MentalPraxis KraftQuelle Selbst

Kraft der Gedanken gesund, glücklich, erfolgreich

Erfreuliches

Lesenswertes

Anregendes

Nachdenkliches

Mentales und emotionales Training
nach der Mentalen Resonanz Methode
Irmgard Bronder – Markus Ries
Talstraße 15 – 66571 Eppelborn – 06806-800466
www.die-gedankenenergie.de – gedankenenergie@t-online.de

MentalPraxis KraftQuelle Selbst

Kraft der Gedanken gesund, glücklich, erfolgreich

Herzlich Willkommen

Vielleicht kennen Sie unsere Homepage www.die-gedankenenergie.de bzw. die Angebote schon ein wenig und kennen auch mein Profil
Ich sehe meine Aufgabe darin, Menschen aufzuwecken und zu zeigen, dass jedes Leben einen ganz bestimmten Zweck erfüllt. Mein Ziel ist es auch, Menschen wieder zu zeigen, dass das Leben es gut mit uns meint – und somit zu helfen wieder ein tiefes Vertrauen ins Leben zu entwickeln. So ist es auch möglich, sich wieder zu öffnen und wieder dankbar die täglichen Geschenke des Lebens entgegenzunehmen.
Im Laufe der Zeit, in der ich nun als Mentaltrainerin zusammen mit meinem Mann schon vielen Menschen helfen durfte, ist ELAN entstanden. ELAN steht für Erfreuliches, Lesenswertes, Anregendes und Nachdenkliches. Mit ELAN möchten wir Ihnen nützliche Informationen schenken, ELAN soll Sie grundsätzlich inspirieren und Zuversicht schenken.

Viel Freude nun beim Lesen – eine gute Zeit und

herzliche Grüße

Irmgard Bronder

Mentales und emotionales Training
nach der Mentalen Resonanz Methode
Irmgard Bronder – Markus Ries
Talstraße 15 – 66571 Eppelborn – 06806-800466
www.die-gedankenenergie.de – gedankenenergie@t-online.de

Inhaltsverzeichnis

ELAN 38 - Der rettende Weg ..... Seite 5

ELAN 39 – Falsches Denken und falsches Verhalten
provozieren alle Leiden..... Seite 7

ELAN 40 – Schlafen Sie gut !?!..... Seite 28

ELAN 41 – Steter Tropfen höhlt den Stein..... Seite 29

ELAN 42 – Wo ist der Raum in uns?..... Seite 30

ELAN 43 – Ich träumte, ich hätte ein Interview mit Gott..... Seite 31

ELAN 44 – Eine kleine Angst-Sofort-Hilfe für den Alltag..... Seite 33

ELAN 45 – Wie Sie Stress-Situationen künftig besser meistern..... Seite 34

ELAN 46 – LebensTrauma.....Seite 35

ELAN 47 – Mein Weg??..... Seite 37

ELAN 48 – Meditation? Wozu?.....Seite 39

ELAN 49 – Ab und zu mal daran denken.....Seite 41

ELAN 50 – Was trägt man so alles mit sich herum?.....Seite 42

ELAN 51 – Wann ist man Reich?.....Seite 43

ELAN 52 – Gibt es ein Leben nach der Geburt?.....Seite 44

Mentales und emotionales Training
nach der Mentalen Resonanz Methode
Irmgard Bronder – Markus Ries
Talstraße 15 – 66571 Eppelborn – 06806-800466
www.die-gedankenenergie.de – gedankenenergie@t-online.de

ELAN 53 – Inkarnationsvertrag.....Seite 45

ELAN 54 – Alles hat seinen Sinn.....Seite 48

ELAN 55 – Eine Möglichkeit den Körper zu entkalken.....Seite 51

ELAN 56 – Sind Sie sauer?.....Seite 52

Mentales und emotionales Training
nach der Mentalen Resonanz Methode
Irmgard Bronder – Markus Ries
Talstraße 15 – 66571 Eppelborn – 06806-800466
www.die-gedankenenergie.de – gedankenenergie@t-online.de

ELAN 38 -

Der rettende Weg ...

Der rettende Weg,
das ist der Weg zu Dir selbst.
Er führt nach innen ...
ganz tief in Dich hinein ...
Hinein bis in die Mitte Deiner Ängste,
bis dorthin, wo nichts mehr ist,
als der kaum angefangene Versuch geboren zu werden ...
... Du selbst zu sein.
In Dich hinein musst Du gehen,
denn draußen haben sie Dich Dir entfremdet,
indem sie Dir eine Sprache beibrachten,
in der kein Satz Dich selbst meint.
Und sie brachten Dir bei,
das Sinnlose als Sinnvoll zu begreifen
und den Wahnsinn ihrer Normalität als ganz natürlich hinzunehmen.
Sie betrogen Dich um Dein Recht,
Dich mit Deinen Gefühlen zu fühlen,
Dir Deine Wünsche zu erfüllen,
Deine Hoffnungen zu hoffen.
Alle sagten Dir, was Du tun solltest.
Alle scheinen zu wissen,
was gut für Dich und was schlecht ist.

Mentales und emotionales Training
nach der Mentalen Resonanz Methode
Irmgard Bronder – Markus Ries
Talstraße 15 – 66571 Eppelborn – 06806-800466
www.die-gedankenenergie.de – gedankenenergie@t-online.de

Alle beteiligen sich mit ihren Wünschen und Erwartungen an Deinem Leben.
Und Du?
Du?
Wie stark bist Du selbst beteiligt an Deinem Leben?
(Autor unbekannt)

Diese Zeilen sind mir vor einiger Zeit wieder in die „Hände gekommen“.
Ich hatte sie mir vor vielen, vielen Jahren einmal notiert, als ich mich selbst in einer schwierigen Situation befand und nach Auswegen und Lösungen suchte.
Den Gästen unserer Homepage möchte ich sie nun zur Verfügung stellen,
um Mut zu machen, als Anregung bzw. zum Nachdenken.

Irmgard Bronder
http://www.irmgardbronder.com

Mentales und emotionales Training
nach der Mentalen Resonanz Methode
Irmgard Bronder – Markus Ries
Talstraße 15 – 66571 Eppelborn – 06806-800466
www.die-gedankenenergie.de – gedankenenergie@t-online.de

ELAN 39 -

Falsches Denken und Falsches Verhalten provozieren alle Leiden ...

„Geh Du vor“ - sagte die Seele zum Körper.
„Auf mich hört er nicht – vielleicht hört er auf Dich.“
„Ich werde krank werden, dann wird er Zeit für Dich haben“ - sagte der Körper zur Seele.
(Quelle unbekannt)

Falsches Denken und falsche Verhalten provozieren alle Leiden.
Bei richtigtem Verhalten und bei richtigem Denken gibt es keinen Grund, krank zu sein.
Krankheiten werden durch den Faktor der Ernährung, der Verhaltensweise und der Denkweise ausgelöst.
Dies klingt zunächst vielleicht etwas provokativ – jedoch unter folgenden Gesichtspunkten betrachtet:
Jedem Symptom, das der Körper uns sendet, kann eine mentale/energetische Ursache zugeordnet werden. Einige Beispiele, die auch aus der eigenen Erfahrung resultieren:

Augenentzündung: Wut und Enttäuschung über das, was man sieht
Augenschmerzen – Eine Linderung ist nur da, wenn man die Augen schließt: Etwas nicht sehen, nicht wahrhaben wollen.
Erkältung/Grippe: Körper sucht Entspannung – zu viel festgehalten
Hautausschlag: Man fühlt sich in der eigenen Haut nicht wohl.
Herzrhythmusstörung: Etwas hat einen aus dem Rhythmus des Lebens gebracht
Magenprobleme: Etwas schlägt einem auf den Magen
Schwindelanfälle: Aufforderung, die Aufmerksamkeit nach innen zu richten, Gleichgewicht und inneren Halt zu suchen.
Burnout Syndrom: mangelnde Anerkennung, emotionale Verletzungen, mangelndes Selbstvertrauen und verletztes Selbstwertgefühl
Warzen: Ausdruck von Groll gegen jemanden
Kopfschmerzen: Mit dem Verstand nicht lösbares Problem
Husten: Dem inneren Gefühl lauthals Ausdruck verleihen wollen – Angst nicht gehört zu werden.

