

...a return to innocence...
...looking for awakening...
...real... you can only be it."



Ruiter spricht weltweit zu
Art absoluter Hingabe und
Fragen hinsichtlich aller
schlichen Existenz. Er erklärt:
perfekte Antwort kann von
kompromisslosen Ehrlichkeit.
Existenz kosten."

Vienna:
14.00-17.00 & 19.00-22.00
1, 1080 Vienna
language - in englischer Sprache

RETREAT - SYDNEY AUSTRALIA
GERMANY - VANCOUVER CANADA
CANADA - HAMBURG GERMANY

Sanatur

...pflanzlichen

...Richtlinien

...ch BCS, Nürnberg

...ältlich in Ihrer
...e, in ausgewählten
...stfachgeschäften
...ormhäusern sowie
...rekt bei uns!

...tur GmbH
...224 Singen
...il info@sanatur.de
...r sanatur.de

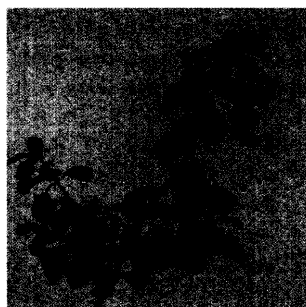
INHALT

NATUR & HEILEN

DIE MONATZEITSCHRIFT FÜR GESUNDES LEBEN

Heft 10/Oktober 2002, 79. Jahrgang

LESERFORUM	4	KÖRPER UND SEELE	46
KURZ NOTIERT	6	Hoffnung für den Rücken (2. Teil) Segensreich und kaum bekannt: die Chiro-Gymnastik nach Laabs	
Yoga gegen Asthma · „Krank“ durch Laborwerte · Länger gestillte Babys haben höhere Intelligenz · Männer verbrennen mehr Kalorien im Schlaf als Frauen · Öfter mal Knäckebrot · Blinddarmentzündung im Alter: tückisch und oft tödlich · Down-Kinder gehören dazu! · Fetter Fisch gegen Depressionen · Hilft Cannabis bei Multipler Sklerose doch?		TIPS	52
BEWUSST-SEIN	10	Zwölf Salze müssen es sein · Hilfen gegen Sodbrennen · Linderung bei Ohrenschmerzen	
In tiefe Stille eintauchen		BERATUNGSSERVICE	54
KÖRPER UND SEELE	12	Inka-Getreide · Erbkrankheit Migräne	
Natürliche Drogenstoffe des Körpers – Wirkung und Nutzen körpereigener Heil- und Glückshormone		AKTUELLE UMSCHAU	56
MENSCH UND UMWELT	20	Rückgang der Wälder weltweit dramatisch · Hilfe für Eltern mit hyperaktiven Kindern	
Herbstbäume – Nußbäume: Symbole der Fruchtbarkeit		BÜCHER	58
GESUNDES LEBEN	28	PRIVATE KLEINANZEIGEN	60
Die Rizol-Therapie – Sehr wirksames Therapieverfahren gegen Bakterien, Pilze und Parasiten		NACHRICHTEN HOMÖOPATHISCHER VEREINE	60
INTERVIEW	36	FIRMENNACHRICHTEN	61
Eine neue Landkarte des menschlichen Seins – Interview mit Ken Wilber		ADRESSEN FÜR IHRE GESUNDHEIT	62
NATURHEILKUNDE	43	TERMINE/TREFFPUNKTE	64
Baldrian als Suchtmittel?		IMPRESSUM	65
		ZU GUTER LETZT...	66
		Sechswöchiges Tempelleben für psychisch Kranke heilsam · P.S.	



Titelbild: Faulbaum (*Rhamnus frangula* L.), Familie:
Rhamnaceen (Kreuzdorngewächse). Der Faulbaum ist
ein laubabwerfender, bis zu 5 m hoher und winterhar-
ter Strauch oder Baum mit glatter brauner Rinde. Hei-
misch ist er in Europa, Teilen Asiens und Afrikas und
wächst in feuchten Wäldern. Wegen seiner abführen-
den Wirkung wird der Faulbaum hauptsächlich gegen
chronische Verstopfung angewendet. (Das Litho der
abgebildeten Heilpflanze wurde uns freundlicherweise
von der MADAUS AG, Köln/Rhein, aus der Sammlung
Kriegel, zur Verfügung gestellt).