blutreinigend / blutverdünnend. Das in ihr reichlich enthaltene Enzym Pro-Xeronin wirkt aber auch schmerzstillend und stimmungshebend, denn es unterstützt die Herstellung von Endorphinen (körpereigene Schmerzmittel & Wohlfühlstoffe) und es sensibilisiert die Rezeptoren der Nervenzellen für die Aufnahme von Endorphinen. Als körpereigenes Alkaloid macht Xeronin nicht süchtig, sondern hilft sogar bei der Suchtentwöhnung von anderen, körperfremden Alkaloide, wie Morphin, Koffein, Nikotin.

## **Weitere Tipps gegen „trübe Stimmung“**

- Ein Spaziergang von mindestens zehn Minuten (besser eine Stunde) bei Sonnenschein wirkt wahre Wunder.
- Eine ausreichende Vitaminzufuhr mit Vitamin-B-Komplexen (B1, B2, B3, B6 und B12) und Vitamin C schützt ebenfalls vor Depressionen.
- Ausreichend Magnesium und Zink helfen bei Stress und Erschöpfung.
- Der Genuss von Bananen wirkt ebenfalls gut auf die Psyche, da sie die Hormone Serotonin und Norepinephrin enthalten.
- Zimmerdekorationen mit Orange und Gelb (zum Beispiel gelbe Blumen) wirken

stimmungsaufhellend.

**Nun wünschen wir, dass Sie gesund und fröhlich durch den Winter kommen !**

## **Neuste Forschungsergebnisse von Dr. Clark**

**Zusammenfassende Auszüge aus ihrem Vortrag vom 5. Oktober 2001 in Mailand**

Dr. Clark war vom 5.-10. Oktober in Mailand, um Vorträge und Seminare vor ca. 200 Heilpraktikern und Ärzten zu halten. Dabei erläuterte sie viele neue Forschungsergebnisse. Im folgendem fassen wir Ihnen das Wichtigste zusammen:

### **(1) Anfängliche Schritte der Tumorentstehung**

Vermutlich kann die Leber Chlorogensäure aus Nahrungsmitteln (eine Liste dieser Nahrungsmittel findet sich in der überarbeiteten Fassung von „Cure of HIV and AIDS“) bei Anwesenheit von Strongyloiden (Zwergfadenwürmer) nicht mehr entgiften. Chlorogensäure aus der Nahrung findet sich innerhalb von Sekunden im Hypothalamus (Absorption durch Mundschleimhäute). Die akkumulierte Chlorgensäure bewirkt eine „Zersetzung“ des Hypothalamus (zusammen mit der Hypophyse Steuerzentrale des Hormonhaushaltes), so dass sich Hypothalamuszellen im ganzen Körper wiederfinden. Das ist nach Clark auch der Grund dafür, dass die meisten Malignitäten in hormon erzeugenden Organen vorliegen. Die Einzelschritte dieses Mechanismus sind:

- (a) Das vom Hypothalamus produzierte Wachstumshormon-Releasing-Hormon, der alle Zellen in seiner Nachbarschaft zur Teilung anregt, wird durch den Einfluss von Chlorogensäure pathogen.
- (b) Auch die Hypophyse „zersetzt“ sich unter Einwirkung von Phlorizin (v. a. in behandelten Äpfeln: Pestizide, Haltbarmachung, künstliche Reifung), so dass sich Hypophysenzellen überall im Körper finden. Phlorizin, das innerhalb zwei Sekunden nach der oralen Aufnahme zur Hypophyse wandert, und der chinesische Leberegel werden von Frau Dr. Clark immer gleichzeitig gefunden.
- (c) Zerstreute Hypophysen- und Hypothalamuszellen bilden Paare.
- (d) Auch das Pankreas (Bauchspeicheldrüse) „zersetzt sich“. Die hierfür verantwortliche chemische Verbindung wurde noch nicht gefunden. Jedoch macht Frau Dr. Clark den Pankreasegel (Erythema pancreaticum) für die Zersetzung des Pankreas verantwortlich, aus dem der cancerogene Simian Virus 40 (SV40) freigesetzt wird, den Dr. Clark in allen Tumoren findet. - Streunende Pankreaszellen verbinden mit dem Hypothalamus/Hypophysen-Duplex zu einem Triplet, dem Nukleus jeden Tumors. Milch, Eier und Fleisch können fertige Triplets enthalten. Man kann Sie nicht herauskochen, obwohl sie im gesunden Magen durch Salzsäure denaturiert werden. Patienten mit altersbedingtem oder sonstigem Magensäuremangel sollen deshalb ca. 3 Tropfen 5%ige Salzsäure in Wasser zum Essen einnehmen.
- (e) Wenn sich dieses Triplet mit dem Zellmaterial eines Organs zu einem Quartett verbindet, fängt diese Kombination an, sich zu vermehren. Alle Tumore entstehen aus „Quartettgewebe“.
- (f) Der vom Hypothalamusanteil des Quartett eingeschleppte (pathogene) Stammzelleffektor bewirkt übermäßige Teilung der Stammzellen des vom Quartett befallenen Organs.

Im „gesunden“ Organismus fressen die Weißen Blutkörperchen (Leukozyten) diese Zellfragmente

(Paare, Triplet, Quartett) nicht auf. Nach Clark werden die Leukozyten durch die Kombinationsbelastung von Quecksilber und Thallium (aus Amalgam) von der Beseitigung der Zellfragmente abgehalten. Zwar ist die Zahnsanierung die erste der Clark'schen Sanierungsmassnahmen, doch werden die bereits im Gewebe gespeicherten Metalle dadurch nicht entfernt.

## **(2) Schwermetallausleitung**

Außer Quecksilber und Thallium können andere Metalle mit Glutathion entgiftet werden. Dazu werden Interleukin 2, Lysin-Glutaminsäure (L-G, siehe „Cure of HIV and AIDS“) und Lysin-Aspartat (L-A) benötigt, die der Körper normalerweise selbst produziert.<sup>[15]</sup> Die beiden Dipeptide L-A und L-G bilden Komplexe (Chelate) mit Schwermetallen. Krebskranken Veganern empfiehlt Dr. Clark L-A und L-G als Nahrungsergänzung. Ansonsten sind Milch und Yoghurt reich an Lysin. Nach Clark erreicht eine Chelattherapie mit EDTA nicht alles Quecksilber und Thallium. Dagegen leiten L-A und L-G nach vollständiger Entgiftung aller anderen Metalle auch verbleibendes Quecksilber und Thallium aus. (siehe die beiden Ausleitungsprotokolle im Anhang)

## **(3) Zappen**

Das wichtigste ist ein ausschließlich positiver Impuls (positiv offset). Nur ein positiver Puls tötet Bakterien, während negativer offset Bakterienwachstum fördert. Experiment zur Demonstration: Zapperkabel durch Aufspulen zum Elektromagneten machen; das Nordpolende tötet die Bakterien in Milch innerhalb von Sekunden, während der Südpol 2-3 fach beschleunigte Vermehrung bewirkt. – Zappen regeneriert auch Leukozyten.

## **(4) Immunschwäche**

Schwerkranke profitieren vom Zapper nicht im gleichen Ausmaß wie andere Patienten. Der Grund sind Benzol, Asbest, Lanthanoide, PCBs und Azofarbstoffe, die

- (a) den Stromfluss behindern und
- (b) auf weiße Blutkörperchen zerstörerisch wirken.

Zielzappen („plate zapping“, gezieltes Ausrichten des Zapperstroms mit Hilfe von Gewebe- und Parasitenproben) löst dieses Problem, löst aber auch sehr starke Entgiftungsreaktionen aus. Das beruht nach Clark hauptsächlich auf den drei Arten von Salmonellen und Adenoviren, die beim Abtöten von *F. buski* (Darmegel) und *F. hepatica* (Leberegel) freigesetzt werden. Diese Entgiftungsreaktionen können durch gleichzeitiges Auflegen dieser Erreger (Salmonellen und Adenoviren) beim Zielzappen eingeschränkt werden (siehe Broschüre „Hilfe zur Selbsthilfe“, S.13). Zur weiteren Einschränkung der Entgiftungsreaktionen empfiehlt Frau Dr. Clark „homöographische“ Tropfen. Diese Technik, die sie Homöographie nennt, wurde während eines Seminars in Mailand vorgestellt (weiterführende Informationen liegen z.Zt. nicht vor).

## **(5) Homöographie**

Dieses Wort wurde von Frau Dr. Clark für die Herstellung **wässriger Schwingungskopien** geprägt (mittels des Zappers). Dazu stellt man das/die Original/e mit einer wassergefüllten Ampulle unter optimaler gegenseitiger Berührung auf eine Metallplatte (ungeerdet!), die stromführend mit dem Minuspol eines Zappers oder des Zapperausgangs eines Frequenzgenerators verbunden ist und

schaltet für 20 Sekunden ein (siehe „Scientific Science Laboratory Manual“, S. 73).

- Diese Schwingungskopien können statt der „normalen“ Organ- bzw. Parasitenproben sowohl in der Syncrometertestung als auch in der Behandlung durch Zielzappen verwendet werden. Es ist möglich verschiedenen Proben auf die gleich Ampulle zu kopieren (z.B. Arterien, Venen und Kapillare, oder Lymphe, Lymphgefäße und Venenklappen).
- **Man kann den Körper beim Zielzappen mit homöographischen Tropfen dirigieren, bestimmte Parasiten oder Toxine an bestimmten Orten anzugreifen.**
- Dr. Clark vermutet, dass die körpereigenen elektrischen Mechanismen die Grundlage der Immunkapazität gegenüber Parasiten darstellen. Die Leukozyten im gesunden Organismus stellen starke antiparasitäre Biochemikalien wie Benzoquinon (Cure of All Advanced Cancers, S. 158) her. Mindestens sieben dieser „Immunchemikalien“ sind den Immunforschern unbekannt, können aber trotzdem mittels Homöographie zum Einsatz kommen (weitere Informationen sind z.Zt. nicht bekannt).

## **(6) Krebsbehandlung im Endstadium**

Beim Zielzappen haben sich **Hefen**, v.a. Bäckerhefen als Problem herausgestellt; deshalb nicht durchgebackenes Brot strikt meiden. Lebendige Hefen beherbergen Viren, die z.B. das (karzinogene) RAS-Gen in sich tragen. **Eine homöographische Sammelkopie von drei Hefen** (Bäckerhefe, Candida) wird daher von Frau Dr. Clark beim Zielzappen von Krebskranken immer mitbenutzt.

Ein weiteres Problem ist: **Clostridium Botulinum**. Wenn der Chinesische Leberegel (Clonorchis sinensis) durch Zielzappen abgetötet wird, werden die Leichen das Lieblingsfutter anwesender Clostridien und ermöglichen so deren sehr schnelle Vermehrung.

## **Chelat - Therapie mit EDTA (intravenös)**

(Ausleitung von Schwermetallen, insbesondere Amalgam und Blei, sowie Arteriosklerosetherapie)

### **Benötigte Mittel:**

1. EDTA – Lösung
  2. Vit.-B Komplex 4 ml (Fa. Lichtenstein)
  3. Kalium-chlorid 10,45%, 5 ml
  4. Magnesium Verla, 10 ml (3,15 mikromol)
  5. Lokalanästheticum Medi-Vaccan 1% v. Pascoe, 2 ml
  6. Nach 2/3 der Infusion 50 ml Vit.-C v. Pascoe [\[16\]](#)
  7. Kalium substituieren (vorher röntgen, ob Linksherzinsuffizienz vorliegt - wegen Lungen-Stau)
- Ø Die Infusion geht über 4 bis 4,5 Std., Tester sollten die wichtigen Elektrolytparameter während der Infusion immer wieder testen, insbes. Kalzium, Kalium und Natrium.
  - Ø Bitte bei Nieren beachten: Wenn Kreatinin höher als 1,5 liegt, ist Infusion verboten (kann Nieren irreversibel schädigen)! [\[17\]](#)
  - Ø Selbstverständlich ersetzt diese Therapie nicht die übliche Algen- Koriander-Bärlauch-

Therapie nach Klinghardt, genauso wenig die Therapie der zu öffnenden Ventile ! <sup>[18]</sup>

Quelle: Dr. Schermuly, 06251 /680777, Praktische Erfahrungen: Dr. Schermuly, HP Henke

## **Quecksilber-Ausleitung (oral) mit alpha-Liponsäure, DMSO und DMPS**

1. 0,25 bis 1 mg Liponsäure pro kg Körpergewicht alle 4 Std. (Höchstabstand), z.B. für 3 Tage und 2 Nächte; mindestens den Rest der Woche zur Erholung nutzen[!], dann wiederholen; leitet Quecksilber und Arsen effektiv aus dem Gehirn aus. Falls weniger häufig verwendet, z.B. nur alle 8 Std., führt dies zur Ansammlung von Quecksilber im Gewebe mit der höchsten Affinität für Quecksilber (i.e. höchster Fettgehalt, v.a. Nervenzellen). Die Einnahme muss während der Nacht fortgesetzt werden; als praktisch hat sich 3-stündige Einnahme tagsüber und 4-stündige nachts erwiesen.
2. DMSO leitet Blei effektiv aus und hilft bei der Ausleitung von Quecksilber. Es verringert die Nebenwirkungen von Liponsäure (subjektiv) und beschleunigt die Ausleitung um 30- bis 40%. Dosierungsbereich und Einnahmehäufigkeit wie Liponsäure; am praktischsten: Einnahme zusammen.
3. DMPS hilft bei der Ausleitung von Quecksilber und Arsen. Einnahme (gleicher Dosisbereich) im Höchstabstand von 8 Std., am praktischsten zusammen mit jeder zweiten Liponsäuredosis.
4. Die Mobilisierung erhöht den oxidativen Stress für den Organismus. Daher ist die Gabe von Antioxidantien notwendig:  
Vit.-B Komplex, Vit.-C und Magnesium mindestens 4 mal tägl. (sonst nicht effektiv)  
Zink, Vit.-E, Karotin mindestens 1 x tägl.

