

Nachschlagewerk: Codex Humanus – Das Buch der Menschlichkeit

Das aus meiner Sicht wohl wichtigste Nachschlagewerk in der heutigen Zeit, um sich selbst zu unterstützen. Und ein ganz besonders wichtiger Tipp von mir (!)

Das Nachschlagewerk besteht aus 3 dicken Bänden, die in gebundener Ausführung überall im Buchhandel erhältlich sind. Auf knapp 3000 Seiten erfährt man verheimlichte Studien, sowie Insider-Wissen zu den erfolgreichsten Naturheilsstoffen aus allen Kontinenten und Kulturkreisen dieser Welt. Man erfährt Fakten aus erster Hand und wie man die gesamte Power der Natur, ganz ohne Chemiekeulen der Pharmaindustrie nutzen kann.

Es beinhaltet alle wichtigen Aspekte der traditionellen alternativen Medizin (traditionelle chinesische Medizin TCM, Ayurveda, Indiomeditation u.a) mit den modernen Errungenschaften der orthomolekularen Medizin, Biochemie und Gerontologie kombiniert und unzensuriert! Alle wichtigen Naturheilmittel aus allen Kontinenten, Kulturkreisen und Epochen dieser Welt sind darin vertreten und können in der Prävention und als Therapie eingesetzt werden.

Wichtige Nahrungsergänzungen nachschlagen zu können, wenn man bestimmte Krankheitsbilder statt Medikamente mit natürlichen Mitteln bekämpfen will, hat mir vor meiner Wasserstoff-Methode sehr geholfen und auch heute noch lese ich sehr gerne darin und schlage Krankheiten nach und welche Nahrungsergänzungsmittel dabei helfen.

Das Medikament **Marcoumar** habe ich zum Beispiel natürlich ersetzen können mit einer bestimmten Dosis **Nattokinase**. Einem Enzym, gewonnen aus Sojabohnen. Meine tiefe Beckenbein-Venenthrombose macht nun keine Probleme mehr. Nun benötige ich den auf Lebenszeit verschriebene künstliche Blutverdünner **Marcoumar** nicht mehr.

Auch bei meiner chronischen Entzündung des Herzens (Angina Pectoris), habe ich statt **Betablocker** und Marcoumar mit einem pflanzlichen Wirkstoff **Strophantin** und der Aminosäure **Arginin** mir viel besser selbst helfen können. Daher ist dieses Nachschlagewerk für Nahrungsergänzungsmittel für mich unverzichtbar geworden.

Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente, essentielle lebenswichtige Aminosäuren und Fettsäuren sind Bestandteil eines funktionierenden gesunden Körpers. Sich hier gewisse Grundkenntnisse anzueignen ist sicherlich immer sinnvoll, wenn man verantwortungsvoll mit seinem Körper umgehen möchte.