

Natur Helse

35. årgang 2020 nr. 1



NSK møde i Danmark

Åbent brev til sundhedsministeren

Sundheds-nytårsforsættere

Åndelig musikalitet

www.LNS.dk

LNS - det naturlige samlingspunkt

Fra redaktøren

Kære læser

Pudsigt nok, så handler flere af artiklerne i denne årets første udgave af NaturHelse om de spirituelle værdier, den visdom og forandring, vi ser rundt omkring, men også om hvor svært det kan være at give plads til andre normer.



Den etablerede videnskab er under pres og skaber modpres. Alternativ behandling er også under pres i disse tider, hvilket bekymrer os. Såvel sundhedsministeren, som venstre radikale politikere og ikke mindst Lægeforeningen fokuserer kun på risici, som alternativ behandling udsætter patienter for. Men en af grundene til, at halvdelen af danskerne benytter sig af alternativ behandling er jo, at mange – trods videnskabelig dokumenteret effekt eller ej – oplever en effekt, der kan være medvirkende til, at man fungerer bedre i dagligdagen.

I dette forår 2020 fejrer vi 100 året for Genforeningen. En udvikling der har sammenføjet og ikke adskilt 2 nationer og kulturer. Måske en inspirationskilde for det etablerede sundhedssystem, hvor de lærer at se værdien i at anerkende alternative og komplementære behandlingsformer. Det vil også være en anerkendelse af borgerne, deres frie vilje og retten til at tage ansvar for eget liv. Borgerne har erfaret, at der findes lige så mange sandheder, veje og løsninger, som der findes mennesker.

I LNS vil vi fortsat være den naturlige platform til fremme af samarbejder på alle helbredsplaner for derved at medvirke til at udnytte fælles viden og visdom til gavn for os alle.

Tak til jer der støtter os - LNS er fortsat et naturligt samlingspunkt, hvor nye medlemmer er hjerteligt velkommen.

Med disse ord ønsker vi vores medlemmer og alle læsere et godt nytår.

Annette Kurtzmann

WWW.LNS.DK

LNS Landsorganisationen NaturSundhedsrådet
Medlemsbladet NaturHelse sendes desuden til udvalgte politikere, myndigheder, biblioteker, læger m.fl.
ISSN 1396-6855 - Oplag 2.200

Deadline:

Vinternummeret: 1. november. Udkommer midt i januar
Sommernummeret: 1. maj. Udkommer midt i juni
Efterårsnummeret: 1. august. Udkommer primo oktober

Redaktørteam:

Annette Kurtzmann (ansvarshav.), Vera Marcher
Kontakt: a.kurtzmann@gmail.com / vhm@Lns.dk
Indhold må distribueres, citeres og gengives med kildeangivelse. Skriftlige indlæg med kildeangivelse sendes til redaktionen.
Vi forbeholder os ret til at redigere/forkorte.
Artikler skrevet af andre end bestyrelsen/bladgruppen udtrykker ikke nødvendigvis LNS' holdninger.
Lay-out & tryk: Freka grafisk A/S

LNS kontor:

LNS v/ Mogens Ehrich, Møllegårdsvej 3, 4320 Lejre, Danmark
Tlf.: 7022 2339 - Lns@Lns.dk - WWW.LNS.DK
CVR nr.: 30751361 - MobilePay: 95610
Merkur bank: 8401 1010331
Du kan indmelde dig i LNS på <https://LNS.dk/kontakt> hvorpå vi sender dig en faktura til brug for din indbetaling.
Eller ring 6070 4887.

LNS' bestyrelse:

Annette Kurtzmann (formand)
tlf. 3133 0374, a.kurtzmann@gmail.com
Helle Ahnstrøm, tlf. 2217 9014, helle@hnstrom.dk
Jan Møller, tlf. 5223 6667, jan@altommenesker.dk
Mogens Ehrich (næstform.), tlf. 3179 7731, me@Lns.dk
Moorggan A. Gersdorff, tlf. 5556 1424, m@moorggan.dk
Tom Frøkjær, tlf. 9360 2370, tom.froekjaer@gmail.com
Ulla Kvintel, tlf. 2943 8887, info@aroma-alfen.dk

Suppleanter:

Annamarie Powderly, Annie Thygesen Andersen, Astrid Wiig, Heidi Gravensen, John Boel, Karin Siff Munck, Kirsten Kragh, Lena Pultz, Poul Feilberg, Rita Pommer, Steen Braase, Søren Refstrup, Vera Marcher.

Tillidsposter og repræsentationer:

SRab: Mogens Ehrich, Lillian Wong og Annette Kurtzmann
NSK: Lillian Wong samt 1 suppleant
Forsikringsordning: Mogens Ehrich, me@Lns.dk
Medlemspleje: Vera Marcher, vhm@Lns.dk
Terapeutgruppen: Moorggan A. Gersdorff, tlf. 5556 1424



LNS' administration er siden 2005 kvalitetscertificeret efter international standard, DS/EN ISO 9001:2008

Generalforsamling

Lørdag d. 18. april 2020 kl. 10.30 – 14.30
Møllegården, Møllegårdsvej 3, Osted, 4320 Lejre

Dagsorden iflg. vedtægterne, som kan ses på www.Lns.dk

Reservér dagen allerede nu!
Tilmelding ønskes senest dagen før.

Skriftlige forslag skal være bestyrelsen i hænde senest d. 18. marts 2020 kl. 12 .00
helst på e-mail til Lns@Lns.dk
eller sendes til postadressen LNS – Møllegårdsvej 3, Osted, 4320 Lejre.
Dagsorden med bilag kan ses på www.Lns.dk fra d. 18. marts og frem til 18. april.

Justeringer kan forekomme indtil en uge før generalforsamlingen. Du kan kommentere dagsordenen og foreslå kandidater til tillidsposter indtil en uge før. Som medlem har du en stemme på generalforsamlingen.

Er du forhindret i at være fysisk til stede, kan du vælge at besvare den mail, vi vil sende til dig med et link til stemmeboksen. Bestyrelsen skal have din eventuelle stemme i hænde senest kl. 21 torsdag d. 16. april.
Mere herom følger.

Hjælper du os, hjælper vi dig!

Vel mødt
Bestyrelsen i LNS

Annoncering i NaturHelse:

1/4 side	550 kr.
1/2 side	850 kr.
1/1 side.....	1.300 kr.
1/1 bagside.....	1.600 kr.

Rubrikannonce:

Kun tekst, 50 x 25mm,
uden logo, illustrationer o.lign.
Pris 100 kr.

15% rabat for medlemmer.
5% rabat ved 3 på hinanden følgende
annoncer.
Ingen rabat på rubrikannonce.

Annoncer skal mailes i trykoptimeret
pdf-fil til redaktionen:

a.kurtzmann@gmail.com

Se formater på
<http://lns.dk/index.php/da/annoncering-i-naturhelse>

Betaling netto 8 dage efter modtagelse af
faktura, som tilsendes, når bladet udkom-
mer.

Alle oplysninger fås på tlf. 6070 4887
eller på mail: a.kurtzmann@gmail.com

Dansk årsmøde 2019 i NSK

Nordisk Samarbejdskomité for Komplementær og alternativ medicin

I oktober 2019 afholdtes det årlige møde mellem de skandinaviske landes repræsentanter for det Nordiske samarbejdsudvalg for komplementær og alternativ medicin - NSK. Værtslandet var Danmark og mødet blev afholdt i Fredensborg. Deltagerne var organisationer for komplementær og alternativ medicin i hvert nordisk land, som i dag omfatter: Kommittén for alternativ medicin (KAM) Sverige, Norske Naturterapeuters Hovedorganisation (NNH), Norge, Bandalag íslenskra græðara (BIG) Island, LKL Centralförbundet for Naturmedicin (LKL) Finland, Landsorganisationen NaturSundhedsrådet (LNS) Danmark.

Formålet med de årlige møder er for medlemslandene at støtte hinanden med at fremme brugen af komplementær og alternativ medicin i de nordiske lande og at fremme samarbejde på europæisk og internationalt plan på basis af nordisk samarbejde. Dette gør medlemmerne gennem formidling af viden/udveksling gennem egne årsrapporter fra hvert land, og inspirere til grænseoverskridende samarbejde inden for de forskellige terapiformer og andre relevante organer og søge at styrke terapeuters stilling og omdømme inden for sundhedsarbejde i de nordiske lande.

Landenes samarbejde finder sted på grundlag af gensidig respekt for de enkelte organisationer og deres arbejde i hvert land, og det særpreg hvert land har vedrørende historien, de organisatoriske tiltag og den regulering, der finder sted i de enkelte lande.