### **Zu Beachten:**

- Ø Es gibt keinen Grund (außer Verträglichkeit) für ein bestimmtes Mengenverhältnis zwischen Liponsäure, DMSO & DMPS; die beste Verträglichkeit im Einzelfall durch Variation v.a. der Liponsäuredosis (Versuch und Irrtum) herausarbeiten und dann dabei bleiben.
- Ø Ausleitung erfolgt im Quadrat zur Chelatbildnerdosis. Daher gibt es keinen Grund, die Ausleitung durch hohe, schwer verträgliche Dosen beschleunigen zu wollen!
- Ø Nebenwirkungen klingen 1 Tag nach Beendigung des Ausleitungszyklus ab.
- Ø Testresultate (Urin- & Haaranalyse, etc.) normalisieren sich lange bevor die Therapie abgeschlossen ist. Das Therapieende ist subjektiv: keine weitere Verbesserung, keine Nebenwirkungen (Entgiftungsreaktionen) mehr.

### **Grenzen:**

- Spezifisch für Quecksilber, Arsen, Blei. Diagnose (Haaranalyse) notwendig.
- Falls Patienten unter 8 Jahren nach 3 Zyklen, und Patienten über 8 Jahren nach zehn Zyklen keine deutliche Verbesserung zeigen, liegt mit hoher Wahrscheinlichkeit eine andere Ursache als die Vergiftung mit Quecksilber, Blei, Arsen vor (z.B. Autismus).

### **Maßnahmen zur Minimierung von Nebenwirkungen:**

- Wenn Plasma-Cystein-Spiegel erhöht, dann schwefelhaltige Verbindungen vermeiden/absetzen: Niacinamid & Vitamin B3, Glutathion, MSM, Bärlauch, L-Cystein, etc.



- Niedriger Blut-Magnesiumwert: orale Zufuhr von Mg bis kurz vor den Punkt der laxativen Wirkung (ggf. intramuskuläre Injektion).
- Beeinträchtigte Cortisolwerte (Plasma/Urin): Stressvermeidung, Medikation nur (Corticosteroide) wenn unvermeidbar.
- Bei extremen impulsiven oder anormale Reaktionen: Therapie beenden oder fachkundig mit Carbamazepin (mit tri-zyklischen Antidepressiva strukturverwandtes Antiepileptikum) oder Valproat (Valproinsäurepräparat, Antiepileptikum) behandeln.
- Chemische Sensitivität gegenüber Kohlenwasserstoffgasen (Erdgas, Benzol, Toluol, Xylol, Alkohole, etc.) mit Ängstlichkeit oder Erregung: Niacinamid (Vit.-B3) oder Grapefruitsaft.

Falls viele regulative Eingriffe erforderlich sind, sollte der Patient erneut auf Verträglichkeit der Nahrungsergänzungsmitteln (z.B. Gluthation, Niacinamid & Coenzyme) getestet werden.

Quelle: Andrew Hall Cutler, 3006 230<sup>th</sup> Lane SE # X103,  
Sammamish, WA 98075, (425) 3923428,  
[AndyCutler@aol.com](mailto:AndyCutler@aol.com), <http://hometown.aol.com/noamalgam>  
Praktische Erfahrungen (als Patient): Mario Wendtland 0611/6092477

## Gesunde Ernährung, gesundes Wohnen und gesundes Arbeiten

(Vortrag von Dipl. Ing. Karl Nussbaum zum 6. Clark-Symposium)

### **Am Anfang stand eine Holzschutzmittelvergiftung**

Der teilweise Abbruch unseres Einfamilienhauses in Köln hat unser Leben total verändert. Was hat uns zu diesem drastischen Schritt gezwungen? – Das Haus, dessen Holzteile mit dem Holzschutzmittel „Xyladecor“ gestrichen worden waren, wurde dadurch mit **Pentachlorphenol (PCP)** und Lindan kontaminiert. Damals wurden dieses Mittel von der Holzindustrie zum Holz mitverkauft. Auch in Baumärkten wurde es z.B. zu Holzvertäfelungen mitangeboten. Als Architekt bekam ich ständig Prospekte, in denen diese Mittel von Bayer und anderen Herstellern zur „Pflege“ des Holzes empfohlen wurden.

Auf diesem Foto sehen sie das Kinderzimmer meiner Tochter: Das Kinderbett, die Deckenverschalung, die Holzterappe – alles wurde mit Xyladecor behandelt: die Decke dunkelbraun mit „Xyladecor-palisander“, die hellen Holzteile mit „Xyladecor-hell“. Es sah gut aus, wir waren ganz stolz. Im Kontrast dazu stand das Endergebnis: 825 mg PCP pro kg Holz und schwere Gesundheitsschäden, u.a. Schwindelanfälle und Gedächtnisstörungen stärkster Art. Nachdem Polyneuropathie bei mir diagnostiziert wurde, schickte ich zunächst einen Holzsplitter zur Untersuchung an ein Labor, die 825 mg PCP pro Kilogramm Holz festgestellt haben. Das ist ein wahnsinniger Wert, wenn Sie bedenken, dass 1mg/kg toxisch ist.

Danach bin ich auf die Idee gekommen, eine Staubprobe an ein **unabhängiges** Labor zu schicken. Das Resultat war 9,6 mg PCP und 3,4 mg Lindan pro kg Staub. Eine Luftuntersuchung hatte sich damit erübrigt. Nachdem das Katalyse<sup>[19]</sup> Institut ein Gutachten angefertigt hatte, wurde das ganze



Obergeschoß des Hauses abgerissen, und wir standen buchstäblich auf der Strasse. Wir sind in ein Zimmerchen zu meiner Schwiegermutter gezogen und haben da **von Null angefangen, denn der gesamte Hausrat, das gesamte Haus war sekundär kontaminiert**. Es war so als wäre unser Haus abgebrannt.

Allein in der Bundesrepublik gibt es heute Hunderttausende von Geschädigten. Wir waren Nebenkläger im Holzschutzmittelprozess gegen Bayer–Desowag, **der auch für den ermittelnden Staatsanwalt Erich Schöndorf unbefriedigend endete**. Außer Bayer–Desowag gab es noch andere Firmen, z.B. Sadolins oder Hylotox (in der ehemaligen DDR), die dieses Zeug hergestellt haben. Das Prozessergebnis war negativ für alle Geschädigten. Ich kenne Familien, die heute noch im Wohnwagen vor ihrem kontaminierten Haus wohnen, oder bei Verwandten leben oder in irgendeinem kleinen Zimmerchen, während Sie um Entschädigung prozessieren<sup>[20]</sup>.

Wir haben dieses Haus mit Hilfe eines unabhängigen Labors saniert, es danach verkauft und uns anhand sorgfältigster Überprüfung durch Laboruntersuchungen und eingehender baubiologischer Beratung etwas Neues gesucht. Nicht jeder hat die Möglichkeit dazu. **Leider sind viele Laboratorien industrieabhängig** – es gibt nur wenige, die wirklich unabhängig arbeiten. Das kann man daran erkennen, wie die Labore ausgestattet sind: Je primitiver das äussere Aussehen und die Ausstattung des Labors, desto unabhängiger. Der Toxikologe **Prof. Wassermann**, dem man inzwischen den Lehrstuhl in Kiel weggenommen hat - er hatte die Wahrheit gesagt, und wurde deshalb der Industrie vielleicht zu unangenehm - **ist Industrie-unabhängig**.

## Bekanntschaft mit der Clark-Therapie durch das Syncrometer

Über den Selbsthilfeverein für Amalgamgeschädigte in Köln - leider hatte ich den Mund voller Amalgam - bin ich auf das Buch von Frau Dr. Clark gestoßen und habe dann Herrn Jacob und Frau Ward kennengelernt. Auf dem 2. Clark Symposium wurden zwei verschiedene Testmethoden nebeneinander vorgestellt - das Elektroakkupunkturgerät nach Voll durch Herrn Dr. Weber und das Syncrometer durch Frau Dagmar Ward. Sie hat meine Familie und mich 1995 damit mehrfach getestet. Wir waren so begeistert von der Clark-Methode, dass meine Frau und ich uns von Frau Ward im Testen (mit dem Syncrometer) ausbilden liessen.

Um allen Interessenten die Möglichkeit zu geben die Syncrometertestmethode erlernen zu können, hat Sie die einfachen und genialen Syncrometer-Baupläne samt Lernanweisungen in ihren Büchern veröffentlicht. Es ist also möglich, wenn auch extrem schwierig, diese Methoden ohne Hilfe eines erfahrenen Syncrometertesters selbst zu erlernen.<sup>[21]</sup> Hier in der BRD sind nicht alle Teile<sup>[22]</sup> erhältlich, um das Gerät funktionstüchtig zusammenzubauen. Kaufen Sie sich lieber ein fertiges Syncrometer aus den USA. Die in Holland von Self Health Products (früher: Holistic Health) nachgebauten Geräte funktionierten nicht richtig. Die Firma bemüht sich, in absehbarer Zeit ein funktionierendes Gerät anzubieten.<sup>[23]</sup>

Im Januar des vorherigen Jahres waren wir anlässlich eines von Frau Dr. Clark geleiteten Seminares für fortgeschrittene Syncrometer-Tester in Louisville, USA. **Frau Dr. Clark** ist eine agile, geniale Forscherin. Wir haben unter ihrer Anleitung getestet, und Sie **hat jedem einzelnen von uns dauernd auf die Finger geschaut und gezeigt, auf was wir achten müssen**. Sie hat uns ein Syncrometer aus einem elektronischen Bastelsatz<sup>[24]</sup> zusammenbauen lassen, den man in den

USA fertig kaufen kann. Auf diesem Foto sehen Sie die typische Doppeltestplatte des Syncrometers. Wir haben im Rahmen des Seminars alle die kompletten Testsätze und das neue Syncrometer von Frau Dr. Clark erhalten.

Die Syncrometer-Testmethoden wurden auch am nächsten Tag im Rahmen eines richtigen Clark-Kongresses vor Zuschauern demonstriert. Später im Restaurant konnten wir beobachten, wie vorsichtig Frau Dr. Clark bei der Auswahl der Speisen und Getränke ist. Im Gegensatz dazu habe ich gestern und heute beim Mittagessen gesehen, wie sorglos hier gegessen wurde. Die meisten sprachen unserer „normalen“ gut bürgerlichen Kost zu. Damit kommen wir zum zweiten Thema meines Vortrages, der Ernährung. Gerade eine **gesunde** Ernährung kann viele Krankheiten vermeiden und oft sogar heilen.

## Schadstoffbelastungen – das Fassmodell

Jeder von uns ist (sinnbildlich) ein Fass, in das die toxisch Belastungen aus Umwelt und unserer falschen Ernährung hineintropfen: Chemikalien aus der Luft, den Nahrungsmitteln, aus Wasser, Kosmetika, Medikamenten, Sprays, Pollenstaub, usw. Das eine Fass ist kleiner und läuft schnell voll, das andere ist grösser und „fasst“ erheblich mehr. **Wir können uns unser Fass weder aussuchen noch es umtauschen.** Wenn es überläuft werden wir krank, der eine erst mit 90 – er scheint trotz Umwelteinflüsse und schlechten Angewohnheiten kerngesund zu bleiben – die meisten anderen erheblich früher.

Ich kenne über die **IHG** (Interressengemeinschaft der **Holzschutzmittel-Geschädigten** e. V.)<sup>[25]</sup> einen tragischen Fall, in dem die Ehefrau (kleines Fass) auf Grund ihrer starken holzschutzmittelverursachten Polyneuropathie im Rollstuhl sitzen muss, während der Mann (grosses Fass) sagt „die spinnt, ich merke überhaupt nichts, ich bleibe weiter in unserem (holzschutzmittelbelasteten) Haus wohnen“.

Das Fass-Modell betrifft uns alle. Wir laufen mit Schadstoffen langsam voll. Die Frage, was wir dagegen tun könnten bevor es überläuft, hat **Frau Dr. Clark** beantwortet. Hier sehen Sie den von ihr **für die Syncrometer-Testung entworfenen Untersuchungsbogen**, in dem die einzelnen Testergebnisse jeweils mit ja/nein eingetragen werden. Der Bogen ist eine Aufstellung von allem, was vom Clark'schen Standpunkt zum Überlaufen des Fasses beiträgt. Bei jeder Folgeuntersuchung wird ein weiterer Testbogen ausgefüllt, so dass die Fortschritte bzw. Veränderungen auf einen Blick verglichen werden können.

Eckige Klammern enthalten die [Bedeutung des Testergebnisses]; Runde Klammern enthalten die (häufigsten Belastungsquellen, die Hauptquellen sind unterstrichen); bis auf Glutathion sollten im Idealfall alle anderen Einzelergebnisse negativ sein.

ja      nein                      ja      nein

Ortho-phospho-Tyrosin  
[nein: kein Krebs]  
p24 [nein: kein AIDS]  
Glutathion [nein:  
schwaches Immunsystem]

#### **Parasiten:**

Askariden  
Bandwürmer  
Streptomycin [nein: keine  
Bandwurmstadien]  
Großer Darmegel  
Großer Leberegel  
Pankreasegel  
Chinesischer Leberegel  
Pärchenegel  
Malonsäure

#### **Lösungsmittel (VOCs):**

Benzol  
Isopropylalkohol  
Methanol  
Xylol  
Toluol  
Phenol  
Aceton  
Formaldehyd

#### **Toxine:**

FCKW (Klimaanlag v.a.  
Auto, Kühlschrank,  
Spraydosen)  
PCP/Lindan  
(Holzschutzmittel, Leder,  
Kosmetika)  
Glasfaser  
(Wärmedämmung)  
Asbest (im Trinkwasser  
durch Asbest zement-Rohre,  
Treibriemen wie im  
Wäschetrockner & Fön,  
Heizungsfarbe)  
Aluminium (Kochgeschirr,  
Salz, Deo, Lotionen, Seife)  
Nickel (Edelstahlbesteck &  
Töpfe; Zahnmetalle,  
Brillenrahmen)  
Arsen (Pestizide, Tapeten,  
Teppiche)

Kupfer (Trinkwasser,  
Kaffee,  
Nahrungsergänzungsmittel),  
Schmuck  
Chlor (Bleichmittel,  
Trinkwasser)  
Cadmium (Trinkwasser –  
alles vernickelte wie Rohre)  
Kobalt (Waschpulver, Nahr-  
ungsergänzungsmittel, die  
Farbe Kobaltblau wie z. B. in  
blauer Zahnpasta)

#### **Bakterien:**

Blei (Trinkwasser – aus

Streptokokken  
E. coli  
Salmonellen ent. & par.  
Shigella dys. & flex. &  
son.  
Staphylococcus aureus  
Clostridium botulinum  
Borellia burgdorferii  
Toxoplasma  
Rhizopien

Rohrgelenken)  
Quecksilber (Amalgam,  
Leuchtstoffröhren, Batterien)  
PCB (Lotionen,  
Waschmittel, Seifen, Öle,  
Fugenmaterial),  
Thalliumacetat  
(Zahnmetalle)  
Vanadium (Gas, Erdöl,  
Kerzen)  
Tartrazin (gelber  
Azofarbstoff)

### **Pilze/-gifte:**

Candida albicans  
Ergotamin  
(Roggenprodukte)  
Patulin (Obst-  
/Gemüsesäfte)  
Aspergillus/Aflatoxin  
(Getreideprodukte, v.a.  
Erdnüsse)

Urethan  
(Polyurethanplastik)  
Permethrin (Pestizid: alles

mit Wollsiegel, Mückengift,  
Kopflausmittel)  
Tungsten & Wolfram (Fön,  
Toaster).