Mentales und emotionales Training
nach der Mentalen Resonanz Methode
Irmgard Bronder – Markus Ries
Talstraße 15 – 66571 Eppelborn – 06806-800466
www.die-gedankenenergie.de – gedankenenergie@t-online.de

Nachstehend finden Sie in alphabetischer Reihenfolge einige Krankheitssymptome bzw. Organzuordnungen und deren mögliche energetische bzw. mentale Ursache

After

Symbolisiert, wie die Vergangenheit verarbeitet / interpretiert wurde

Akne

Sein Äusseres ablehnen

Aktivismus

Angst Gefühle zuzulassen, Angst vor der eigenen Identität, Angst vor der Zukunft

Alkoholsucht

Gefühle wegspülen, Gleichgültigkeit, Selbstablehnung, Flucht, Gefühl minderwertig zu sein.

Allergien

Ablehnen / verleugnen von Themen oder Menschen

Alzheimer

Verurteilung/Ablehnung der äusseren Welt so wie sie ist

Anämie

Angst vor dem Leben

Anspannung

Festhalten, Angst vor dem Neuen, festgefahren

Apathisch

Verweigerung aller Gefühle und Hilfen, abgeschlossen, erledigt, weder Lebenslust, noch Lebensfreude, absolut enttäuscht.

Apnoe

fehlender Lebensgeist

Arme

Sind die Hebel der Umsetzung

Armut

Selbstwert, Wertschätzung, Fluss des Lebens blockiert, mentale Blockade

Mentales und emotionales Training
nach der Mentalen Resonanz Methode
Irmgard Bronder – Markus Ries
Talstraße 15 – 66571 Eppelborn – 06806-800466
www.die-gedankenenergie.de – gedankenenergie@t-online.de

Arterien

In ihnen fließt das Leben

Asthma

Nicht geweinte Tränen, nicht gelebte Trauer

Atemwege

Angst vor dem Leben, Kommunikationsprobleme

Augen

Wie sieht man das Leben, kurz-, weitsichtig, schlecht?

Augenentzündung

Wut / Enttäuschung über das was man sieht

Auge m.Gerstenkorn

Zornige Blicke, zornig auf jemanden

Augenränder

Geistiger Erschöpfungszustand resultierend aus dem Versuch alles kontrollieren und überschauen zu wollen

Arthritis

Festhalten an Überzeugungen (Thema je nach Ort)

Bandscheibenvorfall

Fühlt sich in Problemen allein gelassen

Bauch

Zentrum der Gefühle und Fluß des Lebens

Bauchspeicheldrüse

Das Leben zu bitter sehen / erleben

Beine

Voranschreiten im Leben / Vorwärtsgehen / Zukunft

Bindehautentzündung

Wut / Enttäuschung über das was man sieht

Mentales und emotionales Training
nach der Mentalen Resonanz Methode
Irmgard Bronder – Markus Ries
Talstraße 15 – 66571 Eppelborn – 06806-800466
www.die-gedankenenergie.de – gedankenenergie@t-online.de

Biss (gebissen worden)

Selbstbestrafung aufgrund von Schuldgefühlen

Blasenentzündung

Angst vor einer Autorität

Blähungen

Schlecht verdauter Ärger

Blinddarmentzündung

Wut / Enttäuschung über fehlendes Gute im Leben

Blut

Lebensenergie / Lebensfreude / Fluß des Lebens

Blutgerinsel

Lebensfreude und -Fluß ist ins Stocken gekommen

Bluthochdruck

Aufgestautes Problem beeinflusst den Lebensfluß

Bluten

Lebensfreude geht aufgrund einer Verletzung verloren

Borderline Syndrom

Das Leben von der negativsten Seite betrachten. Negative Konditionierungen. Hass und Wut gegen alle. Auch Minderwertigkeitsgefühle und Versagensangst. Selbstgerechtigkeit. Enttäuscht vom Leben selbst.

Bruch

Zu hohe Anspannung, Brechen mit Altem

Brust

Symbol der Mutter, des Nähren und bemuttern, -Liebe

Brustprobleme

Unverhältnis des Bemuttern

Bulimie

Verzweiflung, Hass gegen sich selbst, keine Problemlösungen in Sicht

Mentales und emotionales Training
nach der Mentalen Resonanz Methode
Irmgard Bronder – Markus Ries
Talstraße 15 – 66571 Eppelborn – 06806-800466
www.die-gedankenenergie.de – gedankenenergie@t-online.de

Burnout Syndrom

Fehlende Selbstverwirklichung, funktionieren in Strukturen. Roboterdasein, mangelnde Anerkennung, mangelndem Selbstvertrauen und verletztem Selbstwertgefühl. Negatives Denken, Verurteilung.

Chakras

Energiezentren

Cholesterinspiegel

Versuch die Lebensfreude über Nahrung zu bekommen

Chronisches

Stark konditioniert, sehr verinnerlicht

Darm

Verdauung von Probleme und Eindrücken, Absorbieren des Nützlichen, Ausscheiden des Abfalls

Darmprobleme

Ungünstiger Umgang mit Problemen

Daumen

Klammern, Zupacken können, Intellekt

Depression

Hoffnungslosigkeit, hartes Ego, konditionierte Ansichten, negatives Denken über alles und jeden

Diabetes

Das Süße im Leben nicht sehen / leben können

Drogensucht

Flucht vor der Realität in eigene Traumwelt, Angst vor dem irdischen Leben, der irdischen Härte, Weglaufen von der Verantwortung

Drüsen

Energiezentren, Versorgung mit Lebensenergie, Verteil- und Umsetzstellen der Energien für den Körper

Mentales und emotionales Training
nach der Mentalen Resonanz Methode
Irmgard Bronder – Markus Ries
Talstraße 15 – 66571 Eppelborn – 06806-800466
www.die-gedankenenergie.de – gedankenenergie@t-online.de

Durchfall

Loslösprozess, Ablehnung von Versorgung

Eierstöcke

Schöpfungsorgan, Quelle von Lebens und Kreativität

Eifersucht

Angst nicht zu genügen, abgelehnt zu werden

Eiter

Verteidigungsapparat, Lebenswille

Ellbogen

Hebelkraft um sich nach Vorne zu drücken

Entzündung

Aufgestaute Wut / Enttäuschung explodiert

Epilepsie

Innere Zerrissenheit, Ablehnung gegen sich selbst

Erbrechen

Situation ist zum Kotzen, Angst, Angst vor Neuem

Erkältung / Grippe

Zu viel festgehalten, Körper sucht Entspannung

Fehlgeburt

Ablehnung der Schöpferfähigkeiten, sich nicht genügen

Fettleibig

Zu sensibel, Probleme und Wut in sich hineinfressen, gestockter Lebens- oder Liebesfluss, Sicherheitspanzer wegen Ängsten

Fieber

Wut und Ängste verbrennen, bevor sie einen verbrennen

Finger

zeigen einzelne Lebensbereiche (siehe Zeigefinger usw.)