Her er et udsnit over emner, der præsenteredes på mødet med henvisning til det forløbne år, så som IT, marketing og PR, forskning og faglige, politiske og etiske spørgsmål, som viser forskelle i de enkelte landes etablering:

Sverige, KAM - Brancheorganisation for Komplementær- og alternativ Medicin:

Man har i to år siddet med en repræsentant fra forskellige KAM-sider i en studiegruppe udpeget af den svenske regering. Det har nu resulteret i et forslag om, at den nuværende situation kommer i en høringsrunde. Det har været omfattende og udfordrende, og man har derfor forsøgt at sammenfatte det i et enkelt forslag fra de forskellige KAM afdelinger. Alle har været velkomne til at fremsætte bemærk-

ninger, og de forskellige forbund har indsendt egne reaktioner.

- Forslagene skal give borgerne et bedre grundlag for informerede valg, hvis de overvejer at bruge komplementær og alternativ medicin. Flere af forslagene skal også sikre sikkerheden ved brug heraf.
- Politik til indføring af nye behandlingsmetoder i sundhedsvæsenet bør være neutral fra starten. Derfor bør komplementære metoder inkluderes i sundhedsvæsenet på samme vilkår som andre metoder. Undersøgelsen foreslår også, at regeringspartiet SBU får til opgave at evaluere de supplerende metoder, der kunne være relevante.
- For at forbedre sundhedsvæsenets indsigt i komplementær og alternativ medicin (KAM) foreslår undersøgelsen, at der introduceres undervisning om KAM svarende til ca. 1-2 videregående uddannelsespoint for visse sundhedsydelse. Formålet er, at patienter og sundhedspersonale skal kunne føre samtaler om KAM-metoder og derved lette patienternes grundlag for at tage informerede beslutninger om deres behandling. Det blev foreslået, at Nationalstyrelsen for Sundhed og Velfærd instrueres i at arbejde for, at dette bliver introduceret. Det foresloges ligeledes, at Sundheds- og velfærdsstyrelsen fremstiller sit eget uddannelsesmateriale om KAM til sundhedspersonale.
- Forslagene skulle gerne træde i kraft i 2021, men de er endnu ikke færdigbehandlede. Der skal ske en omfattende gennemgang af alle forslag, der som et endeligt forslag forelægges for den svenske regering.

Norge, NNH - Norske Naturterapeuter:

NNH har skabt en ny og mere visuel struktur af NNH-organisationen.

- NNH har oplevet et mindre fald i medlemskaber de sidste år og mener, at dette skyldes en generel recession i sektoren, negativt fokus i medierne og vanskeligheder med at etablere en levedygtig praksis, og at gennemsnitsalderen har den indflydelse, at nogle går senere på pension. NNH har derfor oprettet en senior-med-

lemsgruppe for dem over 67 år.

- NNH har afholdt et fællesmøde sammen med sine partnere. Målet er at videregive information til deres medlemmer, bygge netværk, rekruttere nye medlemmer og styrke organisationsidentiteten.
- NNH's store begivenhed for 2019 var i februar, kongressen "Tværfagleg naturmedisinsk kongress".
- Vores strategiudvalg arbejder med dokumentet om etiske spørgsmål. Det vil fokusere på etiske refleksioner, og hvordan man håndterer disse på en ordentlig måde. Arbejdsdokumentet er sendt til repræsentanter og udvalg i NNH til høring.
- Det nye GDPR EU-direktiv involverer både organisation og medlemmer. NNH arbejder på at etablere forståelige dokumenter, som bør være lette for deres medlemmer at implementere.
- I forbindelse med statsbudgettet for 2019 fremsendte Det norske Arbejderparti et forslag om at sætte moms på alternativ behandling (25%). NNH har formået at stoppe dette forslag.
- NNHs arbejde vedrørende officielle uddannelsesstandarder relateret til registret for alternative terapeuter har hidtil ikke været en succes. NNH forsøger nu at påvirke forskellige politiske partier til at oprette en officiel arbejdsgruppe. Mandatet for denne gruppe vil være at bestemme niveauet for uddannelsesstandarder. Moms vil også være et emne i dette arbejde.
- NNH er færdig med nye uddannelsesretningslinjer i Biopati og Naturmedisinsk Aromaterapi. I NNH er der fortsat gode muligheder for faglig udvikling (CPD)
- Der er afsluttet en tidlig fase-komparativ undersøgelse af zoneterapi til akut rhinosinuitis - i samarbejde med NAFKAM i Tromsø og Nøtterøy Naturmedisinske Center.
- NNH har deltaget i flere debatter - både på tv, radio og aviser. Internationalt er NNH godkendt til et tilknyttet medlemskab af Wold Naturopathic Federation.

Danmark, LNS - Landsorganisationen NaturSundhedsrådet

- LNS omfatter komplementære og alternative praktikere, skoler, medlemsorganisationer og brugere. Medlemmer af LNS medlemsforeninger er kollektive medlemmer af LNS og er berettiget til med-

lemsfordele så som sundhedsforsikring, KODA-Gramex licens, brug af spørgeskemaer m.m. LNS opererer på frivilligt, non-profit grundlag.

- Samarbejdspartnere er to danske paraplyforeninger for alternative foreninger: RAB-Forum og Sundhedsrådet.
- Srab - Sundhedsstyrelsens råd for alternativ behandling, er den nationale styrelse for supplerende og alternative behandlinger.
- LNS har afholdt regelmæssige præsentationer og foredrag om aktuelle fremtidsorienterede sundhedsemner af kyndige repræsentanter. Deltagelse i årets sundhedsmesser og udstillinger
- Sundhedsrådet m.fl. deltog på Folkemødet, som er Folkets demokratiske festival på Bornholm.
- NaturHelse - et LNS magasin på 28 sider i A5-format fremsendes til medlemmerne 3 gange årligt. LNS udsender Nyhedsbreve flere gange årligt. LNS er ikke så aktiv på Facebook
- Internetsiden www.LNS.dk er under redigering. Den nye lovgivning incl. GDPR følges. LNS har udarbejdet vejledning herom til brug for interesserede medlemmer.
- LNS og vore samarbejdspartnere har egne Etisk Råd, ligesom de fleste af medlemsforeningerne har egne Etisk Råd.
- Kontakt med myndighederne om politiske spørgsmål sker gennem regelmæssige møder, der finder sted på National Board for Komplementær og Alternativ Behandling (Srab) med en vis indflydelse.
- "RAB" er lovgivningen om frivillig registrering af alternative behandlere med et specificeret uddannelsesniveau, administreret af foreningerne. Der er ingen juridisk forpligtelse for en terapeut at være RAB-registreret. Retningslinjer og krav til uddannelse af RAB-registrerede behandlere: De skal have mindst 750 lektioner plus fortsat faglig udvikling (CPD). Der er ingen regler eller fælles organisation for det.
- LNS har udviklet en ny videnskabeligt baseret forskning i kvalificerede behandlinger af komplementære og alternative terapeuter. Denne procedure er baseret på anvendelse af spørgeskema før behandling og spørgeskema efter behandling. Der er statistiske metoder til sammenligning før og efter. ■

Kræftbehandling

Vi sendte i foråret åbent brev til Sundhedsminister Magnus Heunicke på spørgsmålet, om naturlige stoffer til kræftbehandling kan accepteres? Der eksisterer en virkelig god videnskabelig grund hertil, hvis målet er at helbrede kræftramte. Hvis naturlige stoffer i henhold til videnskabelige undersøgelser kunne forøge helbredelse fra kræft, ville det da være acceptabelt at indføre dem i behandlingen? Efterfølgende har Sundheds- og Ældreministeriet svaret, at ministeriet "har noteret sig vores overvejelser og forslag til forbedringer. Vi følger selvfølgelig op på, hvad der egentlig ligger i svaret.

I mellemtiden har der været afholdt den årlige Knæk Cancer indsamling 2019,

hvor pengene går til kræftforskning, forebyggelse og patientstøtte. Eftersom halvdelen af danskerne anvender alternativ behandling som supplement til anden behandling, har vi fundet det nærliggende at informere sponsorerne til Knæk Cancer på lige fod med sundhedsministeren om det alternative aspekt i kræftbehandling, som vi synes får for lidt opmærksomhed. Vi har bedt sponsorerne om at gennemlæse vore forslag og muligheder fremført i vort åbne brev til sundhedsministeren og dernæst vurdere, om de finder disse relevante.

Vort åbne brev v. kemiingeniør Søren Refstrup LNS kan læses på: <http://kortlink.dk/lns/22rdr>



www.DETT.dk
Tlf. 60 740 500

DETT

Danske EFT & TFT Terapeuter

**Foreningen der samler
alle danske EFT & TFT terapeuter
under ét tag**





Psykoterapi (Samtale-, Gestalt-, Familieopstilling, tankefeltterapi, MetaSundhed), Kreativdage, Vegetar/veganerkost, Biodynamik, Livsvisdom, Martinus Kosmologi, Cirkeldans, Mazdaznan (Helsedage).