### **Viren:**

Adenovirus  
Coxsackie  
Influenza

Ich habe mir vor 6 Jahren ein Syncrometer in den USA gekauft, **und teste damit alles, was wir einkaufen**. Da ich Bauingenieur und Architekt bin, war es für mich natürlich zusätzlich wichtig, außer den Artikeln des täglichen Bedarfs wie Nahrungsmittel, Getränke, Kosmetika, Körperpflegemittel, Reinigungsmittel, Kleidung, usw., **auch Baustoffe testen zu können, Wasser zu testen**, usw. - Eine grosse Hilfe in Anlehnung an „Heilung ist möglich“ sind die Syncrometer Testkategorien, eine Übersicht der man entnehmen kann, welche Belastungstoffe in welchen Proben zu erwarten sind bzw. dort gesucht werden sollten.

## **Synchrometer-Testkategorien nach Clark**

(Aufstellung zur Routinetestung verschiedener Proben; *die kursiv gedruckten Angaben* sind die erfahrungsgemäss notwendigen Deutschland-spezifischen Ergänzungen nach Nussbaum)

- Augenkosmetika: 3-Lösungsmittel [Methylalkohol, Isopropanol & Benzol], Antimon, Chrom, Kobalt;
- Bier & Wein: 3-Lösungsmittel, Aflatoxin, Arsen, Mutterkorn, Patulin;
- Brot: 3-Lösungsmittel, 5-Malonate [Malonsäure und ihre vier Derivate: Methylmalonsäure, Maleinsäure, Maleinanhydrid, D(+)-Malic Acid], Aflatoxin, Kupfer, Mutterkorn, Quecksilber, Vanadium;
- Fisch & Fleisch: E.-coli, Blei, Quecksilber, Salmonellen, Shigellen, PCB;
- Früchte: Aflatoxin, Arsen, Fast Green (ein Azofarbstoff), Malonsäure, Patulin;
- Honig & Ahornsirup: 3-Lösungsmittel, Aflatoxin, Arsen, Mutterkorn, Sterigmatocystin;
- Intravenöse Lösungen: 3-Lösungsmittel, 5-Malonate, Bakterien, Benzol (Schlauch), Kupfer, Kobalt, Quecksilber;
- Keller(staub): Formaldehyd, Lindan, PCP, Radon, Uran, Thorium, Vanadium; PCB, Quecksilber;
- Kleidung: Kobalt, Formaldehyd, Permethrin (Wollsiegel), PCB;
- Kosmetika: 3-Lösungsmittel, Aluminium, Antimon, Barium, Benzalkonium, Wismut, Chrom, Formaldehyd, PCB, Strontium, Zinn, Titan, Xylol, Zirkon;
- Medikamente (flüssig): 3-Lösungsmittel, 5-Malonate, Aflatoxin, Kobalt, Kupfer, Quecksilber, Vanadium;
- Medikamente, Tabletten: 3-Lösungsmittel, 5-Malonate, Aflatoxin, Aluminium, Arsen, Kobalt, Kupfer, Erbium, Neodym, Niob, Praseodym, Toluol, Vanadium, Xylol, Yttrium
- Milchprodukte: 3-Lösungsmittel, 5-Malonate, Kobalt, Kupfer, Fasciola, Fasc. Buski, Rhizobium, Salmonellen, Shigellen, Sudanfarbstoffe, Bandwurmstadien, Urethan, Vanadium; *Herr Nussbaum findet auch fast immer Askariden- und Bandwurmeier, sowie häufig Clonorchis sinensis und Schistosoma japonicum (alle H-Milchprodukte sind frei)*
- Nahrungsmittel (allg.): 3-Lösungsmittel, 5-Malonate, Aflatoxin, Aluminium, Arsen, Kupfer, PCB, Quecksilber, Tartrazin (Eier), Sudanfarbstoffe;
- Papier (Windeln, Kleenex, Klopapier, Tempo, Binden) & Baumwolle: Chlor, Quecksilber, Thallium
- Parasiten im Wasser: Amöben, E. Coli, Cryptosporidium, Enterobius vermicularis, Giardia (lamblia);
- Plastik (klar): 3-Lösungsmittel, Cadmium, Cäsium, Kobalt, PCB;
- Seife & Shampoo: Aluminium, 3-Lösungsmittel, Kobalt, PCB;
- Staub: Arsen, Asbest, Beryllium, FCKW, Fiberglas, Formaldehyd, Lindan, PCB, PCP, Permethrin, Quecksilber, Rotenon, Vanadium;
- Tee & Kaffee: 3-Lösungsmittel, Arsen, Kupfer, Schimmel
- Waschmittel: Chlor, Kobalt (z.B. in blauen Megapearls), PCB, Xylol
- Wasser: Aluminium, Arsen, Asbest, Blei, Cadmium, Chlor, Chrom, DDT, Fluor, Kobalt, Quecksilber, PCB, Thulium, Vanadium;
- Vit.-C: 3-Lösungsmittel, Lanthan, Selen, Yttrium, Thulium
- Vitamine & Nahrungsergänzungsmittel: 3-Lösungsmittel, 5-Malonate, Aflatoxin, Aluminium, Benzalkonium, Kohlenstofftetrachlorid, Kobalt, Kupfer, Blei, Dekan, Erbium, Formaldehyd, Hexan, Quecksilber, PCB, Praseodymium, Ruthenium, Strontium, Thallium, Thulium, Toluol, Vanadium, Xylol, Yttrium
- Zahnseide: 3-Lösungsmittel, Aluminium, Arsen, Cerium, Quecksilber, Nickel, Thallium
- Zahnmaterialien, Kunststoff: 5-Malonate, Aluminium, Bisphenol, Cadmium (rosa Farbe),

Cäsium, Kobalt, Kupfer, Erbium, Fiberglass, Germanium, Quecksilber, Tartrazin, Terbium, Urethan, Vanadium, Yttrium, *Zirkon*

- Zahnmaterialien, Metall: 5-Malonate, Aluminiumoxid, Barium, Beryllium, Cerium, Chrom, Kobalt, Kupfer, Europium, Gadolinum, Gallium, Gold, Indium, Iridium, Quecksilber, Nickel, Palladium, Platin, Rhodium, Ruthenium, Samarium, Scandium, Silber, Tantal, Tellur, Thallium, Titan, Vanadium, *Zirkon*
- Zahnpasta: 3-Lösungsmittel, Benzalkoniumchlorid, *Fluor, Kobalt*, Natriumfluorid, Strontium, Zinn, *Zirkon*,
- Zigaretten: *Asbest, Arsen*, Benzol, Blei, *Formaldehyd*, Quecksilber, Rotenon, Tabakmosaik-Virus;
- Zucker, braun: 3-Lösungsmittel, Aflatoxin, *Asbest (Transportbänder)*;
- Zucker, weiß: Aluminium, *Asbest (Transportbänder)*, Isopropanol;

Ich habe nicht nur eine Holzschutzmittelvergiftung und Polyneuropathie, sondern außerdem eine daraus resultierende Minderdurchblutung des Gehirns. Meine Tochter und meine Frau haben das Gleiche in geringerer Form. Nach Professor Rea (USA) habe ich außerdem auch **MCS (Multiple Chemical Sensitivity)** und **CFS (Chronic Fatigue Syndrom)**. Wären Sie mir vor fünf Jahren begegnet, hätten Sie mir auf Anhieb angesehen, dass ich „kaputt“ war. Und doch bin ich heute wieder ziemlich aktiv, befasse mich nebenbei sehr intensiv mit den Themen meines heutigen Vortrags, während ich beruflich als Leiter des Hochbauamts Frechen tätig bin. Auch meine Beruf profitiert von dem kleinen Labor mit allen bekannten Schadstoffen, dass ich mir zuhause eingerichtet habe. Damit kann ich auf richtige und gesunde Baustoffe achten. Auf das Thema Baubiologie komme ich später zurück.

## **Gesunde Ernährung und Gesundes Trinken (frische Säfte & Umkehrosmosefilter)**

Aber zunächst noch einiges zur Ernährung. Alles was ich Ihnen hier vortrage, auch was die Ernährung angeht, beruht auf Erfahrungen, die ich am eigenen Körper gemacht habe. Letztendlich hat jeder nur ein Leben und nur eine Gesundheit, und jeder muss selbst entscheiden, was er trinkt und isst, was er an Pillen zu sich nimmt oder lieber sein lässt.

Außer Frau Dr. Clark habe ich noch andere Lehrmeister: Dr. Norman Walker, ebenfalls aus den USA, ist 116 Jahre alt geworden. Ich habe seine Bücher über **Wasser, frische Frucht- und Gemüsesäfte** und auch Darmgesundheit<sup>[26]</sup> mit Begeisterung gelesen. Beim Thema Ernährung denke ich außerdem noch an Prof. Ehret, Aterhov<sup>[27]</sup>, Helmut Wandmaker und Dr. Kuklinski.

Dr. Kuklinski ist ein erfahrener Spezialist in Sachen Holzschutzmittelbelastungen und arbeitet als Umweltmediziner in Rostock. Meine Schädigungen wurden von ihm in einem umfangreichen Gutachten beschrieben. Nicht nur als Mediziner, auch als Mensch hat er mich mit seinem Einsatz für die Geschädigten immer wieder sehr beeindruckt. Er sagte zu mir: „Nur so, wie Sie es gemacht haben (und machen), kommen Sie aus dem ganzen Schlamassel wieder heraus.“

Als nächstes möchte ich Dr. Bragg, USA nennen, der sich ebenfalls mit Wasser befasst hat<sup>[28]</sup>. Dass **Wasser unser wichtigstes Lebensmittel** ist, wird offensichtlich wenn man bedenkt, dass wir



**zu 70% aus Wasser** bestehen. Um die Menge der aufgenommenen Schadstoffe herauszuspülen, sollten wir, wie immer wieder von verschiedensten Seiten bestätigt wird, täglich mindestens drei Liter (Wasser) trinken. Ich sehe mit Anerkennung, dass einige Zuhörer Ihre eigenen Wasserflaschen mitgebracht haben, statt von der hier bereitgestellten „Suppe“ zu trinken.

Mit diesem bei Conrad Elektronik erhältlichen Messgerät, einem einfachen Leitwertmessgerät mit zwei Elektroden, das die Menge aller gelösten leitfähigen Stoffe (Ionen) und damit die elektrische Leitfähigkeit misst, und in Mikrosiemens oder „**ppm**“ (**p**arts **p**er **m**illion) angibt, möchte ich Ihnen einige Messungen vorführen. Für das vom Hotel bereitgestellte Mineralwasser erhalte ich 1320 ppm, deswegen „Suppe“.<sup>[29]</sup> Das Fachinger Mineralwasser auf den Zimmern hat über 3000 ppm.

Meine Eltern (und ich) haben leider dieses hochbelastete Wasser kastenweise getrunken. Wenn Sie Ihren Kopf in alle Richtungen bewegen und es knackt und knirscht, dann kommt das von der Ablagerungen der **anorganischen** Mineralien, wie sie z.B. in solchen Mineralwässern enthalten sind. Unser Körper kann nämlich mit solchen anorganischen Mineralien überhaupt nichts anfangen. **Wir brauchen organische Mineralien und keine anorganischen.**

Das Wiesbadener Leitungswasser aus dem Wasserhahn von nebenan hat 260 ppm, ist also viel besser, wenn man von Chlor und Kupfer absieht. Beim Münchner Leitungswasser habe ich 350 ppm gemessen, und beim Kölner Wasser 560 ppm. Trinken Sie also lieber (gefiltertes)<sup>[30]</sup> **Leitungswasser. Es ist oft weniger belastend als handelsübliche, in Flaschen gelieferte Trinkwässer. Durch geeignetes Filtern kann Leitungswasser erheblich verbessert werden.**

Wenn Sie normales Leitungswasser aus Wiesbaden mit dem Syncrometer testen, finden Sie ganz sicher Kupfer und Chlor. Es gibt verschiedene Filtersysteme, die Schadstoffe wie Chlor, Kupfer, Asbest, PCB, usw. aus dem Wasser herausfiltern. Die bekanntesten sind wohl Kohlefilter verschiedener Art und **Umkehrosmose-Anlagen**<sup>[31]</sup>. Diese Technik wurde ursprünglich für die Weltraumfahrt entwickelt. Verschiedene Anlagen unterscheiden sich durch unterschiedliche Vorfilter, meistens Kohlefilter. Die Vorfilter müssen entweder entsprechend den Herstellerangaben ausgetauscht werden – etwa einmal pro Jahr – oder vom Wartungsdienst der Vertriebsfirma gewartet werden, falls Sie das nicht selber tun können oder wollen.

Als Herzstück der Umkehrosmose-Anlage ist immer eine semi-permeable („halbdurchlässige“) Membran eingebaut, die nur Wassermoleküle durchlässt. Alle anderen Moleküle (Stoffe) werden, solange die Membran intakt ist, mit einem Teil des Wassers in den Abguss weggespült. Aus neun Litern Leitungswasser erhält man etwa drei Liter gefiltertes Wasser. Nach der Installation in der Küche (Foto) sieht das dann so aus: Neben dem normalen Leitungswasserhahn der Spüle haben Sie hier zusätzlich einen Hahn für das gefilterte (Osmose-) Wasser. Das kommt aus diesem Vorratsbehälter im Unterschrank, hat ungefähr 20 bis 30 Mikrosiemens (ppm) und ist frei von Chlor, Nitrat, Kupfer, usw.