Mentales und emotionales Training
nach der Mentalen Resonanz Methode
Irmgard Bronder – Markus Ries
Talstraße 15 – 66571 Eppelborn – 06806-800466
www.die-gedankenenergie.de – gedankenenergie@t-online.de

Fingerarthrose

im Lebensbereich nicht verstanden/abgelehnt fühlen

Fingernagel

Aggressivität, Kampfbereitschaft, (Über-)lebenswille

Frauenleiden

Ablehnung der Weiblichkeit

Frigidität

Irrtümliche Einstellung zu Sex und Lust, gestörtes Verhältnis zu Männern / zum Vater

Fuß

Voranschreiten, Verwurzelung

Fußnagel

Aggressivität, Erdverbundenheit, Verwurzelung mit Klan, Familie, Erde, Natur

Galle

Zorn, Hass,

Gallensteine

Konditionierter Hass, Verbitterung, Verwünschungen

Gastritis

Schlimme Befürchtungen, Ungewißheit

Gebärmutter

Zentrum der weiblichen Schöpferkraft und Kreativität

Geburtsverlauf

Symbolisiert die Grundeinstellung zum Leben

Gedächtnisschwund

Verweigerung der Eigenverantwortung für das Leben

Gehirn

Zentrum unserer Aufmerksamkeit

Mentales und emotionales Training
nach der Mentalen Resonanz Methode
Irmgard Bronder – Markus Ries
Talstraße 15 – 66571 Eppelborn – 06806-800466
www.die-gedankenenergie.de – gedankenenergie@t-online.de

Gehirnschlag

Starrsinn, Verweigerung die Ansichten zu verändern, Weglaufen von Veränderungsprozessen

Gehirntumor

zerstörerisch, starrsinnig

Gelbsucht

Intoleranz, Verurteilungen

Geldmangel

Sich es nicht wert sein, Selbstwert, Wertschätzung, Blockade

Gelenke

Speicherplatz für negative Anhaftungen

Gereiztheit

Innere Anspannung aus Angst vor Neuem, Angst vor ungünstigen Ereignissen, Angst vor Versagen, nicht in der Mitte sein, im Aussen sein

Gerstenkorn

Zornige Blicke auf jemanden / auf die Welt

Geruchssinn

Bereitschaft sich auf Neues einzulassen, Neugier

Gesäß

Durchsetzungskraft

Geschlechtskrankheiten

Selbstbestrafung wegen sexuellen Schuldgefühlen

Geschlechtsorgane

Sexualität, Erdung, irdische Verwirklichung, Kreativität

Gesicht

Ausdruck unserer Selbst, unserer Lebenseinstellung

Gicht

Alte Wut und Anspannung

Mentales und emotionales Training
nach der Mentalen Resonanz Methode
Irmgard Bronder – Markus Ries
Talstraße 15 – 66571 Eppelborn – 06806-800466
www.die-gedankenenergie.de – gedankenenergie@t-online.de

Gleichgewichtsstörung

Nicht in der Mitte sein, nicht zentriert sein

Grauer Star

Keine Perspektive

Grippe

Loslassen angesammelter Anhaftungen und Negativität

Grüner Star

Unverzeihlich, krankhaft beleidigt und verletzt

Gürtelrose

Überempfindlich gegen alle und jeden und jeder Kritik

Haare

Macht

Hals

Verbaler Ausdruck, zurück gehalten, negative Worte, geistige Flexibilität, Umsicht

Handgelenk

Flexibilität in der Handlungsfähigkeit

Harnweg

Verbitterung gegen das Leben / gegen Personen

Haut

Kommunikation, Kontakt und Wahrnehmung

Hautausschlag

Kommunikations- und Kontaktschwierigkeiten

Hämorrhoiden

Wut auf Vergangenes, Wut auf sich wegen alter Fehler

Hände

Handeln, Handlung, Festhalten, Loslassen, etwas aus dem Leben machen

Mentales und emotionales Training
nach der Mentalen Resonanz Methode
Irmgard Bronder – Markus Ries
Talstraße 15 – 66571 Eppelborn – 06806-800466
www.die-gedankenenergie.de – gedankenenergie@t-online.de

Hepatitis

Selbstzerstörung aus Wut und Rachegedanken

Heroinsucht

Ablehnung des Lebens und von Verantwortung

Herz

Zentrum des Liebens, des Geliebtwerdens und des Versorgtwerdens

Herzinfarkt

Herzentscheidung aus Angst verweigern, sich für Geld statt Liebe entscheiden, Herzensgefühle verweigern, Herz verschliessen, verhärten

Herzanfall

Den Anforderungen nicht zu genügen, überfordert sein

Hoden

Manneskraft, Schöpferkraft

Husten

Dem innersten Gefühl lauthals Ausdruck verleihen wollen, Angst nicht gehört zu werden

Hüfte

Ansatz zum Vorwärtskommen, Angst vor Entscheidungen, Angst nach Vorne zu gehen

Hühnerauge

Konditioniertes Festhalten an längst gestorbenen Überzeugungen

Hyperventilation

Angst vor ungerechter Behandlung, fehlendes Vertrauen in unkontrollierbare Prozesse

Impotenz

Sexueller Leistungsdruck, rationale Sexualität, unterdrückte sexueller Gefühle und Energien, Verkrampfung des Sakralchakra (Energiezentrum)

Infektionen

Überlaufende Wut, Ärger

Mentales und emotionales Training
nach der Mentalen Resonanz Methode
Irmgard Bronder – Markus Ries
Talstraße 15 – 66571 Eppelborn – 06806-800466
www.die-gedankenenergie.de – gedankenenergie@t-online.de

Inkontinenz

Über Jahre hinweg zurück gehaltene Gefühle können nicht mehr gehalten werden.

Ischias

Materielle Existenzangst

Kehlkopf

Verbale Ausrucksmöglichkeit, Halschakra, Boshaftigkeit

Kiefer

Konditionierte Verbissenheit, Fundament der Zähne, des Lebenswillen

Kinder, schwer krank

Wenn kleine Kinder bereits von schweren Krankheiten heimgesucht werden, sind dies karmische Angelegenheiten bzw. der Ausdruck konditionierter Themen der Eltern. Bei kleinen Kindern dient die Krankheit den Eltern und dem Umfeld

Kinderkrankheiten

Lösen von kindlichen Vorstellungen, Teil des Reifeprozesses

Kinderlähmung

Vernachlässigt, aus Angst nicht zu genügen erstarrt, Schrei nach Aufmerksamkeit

Kleiner Finger

Der eigene Platz in der Pflichtfamilie

Knie

Flexibilität, wird durch Stolz und Ego eingeschränkt

Knochen

sind das Grundgerüst unserer Vorstellungen

Knochenbruch

Radikaler Bruch einer Vorstellung, die eine Feste unseres Dasein darstellte

Kolik

Die jeweilige Konditionierung schreit nach Auflösung, nach Erlösung

Kokainsucht

Ungeduld, Angst zu versagen, Angst zu kurz zu kommen, Kontrolle

Mentales und emotionales Training
nach der Mentalen Resonanz Methode
Irmgard Bronder – Markus Ries
Talstraße 15 – 66571 Eppelborn – 06806-800466
www.die-gedankenenergie.de – gedankenenergie@t-online.de

Konkurs

Blockade, Wertschätzung, Egozentrik

Kopfschmerzen

Mit dem Verstand nicht lösbares Problem

Krampfadern

Unzufriedenheit mit der Situation, Gefühl der Überforderung, keine Lust so weiter zu machen.