Ring, kom og kig. Hanne Kudsk Jensen og Ingolf Plesner
Tlf. 65 31 54 31 www.kullerup.dk [kullerupkurser@gmail](mailto:kullerupkurser@gmail.com)

Sætter du dig for at øge sundhed og velvære i det nye år?

Her er et udpluk af sundheds-nytårsforsættere

I bladet "Forebyg Kræft" gentager man én gang årligt, nærmere betegnet ved årsskiftet, en opfordring til os læsere og befolkningen i det hele taget, om at forebygge kræft.

På landsplan kunne man fx indføre undervisning i sundhed generelt i folkeskolen. Man kunne forestille sig, at Samfundet ville kunne spare mange penge til kræftbehandling, hvis der blev forsket mere i forebyggelse af kræft og derved øge en større bevidsthed om og ansvar for egen livsførelse. Mange nytårsforsættere opleves nok som gode gamle gengangere, men vi bringer dem alligevel her med tilladelse fra Dennis Sørensen, Landsforeningen til Forebyggelse af Kræft:

1. Stop med at ryge - Nedsæt alkoholforbruget - Spis mere frugt og grønt.
2. Undgå kødprodukter, især med kunstige farvestoffer. Især nitritsaltede. Især røgede, grill- og friturestegte. Især med fedt. Især kød med lange lister af tilsatte kemikalier.
3. Spis 2, højst 3 gange om dagen. For mange måltider ødelægger både insulinniveauet og cellernes muligheder for at forblive sunde.
4. Undgå negative tanker, følelser, overbevisninger og traumer. Krop og sind hører uløseligt sammen.
5. Træn fysisk og psykisk afspænding og dybe åndedrag dagligt. Det er vigtigt med udrensning af skadelige stoffer fra kroppen og at få tilstrækkeligt med ilt. Gå helst ½ time hver dag.
6. Kroppens balance mellem syre og base er meget vigtig. Skalaen går fra 1-14, 7PH er neutral. Kræftceller hæmmes eller dør ved værdier over 7,35 PH. Værdien måles med lakmuspapir, som skal holdes ind i urinstrålen ved den første urinladning om morgenen, før spisning. Er balancen for lav, så spis mere basisk mad.
7. Få tilstrækkeligt med søvn.

That's it!

Held og lykke og rigtig godt nytår.

Hvad er Cannabisplanten for en størrelse?



- ▶ Verdenshistorien om og udviklingen af cannabis i alle afskyninger er lang og smertefuld - om man så må sige. De tidligste tegn stammer fra arkæologiske udgravninger fra en gammel by i Taiwan 10.000 år tilbage til stenalderen. Vi ser, at de gamle kinesere brugte hampnen til såvel klæder som sko, og kineserne selv anerkendte hampens goder ved at kalde deres land for "landet med morbær og hamp".

Ligesom akupunktur og QiGong i vestlige øjne er lig med kinesiske rødder, var det den kinesiske kejser Shen-Nung (ca. 2800 f.kr.), der ifølge overleveringer lærte sit folk om medicin og dens virkninger. Kejseren havde indgående kendskab til landbrug og planter. Han bekymrede sig meget om sine præsters ve og vel, der trods magiske ritualer led af forskellige sygdomme.

Han besluttede sig for at prøve at finde andre midler til bekæmpelse af sygdomme og brugte sig selv som prøveklud. Hver dag indtog han 70 forskellige giftstoffer for på den måde at opfinde antistoffer mod hver af dem. Han beskrev det hele i sin "urtebog" Pen Ts'ao, efterfølgende betegnet som Materia Medica, som indeholdt flere hundrede medicinske midler udvundet af animalske, vegetabiliske og mineraliske kilder.

Den originale Pen Ts'ao findes ikke, men den ældste version er ca. 2000 gammel og menes at være indeholdt i et kompendium med medicinske recepter af en ukendt forfatter og antages at være verdens ældste farmakopé baseret på de gamle Shen-Nung traditioner. Her anbefales cannabis til over 100 lidelser, bl.a. urinsyreigt, gigt,

malaria og glemsomhed. Cannabisharpiks blev i pulverform blandet med vin og brugt som smertestillende middel før en operation.

I 1578 beskriver en kinesisk medicinsk tekst behandlinger med cannabis mod opkastninger, parasitinfektioner og blødninger, og den blev fortsat brugt som et præparat mod diarré og dysenteri og til at stimulere appetitten.

I traditionel kinesisk urtemedicin er cannabis-planten en af de 50 grundlæggende urter. Alle dele af planten kan anvendes, fra tørrede blomster til frø, olie, blade, stilk, rod og saft. Det siges, at vedvarende spisning af frø giver en fast hud og forhindrer alderdom, og i dag markedsføres

hampefrøolie som et naturprodukt for bl.a. sund hud.

Verden over har hamp/cannabis gået sin sejrsgang som et naturligt helsebringende middel til gavn for folket, og i USA frem til 1942 som et farmaceutisk lindrende middel mod fødsler, kvalme og ledsmerter. I de efterfølgende år tager misbrug, konspiration og kriminalitet overhånd til skade for den gavnlige brug af cannabisplanten i folkesundheden.

Redaktionen: Artiklen er baseret på et uddrag fra bogen "Medicinsk Cannabis - Myter, perspektiver og evidens" af Inge Kellermann, phytoterapeut, zoneterapeut, rådgiver af kræftpatienter, underviser af alternative behandlere, foredragsholder og forfatter til bøgerne "Når diagnosen er kræft" og "Når diagnosen er brystkræft". Alle bøger kan købes hos boghandlerne og kan lånes på de fleste biblioteker.

BLIV MEDLEM AF LNS

kontingentsatser inkl. NaturHelse



Faglige medlemmer:

Klinik kontingent inkl. Koda-Gramex licens:

Enkeltterapeut eller skole, der også fungerer som klinik, optages automatisk på basisniveau og inkluderer kollektiv licens til Koda-Gramex1300 kr.

Skolemedlem, underviser, rådgiver 600 kr.

Branche-, erhvervs- og foreningsmedlem600 kr.

Kollektivt medlem er et medlem af en LNS branche-forening og kan tilvælge medlemsskab af Terapeutgruppen med Koda-Gramex licens til600 kr. og tilvælge forsikringsordning for700 kr.

Andre medlemstyper:

Personligt medlem (pr. husstand) 200 kr.

Rabat på 100 kr. til studerende

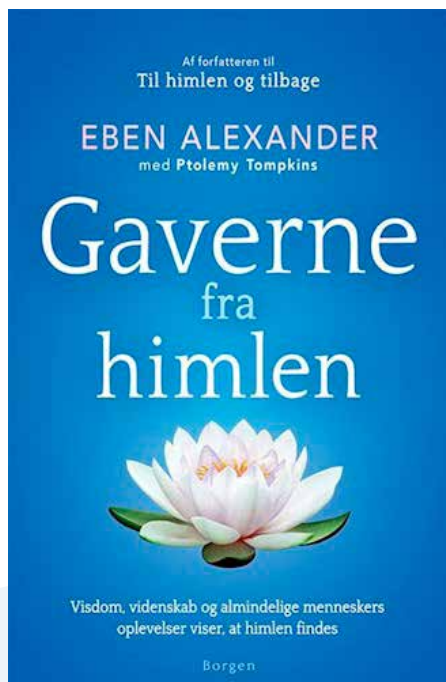
Husk at du som helseudøver kan tilvælge forsikringsordning700 kr.

Indmeld dig online på <https://LNS.dk/kontakt>, hvorefter vi sender dig en faktura til brug for din indbetaling.

Få yderligere oplysninger på Lns@Lns.dk eller tlf. 60 70 48 87

På gænsyn i LNS
- det naturlige samlingssted

Gaverne fra himlen



ISBN 978-87-03-07035-3

- ▶ Mange har sikkert hørt om lægen og speciallægen i neurokirurgi Eben Alexander, der blev ramt af meningitis (hjernehindebetændelse). Han kom sig af sygdommen og beskrev efterfølgende sin nærdødsoplevelse og den rejse, han havde været på i helingsprocessen, i bogen "Til himlen og tilbage". Det åbnede for en sand bølge af henvendelser fra mange mennesker i alle samfundslag, der havde haft lignende stærke nærdødsoplevelser. Et er blevet helt klart for forfatteren, nemlig at denne verden ikke er det/den eneste, der eksisterer.

I sin anden bog "Gaverne fra himlen", som jeg anmelder her, nævner han gang på gang, at der findes en større verden, bag den vi lever i hver dag. En større verden, der elsker os ubeskriveligt, og som våger over os

hvert øjeblik og håber på, at vi opdager de signaler i verden omkring os, der viser, at den er der. For videnskaben har selvfølgelig stadig rollen med den løftede pegefinger om manglende dokumentation. Men kan noget åndeligt bevises gennem metoder, der kun tilgodeser det fysiske?