Jetzt werden viele sagen, dass dieses Wasser mineralienarm sei und wie ein Chelatmittel alles mögliche aus dem Körper herausziehe. Das stimmt und ist auch gut so: es entschlackt, denn **wir sind im allgemeinen mit humanbiologisch unbrauchbaren, anorganischen Mineralien vollgestopft. Die notwendigen bioverwertbaren organischen Mineralien erhalten wir am besten aus frischen Obst- und Gemüsesäften.**

In der Bundesrepublik wird gerade die DIN bezüglich des Leitungswassers geändert. Wasserleitungsrohre aus Kupfer entsprechen nicht mehr dem Stand der Technik und werden, obwohl weiter Forschungsbedarf besteht, langsam durch **PE (PolyEthylen)**, **PP (PolyPropylen)** und **Edelstahl** ersetzt werden. **Ich persönlich bevorzuge Wasserleitungen aus PE und PP.** Von **PVC (PolyVenylChlorid)** rate ich generell ab, da es Chlor und hochgiftige Weichmacher (PCBs) enthält. **Edelstahl** ist wegen seines Gehalts an Nickel, Chrom und Vanadium bedenklich. Soviel zum Thema Wasser.

Und nun zum Thema **Metalle im Essen**. Über Aluminium wurde heute morgen schon viel gesprochen. Kochtöpfe und vor allem Bestecke sind fast immer aus Metall. Wenn Sie einen Löffel in den Mund nehmen oder eine Gabel, dann lutschen Sie jedesmal Metallionen<sup>[32]</sup> ab. **Edelstahl** ist eine Legierung und **enthält**, neben Spuren fast aller Metalle des Periodensystems, bis zu **8% Nickel, 3,4% Chrom und 3,6% Vanadium**, alle giftig. Deshalb sollten Sie Nirosta-Kochtöpfe entsorgen. Schauen Sie sich auch einmal die Ränder Ihrer Besteckschublade an, wo sich der feine Metallstaub abgelagert hat. Oft ist auch Aluminiumstaub von Zierleisten, Handgriffen, etc. mit dabei.

Das von Frau Dr. Clark empfohlene **Kunststoffbesteck**<sup>[33]</sup> haben wir seit zwei Jahren in Gebrauch. Es ist tatsächlich unzerbrechlich und sogar spülmaschinenfest. Sie können nur nicht ganz so fein - sagen wir einmal Schinken - damit schneiden, aber Schinken schneide ich sowieso nicht mehr. Kaufen Sie **PE-Campingbesteck**, falls Sie sich die Lexan-Cutlery aus Amerika nicht besorgen können.

Jetzt zu einem weiteren Aspekt der Ernährung. Im Hotelrestaurant konnte ich an beiden Tagen beobachten, wie die meisten Konferenzteilnehmer mit Begeisterung totgekochte Speisen, vor allem „Kleister“ produzierende Kohlehydrate wie Brot, Pizza, Nudeln, etc. gegessen haben, während einige wenige Rohkost, frische Früchte und Salate bevorzugten. Lesen Sie die Bücher von **Helmut**

**Wandmaker** zum Thema **Rohkost**<sup>[34]</sup>. Er ist in erster Linie Forscher auf den Spuren von Prof. Ehret und Dr. Walker, inzwischen 84 Jahre alt und hat gerade zum dritten Mal die zum Erhalt des Pilotenscheines erforderliche Gesundheitsprüfung bestanden. Er ist ein lebendiges Beispiel seiner eigenen Ideen, die in den folgenden Frischkost - Merksätzen zusammengefasst sind [den Bindestrichen folgende Anmerkungen zu den einzelnen Punkten sind von Herrn Nussbaum]:

- (1) Es gibt nur eine Ursache allen Ungemachs und das ist die **Zerstörung unserer kostbaren Frischkost durch Feuerbehandlung**.
- (2) Weitere wichtige funktionelle Komponenten **sind frische Luft, reines Wasser, Sonnenschein, Ruhe und kräftige Bewegung**. – In meinem Büro im Rathaus habe ich immer das Fenster auf, im Sommer wie im Winter. Ich kann es sonst wegen meiner MCS nicht aushalten.
- (3) **Kochkost vergiftet den Körper**. Gesund wirst Du durch Entgiftung! – Herr Hirnse hat das so formuliert: „Liebe Leute, Sonnenkost und Lichtkost, frische Sachen aus der Natur, das ist es was wir brauchen“. All das, was die Natur uns anbietet, schälen wir und packen es in den Kochtopf. Sobald die Frischkost über 40°C erhitzt wird, ist sie wertlos, Enzyme und Vitamine sind dahin, totgekocht. Von dieser sogenannten gut bürgerlichen Kost ernähren wir uns hauptsächlich. Ich selbst ernähre mich seit drei Jahren von reiner Rohkost, hauptsächlich Obst, und mir geht es, wie Sie sehen, gut.

- (4) **Schlank ohne Hungern!** Kalorienzählen ist kein Problem mehr.
- (5) **Milch ist nur für Kälber und Säuglinge** da für Erwachsene unverdaulich<sup>[35]</sup> (uns fehlen die Enzyme). – Man sollte den Kälbern die echte Kuhmilch verfüttern, statt Magermilchpulver und das bis zur Unkenntlichkeit verarbeitete Fleisch ausgemusterter Milchkühe.<sup>[36]</sup>
- (6) **Brot und Getreide sind Schleimbildner** und verantwortlich für verstopfte Bronchien, Rachen und Nase und viele andere Krankheiten. – Als meine Tochter Carola eingeschult wurde, hatte ich zur Feier des Tages ein Stück Kuchen gegessen und war am nächsten Tag prompt verschleimt und erkältet. Sie können das an sich selber überprüfen.
- (7) **Kuchen und Zuckersachen sind schädliche Abfallkost.**
- (8) **Körnernahrung drückt auf innere Organe;** besonders die Prostata wird krank.
- (9) **Bienenhonig ist nicht besser als Zucker.** Herzerkrankungen entstehen durch Gärung stärkereicher Kohlehydrate.
- (10) **Einläufe sind besser als Digitalis!**
- (11) **Stärke-Esser sind kleine Alkoholiker,** Stärke erzeugt Trunksucht! – Die metabolische Umwandlung von Stärke in Alkohol im Menschen kann man mit dem Syncrometer verfolgen.
- (12) **Früchte Rohkost ist die beste Medizin.** Der Bluthochdruck geht zurück, die Blutfettwerte sinken.
- (13) Richtiger Obstverzehr ist wichtig! Obst ist immer basenbildend. **Obst auf leeren Magen essen.**
- (14) **99% der Nahrung ist heute tot;** und das wenige Frische wirft man noch in den Kochtopf!
- (15) **Kochkost lähmt den Darm.** Lebendige Nahrung aktiviert ihn wieder!
- (16) **„Verkalkung“ durch anorganische Mineralien** aus Kochkost, mineralhaltigen Wässern, Kalziumtabletten! – Anorganisches Kalzium in Kalziumtabletten, Sprudelttabletten, Kalkpulver, usw. ist völlig sinnlos.
- (17) **Fasten ist die Operation ohne Messer!** – Das können Sie bei Dr. Walker und Prof. Ehret nachlesen. Wenn es ihnen sehr schlecht ging, haben Sie einfach gefastet. Und danach ging es ihnen wieder gut.
- (18) Wir brauchen Aminosäuren und kein Fertigeiweiß vom Tier! **Wir leiden an Proteinüberernährung!**

Die Deutsche Krebsgesellschaft hat ein Heft herausgebracht: „**5 am Tag!**“, d.h. fünf Portionen verschiedener frischer Früchte/Gemüse am Tag.<sup>[37]</sup> Wissenschaftler haben durch intensive

Forschung (wieder-) entdeckt<sup>[38]</sup>, dass täglicher Verzehr von ca. 500g Obst und Gemüse in mindestens fünf Portionen als Teil einer gesunden Ernährung das Risiko für die Entwicklung von Krebserkrankungen reduziert.

Ich möchte folgendes behaupten: Wer es wirklich schafft, sich nur von Rohkost zu ernähren, kann alle Krankheiten in den Griff kriegen. Leute, die ich zur Rohkost gebracht habe, rufen mich ein paar Monate später an oder schreiben mir „Herr Nussbaum, mir geht es blendend“. Sie brauchen dann keinen Arzt mehr. Man kann tatsächlich viele Krankheiten durch Rohkost loszuwerden. Das gilt für alle Zivilisationserkrankungen wie z.B. Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes, Bluthochdruck und so weiter.

Ich zeige Ihnen ein weiteres Foto, das Appetit machen soll: unser heimisches Obst und Früchte, die

wir aus dem Mittelmeerraum bekommen. Versuchen Sie in erster Linie Obst zu kaufen, möglichst im Bioladen, das in dieser Region gewachsen ist. Natürlich sind immer die Produkte besser, die nicht gespritzt werden.

Wenn Sie aber trotz aller Vorsicht gespritztes Obst oder Gemüse erwischt haben, können Sie es immer noch mit diesem Gerät (Foto) entsaften: **Der Champion-Entsafter**, den Dr. Walker immer wieder empfiehlt, **ist unser wichtigstes Gerät in der Küche**. Selbst Saft aus belastetem Obst und Gemüse ist, wie jeder selber nachtesten kann, ohne Schadstoffe. **Die Schadstoffe binden sich an die Fasern**, den Trester, den wir verwerfen. Wenn wir zuhause nicht sicher sind, ob es sich um [unbelastete] Biosachen handelt, dann machen wir Saft draus.

Wie vorhin aus dem Publikum angemerkt, gibt es erfolgreiche Sätekuren für Krebskranke <sup>[39]</sup>, in denen man täglich 13 verschieden Säfte zu sich nimmt. Solche Säfte machen wir bei uns zuhause jeden Mittag, z.B. Karotten oder Rote Beete mit Äpfeln und Petersilie. Ich betone nochmals, dass diese Säfte wirklich ganz hervorragend sind, und möchte mich an dieser Stelle bei meiner Frau für ihr hilfreiches Mitwirken bedanken. Sie brauchen nämlich jemanden, der die guten Sachen auf den Märkten und bei den Bauern für Sie sucht.

Außerdem kostet es wirkliche Überwindung, von der gutbürgerlichen Kost loszukommen, „Kleister“ und „totgekochte“ Speisen wegzulassen. Dafür haben diese Massnahmen aber die totale Umkehr in meinem Leben bewirkt, die so dringend nötig war. Bitte probieren Sie es selber aus. Zur Frage, was für Obst und Gemüse wir außer den einheimischen Produkten noch essen, ist die Antwort: hauptsächlich Südfrüchte. Jamila Peiter hat ein interessantes Buch mit dem Titel „Pro & Contra Rohkost Ernährung“ (Access Verlag) geschrieben.

## Gesundes Wohnen - Baubiologie

Ernährung ist natürlich nur ein Faktor, zwar ein sehr wichtiger, aber nicht der einzige. Wenn Sie in einer schadstoffreichen Wohnung leben, dazu noch viel in belasteten Fahrzeugen fahren, ein rund-um-die-Uhr eingeschaltetes Handy am Körper tragen, sowie mit Schadstoffen [Azofarbstoffe, Formaldehyd] belastete Kleidung und Schuhe tragen, dann nützt Ihnen Rohkost alleine auch nichts mehr. Krankheit ist eine vielschichtige Sache.

Leute, die krank um Hilfe bittend zu uns kommen, führen wir durch unsere Wohnung und **zeigen ihnen alle Veränderungen, mit denen wir unser neues Leben angefangen haben**: Wasserfilter (Umkehrosmose), Ernährung (Entsafter) mit Sonnenkost, Bestecke (Plastik), Töpfe (Glas oder Emaille), Duschwasserfilter (Chlor), unbelastete Körperpflegemittel, Wasserfilter-Staubsauger <sup>[40]</sup>, Reinigungsmittel, Netzfreeschalter (minimierter Elektromog), schadstofffreie Möbel, Wände & Teppichböden, usw., usw.

Eine weiterer wichtiger Faktor ist der Platz des Hauses: Liegt es in der Nähe von Hochspannungsleitungen, Hauptverkehrsadern, im Industrie- oder Gewerbegebiet, verlaufen darunter Wasseradern, usw. Damit bin ich wieder genau bei dem Thema, das ich als Architekt prima beherrschen sollte, nämlich Baubiologie. Bau, Bios und Logos: Baubiologie ist die Lehre von der ganzheitlichen Beziehungen zwischen den Menschen und der Wohnumwelt. Nur wenn diese Beziehung stimmt, können wir überleben.



Es gibt etwa sieben Millionen [menschengemachte] Schadstoffe und jedes Jahr kommen Hunderttausende dazu. Die Auswirkungen der Schadstoffe auf den Menschen sind nur zu einem ganz geringen Prozentsatz untersucht. Zur Untersuchung eines Stoffes, z. B. Benzol, werden, wie Sie bei Prof. Wassermann nachlesen können, sieben Jahre gebraucht. Leute, die wie er und Dr.

Clark, die die Wahrheit sagen, werden vielfältig angefeindet und, falls möglich, einfach beseitigt <sup>[41]</sup>. Ich habe es während unseres Prozesses am eigenen Leib erfahren. Aber auch um anderen zu helfen, sollte man trotz persönlicher Nachteile bei der Wahrheit bleiben.

Die Folgen von Holzschutzmittelvergiftung sind vielseitig: Angst, Schlaflosigkeit, Depression, Abwehrschwächen, Krebs, Missbildungen, Schwindel, Kopfschmerz, Atemwegserkrankungen, Fruchtbarkeitsstörungen, Aborte, Allergien, usw.

Es wird in der Zukunft zunehmend eine Hauptaufgabe der Architekten und Ingenieure sein, ein möglichst schadstofffreies Wohn- und Lebensumfeld zu schaffen, damit wir besser leben und gesünder wohnen können. Lassen Sie uns alle weiter unermüdlich an dieser wichtigen Aufgabe arbeiten.

