

# Aderlaß nach Hildegard von Bingen

## Allgemeine Informationen zum Aderlaß nach Hildegard von Bingen

### Zitat:

„Sind bei einem Menschen die Gefäße mit Blut gefüllt, so müssen sie von dem schädlichen Schleim und dem von der Verdauung gelieferten Saft mittels eines Einschnittes gereinigt werden“



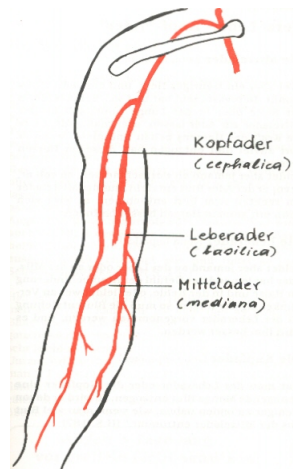
Herzinfarkt und Schlaganfall zählen mit zu den häufigsten Todesursachen in unserer Zeit. Beide treten oft durch einen Gefäßverschluß ein. Diesem geht in der Regel eine jahrzehntelange, schleichende Verkalkung mit mehr oder minder starken Durchblutungsstörungen voraus.

Wodurch entstehen diese Verkalkungen und Blutpfropfen? Durch falsche Ernährung? Durch Bewegungsmangel? Auch. Aber auch, weil wir es versäumen, unser Blut zu erneuern.

Gesundheit setzt sich aus vielen Faktoren zusammen: ein wesentlicher davon ist die Bluterneuerung, die durch den Aderlaß angeregt wird.

Und wird das Blut erneuert, hat das eine Verjüngung des ganzen Körpers zur Folge.

### Was bringt mir der regelmäßige Aderlaß?



Er beseitigt schädliche, verderbliche und krankmachende Stoffe im Blut.

Er verhindert die Entstehung von Krankheiten, die Verkalkung der Gefäße, die Bildung schlechter Blutwerte.

Er vermindert zu hohen Blutdruck, Emboliegefahr und Risikofaktoren für Herzinfarkt.

Er regt an die Blutbildung, das Immunsystem, den Kreislauf

Er erhöht die Lebenserwartung, Vitalität und Leistungsfähigkeit, die Gesamtdurchblutung.

Er vermehrt die Bluterneuerung und das Gesundheitspotential.

**Er wird als Zusatztherapie bei Herzbeschwerden, Depression, Leber- und Milzleiden, bei Atembeschwerden, Sehschwäche und Durchblutungsstörungen eingesetzt.**

### Richtlinien:

Wann?	Zwischen dem 1. und dem 6. Tag nach dem Vollmond
Wem?	Mann oder Frau zwischen 30 und 80 Jahren
Wie?	Nüchtern (kein Frühstück, auch kein Getränk)
Wie oft?	Bis zum 50 Lebensjahr 2 x jährlich, ab dann nur noch 1 x
Was beachten?	Nach dem Aderlaß Augen vor blendendem Licht 3 Tage lang mit Sonnenbrille schützen. 2 Tage lang gebratenes Fleisch, Rohkost, Käse, schweren
	Wein und alle ungewohnten Speisen meiden.

26. - 31. Jan. 05	25. Feb. – 02. März 05
26. – 31. März 05	25. – 30. April 05
24. – 29. Mai 05	23. – 28. Juni 05
22. - 27. Juli 05	20. – 25. Aug. 05
19.- 24. Sept. 05	18.- 23. Okt. 05
17. – 22. Nov. 05	16. – 21. Dez. 05