Det er bemærkelsesværdigt, at hans egne og læsernes oplevelser i f.m. efterlivet ofte stemmer nøje overens med de profetier, som filosoffer, videnskabsfolk, psykologer og åndelige ledere har sagt i årtusinder: At på tværs af tid og rum er der et sjæleliv hinsides døden. "Den eneste regel vi har brug for at huske fra denne verden, er, at vi bliver ført af den mængde kærlighed, vi har i os, for kærlighed er himlens essens. Det er hvad den består af. Det er rigets møntfod."

Eben Alexander er som videnskabsmand overbevist om, ja, nødt til at være det, siger han, at alt eksisterende, alle spirituelle dimensioner, traditioner, kulturer osv. dybest set er enige om "det højeste punkt: For ligesom et bjerg kan have tusinder af stier op til toppen, så oprinder og ender alle disse verdener et eneste sted, nemlig i midtpunktet over alle midtpunkterne, den tinde blandt tinderne og det hjerte i hjertet, jeg kalder for det guddommelige, selvom jeg ved, at ordet ikke yder det retfærdighed".

Bogen er anbefalingsværdig og opløftende at læse. Der er et omfangsrigt stikordsregister, bogen er spækket med litteraturhenvisninger og kommer hele vejen rundt fra Big Bang til Platon og Aristoteles, fra Buddha til Lao Zi, fra Jung til Einstein, nutid og fremtid. Eben Alexander er medlem af en række kendte videnskabelige organisationer og bestyrelser for flere faglige tidsskrifter. Efter sin nærdødsoplevelse rejser han verden rundt for at fortælle om de indsigter, han fik. *Læs mere på www.ebenalexander.com*

Stærkt B-kompleks fra Pharma Nord:

ENERGI, NERVER OG PSYKE

Alle B-vitaminerne i én tablet

- **B1 (thiamin)** bidrager til en normal hjertefunktion
- **B2 (riboflavin)** og **B3 (nikotinsyre/nikotinamid)** bidrager til normal funktion af nervesystemet
- **B6 (pyridoxin), B9 (folinsyre) og B12 (cobalamin)** bidrager til normal funktion af immunsystemet
- **B5 (pantotensyre)** og biotin (**tidl. B7/B8**) bidrager til et normalt energigivende stofskifte
- Fremstillet i Danmark under farmaceutisk kontrol
- Videnskabeligt dokumenteret



Læs mere om Bio-B-Kompleks og tilmeld dig vores nyhedsbrev på www.pharmanord.dk

 Pharma Nord

Holisme og åndelig musikalitet



- Endelig blev foredraget med Uffe Jonas om åndelig musikalitet og Grundtvig som visdomstænder en realitet, og jeg skal love for, at alle der deltog fik AHA-oplevelser og måske en oplevelse af at møde en længe savnet samtalepartner, hvor vi fik sat ord på meget af det, vi går og tænker hver især.

Foruden at være en gudsbenådet salmedigter, var Grundtvig historisk forsker og naturfilosof. Han så livsoplysning som en anden måde at arbejde med verden på, et musisk samfund, hvor visdommen, det indre sjælens rum modnes og fødes ind i en verden ved og med åndelig vækst med helheden for øje, og en menneskehed, der er nærværende, vågen og vidensparat hele tiden.

Uffe Jonas er litterat fra KU, skrev ph.d. i Kirkegård, men som Uffe selv udtrykker det, er hans følelsesliv altid aktivt i hans erkendelsesliv. Interessen og hans livslange passion har siden samlet sig om Grundtvig

og hans filosofiske skrifter. Grundtvig var en sund, holitisk tænder. Vi kender ham mest som landsfader i f.m. højskoletiden op gennem det folkelige 20-århundrede, den folkelige fællessang, anekdoter og ord-sprog og fortællinger om hans folkelige virke. Han var optaget af nordens mytologi og den gamle gudeverden og skrev grundlagsskrifterne til højskolerne herom. Hans naturoplevelser udleveres i mange af hans salmer – han var faktisk clairvoyant og fik ofte åbenbaringer.

Grundtvigs salmer synger vi fra hjertet ubesværet den dag i dag, men Uffe forlevede sig i hans filosofiske skrifter og prosa, som er en masse slynget sprog med langt mellem punktummerne! Han er med i en engelsk oversættelse af Grundtvigs filosofiske skrifter. P.t. foregår der en Grundtvig-forskning, som er en langvarig proces, da sproget er svært oversætteligt til forståelige danske tekster. 20 forskere på Vartov sidder og ”tyder kommaer”, men det er et vigtigt arbejde, som nok skal lykkes.

Paradigmer

Grundtvig var, og er interessant, da han tænker i et andet paradigme – han har fokus på natursynet, det åndelige, det besjælede verdensbillede, modsat universiteternes verdensbillede. Og Grundtvig veg ikke fra sin livsholdning. Hans argumentation er fx, at vi er inkarnerede i vores kroppe, og at universet derfor ”kredsede” om jorden som centrum; Modsat akademikernes objektive syn på naturen, som udspringer af den naturvidenskabelige verden og dens logik, hvor man gør sig til herre over processerne ved at adskille og rekonstruere alle dens måder og funktioner, og hvor forskeren gør sig selv til et redskab for objektiveringen. Men alt det komplekse, som virkeligheden består af, det, der ikke kan

måles eller vejes: sandhed, skønhed osv., udelukkes helt videnskabeligt legitimt, selvom virkeligheden jo fortsat eksisterer. Alt andet, alt det ikke-kvantificerbare udelukkes fra synsfeltet. Lidt ligesom alternativ behandling, som har besvær med at blive anerkendt, lidt ligesom de pædagogiske processer i skolerne, som reduceres til tests og ”strukturel vold” – det som Grundtvig netop kæmpede imod. Egentlig er udviklingen, siden Grundtvig gik af mode, gået fra mere til mindre friskole, mere kontrol osv.

Grundtvig mente, at læring for livet handler om at være uvidende og dermed åben for og modtagelig for indtryk = det kaldes også for sokratiske visdom. Og han mente at den ultimative kunst er at sammenføje det åndelige og den materielle verden på en harmonisk og opbyggelig måde.

Grundtvigs holisme minder om nutidens økologiske bevidsthed, hvor livsprocesserne danner basis for samspil og trivsel. Den venlige vekselvirkning er det levende samspil imellem alt og alle. Verden består ikke kun af abstrakte tekniske processer, men udgør et levende samspil af besjælede væsner. Det er oplevelsen og erkendelsen af det, som Grundtvig kalder for livsoplysning, og Uffe gav udtryk for, at samfundet er ved at opleve denne perspektiv-ændring.

Fysikken er ikke længere fysisk, da den i dag beskæftiger sig med felter og interaktioner, hvor man tidligere fokuserede på faste partikler og mekaniske årsagskæder, findes der nu kun et samspil af forskellige energitilstande. Fysikken understøtter ikke mere forestillingen om det faste fysiske univers. Allerede Albert Einstein m.fl. forskere gav udtryk for, at man var nået til et sted, hvor man ved, at man ingenting ved. Overalt inden for videnskaben sker dette, man begynder igen at for øje på, hvordan alt er besjælet (panpsykisme). Einstein sagde: *”Den sjæl, vi hver især indeholder, er den samme, som bevæger hele universet.”*

Bagved facaden

Den mekaniske og den naturlige tilgang til naturen mødes, når vi træder ud af vore cirkler og ind i et andet rum og er nærværende og tomme for meninger og fordomme. Her bliver vi vidensparate og opfatter os selv og hinanden som levende væsener, for at blive til mennesker. Måske er vi indskrænket til et bestemt perspektiv ved at være fastholdt i en bestemt inkarnation.

Men mere fordybelse som meditation, kunst og musik, hvor man slipper sig selv, er en vej ind i det musiske samfund, hvor man opfatter samspillet mellem perspektiverne, som det, der opretholder livet; det er holisme. Når der ikke går ”nørderi” i det, og når melodien oplyser teknikken, idet begge søger indad imod den musiske virkeliggørelse, får alle sensibiliteter udtryk. Man træder ind i et stort fælles samtalerum for visdom og kærlighed. Vi skal blive bedre til at ”lytte til musikken”, hvor vi hver især spiller, idet vi indgår i et samspil - i stedet for kun at ville spille vores egne melodier for at blive fri for at mærke og anerkende, at andre også er levende væsener.

Globalt set accelererer bevidsthedsniveauet voldsomt for tiden i positiv retning. Vores indre er på vej ind i en ny realitet, hvor vi får nye perspektiver på alting og stiller os sårbare over for livet med *”en moders ømhed”*.

Uffe er også kirkesanger, og han såvel indledte som afsluttede en begivenhedsrig aften med at synge to af Grundtvigs salmer om den sjælelige indgangsvinkel til skabelsesverdenen *”Deilig frugtbar er Guds rige”* og *”Jord og himmel at forbinde”*. På treenighedskirken.dk kan man se mere om en 2-dages retræte i Esbjerg, og man kan følge ham på [facebook.dk/grundtvignu](https://www.facebook.com/grundtvignu), og se hans aktivitetskalender på [facebook.dk/solenvedmidnat](https://www.facebook.com/solenvedmidnat). ■



Tirsdag 18. februar 2020 kl. 19 – ca. 21.30
”Hvad er EHS, EMF-stråling og 5G?”