**Im folgenden Anhang finden Sie viele nützliche weitere Hinweise.**

Dipl. Ing. Karl Nussbaum, Kölner Str. 15, 50226 Frechen, 02234 – 273963

## Nahrungsmittel – Richtlinien für den privaten Haushalt

- **Getreide & -produkte:** Wer darauf nicht ganz verzichten kann: Dinkel o.k., Hirse besser verdaulich; selber mahlen & backen. Getreide sind meist mit Aflatoxin (Schimmelpilzgift), Benzol & Isopropylalkohol belastet - auch im Naturkostladen – deshalb beim Backen 1 TL reines Vit.-C zusetzen; alle Roggenprodukte enthalten immer Mutterkorn
- **Statt Backpulver** (Aluminium) **Kaisernatron**
- **Nüsse** in Quellwasser mit reinem Vit.-C (Hofmann La Roche) ca. 6-8 Std. einweichen (8-10 Mandeln decken den täglichen Eiweissbedarf)
- **Milchprodukte:** Wer darauf nicht ganz verzichten kann Butter auslassen oder wie alle anderen Milchprodukte mind. 15 Sekunden abkochen (Askariden-, Darmegel-, Bandwurmeier, BSE); H-Milch o.k.
- **Keine Margarine** wegen Azofarbstoffen & gehärteten Ölen
- **Mazola kaltgepresstes Olivenöl o.k.** (REWE, Minimal, HL)
- **Kaffee:** „gusto mild“ in blau-weißer Packung (Rapunzel) o.k.
- **Kein Kakao, Schokolade (Malonsäure):** statt dessen Carobschokolade (Rapunzel) und Carobpulver.
- **Tee:** nur lose Kräuter; Tee selber sammeln; Schwarzer Tee oft mit Pestiziden & VOCs belastet; Grünen Tee mit Syncrometer testen.
- **Statt Essig** (enthält immer Aflatoxine) verdünnte Essigessenz; zum Reinigen Zitronensäure (1 TL auf 250ml Wasser) verwenden.
- **Bier & Wein, alle gekauften Säfte** enthalten Aflatoxine, Isopropanol & Benzol; aus frischen Früchten selber saften (Faulstellen entfernen!).

- **Gemüse:** bei Bandwurmbefall (Krebs) keine malonsäurehaltigen Gemüse (Liste im Clark-Lotsen & 3. Rundbrief).
- **Kein rieselfreudiges Salz** (enthält Aluminium & Fluoride) – statt dessen Steinsalz oder klumpiges Meersalz (z.B. Vedasan, Rapunzel).
- **Zucker, Weißmehlprodukte:** bei Pilzbelastung (Candida) grundsätzlich meiden, sonst minimieren.

### **Körperpflegemittel – getestet von Herrn Nussbaum**

- VEDASAN - Produkte o.k. (auch Kosmetika, siehe Lavera)
- WELEDA - Produkte teilweise ohne Schadstoffe
- ECOVER Wasch- & Reinigungsmittel o.k.
- LAVERA: Shampoos, die Cocoamidopropyl-Betain enthalten, testen auf Isopropylalkohol positiv. (Es ist auch möglich, dass die Propylgruppe und nicht Spuren von Isopropylalkohol für das positive Testresultat verantwortlich ist. Lavera und der Rohstoff-Zulieferer geben an, keinen Isopropylalkohol bei Produktion und Reinigung zu verwenden.) Die meisten anderen Lavera-Produkte sind o.k.
- Shampoos: O.K. sind z. B. das neue Neutral-Shampoo (laut Lavera ab Chargen-Nr. 8159 ohne Cocoamidopropyl-Betain, auf Etikett steht es noch) und die Baby-Shampoos von Lavera, Heritage-Olivenöl-Shampoo, AFM-Shampoo.
- Achtung: PCB & Kobalt (blau, Megapearls), Aluminium, Chlor, Benzol, Aromastoffe in Waschmitteln, Seifen, Shampoos und vielen Lotionen!
- Stand Anfang Dezember 2001. Produkte und Rohstoffe ändern sich ständig.

## **Baubiologische Überlegungen und Verfahren**

### Vielfältige Abhängigkeiten bei Emission & Ausgasung von Innenraumschadstoffen:

Emissionraten und Ausgasung von Innenraumschadstoffen, z.B. Formaldehyd aus Spanplatten, hängt von vielen Faktoren ab: vom Dampfdruck des Stoffes, vom Gehalt im Baustoff, von der Matrix des Baustoffes, vom Typ des Baukörpers, von der relativen Luftfeuchtigkeit im Raum. Wesentlich ist vor allem die Temperatur der Raumluft bzw. des Baukörpers in Verbindung mit der Luftwechselrate: Wenn sich in ständig **überheizten und deshalb meist auch mangeldurchlüfteten** Räumen Spanplattenmöbel und/oder Teppichböden befinden, dann haben Sie immer eine ganz **hohe Formaldehyd-Konzentration**. Das wird Ihnen eine Analyse bestätigen. Fazit: Eine pauschale Aussage über die zu erwartenden Emissionen in der Luftkonzentration ist ohne Überprüfung vor Ort nicht möglich. Das habe ich in Zusammenarbeit mit grossen Baustofflaboratorien herausgefunden.

### Entscheidungsfindung zur Sanierungsdringlichkeit:

Wenn Sie einen belasteten Raum sanieren wollen, müssen Sie Raumluft- und/oder Materialmessungen durchführen (lassen). Ich kann vieles mit dem Syncrometer anhand von **Staub-**



**und Materialproben** testen. Nehmen Sie einfach eine Probe des Staubsaugerinhalts oder ein bisschen Staub hinter dem Schrank und prüfen Sie diese Probe auf die verschiedenen Schadstoffe mit dem Syncrometer Oder aber Sie lassen die Proben von einem Institut untersuchen. Aus den festgestellten Belastungen kann man auf die Quellen schliessen und folgern, was Sie alles tun oder lassen müssen.

## Was muss man wissen, um Verbraucher kompetent zu beraten?

- Art des Schadstoffes,
- Grösse der Quelle,
- Toxikologie und Wirkung,
- Ergebnisse der Messungen,
- das Stoffverhalten (stoffspezifische Ausgasungscharakteristiken),
- Dauer der täglichen Exposition (wie lange sind die Menschen täglich an dieser Stelle). Der Schlafraum ist das Wichtigste, vielleicht auch der Arbeitsraum - viele Leute arbeiten länger, als sie schlafen - dann kommt der Wohnraum.
- Beginn der Emission,
- Produkteinbau und Anwendung sind auch ganz wichtig,
- Art der Beschwerden und die Befunde (falls welche da sind),
- Alter der Betroffenen - es gibt besondere altersbedingte Risikogruppen,
- Nutzung der Räume.

## **Richtlinien zur Einrichtung des privaten Haushalts**

- **Matratzen, Polstermöbel:** möglichst aus Latex-Natur oder Kapok und Naturmaterialien; keine Federkernmatratze/Sitze (Antennenwirkung), kein Wollsiegelprodukt (Permethrin), keine Metallgestelle; Schaumstoffe enthalten oft Formaldehyd.
- **Lederwaren, Kleidung:** nichts mit Wollsiegel; auf Flammenschutzmittel, Azofarbstoffe, PCP (Leder) & Weichmacher (PCB) achten; neue Kleidung enthält oft Formaldehyd.
- **Möbel, Holzfussboden:** Massivholz aus Naturhölzern nur mit reinem Bienenwachs und/ oder Naturölen behandelt; keine Spanplatten (Formaldehyd, Isocaynate); Laminatfussboden enthält Formaldehyd; Fenster, Türen Verschalungen, v.a. alte Holzfussböden meist mit PCP & Lindan behandelt.
- **Sonstige Fussböden:** Fliesen, Naturstein, Kork o.k., Teppiche fast immer belastet (Wollsiegel); alle Kleber fragwürdig (VOC, Formaldehyd); kein PVC, besser Linoleum (Linodur) oder Gummi-/Kautschukbeläge.
- **Lampen; Elektrogeräte:** Netzfreisalter in Schlaf- & Kinderzimmer, keine elektr. Geräte am Bett (Radio, Funkwecker, TV, Heizdecke, Wasserbett, Handy/Funktel.); keine Energiesparlampe/-leuchtstoffröhre (Quecksilberdampf); Trafos enthalten PCB; in

Neubauten dioxinfreie Kabel; keine Mikrowelle; Handy (gepulste Strahlung) nicht am Körper; drahtloses Telefon sind kleine Sender und geben ständig gepulste Strahlung ab (schlimmer als Handy)!

- **Batterien:** immer 0% Mercury (Quecksilber) und 0% Cadmium!
- **Bestecke, Kochtöpfe:** kein Aluminium; kein Edelstahl (bis zu 8% Nickel, 3,4% Chrom & 3,6% Vanadium); statt dessen Polyethylen (PE) Camping Besteck oder Horn, oder Keramik (Chinesisch); Töpfe aus Emaille, Glas, Keramik (z.B. 06781-901652)

## Fakten zu den wichtigsten baubiologischen Schadstoffen

Schadstoffe, die auch Frau Dr. Clark in ihren Büchern beschrieben hat:

- (a) **Pestizide: Formaldehyd, Pentachlorphenol (PCP) und Lindan**, die ich für sehr gefährlich halte.
- (b) **Organische Schadstoffe und Lösungsmittel (VOC – volatile organic chemicals): Benzol, Toluol & Xylol**, usw. Die Nahrungsmitteltoxine **Isopropanol und Methanol** sind keine Baugifte, werden aber wegen ihrer Wichtigkeit mitgelistet.
- (c) **Chlor, Ozon, Radon**
- (d) **PCB (PolyChlorierte Biphenyle)**

### A) Pestizide

#### **Formaldehyd:**

Die meisten Leute, die hier sitzen, sind mit Formaldehyd belastet.

Quellen: Desinfektionsmittel, Farben, Klebstoffe, Spanplatten, Zigaretten, Ortschaften, Tapeten, Textilien, also das, was Sie anhaben, besonders pflegeleichte, Kleidung - überall ist Formaldehyd drin, obwohl es angeblich nur noch in geringen Mengen verwendet wird. Z.B. gibt es schon formaldehyd-freie Spanplatten. Prof. Wassermann hat diese getestet und festgestellt, dass sie statt dessen Isozyanat enthalten. Isozyanat ist ein wesentlich schlimmeres Nervengift als Formaldehyd. Also wenn Sie die „E1 Platte“ kaufen – „formaldehyd-frei“ - lassen Sie sich das schriftlich geben, dass wirklich keine anderen Schadstoffe drin sind.

Andere Spanplatten enthalten als Bindemittel Tanin. Das ist der typische Klebstoff, mit dem man sonst Holz zusammenklebt. Diese Platten sind sehr teuer. Andere Klebstoffe enthalten Formaldehyd, das solange ausgast, bis die Platte zerfallen ist.

Potenzielle Wirkungen von Formaldehyd: Kopfschmerzen, Schleimhautreizungen, Depressionen, Verdacht auf krebserregende Wirkungen. Da haben wir es wieder: Krebs durch Formaldehyd.

Typische Symptome bei Formaldehyd-Belastungen: Stechen in der Nase, Augen und Rachen, Reizung der Augen bei 0,1 bis 1,6 ppm, Reizung der Nase bei 0,1 bis 1,8 ppm, Reizung der Kehle bei 0,5 ppm. Details können Sie beim Toxikologen **Daunerer** (München) nachlesen. Er hat zuletzt vor Weihnachten - als Weihnachtsmann verkleidet um nicht direkt erkannt zu werden, denn er wird so sehr angegriffen - einen Vortrag gehalten. Es gibt jede Menge Bücher von Daunerer. Ich habe selbst eines, ausschliesslich über Holzschutzmittel. Er ist der führende Toxikologe in der BRD, das müssten auch die Mediziner wissen.

Handlungsempfehlungen bei Möbeln: Versiegeln Sie die offenen Schnittkanten der Spanplatten und stopfen Sie die Bohrlöcher in Spanmöbeln und Regalen zu. Damit kann sich jeder Laie ein bisschen helfen. Ich kann in Billigmöbelläden wie „Ikea“ und „Porta“ übrigens nicht mehr hineingehen. Da wird mir ganz schlecht. Auch wenn ich an einem Parfum-Laden vorbeikomme – haben Sie übrigens schon beobachtet, dass die meisten Parfum-Geschäfte ständig die Türen offen haben, weil das Personal es andernfalls nicht aushält? - dann sehe ich Doppelbilder und kann hinterher nicht Autofahren. So viele Lösungsmittel kommen aus dem Laden.

Handlungsempfehlungen bei kleineren Quellen: Standortveränderungen, Änderung der Raumnutzung, Entfernung des Möbelstücks (das wäre dann schon etwas radikaler). Verlegen Sie wegen formaldehydhaltiger Elemente kein „Scheinparkett“ bzw. Laminatfußboden.

Sanierungsstrategien bei grossflächig kontaminierten Baustoffen: Absperrlacke, Entfernen bzw. Austausch der belasteten Materialien.

### **PCP – (Penta-Chlor-Phenol):**

Ein Baugift, Pestizid gegen Bakterien, Pilze & Hausschwamm, überwiegend in Holzschutzmitteln (meist in Verbindung mit Lindan) verwendet (Antikmöbel!), auch in Leder & Textilien (Zeltstoffe, Markisen, Teppiche, Tapeten, Mottenstreifen); herstellungsbedingt mit Dioxin belastet; Aufnahme durch Nahrung, Haut & Atmung; seit 1989 in der BRD verboten.

Sekundärquellen: Wände, Wandputz, Fußbodenbeläge, Kunststoffe, Staub, Gardinen

Maßnahmen für kleine Quellen: verbesserte kontinuierliche Lüftung, Austausch belasteter Möbel, Absperrlacke (nur für kleine Flächen geeignet: Holz arbeitet immer, wodurch Lacke reißen und PCB dann weiter ausgast); **große Quellen entfernen!**

Aufnahme: Haut, Nahrung, Hausstaub, Atmung

Metabolisierung: z.T. von Niere/Leber entgiftet; Bluteiweiße & Fettgewebe binden PCP längere Zeit, wodurch Abbau und Eliminierung bei belasteten Personen langwierig wird.

Wirkungen: neurotoxisch, konzerogen, reproduktionstox. (Tierversuch); Holzschutzmittelsyndrom

### **Lindan:**

Insektizid und Baugift, vorwiegend in Holzschutzmitteln in Verbindung mit =>PCP (und Dioxin); Aufnahme über Haut, Atmung & Nahrung; begrenzte Abhilfe durch Schadstoffmaskierung. (siehe PCP)

## **B) VOC (Volatile Organic Chemicals):**

Das sind die leichtflüchtigen, organischen Lösungsmittel, allen voran die Clark'schen wie **(1) Isopropylalkohol, (2) Methanol, (3) Benzol, (4) Toluol und Xylol**. Dazu kommen noch ca. 50 weitere Substanzen vor allem in Farben, Lacken, Klebern, Reinigungs- und Pflegemitteln (Chemische Reinigung!).