Krebs

Lang aufgestaute, lebensfeindliche Betrachtung einer Angelegenheit, die stark konditioniert ist und nicht als lebensfeindlich erkannt wird. 'lieber sterbe ich, als dass ich meine Einstellung ändere...'

Kreislauf

Kreislauf und Fluss des Lebens, Unterbrechung, Störung

Kropf

Selbstschutz vor Attacken der Außenwelt

Lähmung

Lähmende Gedanken, Leben stockt

Leber

Zentrum der Wut, des Hasses und der Rache

Leukämie

Sich selbst die Lebensfreude und den Lebensfluß nehmen. (Bei Kindern karmisch oder als Hilfe für die Eltern und das Umfeld).

Lippen

Sinnlichkeit

Lunge

Kontaktorgan zum Leben. Das Leben einatmen. Tief Luft holen - Leben einsaugen.

Lungenentzündung

Fehlender Lebenswille, tiefste Verzweiflung am Leben

Mentales und emotionales Training
nach der Mentalen Resonanz Methode
Irmgard Bronder – Markus Ries
Talstraße 15 – 66571 Eppelborn – 06806-800466
www.die-gedankenenergie.de – gedankenenergie@t-online.de

Lungenkrebs

Die Unfähigkeit das Leben frei einzuatmen und zu geniessen. Unfähig die Freiheit des Lebens zu leben.

Lymphknotenkrebs

Angst nicht zu genügen. Kampf sich ständig zu beweisen, ständig zu zeigen: ich bin gut. Streben nach Anerkennung dominiert über allem. (Bei Kindern karmische Ursache und/oder Sinngebung für die Eltern).

Lymphstauungen

Der Lauf des Lebens ist in Stockung

Magen

Liegt hinter dem Sonnengeflecht (Emotionalzentrum). Emotional Schwieriges schlägt auf den Magen, geht durch den Magen. Magen ist erste Verdauungsstation für Informationen und Neues. Angst vor Neuem.

Magengeschwür

Selbstzweifel, mangelndes Selbstwertgefühl, Angst zu versagen, Angst vor Neuem.

Magersucht

Verzweiflung, Hass gegen sich selbst, keine Problemlösungen in Sicht

Mandelentzündung

Zu lange den Mund gehalten und nichts gesagt. Aufgestaute Wut explodiert.

Menstruation

Unausgeglichenes Verhältnis zur Weiblichkeit, zur Sexualität, zum Zyklus

Migräne

Alles mit dem Verstand lösen wollen, zu angespannt, so dass keine Inspiration erfolgen kann.

Milz

Energiezentrum, Zentrum von Anhaftungen

Mittelfinger

steht für den Lebensbereich ‘Sexualität’, ungelebte Sexualität

Mentales und emotionales Training
nach der Mentalen Resonanz Methode
Irmgard Bronder – Markus Ries
Talstraße 15 – 66571 Eppelborn – 06806-800466
www.die-gedankenenergie.de – gedankenenergie@t-online.de

Multiple Sklerose

Verschlossenes Herz, übertrieben hart, mental stark, Bezug zum Körper verloren

Mund

Erste Station der Nahrung, Sprechorgan, Geschmacksinn, Zähne, Lebenswille

Mundgeruch

Negative Verarbeitung / Interpretation von Erlebnissen, Angst (vom Leben) bestraft zu werden

Muskeln

Kraft und Fähigkeit zu leben, Inspiration, Gelassenheit

Myom

Festhaltung einer emotionalen Verletzung durch das Ego

Nabel

Energiezentrum des Lebensflusses

Nabelschnur um Hals

Angst vor dem Leben, Selbstmitleid, Passion, belastete Beziehung zur Mutter

Nacken

Umsichtigkeit, Verständnis für andere Betrachtungsmöglichkeiten

Nase

Sich an die eigene Nase fassen, schau Dich an, nicht die anderen, suche bei Dir

Nasenbeinbruch

Gravierende Fehleinschätzung des Selbst

Nasenbluten

Fühlt sich vernachlässigt, Lebensfreude fliesst ab

Nase trieft

Selbstmitleid

Nase verstopft

Die Nase voll haben, schrei nach Veränderung

Mentales und emotionales Training
nach der Mentalen Resonanz Methode
Irmgard Bronder – Markus Ries
Talstraße 15 – 66571 Eppelborn – 06806-800466
www.die-gedankenenergie.de – gedankenenergie@t-online.de

Nägel

Stehen für Aggressivität, für Kampfbereitschaft, für (Über-)lebenswille

Nägelkauen

Natürliche Aggressivität wurde genommen (oft von Elternteil), sinkender (Über-) lebenswille

Nebenhöhlen

Nase voll von jemandem, den man nicht loslassen kann

Nerven

Selbstwahrnehmung, Gefühl und Gespür für Außenwahrnehmung

Nervenschmerzen

Massive Aufforderung nach Veränderungen (Umfeld), 'ich halte es nicht mehr aus'

Nervenzusammenbruch

Selbstmitleid, Egozentrik

Nervosität

Aus der Mitte, fehlender Zugang zu sich selbst, fehlendes Selbstvertrauen

Nieren

Zentrum der Enttäuschung, Verletzbarkeit, Unverzeilichkeit, Selbstmitleid,

Nierensteine

Nicht verziehene Enttäuschung, Wut

Nikotinsucht

Ablehnung der eigenen Gefühle, Suche nach großen Gefühlen, nach Freiheit, Unfähigkeit die Möglichkeiten des Lebens zu nutzen, Angst sich ins Leben zu stürzen, Angst vor dem Leben, vor emotionalen Enttäuschungen

Oberlippe

Mentale / geistige Sinnlichkeit

Ohnmacht

Überfordert

Mentales und emotionales Training
nach der Mentalen Resonanz Methode
Irmgard Bronder – Markus Ries
Talstraße 15 – 66571 Eppelborn – 06806-800466
www.die-gedankenenergie.de – gedankenenergie@t-online.de

Ohren

Fähigkeit Gehörtes zu verarbeiten (wollen)

Ohrensausen

Verbohrt, Ablehnung der inneren Wahrnehmung, Innenschau

Osteoporose

Das Gerüst (Weltanschauung) der eigenen Existenz bröckelt in sich zusammen /löst sich auf / ist nicht mehr haltbar.

Parkinson

Geistig alles kontrollieren wollen, Angst das Leben (unkontrolliert) fliessen zu lassen

Paradontose

Verlorengegangener Lebenswille, Angst sich nicht durchbeissen zu können, Existenzangst, Zusammenbruch der Existenzgrundlagen, Armut

Penis

Männlichkeit, Machtsymbol, Zielstrebigkeit, Selbstwertgefühl

Prostata

Energiezentrum der Sexualität, festhalten von sexuellen Energien

Pseudo Krupp

Nicht auf diese Welt kommen wollen, Angst vor dem Leben

Quetschungen

Sich in der Zwickmühle sehen, wo ist der Ausweg, Selbstbestrafung

Rachen

Was nehme ich auf, was schlucke ich alles, was lasse ich mir gefallen?

Rauchen

Ablehnung der eigenen Gefühle, Suche nach großen Gefühlen, nach Freiheit, Unfähigkeit die Möglichkeiten des Lebens zu nutzen, Angst sich ins Leben zu stürzen, Angst vor dem Leben, vor emotionalen Enttäuschungen, mangelndes Selbstbewußtsein.