Pia Hardenberg fortæller om el-overfølsomhed EHS (elektro hyper sensitivitet), om strålepåvirkning fra trådløs teknologi på mennesker, dyr og natur, og om 5G.

5G er det nye netværk, som er planlagt til udrulning i DK.

Hvad er EHS egentlig, og hvordan opleves det i dagligdagen at have EHS? Hvordan finder man ud af, om man har EHS? Hvordan påvirker mikro-bølgestråling fra trådløs teknologi os mennesker, og hvad kan vi gøre for at beskytte os?

Alt det og meget mere om emnet belyser Pia Hardenberg på spændende vis fra kilden selv! Til daglig arbejder Pia med healing, clairvoyance og kinesiologi-behandling. Få inspiration på claritywork.dk

**Medlem af LNS 80 kr. andre 100 kr inkl. kaffe-te-guf. Tilmelding til vhm@Lns.dk
Betalt ved entré eller mobilepay 95610. Yderligere oplysninger på 60 70 48 87.**



Tirsdag 24. marts 2020 kl. 19 – ca. 21.30
”Dit intuitive selv i hverdagen”

Inspirationsforedrag og klarsyn v/Maya Fridan.

Glæd dig til denne aften, hvor Maya vil holde et foredrag under inspiration af og med den åndelige verden ved sin side.

”Hvordan kan du selv tolke og følge de inspirationer og intuitioner, som du modtager i det daglige? Hvordan opnår du bedst tillid til at følge dine egne impulser og ikke lade dig forlede af udefrakommende indtryk?

Kommer de fra den åndelige verden eller det din egen bevidsthed?”

Efter kaffepausen vil Maya give klarsyn og afdødekontakt på udvalgte publikummer. Her vil alle tilstedeværende typisk kunne hente inspiration til deres eget liv gennem budskaberne.

Maya Fridan er skoleleder af Clairvoyanceskolen, har udgivet bogen "Maya Fridan er clairvoyant – er du", deltaget i flere tv programmer og arbejdet professionelt med clairvoyancen siden 1997. Info på maya-fridan.dk og clairvoyanceskolen.dk

**Medlem af LNS 100 kr. andre 120 kr inkl. kaffe-te-guf. Tilmelding til vhm@Lns.dk
Betalt ved entré eller mobilepay 95610. Yderligere oplysninger på 60 70 48 87.**



Tirsdag 12. maj 2020 kl. 19 – ca. 21.30

” Fødselsenergi og Livsenergi”

– er partnere hele livet. Ved Karin Siff Munck, DK kinesiolog, RAB, Sygeplejerske / sundhedsplejerske, cand.cur., tidligere lektor i UCC/PH, facilitator i Corrective Sounds og Multiinkarnationsterapi.

Vores fødselsenergi er hele livet grundenergien i vores liv og livsudfoldelse!

Karin vil veksle i en kombination af oplæg, dialog og visning af testmetoden.

Herudover vil 3-4 deltagere have mulighed for at få testet evt. vedvarende stress ved egen undfangelse, deres fødselsenergi samt deres niveau her og nu for bearbejdet fødselsenergi.

Karin vil i sit oplæg veksle mellem viden om, hvad vi egentlig husker fra vores fostertilværelse og fødsel, og ud fra cases belyse hvilken sammenhæng der kan identificeres mellem fostertilværelse, fødsel og den enkeltes livshistorie.

Metoden er en videreudvikling af Ellen Langgaards oprindelige metode, som Karin har videreudviklet og opdateret. I dag er der langt mere viden og forskning om fosterets dannelse, og fostertilværelsens betydning for barnet. I de senere år er det samtidig eksploderet med ny viden om samspillet og forbundetheden mellem

krop-sind-energi: kvantebiologi, kvantepsykologi, kronobiologi, og hjertet som ”first mover” i tanke, ord og handling. Uanset alder så har fostertilværelse, fødsels og livsstartens hændelser afgørende betydning for både liv og succes i livet!

Karin Siff Munck er specialiseret i lyd og frekvens-behandling og arbejder ud fra firmaet KSM -Frekvens. Alle er velkomne!

Medlem af LNS 80 kr. andre 100 kr inkl. kaffe-te-guf. Tilmelding til vhm@Lns.dk Betal ved entré eller mobilepay 95610. Yderligere oplysninger på 60 70 48 87.

Kontakt vhm@LNS, hvis du har



forslag til et foredragsemne.

LNS Messeoversigt forår 2020:

- | | |
|---------------------------|--|
| 31. jan. – 02. febr. 2020 | DanInfo i Brøndbyhallen |
| 15. – 16. febr. 2020 | Aktiva Helse- og Sundhedsmesser i Odense Congress Center |
| 07. – 08. marts 2020 | Krop & Sjæl Messen i Brønshøj |
| 14. – 15. marts 2020 | Skanderborg Livsmesse i Kristinelund |

Kontakt moorggan@bevidsthedsmedicin.dk, hvis du vil hjælpe på en stand.

Heilpraktik på gastronomisk plan

Gastronomi Alfons Schuhbeck, kok, fra Platzl i München

► Den 10. september 2019 var jeg så heldig at se en udsendelse på DK 4 om en helt usædvanlig gastronom, der har sat sig grundigt ind i fødekæden og bl.a. har flere restauranter i Tyskland. Han har i ca. ti år arbejdet ekstremt meget med krydderier. Han har ansat en ernæringsforsker og en læge, der ikke laver andet end at forske i, hvad krydderier kan, og hvad der tidligere blev brugt imod. Og hvad der er anerkendt af videnskaben. Krydderier var medicin indtil år 1800.

Schuhbeck senior kunne se, at han havde talent, og det var årsagen til, at han kom til Geneve, Paris, London. Han fik ikke noget foræret og opsøgte altid selv de steder, han ønskede at være. Hans personlige livshistorie, har "formet" ham som det menneske, han er i dag - i sin alderdoms ungdom, 65 år. Folk skal vide, siger han, at jeg har arbejdet mig op, og at jeg har tillært mig det, jeg kan. Det vil jeg gerne give videre, også hvor vigtigt det er, at kroppen er sund.

Hans vision er at lave et ordentligt stykke arbejde og tilberede god mad efter den nyeste viden. Fx har de 10-12 mio. diabetikere i Tyskland. Det skyldes fejlnæring. Type 2-diabetes kan man bekæmpe ved at spise mere grønt. Så får man vigtige vitaminer, fibre og mineraler. Lidt kanel, så går det.

Det er også vigtigt at kunne optage olierne. Olie og fedt er slemme. Der er 2500 hjertetilfælde i Tyskland hver dag. 700 dør, 1200 bliver aldrig helt raske igen. Resten slipper godt fra det. For at arbejde præventivt fortæller vi, om der er omega 3-fedtsyrer i, og hvordan det er tilberedt. Og at fedt kun skal i til sidst for at fremme smagen. Ikke i starten, hvor det binder melet, så man får transfedtsyrer ind. Det lægger han megen vægt på, og han prøver at formidle det med charme og ikke som bedrevidende, men at det er en del af livsindholdet.

Vi har 60 billioner celler og 200 milliarder kropsceller. De har alle en membran, som skal have omega 3, 6 og 9. Omega 3 fortynder blodet. Omega 6 gør det tykkere. Omega 9 har andre funktioner. Opvarmes den for meget, over 140 grader, kommer fedtet ikke til cellernes kraftværker, mitokondrierne. Derfor har nogle mennesker mere energi, mens andre er energiforladte. De har spist det samme, men fedtet er anvendt forkert. Det er den største fejl. Det handler ikke kun om at dyrke sport eller ej. Ernæring er en vigtig ting her i livet. Den påvirker hvordan du taler, og hvordan du er. Der sker ingen bedring, man vil altid føle træthed, hvis man anvender tingene forkert.

Lader du snittede grønsager ligge i en time, går 50% af vitaminerne tabt. Ved kogning går de øvrige 50% tabt. Så er de grønsager altså værdiløse. Men damper man grøntsagerne ved 80 grader, går kun 15-20% af vitaminerne tabt. Så ALDRIG koge! Vitaminer ødelægges ved 90 grader. Lad det simre. Hælder du olie på en varm pande og kommer grøntsagerne i, så optages fedtet ikke i mitokondrierne, men kun i fedtcellerne. Du kan tilsætte lidt bouillon og krydderier, væsken fordamper, du hælder lidt frisk olivenolie i



og rører en gang - og kroppen har lettere ved at optage og omdanne disse umættede fedtsyrer. Varm olie bliver nemlig til transfedt og fører fx til hjerteinfarkter.