Potentielle Wirkungen: Schleimhautreizungen, Kopfschmerzen, Störungen und Erkrankungen von Leber, Nieren und Nervensystem, z.T. Blutbildveränderungen, z.T. krebserregend

Handlungsempfehlungen:

- (1) bei kurzfristigen Belastungen: Standortänderungen kleiner Quellen

- (2) Bei größeren Quellen kontinuierliche Querlüftung plus Stoßlüftung in den ersten zwei bis drei Monaten nach Kauf bzw. Verwendung; parallel Nutzungsänderung der Räumlichkeiten wenn möglich

## **(1) Isopropylalkohol (Isopropanol):**

Ein VOC, sekundärer Alkohol, etwa doppelt so toxisch wie Äthylalkohol.

Wirkungen nach Clark: ermöglicht dem Darmegel, seinen Lebenszyklus im Menschen ohne den normalen Zwischenwirt (Wasserschnecke) zu vollenden; Isopropanol ist nicht direkt krebserregend (karzinogen), sondern es ermöglicht dem Darmegel karzinogen zu werden (der erwachsene Egel in der Leber erzeugt den Wachstumsfaktor Ortho-Phospho-Tyrosin, der Zellteilung bewirkt).

Im gesunden Menschen wird Isopropanol ohne große Probleme von der Leber abgebaut. Wenn sich in der Leber Aflatoxin B (ein =>Pilzgift) ansammelt, verliert die Leber die Fähigkeit, Isopropanol (und andere organische Lösungsmittel) abzubauen und folglich kann sich der Darmegel mit allen Entwicklungsstadien im Körper einnisten.

Quellen: Isopropanol ist der häufigste Desinfektionsalkohol (billiger als Ethanol) und daher in (a) fast allen Körperpflegemitteln (Shampoo, Haarspray, Mundwasser, Schaumprodukte, Körperlotionen, Rasierbedarf, Einreibealkohol, Kosmetika) und (b) Getreideflocken (Cornflakes, Crisps, usw.); auf der Verpackung nicht angegeben, vermutlich wird es zur Reinigung von Behältern und Produktionsgeräten verwendet. Frau Dr. Clark rät ihren Patienten, die nachfolgenden Produkte nicht zu verwenden, auch wenn auf der Packung kein (Iso-)Propylalkohol angegeben ist:

- Shampoo, auch aus dem Reformhaus oder Naturkostladen, Haarspray, Haargel, alle Kosmetika (statt dessen selber herstellen), Mundwasser, alle Rasierprodukte einschließlich Aftershave
- Frühstücksflocken, auch „biologische“ Müslis
- Raffinierter Zucker (brauner Zucker ist o.k., wenn er entgiftet wurde)
- Koffeinfreier Kaffee, Kräuterteemischungen (einzelne Kräuter o.k.)
- Mineralwasser & destilliertes Wasser; alle handelsüblichen Limonade- & Brausegetränke; alle nicht selbst frisch hergestellten Säfte
- Alkoholische Lösungen zum Einreiben
- Vitamine, Mineralstoffe und Ergänzungsmittel, sofern nicht getestet
- Tier- & Vogelfutter

## **(2) Methanol (Methylalkohol, Holzgeist):**

Hochgiftiges VOC, in Geschmack & Geruch dem Äthylalkohol ähnlich; benutzt als Reinigungs- & Lösungsmittel (z.B. Farben); bei oraler Aufnahme (Fusel) bewirkt es Schwindel, Kopfschmerz, Erbrechen, Sehstörung bis zum Erblinden; tödliche Dosis 30-50 ml.

Wirkungen nach Clark: Methanol ermöglicht dem Darmegel, seinen Lebenszyklus im Menschen ohne den normalen Zwischenwirt (Wasserschnecke) zu vollenden.

- M. in der Pankreas ermöglicht dem Pankreasegel dort Ansiedlung und Vermehrung, woraus sich nach Clark Diabetes entwickelt; Insulin selbst kann je nach Hersteller mit M. verunreinigt sein, auch Süßstoffe (bzw. M. entsteht bei deren Abbau im Körper)
- Bei Anwesenheit des (Schimmel-) Pilzgiftes Kojisäure (graue Stellen in Kartoffeln) ist die Leber unfähig Methanol zu entgiften

Quellen: wird z.B. zur Reinigung von Glasflaschen & Glasbehältern und Maschinen verwendet und

ist daher allgegenwärtig nicht nur in handelsüblichen Getränken, sondern auch in Süßstoffen, Babynahrung, Brausepulver, Kaffeefilterpapier etc. (auch Reformhaus); Körperpflegemittel, Kosmetika, Lotionen, Mundwasser, Zahnpasta, Cola, künstl. Süßstoffe, Diätgetränken, Flaschenwasser, kohlenensäurehaltigen Getränken, Kräuterteemischungen, Tierfutter, fertige Kindernahrung und alle verarbeiteten Nahrungsmitteln.

### **(3) Benzol:**

Ein VOC, Grundbaustein der aromatischen Kohlenwasserstoffe; wasserhelle, giftige, leicht flüchtige Flüssigkeit.

Entgiftung: durch Vit.-B2, welches Benzol zum ebenfalls hochgiftigen =>Phenol abbaut (Höhensonne meiden, da UV-Licht Vit.-B zerstört); zum Abbau von Phenol wird Magnesium benötigt: aus Gemüsesaft (z.B. Kopfsalat & Löwenzahn) vermischt mit Grapefruit oder Zitrone (frisch!).

#### Wirkungen nach Clark:

- ermöglicht dem Darmegel seinen Lebenszyklus im Menschen ohne den normalen Zwischenwirt (Wasserschnecke) zu vollenden;
- wandelt organisches Germanium in anorganisches (toxisches) um;
- sammelt sich in der Thymusdrüse an, schwächt diese und bahnt damit dem HIV-Virus den Weg.

#### Quellen :

- mit Aromastoffen & Extrakten versehene Lebensmittel wie Backfett, Backsoda, Eiscreme, gekaufte Fruchtsäfte & Wässer, Getreideflocken, Joghurt; Kapseln, Kaugummi, Keksen, Fertigmöhlen, Maisstärke, Öl, Reiskekse, Vitamine, Teebaumölprodukte, Halspastillen;
- in bleifreiem Benzin und Zigarettenrauch, Marihuana; Treibstoffe - Benzol ist Bestandteil von Benzin;
- Rückstand in der Körperpflege- & Kosmetikprodukten (Seifen, Zahnpasta, Lippenpomade, Hand-, Haut- & Feuchtigkeitscreme, ); alle Produkte mit Vaseline; Gleitmittel, Kondome, Insektenspray; die Firma Melaleuca ging gegen Dr. ClarkS Anschuldigung von Benzolresten in ihren Produkten vor Gericht und verlor in zweiter Instanz;
- Tierfutter, fertiges mit Geschmackszusätzen: Geflügel-, Hunde- & Katzenfutter, Viehfutter außer einfachem Getreide.

Gründe für verstärkte Benzolansammlung: vermehrte Aufnahme (Kosmetika, Nahrung), Vit.-B2 Mangel; Genuss von 4,5 Benzopyrenen (grillen & toasten); Genuss von Zearalenon (ein Pilzgift in Chips, Popcorn & braunem Reis), das im Fettgewebe eingelagert & langsam zu Benzol abgebaut wird.

### **(4) Toluol (Methylbenzol) und Xylol (Isomere von Dimethylbenzol):**

Häufig zusammen auftretende VOCs; oft mit Benzol verunreinigt; wenn die Aufnahme gestoppt wird, kann sich der Körper innerhalb von 5 Tagen selbstständig davon befreien.

Quellen: in Zeitungen & Druckereien (aromatischer Geruch), Farben, Lacken, Kunststoffe, handelsübliche Getränke (vor allem Limonaden wie Coca-Cola, Sprite, Fanta, etc), Fruchtsaftkonzentrate und deren Produkte), aromatisierte Speisen, Frühstücksflocken, Süßigkeiten, Naschwerk, Zahnpasta, Mundwasser, Lotionen, Körperpflegemittel, Kosmetika;

### Wirkungen nach Clark:

- Stets in den Muskeln bei Muskelschwund (Muskeldystrophie);
- Anhäufung in Gehirn & Nervenzellen bei MS, ALS, Alzheimer , auch Epilepsie;

## **C) Chlor, Ozon, Radon**

**Chlor:** chemisches Element; stechend riechendes, gelbgrünes, wasserlösliches, sehr giftiges (Kampfstoff) Gas; als Lösungs- und Desinfektionsmittel verwendet, vor allem im Leitungswasser; Symptome akuter Chlorbelastung: Husten, Schleimhautreizungen, Lungenentzündung, (Chlor-)Akne. Allergen, nach Clark vor allem bei manischen Depressionen.

**Ozon:** Ein Gas, Ringmolekül aus drei Sauerstoffatomen; extrem reaktionsfreudig und instabil - daher in geringen Dosen ein Atemgift; in sehr geringen Dosen auf Ölbasis ein potentes Therapeutikum.

Quellen: Photokopierer, Laserdrucker

Wirkung: Schleimhautreizung, Müdigkeit, Konzentrationsmangel, karzinogen & mutagen (Verdacht)

Handlungsempfehlung: Kontinuierliche Lüftung, Standortveränderung der Geräte (Luftstrom der Geräte nicht zum Arbeitsplatz!), Luftfeuchtigkeit über 40% halten, regelmäßige Wartung.

**Radon:** Radioaktives Edelgas, wird nach Rauchen als die häufigste Ursache für Lungenkrebs angesehen; Vorwiegende Quellen: der das Haus umgebende Boden (besonders Mittelgebirge) Baustoffe (Granit, Basalt, Phosphatgips), Wohngifte. Wenn Sie im Keller wohnen, werden Sie schon mit Radon - überall in Deutschland herrschen belastende Radon-Werte – sowie mit Feuchtigkeit und den daraus resultierenden Schimmelpilzen ein Problem haben.

Potentielle Wirkung: radioaktiv, karzinogenes Potential

Handlungsempfehlungen: elektrostatische Staubsammlung, Querlüftung (Keller), Einbau einer Keller-Gasdrainage, Abdichtung der Kellerböden, Beschichtung, Entfernung der Baustoffe, Wohnwagen/Zelt mit Plastikfolie unterlegen.

## **D) PCB (Poly-Chlorierte Biphenyle):**

Lipophile (fettlösliche) Baugifte, eine Gruppe von Stoffen hauptsächlich als Weichmacher verschiedenen Kunststoffen zugesetzt; Aufnahme über Haut, Nahrung, Staub & Atmung. PCB werden um so langsamer abgebaut, je höher der Chloranteil ist. Der größte Teil wird in fettreiches Gewebe (Nervenzellen!) eingelagert, wodurch Abbau und Ausscheidung verlangsamt werden.

Wirkung nach Clark: „Immunkiller Nr. 1“

- PCB sammeln sich gern im Fettgewebe an , aber auch in Haut, Händen, Leber, Nieren, Milz und allen anderen Organen. Die Belastung ist so groß, dass Dr. Clark empfiehlt, beim Zappen die Füße auf die Elektroden zu stellen, statt sie in die Hände zu nehmen (die Füße sind weniger PCB-belastet).
- PCB wirken als Isolator und behindert den Zapperstrom. PCB ziehen Pilze an und wird von Parasiten gefressen. **Der Parasit wird dann durch das PCB „isoliert“ und ist nicht mehr zappbar.** Es gibt noch keine bewährten Ausleitmethoden und daher ist die wichtigste Maßnahme, PCB zu meiden, ozonisiertes Olivenöl/Wasser zu sich zu nehmen, und dass neue Verfahren des => Zielzappens anzuwenden.
- Dr. Clark's Cocktail gegen PCB (**nicht täglich!**): ½ Tasse 35min ozonisiertes Olivenöl, ½ Tasse 5min ozonisiertem Wasser und ½ Tasse Grapefruitsaft gut miteinander verschütteln und



auf nüchternen Magen trinken. Danach kann man PCB im Urin nachweisen.

Quellen: in Transformatoren- & Hydraulikölen, Kondensatoren, Dichtungsmassen zwischen Betonfertigteilen, bei Fenstern & Türen, in Leuchtstoffröhren (Braunfärbung der Röhrenenden), Flammenschutzmittel, Anstriche, im Sanitärbereich als Weichmacher. Die weitgehende Verwendung in den sechziger und siebziger Jahren führte zu einer **nahezu universellen Verseuchung**, so dass sich PCB vor allem in Seifen, Wasch- und Reinigungsmitteln sowie ölhaltigen Nahrungsmitteln wiederfindet; Sekundärverseuchung vor allem von Fisch, Fett (Rind & Schwein), Wurst (hoher Fettanteil), aber auch pflanzlicher Fette (Öl, Margarine), Geschirrspülmittel, Haarspray, Körperpflegemittel, Kosmetika, Mineral- & Vitaminkapseln, Waschmittel, manche Membranen von Umkehrosmoseanlagen, Trinkwasser.

Potentielle Wirkungen: Leber- & Nierenschäden; karzinogen, Embryotox., reproduktionstox. (Tierversuch), subakut neurotoxisch.

Symptome (bei hoher Konzentration): Kopfschmerz, Augenreiz, Übelkeit, Gelenkschmerz, Narkoseeffekte, Lidschwellung, Hautveränderung („Chlorakne“).

Handlungsempfehlungen: Kleinkondensatoren in Leuchtstofflampen mit Einmalhandschuhen als Sondermüll entsorgen; bei Baustoffen Primärquellen entfernen; Maskierung / Beschichtung / räumliche Trennung / Entfernung von Sekundärquellen (Einzelfallentscheidung). Bei geringen Belastungen tägliche Stoß- und/oder Querlüftung.