Mentales und emotionales Training
nach der Mentalen Resonanz Methode
Irmgard Bronder – Markus Ries
Talstraße 15 – 66571 Eppelborn – 06806-800466
www.die-gedankenenergie.de – gedankenenergie@t-online.de

Rheuma

Festhalten zahlreicher alter Wunden und Verletzungen, chronische Anspannung

Ringfinger

Beziehung, Beziehungsfähigkeit, Treue, Ehrlichkeit

Rücken

Säule des Lebens: Ängste! Unterer Bereich: materielle Existenz, mittlerer Bereich emotionale Existenz, oder Bereich Versorgung, geliebt werden, Liebesfähigkeit

Ruhr

Todesangst und Wut, Aussichtslosigkeit

Scheide

Anvertrauen, Empfänglichkeit, Verletzbarkeit, Lust

Schienbein

Lebensweg

Schilddrüse

Energiezentrum, Schutz,

Schlaflos

Negative Verarbeitung / Interpretation von Erlebnissen, Angst (vom Leben) bestraft zu werden, kein Selbstvertrauen, kein Vertrauen ins Leben

Schlaganfall

Starrsinnig, stur, stetiges fortführen alter Gewohnheiten obwohl längst Veränderungen anstehen. (Der Schlag auf den Hinterkopf - vom Leben selbst)

Schmerzen

Ablenkung und Wegsehen auf Irrelevantes. Vom Thema weglaufen.

Schnitte

Emotionale Einschnitte

Schultern

Tragen die Last des Lebens, Belastung, Belastbarkeit

Mentales und emotionales Training
nach der Mentalen Resonanz Methode
Irmgard Bronder – Markus Ries
Talstraße 15 – 66571 Eppelborn – 06806-800466
www.die-gedankenenergie.de – gedankenenergie@t-online.de

Schwindelanfälle

Aufforderung die Aufmerksamkeit nach Innen zu richten, Gleichgewicht zu suchen, Innen Halt zu suchen

Sehnenscheidenentzündung

Ein Wunsch, eine Sehnsucht will sich verabschieden, eventuell Realität werden, aber der Verstand bzw. das Ego blockiert durch eine Betrachtung oder ein Muster

Senil

abgegebene Eigenverantwortung, Verantwortungsmüde

Skelett

Das Grundgerüst unserer Vorstellungen

Sodbrennen

Da stoßt etwas sehr sauer auf, nicht wahr?

Sonnengeflecht

Emotionales Energiezentrum, Bauchgefühl, Freude, Angst

Spielsucht

Angst zu versagen, es jemandem beweisen wollen, es sich beweisen wollen.

Steifer Hals

Sture Unumsichtigkeit

Sterben

Verlassen des Körpers, Übergang in eine übergeordnete Bewusstseinsstufe

Stottern

Fehlendes Selbstvertrauen, auf der Suche nach den eigenen Stärken, scheinbar fehlende Stärken (noch nicht entdeckt)

Suizid

Fehlende Eigenverantwortung, Selbstmitleid, verwirrte Weltanschauung, Gefühl vom Leben alleingelassen,

Mentales und emotionales Training
nach der Mentalen Resonanz Methode
Irmgard Bronder – Markus Ries
Talstraße 15 – 66571 Eppelborn – 06806-800466
www.die-gedankenenergie.de – gedankenenergie@t-online.de

Suchtkrank

Flucht vor der Realität

Taub

Starrköpfing und gefühlskalt

Tinitus

Ablehnung der inneren Stimme, total im Außen

Tobsucht

fehlendes Selbstbewusstsein, Selbsterkenntnis, stark verletztes Ego, unerbittliche Wut und Enttäuschung

Tränensäcke

Festhalten am Vergangenen, Stagnation des Lebensfluss

Tumor

Festgehaltene, konditionierte Verletzungen, Schocks, Ängste

Unfall

Aggressionen, gewalttätig, wütend, Angst vor Zukunft, sich selbst ausbremsen / lahmlegen

Unterlippe

Sexuelle und körperliche Sinnlichkeit

Übelkeit

Selbstgerechtigkeit, starres Ego, Machtverlust

Überaktiv

Weglaufen von sich selbst, sich unter Druck setzen

Übergewicht

Probleme in sich hinein'fressen', Liebesersatz, Emotionen betäuben, Schutzschild

Verbrennen

Wutentbrannt (über andere)

Mentales und emotionales Training
nach der Mentalen Resonanz Methode
Irmgard Bronder – Markus Ries
Talstraße 15 – 66571 Eppelborn – 06806-800466
www.die-gedankenenergie.de – gedankenenergie@t-online.de

Verletzungen

Schuldgefühle, Selbstbestrafung

Verspannungen

Festhalten, permanent unter Spannung stehen, Erfolgsdruck, Angst

Verstauchung

Grad der Selbstbestrafung, sich bremsen (aufhalten) wollen

Versteifung

Verlorene Flexibilität in einem Bereich, totale Erstarrung, geistige Unbeweglichkeit

Verstopfung

Materieller Geiz, steckenbleiben in den Emotionen (kein Voranschreiten)

Wahnsinn

Vor der Verantwortung weglaufen

Warzen

Ausdruck von Groll gegen jemanden

Wechseljahrprobleme

Ablehnung des Alters, Angst vor Vergänglichkeit des Lebens / der Schönheit

Wirbelsäule

Die tragende Säule des Lebens, Zentrum schlechthin, Sitz aller Energiezentren und damit aller Energieblockaden.

Wunden

Wut und Schuldgefühle

Zähne

Durchbeißen, Biss haben, Zubeißen können, Lebenswille, Entscheidungen treffen, Verbissenheit

Zahnfleisch

Lebensfreude

Mentales und emotionales Training
nach der Mentalen Resonanz Methode
Irmgard Bronder – Markus Ries
Talstraße 15 – 66571 Eppelborn – 06806-800466
www.die-gedankenenergie.de – gedankenenergie@t-online.de

Zahnverfärbung

Verletzlich, Überempfindlichkeit, Selbstmitleid

Zahnwurzel

Weltanschauung / Überzeugung /Glaube

Zehen

Verwurzelung, karmische Belastung durch Familienchronik, symbolisieren Verwandte

Zehennagel

Wille und Stärke der betreffenden Lebensbereiche

Zeigefinger

Die Angst des verletzten Egos

Zellulitis

Unverbindlichkeiten, Selbstvertrauen, Selbstzweifel

Zuckungen

Anhaftungen / Festgehaltene Energien rütteln an einem, wollen befreit werden

Zunge

Genuss und Sinnlichkeit des Lebens

Diese Liste soll lediglich Anregung sein, die Körpersignale mal anders zu durchleuchten. Sie soll auf keinen Fall davon abhalten, einen Arzt aufzusuchen, wenn man dies für notwendig hält! Wir sind weder Arzt noch Heilpraktiker und stellen keine Diagnosen. Sie erhalten mit unserem MentalTraining Wissensbausteine, um auf mentaler Ebene ggf. zusätzlich positiv einwirken zu können.

Mentales und emotionales Training
nach der Mentalen Resonanz Methode
Irmgard Bronder – Markus Ries
Talstraße 15 – 66571 Eppelborn – 06806-800466
www.die-gedankenenergie.de – gedankenenergie@t-online.de

ELAN 40 -

Schlafen Sie gut !?!

Kennen Sie das:

Sie gehen abends ins Bett und möchten so sehr mal die ganze Nacht gut durchschlafen.

Und was passiert: Mitten in der Nacht wachen Sie immer wieder auf, all Ihre Sorgen, Ängste, Probleme - was auch immer - jagen Ihnen durch den Kopf und die Nacht ist quasi gelaufen.

Entsprechend gerädert sind Sie am nächsten Morgen usw. usw.