I 30 år har Alfons Schuhbech spist ingefær. Det virker stærkt afgiftende og er godt for kredsløbet. Der er et stof i ingefær, som hedder gingarol, der virker som aspirin. Det er godt for leddene, afgifter leveren og fjerner trætheden. Ingefær er egentlig kun en ledsager, ikke et krydderi, der dominerer. Den passer til sødt og salt og går sammen med alle krydderier. Ingefær lader hvert eneste krydderi komme til sin ret. Der er 136 stoffer i. Det er lige meget om den er tørret eller frisk. Alle de vigtige stoffer sidder direkte under skrællen.

Han overdænger ikke retterne, siger han, men prøver at forædle dem. Krydderierne skal først ind til sidst. Det er der, de smager bedst, og det er også godt for helbredet. Man kan fx ikke sige, at nu tager jeg ingefær, fordi jeg er syg. Man skal tage det forebyggende.

På spørgsmålet om der er et krydderi med en virkning, som han slet ikke vidste noget om, svarer Alfons, at det er en kombination. I 30 år har han blandet hvidløg og ingefær. I gryden kan han se, at de to krydderier kan lide det, hvis man snitter dem. Når man en bestemt temperatur, nærmer de sig altid hinanden. Sådan har jeg altid gjort,

uden at vide hvorfor. I dag ved jeg, at når man forbinder ingefær og hvidløg, så lugter man ikke af hvidløg, og man tåler hvidløg bedre. Der er nogen der ikke kan tåle anilinen. Og den medicinske virkning fra begge krydderier stiger med 50%. Det har asiaterne gjort i 3000 år.

Hvad er den medicinske virkning?

Det er afgiftningen og kredsløbet. Verdens første strejke fandt sted under opførelsen af Keops-pyramiden. Slaverne fik ikke hvidløg mere, så de nedlagde arbejdet. Ellers ville de få malaria. Hvidløg er antibakterielt, og tilintetgør vira. Sammen med ingefær er effekten 50% større. Når du fx spiser Sushi, får du syltet ingefær til. Sushi er rå fisk, som er fyldt



med bakterier, og dem dræber ingefæren. Når han spiser østers, spiser han også altid syltet ingefær til. Det smager godt, og hvis der er noget galt, hjælper ingefær straks.

Efter at have lave regional mad i 30 år har han nu sin egen kryddeributik Orlando i München. Han laver alle blandingerne selv. Medicinske blandinger laves altid i samråd med lægen. Passer det sammen, hvordan virker det?

Men det skal også smage godt. Mange ved ikke, at krydderier også styrer fedtoptagelsen i tarmen, så der ikke omsættes for meget fedt.

Det var grækerne (for 2000 år siden) godt klar over. De satte rosmarin i håret, det gør de stadig. Så husker man bedre. Når nogen var død, var det et tegn på respekt at kaste et bundt rosmarin ned i graven, så man huskede hinanden. I dag ved vi, at rosmarin indeholder carnosin og carnosol syre, som gavner hukommelsen og styrer fedtoptagelsen. Før i tiden spiste folk jo det hele, når de fik kød. For de vidste ikke, hvornår de igen ville få kød. Før i tiden jagede man vildtet, fangede maden. I dag jager maden os: ”Nej tak, det må jeg ikke (spise)!

Hvad er dine tre yndlingskrydderier, hvis du skulle vælge?

Ingefær og hvidløg, kanel og kardemomme. Koriander er også et godt krydderi. Ikke den grønne asiatiske persille, men de små frø. De skaber balance, og udjævner tingene. Det giver også mod. Hvis du skal tale til 20.000 mand og er nervøs for at kunne klare det, så skal du drikke noget koriander.

Et vigtigt aspekt er, at krydderier ikke blot er gode for kroppen, de påvirker også sindet, sjælen og psyken. Vi synes fx det er dejligt, når der dufter af kanel. Vi bruger det især ved juletid, men andre folkeslag bruger det i madlavningen hele året. Kanel sænker blodsukkeret og triglycerid-tallet. Det er godt for fedtindholdet i blodet (kolesterol). Lidt hver dag er forebyggende, for meget er usundt. Hans viden om krydderiet kan forebygge, at folk ikke bliver syge. Medmindre man lever et forkvaklet liv. Men man kan gøre vanvittig mange ting med almindelig ernæring.

I dag har Alfons Schuhbeck bl.a. et krydderiapotek i Platzl, hvor man benytter genopdaget gammel viden. Der er en tebutik med de skønneste teer uden smagsstoffer. Orlando er en fantastisk restaurant, og så er der isbutikken, hvor alle 100 slags is er hjemmelavede. Derudover er der chokoladebutikken og Kokkeskolen.



Han kan lide at sige til kunden – ”prøv det her. Det smager bedre. Det vigtigste er, at du opdager, at du også vil få det bedre”. Man kan falde i søvn eller blive træt af at spise forkert – fed opbagt sovs fylder kroppen med shit. Det smager godt her og nu, men det er utroligt usundt for kroppen. I dag ved vi, at andre tilberedningsmetoder øger næringsværdien. Desværre er industrien i gang med at fjerne bitterstofferne, for folk bryder sig ikke om bitterstofferne, men det er dem som giver energi og regulerer stofskiftet.

Har man råd, skal man købe gode fødevarer, råvarer. Men det allervigtigste er tilberedningen, og hvordan man anvender fedt. De fleste laver mad ved for høj varme, bruger for varmt fedtstof og ødelægger varerne. Hans erfaring som kok siger, at det forårsager 70% af alle sygdomme.

Alfons Schuhbeck træner hver dag hos en osteopat, som har været verdensmester i bodybuilding, for at holde sig i form! Det er vigtigt at gøre noget godt for sig selv. Få gang i blodtilførslen til cellerne. Det er vigtigt at disciplinere sig selv til at gøre det til en vane. ■

Kort om forsikringsordningen via LNS

Forsikringen koster 700 kr per år som gruppeforsikring via LNS. Den dækker ubetinget sædvanligt erhvervsansvar over for klienter (hvis de glider på trappen eller briksen bryder sammen). Den dækker også ansvar for skade ved dårlig behandling, forudsat man har papir på at have forstand på den behandling, man gav - altså en betinget forsikring.

Personale og deres aktivitet er også dækket, til samme pris, da det dækkede, er det, der foregår under virksomhedens cvr-nummer indenfor landets grænser.

Det er imidlertid en forudsætning, at man har alternativ behandling som hovederhverv. Har man det, dækker forsikringen også aktiviteten ved bi-erhvervene. I LNS har vi tillid til det, medlemmerne fortæller, så vi kontrol-

lerer ikke. Der ligger altså ingen form for godkendelse i, at LNS accepterer tilmelding til forsikringen.

Man kan få forsikringen som fagligt medlem af LNS - se oversigten side 27 - eller som medlem af en af vores medlemsforeninger.

I tilfælde af en klage fra en klient er det vigtigt, at behandleren blot viderefører klagen via LNS eller medlemsforeningen, så vil forsikringsselskabet vurdere, om der er hold i klagen. Foreningerne vil nok informere de etiske råd, for sådan en sag vil interessere.

Efter tilmelding til forsikringsordningen sender LNS en faktura om året. Forsikringen træder i kraft, når første faktura betales.

Alt er vel



► Det kan være svært at se meningen med den situation og den lidelse, vi måtte befinde os i her og nu, hvor vi ofte ønsker den væk og gerne hurtigst muligt. Det er ofte lettere i baglysets skær, som når de efterfølgende generationer forholder sig til de foregående generationers lidelseshistorier.

Mette beskriver sine erfaringer som holistisk læge. Det er ikke råd eller retningslinjer men inspiration til eftertanke

Hvordan vil fremtidens mennesker mon se tilbage på os og på vores tid?

Jeg tror de vil se tilbage på en tid, der blev tiltagende polariseret i dig og mig, dem og os, rigtig og forkert, natur og kultur, krig og fred, ung og gammel, maskulint og feminint, krop og psyke.

I rigtig mange år, har vi haft travlt med at udforske verden, og derigennem er vi kommet til at adskille os fra os selv og hinanden. Vi kan ligefrem have glemmt, at vi alle oprinder fra den samme kilde, og at vi alle er her af en grund, alene ved det at være født. Mange har befundet sig langt ude i den yderste pol og har måtte vende blikket indad, godt presset

af ydre omstændigheder. Andre har længe kigget indad, og er nu begyndt at se ud ad og bevæge sig fremad. Flere har et ønske om at forbinde den indre viden, de personlige erfaringer, med den ydre verden. Vi begynder mere og mere at nærme os hinanden fra vores poler, fordi vi kan se værdien i hinandens polariteter, dem vi har brugt rigtig lang tid på at fremelske. Det gør flere og flere, fordi de har erfaret, at der ikke findes én sandhed, én vej og én løsning der passer på alle og hver eneste gang. Der er lige så mange veje og muligheder, som der er mennesker, derfor er der brug for alle vores talenter og alle vores polariteter. Måske vi i fremtiden vil kunne se alt som ét sammenhængende hele, blot foranderlige former og tilstande.