#### Anlage: **IHG-Liste unabhängiger Labore**

<i>Ort</i>	<i>Name</i>	<i>Telefon/Fax</i>
Berlin	B.A.U.C.H. – Beratung & Analyse – Verein für Umweltchemie e.V.	030 – 3944908 Fax – 3947379
Hamburg	City Laborservice	040 – 309550 Fax – 3095513
Jesteburg	Baubiologie & Umweltanalytik	04181 – 211700 Fax – 211701
Hamburg	Ergo Forschungsgesellschaft GmbH	040 – 6970960 Fax – 69709699
Ahrensburg	LEFO – Institut GmbH	04102 – 55471 Fax – 50806
Uetersen	H.U.P. Hygiene- & Umwelt-Praxis Dr. Lukoschik	04122 – 460940 Fax – 460941
Verden	Imena – Institut für Mensch und Natur e.V.	04231 – 957522 Fax – 957523
Bremen	Bremer Umweltinstitut GmbH	0421 – 76665 Fax – 71404
Bremen	Medizinisches Umweltlabor Bremen	0421 – 20720 Fax – 2072167
Hannover	Chemie & Umwelt e.V.	0511 – 1640322 Fax – 1640391
Hannover-Langenhagen	Adnagen GmbH	0511 – 72595050 Fax – 72595040

Hildesheim	GeoLab Umweltanalytik	05121 – 708232 Fax – 703235
Bielefeld	envico – Gesellschaft für baubiologische & umweltmedizinische Beratung	0521 – 1368888 Fax – 1368889
Fulda	Umweltberatung Fulda	0661 – 71003 Fax – 71019
Düsseldorf	Institut für Innenraumdiagnostik	0211 – 99958160 Fax – 99958177
Mönchenglabach	Umweltanalytischer Dienst	02166 – 10434 Tel & Fax
Neuss	Freies Sachverständigenbüro für Baubiologie und Umweltanalytik	02131 – 43741 Fax – 44127
Köln	eco - Umweltinstitut GmbH	0221 – 9312450 Fax – 93124533
Köln	Katalyse – Institut f. angewandte Umweltforschung	0221 – 9440480 Fax - 9440489
Hemer	D.S.E.-Consulting Hörnes Fachplanungsbüro	02372 – 73009 Fax 75586
Welter	Baubiologische Messtechnik	02384 – 1222 Tel & Fax
Wiesbaden	Ingenieurbüro Gesundheit & Umwelt	0611 – 23802621 Fax – 33334633
Eschborn	Sachverständigenbüro Haas	06196 – 43685 Fax – 483122
Saarbrücken	Labor Priv. Doz. Dr. K. Bauer	0681 – 3908323 Fax 37092
Stuttgart	Laboratorium für spektralanalytische & biologische Untersuchungen Dr. Bayer GmbH	0711 – 164180 Fax – 1641818
Stuttgart	Dipl. Ing. Hansmartin Kirschmann VDI, Baubiologie IBN	0711 – 2360780 Fax – 2360782
Maulburg	Baubiologie & Umweltanalytik	07622 – 65055 Fax – 65095
München	Umweltmedizinisches Labor München G.I.I.m.b.H.	089 – 54308152 Fax – 45308153
Neubeuern	Institut für Baubiologie & Oekologie (IBN)	08035 – 2039 Fax – 8164
Fürth	Analyse und Bewertung von Umweltschadstoffen (AnBUS) e.V.	0911 – 770762 Fax – 770764
Wildflecken	Vitalan – Fachlabor für Stuhluntersuchungen	09745 – 91910 Fax - 919191

# **Der Ganzheitliche Gesundheitsberater**

**Tagesseminar am 25. Mai 2002 in Taunusstein bei Wiesbaden**

Das Seminar soll Sie befähigen, als Ganzheitlicher Gesundheitsberater Menschen ganzheitlich zu

beraten und durch eine Analyse ihrer Situation die richtigen Mittel und Maßnahmen für ihre spezifischen Gesundheitsprobleme zu eruieren. Dabei werden systematisch die individuelle Konstitution der Person, das Stadium seines gesundheitlichen Problems und die maßgeblichen auslösenden Belastungsquellen (z. B. Ernährung, Schadstoffe in Körper, Luft oder Wasser, virale, bakterielle und parasitäre Belastungen, Elektromog, Erdstrahlen, Raumenergien, seelische Traumata) berücksichtigt.

Sie erwerben praxisnahe Kenntnisse zu den Themen Ernährung und Nahrungsergänzung, Säure/Basen-Haushalt, Clark-Therapie, Umweltgifte, Amalgam, Entgiftung, Erdstrahlen, Lichttherapie, Raumenergetik, Krankheits-Psychologie etc. Sie lernen anhand eines systematischen Gesundheitsratgebers, wie Sie die wichtigsten Krankheitsursachen eruieren und was Sie dagegen tun können. Mit Ihrem Teilnahmezertifikat können Sie als Ganzheitlicher Gesundheitsberater aktiv werden – eine Tätigkeit, die nicht nur lukrativ, sondern auch sehr sinnvoll ist. Am folgenden Tag findet ein Vasati-Seminar statt, wo Sie ihre Kenntnisse über die Wirkung von Raumenergien vertiefen können.

• **News • News • News • News •**

### **Vereinsrundbrief-Abo**

Wer unseren Vereinsrundbrief „Hilfe zur Selbsthilfe“ beziehen, aber kein Mitglied im Naturheilverein werden will, kann ein Jahresabo zu 32 DM Inland und 40 DM Ausland erwerben. Das Porto ist inklusive.

### **Arzneimittel töten jährlich mind. 12.000 Menschen**

An den Nebenwirkungen von Arzneimitteln sterben nach Angaben Bremer Forscher in Deutschland etwa doppelt so viele Menschen wie im Straßenverkehr.

In Deutschland gäbe es mindestens 200.000 schwere Fälle von Medikamenten-Nebenwirkungen pro Jahr, 12.000 bis 16.000 davon enden tödlich, sagte der ehemalige Direktor des Instituts für Klinische Pharmakologie am Zentralkrankenhaus Bremen, Peter Schöner. Außerdem verursachten Nebenwirkungen jährliche Kosten in Milliardenhöhe, berichtete die Arbeitsgemeinschaft der Verbraucherverbände (AgV) bei der Vorstellung des neuen Medikamente-Kursbuches. Nach Angaben AgV-Gesundheitsreferent Thor Isenberg gehen Studien zufolge jährlich etwa 300.000 Krankenhaus-Einweisungen in Deutschland auf das Konto von Neben- und Wechselwirkungen von Medikamenten. Im vergangenen Jahr wären die immerhin rund sechs Prozent aller Einweisungen mit Folgekosten von bis zu 1,4 Milliarden Mark, sagte der Verbraucherschützer.

*Aus: dpa und „Der Tagesspiegel“, Oktober 2000*

### **Obst und Gemüse verlie-ren an Qualität**

Die moderne Landwirtschaft macht es möglich: Das Obst und Gemüse bietet auch einen optischen Anreiz zum Kaufen. Äpfel sind wie genormt, Kartoffeln und Orangen nach Größe verpackt, der frische Salat leuchtet in appetitlichem Grün. Doch dieser Fortschritt hat auch ganz wesentliche Nachteile. Die Qualität von Obst und Gemüse hat seit rund 50 Jahren erheblich abgenommen, wie englische Ernährungswissenschaftler festgestellt haben. Der Wunsch des Kunden, nur das zu kaufen, was seinem Auge gefällt, hat zu einem dramatischen Rückgang an Mineralien und Spurenelementen in den Früchten geführt. Der Wissenschaftler David Thomas aus Sussex untersuchte verschiedene Obst- und Gemüsesorten auf diese Stoffe und verglich die Ergebnisse mit Daten aus den frühen 40er Jahren. Das Ergebnis: Die Anteile lebenswichtiger Mineralien gingen in diesem Zeitraum bei einigen Sorten um weit mehr als 50 Prozent zurück. So sank der Anteil von Natrium in Stangenbohnen auf nahezu Null. Natrium ist ein wichtiger Stoff für das Nervensystem und die Muskelbildung. Brokkoli verlor in fünf Jahrzehnten rund 75 Prozent seines Kalziums, das Zähne und Knochen stärkt. Gleich groß ist der Verlust bei Mohren an Magnesium. Es schützt den Körper vor Herzleiden, Asthma und Nierensteinen. Bei Spinat nahm der Eisengehalt um 60 Prozent ab.

Ernährungswissenschaftler Thomas sieht die Ursachen für den Qualitätsverlust bei Obst und Gemüse in der modernen Landwirtschaft. So würde immer mehr Kunstdünger auf die Felder gebracht, der das Wachstum der Nutzpflanzen fördert. Doch Mineralien würden mit dem Dünger nicht mitgeliefert. Der Boden sei in dieser Hinsicht längst ausgelaugt. Die Untersuchung von Thomas untermauert eine Studie, die das British Food Journal 1997 veröffentlicht hatte. Der Ernährungsexperte Prof. Tim Lang von der Thames Valley University kommentierte die Studie mit der Warnung: „Wir sterben hauptsächlich an Herzkrankheiten und Krebs. Der Rat der Ärzte lautet, dass wir weniger Fett, dafür mehr Obst und Gemüse essen sollten. Doch was hilft uns das, wenn wir die Pflazen verändern, die ursprünglich eine vernünftige Prophylaxe waren? Die Züchter haben Produkte entwickelt, die hübsch aussehen, gegen Krankheiten resistent und erstaunlich lange lagerungsfähig sind. Doch das Wertvollste haben sie vernachlässigt - die Mineralien und Spurenelemente“. Quelle: Die Welt online, 3/2001

### **Rezept nach der Öl-Eiweiss-Diät nach Budwig**

Man nehme: 250 Lein-Öl in einen Mixer und füge 450g 1%igen Hüttenkäse (Magerquark) hinzu und mische dieses mit 60ml Honig. Während des Mixens fügt man noch soviel fettarme Milch hinzu, bis man eine Konsistenz wie Pudding hat. Das Ganze ist geschmacksneutral und sollte keinen "öligen Ring" haben, wenn man es ausschüttet. Alternativ zum Hüttenkäse kann man auch Yoghurt benutzen. (30g Yoghurt, 15ml Lein-Öl und 15 ml Honig). Schmeckt super !!! Info: Wenn Lein-Öl auf diese Weise vermischt wird, verursacht es keinen Durchfall, nicht einmal in großen Mengen, da es chemisch mit dem (schwefelhaltigen) Protein des Hüttenkäse/Magerquarks reagiert. Einen ausführlichen Artikel zur sehr empfehlenswerten Ölweiß-Diät nach Dr. Budwig können Sie beim Verein anfordern.

### **Neue Therapeutenliste**

Über 40 zusätzliche Zahnärzte, die Amalgamsanierung, Herdforschung und Materialtestung am Patienten in ihrer Praxis durchführen, also Zahnsanierung im Sinne Dr. Clarks ermöglichen, sowie über 15 zusätzliche Ärzte und Heilpraktiker vor allem in „Clark'schen Notstandsgebieten“ wie den

neuen Bundesländer und Österreich, wurden in die Therapeutenliste aufgenommen. Es steht jetzt auch eine Beraterliste mit 40 Clark-Beratern zur Verfügung, die Sie in der Durchführung der Clark-Kuren unterstützen können.

### **Erfahrungsaustausch über das Vereinssekretariat**

Mit dem „Clark Lotsen“ wurde ein kompetentes und unter Therapeuten und Beratern weit verbreitetes Fachorgan geschaffen, in dem sich solche Erfahrungen und Anregungen gut verbreiten lassen. Anfang des nächsten Jahres wird eine gründlich ergänzte und bezüglich Clark-Referenzen völlig überarbeitete Auflage von ca. 100 A-4 Seiten erscheinen. In jedem folgenden Rundbrief werden die neuesten therapeutischen Anregungen als heraustrennbare Mittelblätter im Format des Lotsen veröffentlicht, so dass sie diesem angehängt werden können.

### **Frequenz-Therapie**

Herr HP Gernot Eckhardt gibt am 16.3.2002, 27.04.2002, 28.09.2002 und 16.11.2002 Seminare über die Anwendung von Frequenztherapie. Weitere Informationen unter Tel.: 06201 72527.

### **Chlorella pyrenoidosa**

**in günstiger Grosspackung**

Dr. Klinghardts bekannte Entgiftungs-Mikroalge ist bei VEDASAN (06128 / 48770) jetzt auch in einer preisgünstigen Großpackung mit 3000 Tabletten (1,2 kg) zu erhalten. Der Preis für 250 Tbl. a 400 mg in einer Glasflasche ist um 10 % auf 48,80 DM gesenkt worden. Die Chlorella pyrenoidosa stammen von der Sonneninsel Taiwan – im Gegensatz zu deutscher (unter Kunstlicht gezüchteter) und chinesischer (belasteter) Chlorella vulgaris. Die Algen werden ständig von einem Lebensmittellabor untersucht. Sie enthalten nachweislich kein Quecksilber.

### **Bitte um Spenden**

Mit Ihrer Spende können Sie uns helfen, Dr. Clarks Arbeit in Deutschland bekannt zu machen und dafür zu sorgen, dass Betroffene und Interessierte die nötige Unterstützung und neue Informationen zur Clark-Therapie erhalten. Selbstverständlich ist Ihre Spende steuerlich absetzbar. Schreiben Sie einfach „Spendenquittung!“ auf das Überweisungsformular. Unser Spendenkonto:

NHV „Hilfe zur Selbsthilfe“ e.V.

Kt.-Nr.: 146 044 400, BLZ 51080060, Dresdner Bank Wiesbaden

Verwendungszweck: Spende.

### **F-Scan im Test**

Der sog. F-Scan soll pathogene Frequenzen automatisch finden. Bei einem gründlichen Praxis-Test hat er keine reproduzierbaren Ergebnisse erbracht und auch keine schulmedizinisch diagnostizierten Erreger erkannt. Eine gewissenhafte bioenergetische Testung lässt sich durch den F-Scan sicher nicht ersetzen.

**Wollen Sie Mitglied im Naturheilverein „Hilfe zur Selbsthilfe“ werden ?**

Die Vereinsmitgliedschaft berechtigt Sie zu:

- a) kostenlosem Bezug des ¼ jährlichen Vereinsrundbriefs und der neusten Therapeutenliste
- b) kostenlosem monatlichem Bezug der Zeitschrift „Naturarzt“

## **Impressum:**

**Vereins-Newsletter „Hilfe zur Selbsthilfe“ Heft 14 & 15, III & IV/01**

**Text:** Ludwig Jacob, Georg Keppler

### **Verlag und Vertrieb:**

Naturheilverein „Hilfe zur Selbsthilfe“ e.V.  
Postfach 1238, 65302 Bad Schwalbach  
Tel.: 06128 / 41097; Fax: 06128 / 41098

Verein und Redaktion übernehmen  
keine Haftung für die in diesem Rundbrief vorgestellten Therapieverfahren  
und Firmenwerbungen.

