

Cantienica®-Methode

Benita Cantieni: >>Hundert Jahre? Beschwerdefrei? Bei wem zwickt und zwackt es denn nicht irgendwo, spätestens ab Ende 30 beginnen die ersten Probleme? Doch: Nacken- und Schulterschmerzen, Hexenschuss, Schmerz im Knie, Überbeine und Fersensporne sind alles Zeichen dafür, dass Ihr Körper sein logisch-anatomisches Grundprinzip vergessen hat, vielleicht durch mangelnde Bewegung und eine allzu bequeme zivilisatorische Lebensweise. Der Körper kompensiert, er repariert – das kann er gut –, doch irgendwann ist er mit seinem Latein am Ende: Und Sie spüren die beschriebenen Probleme.<< Die CANTIENICA®-Methode für Körperform & Haltung erinnert Ihren Körper wieder an seine natürlichen Haltungs- und Bewegungsmuster: Siehe auch bei Shiatsu, Ismakogie und Yoga! Benita Cantieni empfiehlt Ihnen ebenso die Lektüre von Tiger Feeling® – Das sinnliche Beckenbodentraining für sie und ihn: >>Die Lustmuskeln und die Lustnerven müssen trainiert werden. Funktioniert von 23 bis 93 Jahren!<< Viele Therapeuten wenden die CANTIENICA® an.

Cellulitis

Siehe bei Kieselerde und Entsäuern! Trockenbürsten und Massagen sind auch vorbeugend sehr zu empfehlen. Heilpraktiker Bernd Hartmann: >>Cellulitis ist ein wenig auch eine **Hormonfrage**. Frauen mit hohem Östrogenspiegel oder die Hormone einnehmen sind vermehrt betroffen.<<

Chiropraktik – besser Hock- oder Golgi-Therapie

Heilpraktiker Bernd Hartmann empfiehlt:

>>Anstatt der nicht risikoarmen Chiropraktik kann man auch mit der Hock-Therapie, einer Erweiterung und Berichtigung der Dorn-Therapie, sehr gut und nahezu risikofrei entsprechende Korrekturen im Sehnen- und Muskelbereich erzielen und somit bei Gelenkbeschwerden (auch an der Wirbelsäule sind ja zahlreiche Gelenke) Hilfe und Heilung erreichen. Ebenso mit der Golgi-Therapie sind solche Ergebnisse sehr gut zu erreichen.<<

Siehe außerdem bei Shiatsu, Ismakogie und Yoga!

Chi-Schwingung

Prof. Dr. Dr. Uwe Stocksmeier aus Bayern: >>Das Schwingen der Beine stimuliert den gesamten Organismus, wie es sonst nur eine gute Ganzkörpermassage vermag. Durch die spezielle Schwingung in Form einer Doppelacht wird auch die Längsrichtung der Wirbelsäule beeinflusst. Das ist durch Gymnastik und Sport nicht erreichbar.<<

Ismakogie erzielt dieselbe Wirkung! Siehe Seite 253.

Cholesterin und Blutfette

Ernährung umstellen, wie hier im Buch beschrieben: Vor allem viel Obst und Gemüse. Täglich einen Apfel essen, Haferflocken und Dinkel.

Siehe bei Ismakogie!

Heilpraktiker Bernd Hartmann: >>Bei zu hohem Cholesteringehalt im Blut sollte unbedingt auch etwas für das Nervenkostüm getan werden, denn Kummer, Sorgen und Stress belasten die Leber und diese stellt dann zuviel Cholesterin selbst her. Der Feind kommt also nicht immer nur von außen! Unbedingt **Nestmann** Mischung I 30 (siehe Stichwörterverz.), Artischockenextrakt (Natu-hepa 600 oder Aar Gamma N) und Strongus-Kapseln einnehmen, wenig Kaffee und Alkohol trinken, rohe Karotten essen und Misteltee (kalt ansetzen!) trinken.<<

Cola

Der morphiomsüchtige amerikanische Apotheker John Pemberton, der von 1831 bis 1888 lebte, stellte seinerzeit die Rezeptur für den Energy-Drink Coca-Cola zusammen. Der Drink sollte gegen Leistungstiefs, Depressionen, Kopfschmerzen, Nervosität und sexuelle Unlust wirken. Damals enthielt die Rezeptur auch Kokain, Kolanüsse, etwas Weißwein und Bestandteile der Pflanze Damiana. Pemberton hoffte, dass er mit dem Getränk seine Morphiumsucht in den Griff bekäme. Pemberton verkaufte die Rezeptur, die dann erst im Jahr 1903 geändert wurde und das heutige Rezept wird streng geheim gehalten. Gesund ist es nicht! Und für Kinder schon gar nicht! Heilpraktiker Bernd Hartmann: >>Um ein Liter Cola zu entgiften, wird man wohl 30 Liter Wasser trinken müssen!<<