Natürlich muss es in erster Linie darum gehen, die Aufmerksamkeit auf die Lösungen der Probleme zu richten: Wie Albert Einstein schon sagte: "Ein Problem kann nicht auf der Ebene gelöst werden, auf der es entstanden ist."

Und die Lösung ist vielleicht auch nicht auf die Schnelle in Sicht ....

Was aber ganz schnell zumindest zu einer kleinen Erleichterung führen kann, ist eine andere mentale Ausrichtung, abends das Schlafzimmer zu betreten:

Auch wenn's zunächst ein wenig banal klingt - probieren Sie es einfach mal aus:

Hängen Sie sich ein Schild außen an die Schlafzimmertür, das Sie dann jeden Abend lesen müssen mit der Aufschrift:

STOP

Zutritt verboten

für Sorgen, Ängste, Probleme

Ich gehe jetzt schlafen und Ihr bleibt alle hier draußen.

Morgen ist ein neuer Tag, den ich ausgeruht beginnen werde!

Mentales und emotionales Training
nach der Mentalen Resonanz Methode
Irmgard Bronder – Markus Ries
Talstraße 15 – 66571 Eppelborn – 06806-800466
www.die-gedankenenergie.de – gedankenenergie@t-online.de

ELAN 41 -

Steter Tropfen höhlt den Stein ...

Eigentlich unglaublich: Ein Wassertropfen genügt, um in einer rhythmischen ständigen Wiederholung einen harten Stein zu durchdringen.
Kennen Sie das:

Sie nehmen sich vor, jeden Tag 30 Minuten Sport zu treiben. Sie fangen an und nach 14 Tagen lassen Sie es wieder sein. Zwei Jahre später - wenn Sie bemerken, dass es hier und da zwickt und zwackt nehmen sie sich erneut vor, Sport zu treiben. Und diesmal halten sie sogar 30 Tage durch - bis der innere Schweinehund wieder siegt. Wieder zwei Jahre später - das gleiche Spielchen ... Hochgerechnet auf Trainingsminuten sind dies für die 5 Jahre: 14 Tage x 30 Minuten + 60 Tage x 30 Minuten = 2.220 Minuten Training.

Wie wärs mit dieser Variante:

Wenn Sie sich jeden Tag nur 5 Minuten Zeit nehmen Sport zu treiben ist die Wahrscheinlichkeit, dass Sie durchhalten viel größer und Sie haben nach 5 Jahren bereits 9.125 Minuten trainiert!

Eine super Variante bietet hier das Trampolinspringen - eine der vielleicht angenehmsten sportlichen Varianten, seinem Körper etwas Gutes zu tun! Beim Trampolinspringen trainieren Sie ALLE Muskeln, das Bindegewebe und die inneren Organe. Sie werden pro Sekunde zweimal abgebremst und beschleunigt - diese Druckunterschiede sind im Grunde "Hanteltraining" für den ganzen Körper. So werden all Ihre Zellwände gestärkt, und wenn die einzelnen Zellen stärker sind, müssen es logischerweise auch die zugehörigen Knochen, Knorpel, Gelenke, Organe und Muskeln sein. Und starke Zellen können wiederum auch starke Zellen produzieren.

Übrigens: Um diesen Effekt zu erzielen, genügt auch schon ein sanftes Auf- und Abschwingen auf dem Trampolin.

Viel Spaß!

Mentales und emotionales Training
nach der Mentalen Resonanz Methode
Irmgard Bronder – Markus Ries
Talstraße 15 – 66571 Eppelborn – 06806-800466
www.die-gedankenenergie.de – gedankenenergie@t-online.de

ELAN 42 -

Wo ist der Raum in uns ?

Wir haben heute größere Häuser - aber kleinere Familien

Mehr Bequemlichkeit - aber weniger Zeit.
Mehr Wissen - aber weniger Urteilsvermögen.
Mehr Experten - aber größere Probleme.
Wir haben unseren Besitz vervielfacht - aber unsere Werte reduziert.
Wir wissen, wie man seinen Lebensunterhalt verdient -
aber nicht wie man lebt.
Wir haben dem Leben Jahre hinzugefügt - aber nicht den Jahren Leben.
Wir kommen zum Mond - aber nicht mehr an die Tür des Nachbarn.
Wir haben den Weltraum erorbert - aber nicht den Raum in uns.
(D. Riedl – Benediktinermönch)

Mentales und emotionales Training
nach der Mentalen Resonanz Methode
Irmgard Bronder – Markus Ries
Talstraße 15 – 66571 Eppelborn – 06806-800466
www.die-gedankenenergie.de – gedankenenergie@t-online.de

ELAN 43 -

Ich träumte, ich hätte ein Interview mit Gott ...

"Du möchtest also ein Gespräch mit mir?", fragte Gott.

"Wenn Du Zeit hast", sagte ich.

Gott lächelte und sagte: "Meine Zeit ist die Ewigkeit. Welche Frage möchtest du mir gerne stellen?"

"Was erstaunt Dich am meisten an den Menschen?"

Gott antwortete:

Dass sie der Kindheit überdrüssig werden, sich beeilen erwachsen zu werden, um sich danach wieder zu sehnen, Kinder zu sein können.

Dass sie um Geld zu verdienen, ihre Gesundheit aufs Spiel setzen, um dann wieder Geld auszugeben, um gesund zu werden.

Dass sie durch ihre ängstlichen Blicke in ihre Zukunft das JETZT vergessen, so dass sie weder in der Gegenwart noch in der Zukunft leben,

Dass sie leben als würden sie niemals sterben, um dann zu sterben als hätten sie niemals gelebt.

Gott nahm meine Hand und wir schwiegen gemeinsam eine Weile.

Dann wollte ich wissen: "Was möchtest du, dass deine Kinder lernen?"

Gott lächelte und antwortete:

"Dass man niemanden veranlassen kann zu lieben, sondern zulassen darf, geliebt zu werden...

Dass es nicht förderlich ist, sich mit anderen zu vergleichen...

Dass eine reiche Person nicht jemand ist, der/die das Meiste hat, sondern vielleicht das Wenigste braucht...

Mentales und emotionales Training
nach der Mentalen Resonanz Methode
Irmgard Bronder – Markus Ries
Talstraße 15 – 66571 Eppelborn – 06806-800466
www.die-gedankenenergie.de – gedankenenergie@t-online.de

Dass es nur eine Sekunde braucht, einem Menschen tiefe Wunden zuzufügen, aber Jahre braucht, diese wieder zu heilen...

Dass Vergebung durch gelebtes Vergeben geschieht...

Dass es Menschen gibt, die tief und innig lieben, jedoch nicht wissen, wie sie ihre Gefühle ausdrücken...

Dass zwei Menschen dasselbe betrachten können und es unterschiedlich sehen...

Dass es manchmal nicht genügt, Vergebung zu erhalten, sondern sich selbst zu vergeben...

Und dass ich hier bin – Immer!

(Autor unbekannt)

Mentales und emotionales Training
nach der Mentalen Resonanz Methode
Irmgard Bronder – Markus Ries
Talstraße 15 – 66571 Eppelborn – 06806-800466
www.die-gedankenenergie.de – gedankenenergie@t-online.de

ELAN 44 -

Eine kleine Angst-Sofort-Hilfe für den Alltag ...

Zentrieren Sie Ihre Körpermitte.

Wo Ihre Aufmerksamkeit im Körper liegt, hat Einfluss darauf, wie Sie sich fühlen.

Richten Sie einfach Ihre Aufmerksamekeit auf einen Punkt, etwa eine handbreit über dem Bauchnabel und soweit innen im Körper, dass es etwa die Mitte ist.