**Druck:** Druckerei Dierks, Taunusstein

### **Erscheinungsweise:**

vierteljährlich, kostenlos für Mitglieder

© 2001, Naturheilverein „Hilfe zur Selbsthilfe“ e. V. Vervielfältigung,  
auch auszugsweise, ist nur mit Einverständnis des Vereins gestattet.

# **6. Clark-Symposium**

**15 Vorträge jetzt auf 8 CDs**

**Weihnachtsaktion, jetzt nur 130 DM!**

Das 6. Clark-Symposium (28./29.04.2001 in Wiesbaden) hat alle Erwartungen übertroffen. Exzellente Vorträge und Referenten sowie der aktive Austausch der 180 Teilnehmer machten es zu einem einmaligen Erlebnis. Zu den **16 Referenten** zählten Professoren, Ärzte, Heilpraktiker, geheilte Patienten und Vorsitzende großer Selbsthilfevereine mit Tausenden von Mitgliedern. Sie erhalten 8 CDs für 130 DM. Einzelne CDs können Sie für 20 DM bestellen.

**Themen:** • **Worin liegt das Geheimnis der Spontanremission?** • **Was steckt wirklich hinter dem Krebs-Parasiten Fasciolopsis buskii?** (Testet man den tatsächlichen Parasiten, seine Stadien, seine Resttoxine, Erreger, die er in sich trägt, oder handelt es



sich um eine Resonanzverwechslung nach dem Simile-Prinzip?) • **Schwermetalle und Aluminium** und ihre fatale Auswirkung auf unsere Gesundheit • Die praktische Demonstration von **Skalarwellen als Grundlage von Frequenztherapie** und Resonanzphänomenen – ein Meilenstein in der Physik • Neues und Bewährtes aus der Frequenztherapie: **Entdeckung einer Lebensfrequenz, Behandlung von Borellien und Helicobakter pylorii** • **Patienten berichten über ihre Heilung** • Welche Mittel und Maßnahmen der **21-Tage-Intensivkur** sind wirklich notwendig? • Wirkungsweise & Anwendungsbereich der **wichtigsten Clark-Mittel** – nach Clark & darüber hinaus • Das neue **Syncrometer-Zappen** und was es bewirkt • **Niere- & Leberreinigung** nach Clark – auf was man achten muß • **Neuigkeiten von Dr. Clark** (PCB, Zahnmaterialien etc.) • **Elektro-Carcinom-Therapie** lässt den Tumor schmelzen • Enzymtherapie mit **Noni** • Entgiftung mit Algen und Kräuter • **Krank durch Wohnen? – neuste baubiologische und raumenergetische Erkenntnisse** • Bedeutung der **Rohkost** für eine gesunde Ernährung

## Naturheilverein „Hilfe zur Selbsthilfe“ e.V.

Telefon 0611/ 910 2838, Fax: 0611 / 4689838

Post: Postfach 1238, 65302 Bad Schwalbach

---

[1] Weggelassen wird durch (...) angezeigt, hinzugefügtes durch [ ]. Die Fragen wurden zum Wohle der Klarheit teilweise stark verändert.

[2] Der Video Text wurde hier stark zusammengefasst. - In Deutschland sind so gut wie alle Mehlprodukte mit Schimmelpilzgiften belastet: Alle Roggenprodukte mit Mutterkorn, fast alle Weizenprodukte einschließlich allen methylalkoholhaltigen Getränken, sowie andere Mehlsorten (auch „Bioware“), Nüsse und Trockenfrüchte mit Aflatoxin. Kartoffeln enthalten in den grauen Stellen ein weiteres Pilzgift: Kojisäure (spielt wichtige Rolle bei Diabetes).

[3] Zappen & Kräuter töten zwar Würmer & Larven, aber nicht die getragenen Eier, die sich innerhalb von 24h zu Larven entwickeln. Da Askaridenbefall mit der Anwesenheit von schmerzerzeugendem Phenol (Leber) korreliert, stehen Askariden im Verdacht phenolproduzierende Streptokokken einzuschleppen. Eier sind noch schädlicher als Würmer, da Sie Bakterien und Viren geschützt in sich tragen und diese im Körper verbreiten helfen.

[4] Hier wurde offensichtlich etwas - vermutlich aus Überlegungen zur Rechtslage - aus dem Interview herausgeschnitten. Der Tumor wird mit einer „grossen Dosis von 12g Riboflavin (Vit.-B2)“ geöffnet (Cure of all Advanced Cancers, S.196). Als essentielle Nahrungsergänzungsmittel listet Dr. Clark am gleichen Ort: Vit.-B2, Glutathion, Magnesium, ozonisiertes Wasser, ozonisiertes Öl, parasitentötende Massnahmen, Magnete, Pankreatin & Lipase, Peroxidase & Katalase. Siehe Anhang 1 & Anhang 2.

- [5] In Deutschland werden Obst & Gemüse mit „Fast Green“ behandelt.
- [6] Amerikanische Regierungsbehörde für Lebensmittelqualität
- [7] Weiche Ablagerungen sind meist grün (Farbe des frischen Gallensafts) oder postgelb, und kommen aus den Lebergängen. Härtere Ablagerungen sind meist ockerfarben und entstehen im Laufe der Zeit in der Gallenblase durch Kalzifizierung der weichen Ablagerungen. Viele anderen Farben sind möglich. Statistisch (Deutschland) gehen die meisten „Steine“ bei der 3. Leberreinigung ab. Je sauberer die Leber desto kleiner (bis hin zu „Sand“) die Abgänge.
- [8] Amerikanische Regierungsbehörde (engl: Poison Control)
- [9] American Dental Association
- [10] Die kilometerlangen Haarkanäle eines wurzelbehandelten oder aus anderen Gründen abgestorbenen Zahnes trocknen aus und werden prompt von anaeroben (sauerstoff-los lebenden) Mikroorganismen besiedelt.
- [11] Daher ist es auch wichtig, dass bereits befallenes Gewebe, ob Zahnfleisch oder Knochen, zum Zeitpunkt der Extraktion vollständig entfernt wird, und sei es durch Ausfräsen des Knochens. Nicht alle Zahnärzte betreiben diese Art der Herdforschung, sehr zum Nachteil der Patienten, da der Kiefer dann irgendwann in der Zukunft wieder aufgeschnitten werden muss, um das befallene Gewebe dann doch chirurgisch zu entfernen.
- [12] Myo-Inositol-Hexaphosphorsäureester; wird durch Inositol bereitgestellt.
- [13] Glutathion, ggf. DMSO oder EDTA (unter ärztlicher Aufsicht).
- [14] **Borax gilt als gesundheitsschädlich.** Es gibt verträglichere Alternativen für die Hautwäsche und Pflege. Borax wird durch die intakte Haut nicht resorbiert, daher ist es sicherlich für den kurzfristigen Gebrauch unbedenklich. Besonders der langfristige Einsatz bei der Haar- und Körperwäsche trocknet Haar und Haut sehr aus und verursacht Hautirritationen. Innerlich führt Borax zu Magen- und Darmstörungen; Übelkeit (Nausea), Erbrechen, Durchfall, Kopfweg, Schwächegefühl, Erregungszustand (Exzitation), Depression. Bei Kindern: Krämpfe, Koma, Delirium. Scharlachartiger Ausschlag ("boiled lobster skin"); Hautabschuppung (Desquamation).
- [15] Lysin spielt in der Orthomolekularmedizin nach Rath eine entscheidende Rolle im Kollagenaufbau. Der Körper kann kein eigenes Lysin herstellen, wohl aber L-G und L-A, solange Lysin aus der Nahrung bereitgestellt wird. Lysin ist reichhaltig in Milch und Milchprodukten enthalten.
- [16] Quecksilberkomplexe gehen stabile Proteinverbindungen ein; Selen „knackt“ dieselben. EDTA löst die Depots auf. Deshalb muss der Selen Spiegel vom Labor bestimmt werden. Wenn normal, 200 mikrogr. Selen, wenn zu niedrig 400 mikrogr. Selen.
- [17] EDTA hat eine größere Affinität zu Blei als zu Quecksilber, deshalb Vorsicht bei den Nieren!
- [18] Siehe Merkblatt über Entgiftung.
- [19] Katalyse – Institut für angewandte Umweltforschung (Baubiologie, Elektosmog, Lebensmittelchemie), Remigiusstr. 21, 50937 Köln, 0223-9440480; kooperieren mit ECO-Labor

(ecolog. Produktprüfung von Bedarfs- & Einrichtungsgegenständen, Bauberatung), Im Sachsenring 69, 50677 Köln, 1223-9312450. Eine Liste unabhängiger Labore finden Sie im Anhang.

[20] Solange der Prozess noch nicht entschieden ist, kann das Haus nur auf eigene Kosten ohne Kompensationshoffnung saniert werden. Nach der Sanierung besteht auch keine Möglichkeit mehr, die vormalige Schadstoffbelastung durch Laboruntersuchungen zu beweisen.

[21] Seminare werden von Herrn Nussbaum (02234-273963) angeboten.

[22] Das fehlende Bauteil, den Audio Transformator 900 CT mit 8 Ohm kann man bei der Amerikanischen Firma Radio Shack übers Internet bestellen.

[23] Sollten Sie ein solches Gerät haben, erhalten Sie von Self Health Products ein funktionierendes Austauschgerät oder den Betrag zurückerstattet.

[24] Radio Shack, USA: siehe Internet

[25] Die IHG hat ein Beraternetz aufgebaut. Info:05165 - 913939

[26] Wasser kann Ihre Gesundheit zerstören, ISBN 3-92653-29-X, 24,80 DM; Darmgesundheit ohne Verstopfung, ISBN 2-92653-34-6, 24,80 DM; Frische Fruchtsäfte und Gemüsesäfte, Goldmann Taschenbuch, 12,90 DM; Frische Salate und Gemüse, Goldmann Taschenbuch, 12,90 DM; Auch Sie können wieder jünger werden, Goldmann Taschenbuch, 12,90 DM.

[27] Ein Perser, der in seinem Buch „Raw Eating“ (Wort & Bild, PF 1116, 28870 Ottersberg, DM 33,-) beschrieben hat, wie er zwei Kinder durch Kochkost verlor, und dann das dritte Kind nur mit Naturkost (Rohkost) aufzog.

[28] Wasser – das größte Gesundheitsgeheimnis, ISBN 3-926453-02-8, 29,80 DM auch als Taschenbuch erhältlich (16,90 DM, Waldthausen Verlag)

[29] Über 200 ppm hat Wasser keine entschlackende Wirkung mehr, ist ab 300 ppm bereits belastend, ab 600 ppm schlecht und ab 1300 ppm stark belastend. Die entschlackende Wirkung ist bis 70 ppm sehr gut, von 70 bis 140 ppm gut und von 140 bis 200 ppm befriedigend. Die zulässigen Grenzwerte für Trinkwasser aus der Leitung lagen vor einigen Jahren noch bei 280 ppm, wurden zunächst auf 500 ppm und vor kurzem auf 2000 ppm erhöht.

[30] Frau Dr. Clark vertritt die Auffassung, dass auch ungefiltertes Leitungswasser immer noch besser ist als handelsübliche Getränke.

[31] Die meisten Umkehrosmose-Membranen setzten Lanthanoide frei, die das Immunsystem schwächen, und werden von Dr. Clark nicht empfohlen. Der meist verwendete Latextank führt zu Verkeimung. Die Aquasana-Anlage von VEDASAN hat eine Membran ohne Lanthanoide und arbeitet ohne Tank.

[32] Insbesondere wenn Fett in irgendeiner Form im Spiel ist. Metalle sind fettlöslich (lipophil), weswegen Sie sich auch gern im fettreiche Nervengewebe einlagern.

[33] Lexan – Cutlery von GE (General Electronics, USA)

[34] „Rohkost statt Feuerkost“- ISBN 3-926453-66-4 für 16,90 DM, und „Willst Du gesund sein,

vergiss den Kochtopf“, 14,90 DM; beides Goldmann Taschenbücher

[35] In unserem Darm müssen Acidophilus oder Lactobacillus Bakterien aus der Milch erst Joghurt machen, bevor wir diesen weiterverdauen können.

[36] **Anm. der Redaktion:** So wichtig Rohkost und so schädlich Fleischkonsum für die Gesundheit ist, so kann es doch bei einer Ernährung ohne Milchprodukte zu Mangelerscheinungen kommen, vor allem bei veganen Kindern. Auch Dr. Clark empfiehlt in der Genesung Milchprodukte, da sie eine optimale Quelle von hochwertigen Proteinen sind. Tatsächlich wird Milch von vielen Menschen aufgrund eines Lactase-Mangels schlecht vertragen. Joghurt oder Quark vor allem im Rahmen der Leinöl-Quark-Diät nach Dr. Budwig (Rezepte unter News am Ende des Rundbriefs) sind wesentlich verträglicher. Die Milchprodukte sollten von Bio-Kühen stammen.

[37] Nicht-Mitglieder können diese Broschüre beim NHV Hilfe zur Selbsthilfe zum Sonderpreis von DM 1,50 (zuzüglich DM 1,50 Porto) bestellen, beziehungsweise erhalten sie gratis als Zugabe im Falle ihres Beitritts vor dem 1.4.2002

[38] Dr. Max Gerson entwickelte bereits vor vielen Jahren eine Krebsdiät mit bis zu 13 frischen Obst- & Gemüsesäften plus drei vegetarischen Mahlzeiten pro Tag.

[39] Siehe Fussnote 15 (PS: diese Behandlung wird oft mit Kaffeeeinläufen ergänzt)

[40] Mit herkömmlichen „Microfilter“ - Staubsaugern werden Feinstaub, Bakterien, Viren & Milben(kot) nur verwirbelt und als Feinstaub wieder freigesetzt.

[41] Vermutlich auf Grund seiner Offenheit zum Thema Schadstoffbelastung hat man Prof. Wassermann seinen Lehrstuhl für Toxikologie in Kiel entzogen.