Tænk på livsenergien, sjælen, bevidstheden, et kært barn med mange navne. Den forlader kroppen i dødsøjeblikket og efterlader hjerne, hjerte og gener tilbage, det som vi engang troede styrede det hele, og kroppen forvandles efterfølgende til atomer, det stjernestøv, hvorfra det hele engang opstod. Alt er ét. Det er vores sind med de mange ord og begreber og forestillinger om den adskilte verden, som adskiller os fra os selv og omverden. Som når jeg her beskriver, at sjælen forlader kroppen, og billedligt adskiller den fra kroppen, så er sjæl og krop her stadig blot i en anden form, i en anden tilstand, og de oprinder fra det samme formløse univers.

Kroppen er evig foranderlig, som livet er evigt foranderligt. Vi er hele tiden undervejs, der er ingen ende og ingen begyndelse. Intet er for sent, vi er blot i forandring og forvandling.

Så når alt er vel, hvad er så meningen med det hele?

Måske er meningen blot at være til og leve på en måde, som giver os kærlighed, ro, glæde og frihed, det som vi måske søger derude, og som dybest set er skiftende tilstande i vores

indre. Det vi møder derude vækker en tilstand, som sker i os selv. I et universelt perspektiv, er det vi søger og møder derude en del af os selv. I det lys er det svært at skade andre bevidst, for vi skader os selv. Det giver derimod god mening at glæde og støtte andre, for så støtter og glæder vi os selv.

Alt er vel, vi er blot undervejs til at erkende, at vi er ét, og at alt er forgængeligt og alligevel tilstede her og nu i forskellige former og tilstande.

Så fred være med den indre og ydre fjende. ■

- Mette Mouritsen

Hetzen på alternativ behandling



Artikel af Lars Muhl sendt til dagbladet Information

- I denne tid drives der i dansk presse nærmest heksejagt på såkaldt alternativ behandling og behandlere. Grundet nogle få brodne kar kræver visse medier, senest Dagbladet Information, at alternativ behandling mere eller mindre lukkes ned. Mener man virkelig også, at en enkelt journalists makværk skal betyde, at alle journalister skal lide under dette?

For ikke længe siden kunne man i Berlingske læse en kendt læge udtale, at hun og en stor del af hendes kolleger i tilfælde af en kræftdiagnose selv ville sige nej til konventionel kemobehandling. Hundreder af tusinde mennesker bliver hvert år hjulpet, også for kræft, i det såkaldt alternative behandlermiljø.

Jeg havde selv den store glæde at blive hjulpet op af et treårigt langt sygeleje, af en klog mand, seeren Calle de Montségur, som i sit liv hjalp og helbredte tusindvis af mennesker, også for kræft. Læs eventuelt min bog 'Seeren fra Andalusien', der er solgt i over 100.000 eksemplarer i Danmark, eller se min dokumentarfilm 'Seeren', der er en af Danmarks mest sete dokumentarfilm i 2017 og '18. Han kaldte sig selv for 'kvak', men arbejdede gennem sit virke sammen med mange læger, der kontaktede ham, hver gang de ikke mere kunne hjælpe deres patienter. Men det skete selvfølgelig også, at der var patienter, han ikke var i stand til at gøre noget for.

Problemet er, at mange af de patienter, der henvender sig til alternative behandlere, først gør det når de er opgivet af det konventionelle system. Og så er odds for overlevelse selvfølgelig betydeligt mindre, end hvis man var kommet i alternativ behandling noget før. Et samarbejde mellem det konventionelle system og alternative behandling ville være at foretrække, og for mig er der ingen tvivl om, at det bliver sådan i fremtiden.

Der findes i Danmark en lang række veluddannede terapeuter af forskellig slags, som hver dag gør et stort stykke arbejde med at hjælpe og helbrede lidende borgere. Vi mennesker glemmer blot, at vi alle en dag skal herfra. Og fordi to mennesker er døde, grundet at de har frasagt sig konventionel behandling, betyder det ikke, at det er alternativ behandling, der har slået

dem ihjel. Hvor mange mennesker dør dagligt af bivirkningerne af den medicin, de har taget i årevis, eller af den kemobehandling, som mange læger ikke selv ønsker at underlægge sig?

Det er et spørgsmål, der kunne være rigtig spændende at få svar på.

Venlig hilsen
Lars Muhl

Lars Muhl er forfatter, mystiker og musiker og samt foredrags- og kursusholder i ind- og udland.

*Han har siden 2009, sammen med sin hustru, lydterapeut Githa Ben-David, drevet Gilalai – Institut for Energi & Bevidsthed.
www.larsmuhl.dk*

”På de åndelige planer findes intet op eller ned, ingen modsætninger, sådan som vi opfatter dem i det fysiske”
Lars Muhl ”Lyset i et menneskes hjerte”

Clairvoyanceskolen



v/Maya Fridan

Uddannelse til professional clairvoyant.

Højt fagligt niveau, erfaring og etik.

Masterclass for professionelle clairvoyante som ønsker at skærpe deres evner.

Tlf. 40 46 48 40 post@clairvoyanceskolen.dk
www.clairvoyanceskolen.dk www.maya-fridan.dk

Forhandles af Matas og helsekost
samt netbutik www.human-balance.dk

REUMAZALL

Naturlig hjælp til din sundhed

Styrker muskler og led samt understøtter mave/tarm kanalens sundhed.
Støtter hjerte/kredsløb og hjælper til at bevare en sund lunge- og vejrtrækningsfunktion.

Koncentrat af Boswellia, Gurkemeje og Sort Peber.



HB

HUMAN BALANCE Aps · Tlf. 40 74 74 67 · mail: info@human-balance.dk

Se mere på human-balance.dk

Et tegn fra oven

Klimaændringerne bliver mere og mere synlige år for år. Under Harvey orkanen i august 2017 nedbrændte blandt mange boligområder også familien Rojas' tre huse. Det eneste der var intakt tilbage i ruinerne var en Madonna statue. Familien tolkede dette som et tegn på, at de kan klare at komme videre og udtrykker det således: "værdset hvad I har, lyt til advarslerne, kram jeres børn, tak Gud for i dag og i går, og bed for en bedre i morgen".

Kilde: Share International og Nyt Aspekt



Spiritister anerkendt som trossamfund

I oktober 2019 har Kirkeministeriet anerkendt Spiritismens Trossamfund en status som trossamfund med deraf borgerlig gyldighed til at blive døbt, begravet osv. i den spiritistiske tro. Overbevisningen er, at der eksisterer såvel en åndelig som en jordisk verden.

Kilde: K.dk 2-11-19

16. september 2019 nedlagde Styrelsen for Patientsikkerhed sin hjemmeside srb.dk

- Sundhedsstyrelsens Råd vedr. Alternativ Behandling. Al lødig information og beskrivelser samlet gennem ½ århundrede om alternative behandlingsformer er dermed fjernet.

Kilder: <https://www.galilei.dk/> - <https://politiken.dk/forbrugogliv/sundhedogmotion/>

Konferencen "5G - næste generation af mobilteknologi

Er 5G sikker for mennesker, dyr og planter? - Efter konferencen har advokat Christian F. Jensen (L) opsummeret", om det vil være i strid med menneske- og miljøretnlige regler at etablere 5G-systemet i Danmark. Kilde: <http://kortlink.dk/lns/23u4x>

LNS har henvendt sig til politikere, ministre og ordførere om deres holdning til dette alvorlige samfundsproblem. Læs på <http://kortlink.dk/lns/23u4w>

Nyt EU-forslag kan føre til masseovervågning via 5G, advarer eksperter!

EU's antiterror-chef opfordrer EU's medlemslande til at stille krav om, at televirk-somheder leverer dekrypteret kommunikation og lokationsdata til myndighederne.

Kilde: <http://kortlink.dk/computerworld/23u4y>

Sprøjtemidlet neonicotinoider (Neoniks)

Stofferne har en sammensætning, der kemisk minder om nikotin. Det er siden 2018 blevet forbudt til udendørs brug i Danmark og resten af EU, men i Danmark har vi desværre givet en række dispensations-muligheder. Det gælder bl.a. roefrø bejdset med sprøjtemidler af denne klasse, selvom de er særdeles skadelige for bier og dermed for biodiversiteten. I november 2019 udmeldte miljøministeren, at hun nu vil forbyde brug af neonicotinoider på golfbaner og potteplanter i gartnerier. Neoniks er kendt for at svække biers evne til at orientere sig, så de ikke kan finde føde eller finde hjem til boet. <http://kortlink.dk/23v7v>



Hvorfor er læger bange for alternativ behandling?