Atmen Sie bewusst in diesen Bereich ein und wieder aus.

Lassen Sie Ihren Körper so entspannen - nehmen Sie wahr, wie Anspannungen mit jedem Ausatmen aus Ihrem Körper weichen.

Seien Sie bemüht, Ihre Aufmerksamkeit auf diesem Punkt in der Körpermitte so lange wie möglich zu halten, bei allem was Sie tun.

Ist Ihre Aufmerksamkeit völlig auf diesem Punkt, kann Ihr Körper keine Angst fühlen.

Stellen Sie sich im zweiten Schritt vor, wie eine Blase voll Energie in Ihrem Körpermittelpunkt entsteht und aus diesem hervorkommt.

Diese Energieblase umgibt Sie - bzw. hüllt Sie ein wie ein Kraftfeld.

Alle äußeren, nicht förderlichen Einflüsse, also alles, was Sie stresst bzw. ängstigt, prallt außen an dieser Energieblase ab - und lässt Sie ganz ruhig und gelassen werden.

Sie ruhen in Ihrer Mitte

Mentales und emotionales Training
nach der Mentalen Resonanz Methode
Irmgard Bronder – Markus Ries
Talstraße 15 – 66571 Eppelborn – 06806-800466
www.die-gedankenenergie.de – gedankenenergie@t-online.de

ELAN 45 -

Wie Sie Stress-Situationen künftig besser meistern ...

Spüren Sie hinein, wie Sie mit dieser einfachen Sofort-Hilfe-Technik künftig Ruhe bewahren können:

Schliessen Sie die Augen und achten Sie auf Ihren Atem.

Atmen Sie ganz bewusst einige Male tief ein und wieder aus und nehmen Sie wahr, wie sich der gesamte Körper entspannt.

Nehmen Sie wahr, wie der Atemstrom durch die Nase einströmt, durch den Hals den Oberkörper erreicht und mit Sauerstoff füllt und weiter fließt bis in Ihren Unterkörper. Wenn Sie an einigen Stellen Spannungen spüren, stellen Sie sich vor, in genau diese Körperregion einzuatmen und spüren Sie, wie Sie so die Spannung loslassen können.

Unser Atmen ist normalerweise auf "Autopilot" geschaltet.

Durch das bewusste Steuern des Atmens ist es daher recht leicht, einen physiologischen Stress-Zustand zu ändern, indem man sich des Atmens bewusst wird.

Mentales und emotionales Training
nach der Mentalen Resonanz Methode
Irmgard Bronder – Markus Ries
Talstraße 15 – 66571 Eppelborn – 06806-800466
www.die-gedankenenergie.de – gedankenenergie@t-online.de

ELAN 46 -

LebensTrauma ...

Als ich aus meinem Traum erwachte,
bemerkte ich, dass ich lebte.
Verschleiert waren die Menschen, die ich liebte.
Im Nebel rannte ich umher,
verzweifelt suchend, nach ihrer Seele.
Doch was ich fand, waren Felsen,
an denen hilfesuchende Worte zerschollen
und kraftlos in die Fluten zurück flossen.
Viel stärker und mächtiger als ich
waren diese steinernen Massive
und ich dachte, gerade bei Ihnen
würde ich Halt und Geborgenheit finden.
Doch ich zerbrach immer wieder an ihnen.
Worte, Verzweiflung und Ängste. Krankheit und Tränen
sammelten sich über lange Zeit -
und ergossen sich zu einem großem Meer.
Auf dem Grund der Tiefe fehlte mir die Luft zum Atmen.

Mentales und emotionales Training
nach der Mentalen Resonanz Methode
Irmgard Bronder – Markus Ries
Talstraße 15 – 66571 Eppelborn – 06806-800466
www.die-gedankenenergie.de – gedankenenergie@t-online.de

Ich schwamm langsam hoch zum Meeresspiegel,
in der Hoffnung, doch ein Ufer zu finden,
an dem ich festhalten und überleben könne.
Ich erreichte dieses Ufer und als ich erwachte,
löste sich der Nebel langsam auf.
Ganz deutlich sah ich plötzlich die verschleierten Menschen,
immer klarer erkannte ich die versteinerten Massive
und ein neuer Morgen brachte mir das Leben zurück.
(Autorin: Edeltraut Warias – www.mental-info.de)

Mentales und emotionales Training
nach der Mentalen Resonanz Methode
Irmgard Bronder – Markus Ries
Talstraße 15 – 66571 Eppelborn – 06806-800466
www.die-gedankenenergie.de – gedankenenergie@t-online.de

ELAN 47 -
Mein Weg ... ???

Nur die Verzweiflung treibt mich raus,
wohin will sie mich führen,
ich bin nicht mehr sehr gern zu Haus,
ich kann Dich nicht mehr spüren.
Nun geh ich meinen Weg allein,
ich kann Dich nicht erreichen,
wie werd' ich leben ohne Dich,
Du stelltest mir die Weichen.
Die Straße ist so menschenleer –
ich fühle mich alleine,
wie werd' ich leben ohne Dich,
ich fühle mich alleine,
das Atmen fällt mir furchtbar schwer –
ich merke, dass ich weine.
Erstarrte Bäume am Wegesrand,
kein Zeichen mehr von Leben,
wie gern ging ich an Deiner Hand,
du kannst sie mir nicht geben.

Mentales und emotionales Training
nach der Mentalen Resonanz Methode
Irmgard Bronder – Markus Ries
Talstraße 15 – 66571 Eppelborn – 06806-800466
www.die-gedankenenergie.de – gedankenenergie@t-online.de

Den Irrweg musste ich wohl geh'n,
um endlich zu begreifen,
wir haben nicht denselben Weg,
wir drehten lauter Schleifen.
Der Weg war steinig und sehr lang,
wir haben uns verloren,
auf diesem Wege jedenfalls,
sind beide wir erfroren.
Erfroren – mitten im Sommer
An den kalten Gefühlen,
an der eisigen Sturrheit,
der unnahbaren Kälte...
mit stolpernden Füßen
auf glitzernen Pflastersteinen.
(Autorin: Edeltraut Warias – www.mental-info.de)

Mentales und emotionales Training
nach der Mentalen Resonanz Methode
Irmgard Bronder – Markus Ries
Talstraße 15 – 66571 Eppelborn – 06806-800466
www.die-gedankenenergie.de – gedankenenergie@t-online.de

ELAN 48 -

Meditation ? Wozu?

Mit der Meditation können Sie nicht förderlichen Zivilisationserscheinungen entgegen wirken:
Eine amerikanische Krankenversicherung führte eine fünfjährige Langzeitstudie mit 2000 meditierenden Mitgliedern durch.
Ergebnis: Diese Mitglieder verursachten um fast 60 % geringere Krankheitskosten.
Zwei Beispiele: Besonders bei der Behandlung von Bluthochdruck, einem typischen Krankheitsbild unserer heutigen Leistungsgesellschaft, hat sich eine regelmäßige Meditation besonders bewährt. In der Bundesrepublik haben sechs bis sieben Millionen Bürger unter den Folgeerkrankungen zu leiden, die unmittelbar auf Hypertonie zurückzuführen sind. Faktoren wie Angst und Stress sind bekannte Auslöser des Bluthochdrucks. Die wichtigste Regel für den Patienten lautet daher, regelmäßig für Entspannung zu sorgen. Eine 1995 veröffentlichte Studie der American Heart Association ergab, daß Meditation siebenmal stärkere blutdrucksenkende Wirkung hat als eine Ernährungsumstellung oder ein Entspannungstraining und in ihrer Wirkung blutdrucksenkenden Mitteln gleichzusetzen ist.