I sundhedspolitisktidsskrift.dk/meninger/kommentarer konkluderer Torben Kjær (EL) og medlem af Danske Regioners sundhedsudvalg d. 11. Januar 2019, at han har måttet indberette bivirkninger af et nyt insulinpræparat til Lægemiddelstyrelsen, da han kun kunne bevæge sig under store smerter. Det kan ingen forklare, så man kunne måske også leve med ikke at kunne forklare, når alternativ behandling viser sig at have en positiv effekt. Det skriver han ud fra flere personlige oplevelser ved brug af alternative behandlingsformer og sund daglig kost. Læs hele historien på <http://kortlink.dk/23v6b>

Fremtidens mad

Klimaforandringerne er årsag til mangt og meget, ændringer som med tiden nok tiltales i stigende grad. Især er afgrøderne mere følsomme overfor ændringer i vejrforhold, som tørke, oversvømmelser m.v. Derfor er det et must at finde alternativer til de afgrøder vi kender i dag, og her kommer vilde plantearter ind i fødevarerproduktionen. De har den modstandsdygtighed der skal til for at leve med klimaændringerne. Forskere på KU vil derfor gå i gang med at lave nye afgrøder ud af vilde planter. De har de robuste egenskaber, som kan udnyttes i udviklingen af afgrøder med endnu højere udbytte, end det de vilde planter har i dag. Kilde: k.dk 2-11-19

Hvad er det nu, med den der bladsellerijuice?

Har du set, at Anthony William (bedre kendt som Den medicinske Seer) har skrevet en hel bog om bladsellerijuice og dens mirakuløse virkning?

Den er ikke så nem at komme igennem, men til gengæld er det ved et nærmere studium næsten umuligt ikke at lade sig rive med af hans begejstring og utallige løfter om et fantastisk vitalt langt liv – blot du indtager godt 4 dl friskpresset ren bladsellerijuice på fastende hjerte – hver morgen. Uanset hvilken tilstand du er i, så er metode og dosering den samme!

Hvis du har mulighed for det, så prøv det – det har vi gjort - nu i 1½ måned, og nu er det faktisk noget vi nyder og ”bare gør”, selvom det skal planlægges i forhold til tid – både mht indtag og rengøring af saftpresseren! Smager det godt? Ja – hvis vi undlader bladene, synes vi!!! Hvis du holder af beske ting, så tag bare bladene med! Det er også mere økonomisk i forhold til den optimale mængde!

Vi selv har oplevet et løft i energi, udholdenhed, foretagsomhed, humør og kreativitet samt mere hårvækst (på hovedet!) og specielt et forbedret fordøjelsessystem med flade maver!

Ifølge ”Seeren” er der ingen anden fødevarer, plante eller naturmedicin, der kommer op på siden af den lille ydmyge vegetabil, som får hjulene til at dreje rundt, og som ellers mest kædes sammen med ostebord eller Bloody Mary!

Bladsellerijuice kan betragtes som ’good for everything’ og vi anser det som den blide rensesoppe, der starter med at rengøre mundhulen og svælget ved at eliminere fremmede bakterier og vira – går videre gennem fordøjelsen, hvor den først er med til at gendanne mavesyren – som rent faktisk består af 7 forskellige syretyper for at være optimal i nedbrydningen af føden – og dernæst optimerer organernes funktion.

Dette foregår dels ved, at indholdet af de såkaldte natriumklynge salte kan omdanne aflejrede toksiske elementer, ja, selv uskadelig-

gøre tungmetaller – dels ved at ”omdanne” skadelige bakterier og vira til føde for de gavnlige bakterier i tarmfloraen!

Hvis du drikker den tilstrækkelige mængde af bladsellerijuicen, vil både klyngesalte, elektrolytter, plantehormoner og cofaktor-mikrosporelementer gå over i blodbanen efter fordøjelsen og optimere funktionen af lever, nyrer, binyrer og de hormonproducerende organer – bl.a. skjoldbruskkirtlen.

Derudover vil disse fantastiske næringsselementer deltage i dannelsen af nye neurotransmittere i hjernen – og det kan de gøre på én gang uden hjælp fra andre plantemediciner eller mineraler!

Bladsellerijuice indeholder også en speciel metyleret form for C-vitamin, der gør den i stand til at afgifte både organer, alle systemer og væsker – bl.a. blodet. Bladsellerijuice er både letoptageligt, yderst gavnligt i sin antioxidantvirkning og let at udskille bundet til toksiner og andre affaldsstoffer, således at immunitet og energisystem får et ordentligt boost!

Det vand, der findes i bladsellerijuice, er hydrobioaktivt (levende) og indeholder en masse informationer, som er til gavn for både optagelse og udrensning – på en blid og effektiv måde.

Det er for ikke at ”fortynde” disse informationer, at du anbefales at drikke bladsellerijuicen for sig selv - ufortyndet!

Hvis du vil berige dig selv med guddommelig plantemedicin – så grib saftpresseren – HVER morgen!

Skønne forårsshilsner fra Dianna og Torben - www.radioni.nu



WWW.LNS.DK

LNS Landsorganisationen NaturSundhedsrådet

Fagligt sekretariat,

LNS v/ Mogens Ehrich

Møllegårdsvej 3

4320 Lejre

Tlf. 7022 2339 / 6070 4887

Email: LNS@LNS.dk

Indmeldelsesblanket

til medlemskab af LNS

(inkl. NaturHelse og LNS nyhedsbreve)

Navn:

Adresse:

Postnr.:

Tlf.:

Mobil:

Evt. kliniknavn:

Evt. klinikadresse:

Evt. web adresse:

E-mail adresse:

Faglige medlemmer:

Klinik kontingent inkl. Koda-Gramex licens:

- Enkeltterapeut eller skole, der også fungerer som klinik, optages automatisk på basisniveau og inkluderer kollektiv licens til Koda-Gramex 1300 kr.
- Skolemedlem, underviser, rådgiver 600 kr.
- Branche-, erhvervs- og foreningsmedlem 600 kr.

Kollektivt medlem er et medlem af en LNS brancheforening og kan tilvælge medlemskab af Terapeutgruppen med Koda-Gramex licens til 600 kr. og tilvælge forsikringsordning for 700 kr.

Andre medlemstyper:

- Personligt medlem (pr. husstand) 200 kr.
Rabat på 100 kr. til studerende

Husk at du som helseudøver kan tilvælge forsikringsordning 700 kr.

Send blanketten til adressen øverst på siden eller indmeld dig online på <https://LNS.dk/kontakt>, hvorefter vi sender dig en faktura til brug for din indbetaling.

Få yderligere oplysninger på Lns@Lns.dk eller tlf. 60 70 48 87

Underskrift:

Dato:

Tak for din støtte – hjælper du os, hjælper vi dig!

Overvejer du

at blive medlem af LNS?

LNS favner bredt. Vi er paraplyorganisation for alternative behandlere, skoler, foreninger og brugere. Vi mener, det er en samfundsstyrke, at borgerne selv kan vælge at bruge traditionelle eller alternative behandlingsmetoder. Vi er platform for dialog og udvikling på det naturlige sundhedsområde.

LNS ønsker:

- Et bæredygtigt samfund med et holistisk syn på levevis og livsvilkår, forebyggelse og sygdomsbehandling og på menneskets rolle i samfundet
- Frihed til årsagsbehandling og brug af bivirkningsfri behandlinger komplementært til andre behandlingstilbud, også på sygehusene
- At den alternative sektors vidensdisciplin, forskningen vedr. finere energier, får sit eget modul
- Tværfagligt samarbejde og at bidrage til samling af den alternative sundhedssektor
- At være medlemmernes talerør over for politikerne

Udpluk af fordele som medlem af LNS:

- Et medlemskab der passer dig til et lavt kontingent, inkl. NaturHelse
- Fordelene af LNS' indflydelse via SRab, NSK, Brobygningssgruppen mfl.
- Koda-Gramex-licens, hvis du er terapeut med egen klinik
- Tilvalg af gruppeansvarsforsikring
- Stå med dine data i vores blad
- 15 % rabat ved annoncering i bladet
- Gratis information i bladet og på www.LNS.dk om egne her-og-nu arrangementer
- Være aktiv i et af vore udvalg
- Præsentation af dit materiale på de messer; LNS deltager i i Danmark.
- Fællesstande i samarbejde med vore medlemsforeninger og terapeuter
- LNS er ISO certificeret, hvilket sikrer, at vore administrative mål og handlingsplaner forfølges

Harmonerer det med dine holdninger?

Så meld dig ind i LNS online på <https://LNS.dk/kontakt>

For yderligere oplysninger ring til tlf. 60 70 48 87 eller mail til Lns@Lns.dk

Vil du give en hånd på en LNS messe så kontakt gerne Moorggan: moorggan@bevidsthedsmedicin.dk

Har du forslag til et foredragsemne, så kontakt gerne Vera vhm@Lns.dk