Nach einem Bericht der "Welt am Sonntag" vom 5. März 2000 schützt Meditation auch vor Herzkrankheiten. Nach siebenmonatiger kontinuierlicher Meditationspraxis zeigte sich, daß sich bei den untersuchten Personen die Verdickungen in der inneren Gewebeschicht der Halsschlagader um fast 0,1 mm verringert hatten. Dies entspricht einer Minderung des Risikos für Herzinfarkt um 11 Prozent, für Schlaganfall um 15 Prozent.
Die heilenden Wirkungen, die durch die Meditation im menschlichen Organismus hervorgerufen werden, führen bei regelmäßiger Ausübung zu objektiven Verbesserungen an Organstrukturen und verstärken sich mit der Zeit. Schon 20 Minuten Meditation – morgens und abends - kann die regenerativen Kräfte für den ganzen Tag aktivieren. Zu beobachten ist immer wieder bei Personen, die neu mit Meditationen beginnen, eine augenscheinliche Verbesserung des Gesundheitszustandes und des Allgemeinbefindens. Viele fühlen sich vom ersten Tag an wohler und entspannter.

Mentales und emotionales Training
nach der Mentalen Resonanz Methode
Irmgard Bronder – Markus Ries
Talstraße 15 – 66571 Eppelborn – 06806-800466
www.die-gedankenenergie.de – gedankenenergie@t-online.de

Laut dieser Studie verringert sich bei allen Altersgruppen die Zahl der Krankenhausaufenthalte, sinken die neurologischen Krankheiten, treten weniger bösartige Tumore auf, leiden fast die Hälfte weniger an Krankheiten des Verdauungssystems und 67 Prozent weniger an Erkrankungen der Atemwege.
Meditation wird daher besonders zur Gesundheitsvorsorge empfohlen. Meditation kann grundsätzlich leicht erlernt und im Grunde auch problemlos in den Alltag integriert werden. So ist es jedem möglich zu einem spürbar besseren Wohlbefinden zu gelangen.

Mentales und emotionales Training
nach der Mentalen Resonanz Methode
Irmgard Bronder – Markus Ries
Talstraße 15 – 66571 Eppelborn – 06806-800466
www.die-gedankenenergie.de – gedankenenergie@t-online.de

ELAN 49 -

Ab und zu mal daran denken ...

Es kostet nicht viel und bringt aber viel ein!
Es bereichert den Empfänger, ohne den Geber ärmer zu machen!
Es kann kurz sein wie ein Blitz – aber die Erinnerung daran ist unvergänglich!
Keiner möchte darauf verzichten!
Keiner ist so arm, dass er es sich nicht leisten könnte!
Es bringt Glück nach Hause,
es schafft eine gute Atmosphäre im Geschäft,
es ist das Zeichen der Freundschaft!
Es bedeutet Erholung für die Müden.
Es bedeutet Ermunterung für die Mutlosen.
Es bedeutet Aufheiterung für die Traurigen.
Es ist das beste Mittel gegen Ärger!
Man kann es jedoch weder kaufen noch erbitten.
Man kann es nicht leihen, mieten oder gar stehlen.
Denn es hat erst dann einen Wert, wenn es verschenkt wird!

Ein Lächeln!!!

Und genau jetzt in diesem Augenblick dürfen Sie ein Lächeln verschenken!

Ich garantiere Ihnen – Sie werden eines zurückbekommen!

Mentales und emotionales Training
nach der Mentalen Resonanz Methode
Irmgard Bronder – Markus Ries
Talstraße 15 – 66571 Eppelborn – 06806-800466
www.die-gedankenenergie.de – gedankenenergie@t-online.de

ELAN 50 -

Was trägt man so alles mit sich herum ?

Oder: Eine kleine Geschichte zum Loslassen:

Zwei Mönche laufen bei heftigem Regen eine morastige Straße entlang. An einer Weggabelung treffen sie ein junges, sehr hübsches Mädchen, welches den Weg überqueren möchte. Es fürchtet sich aber, den feinen Kimono durch den Morast zu verderben.

„Komm her, junges Mädchen“, sprach der eine Mönch, nachdem er die Situation erkannt hatte. Er nahm sie auf die Arme und trug sie auf die andere Strassenseite.

Dann gingen die beiden Mönche schweigend weiter.

Am Abend, als sie Rast machten, fragte der andere Mönch, sichtlich erregt und verwirrt: „Wir als Mönche dürfen uns Frauen nicht nähern – und schon gar nicht den jungen und so hübschen Frauen. Warum also tatest Du das?“

Der Mönch der das Mädchen über die Strasse getragen hatte, antwortete:
„Ich lies das Mädchen dort stehen, Du trägst sie anscheinend immer noch mit Dir.“

Mentales und emotionales Training
nach der Mentalen Resonanz Methode
Irmgard Bronder – Markus Ries
Talstraße 15 – 66571 Eppelborn – 06806-800466
www.die-gedankenenergie.de – gedankenenergie@t-online.de

ELAN 51 -

Wann ist man reich ?

Wenn wir von Reichtum reden, bringen wir dies oft in erster Linie mit der Guthabenseite auf dem Bankkonto in Verbindung.
Mit welchem Betrag ist man nun reich?
Ist man überhaupt reich, wenn man viel Geld auf dem Bankkonto hat?
Gehören eine wundervolle Partnerschaft, Gesundheit und gute Freunde auch zum Reichtum?

Denken Sie mal darüber nach, woran Sie bemerken würden, dass auch Sie reich sind.

Reichtum ist wohl offensichtlich viel mehr ein inneres Gefühl. Und wenn wir uns auf dieser inneren reichen Gedankenfrequenz befinden – dann wird sich Reichtum, ganz nach dem Gesetz der Resonanz, unweigerlich auch im Außen widerspiegeln.
Reichtum hat also zunächst überhaupt nichts mit der Haben-Seite des Bankkontos zu tun. Reichtum kommt von innen. Und wenn Reichtum also etwas mit Emotionen zu tun hat, dann reichen wenige Schritte aus, um Reich werden:

1. Dankbarkeit für die vielen täglichen Geschenke, die das Leben für jeden bereit hält
2. Den eigenen Selbstwert gilt es herauszufinden
3. Es braucht eine Anleitung, um herauszufinden, was man selbst wirklich will.
4. Man braucht eine Methode, um das wirklich gewünschte ins Leben zu holen

Wenn Sie in diesem Bereich noch mehr Informationen möchten, erlauben Sie mir bitte jetzt den Link auf diese Seite

Mentales und emotionales Training
nach der Mentalen Resonanz Methode
Irmgard Bronder – Markus Ries
Talstraße 15 – 66571 Eppelborn – 06806-800466
www.die-gedankenenergie.de – gedankenenergie@t-online.de

ELAN 52 -

Gibt es ein Leben nach der Geburt ?

Ein ungeborenes Zwillingspärchen unterhält sich im Bauch seiner Mutter:
„Sag mal, glaubst Du eigentlich an ein Leben nach der Geburt?“, fragt der eine Zwilling.
„Ja, auf jeden Fall! Hier drinnen wachsen wir und werden stark für das, was draußen kommen wird“, antwortet der andere.
„Ich glaube, das ist Blödsinn!“, sagt der erste. „Es kann kein Leben nach der Geburt geben; wie soll das denn bitteschön aussehen?“
„So ganz genau weiß ich das auch nicht. Aber es wird sicher viel heller als hier sein. Und vielleicht werden wir mit unseren Beinen herumlaufen und mit dem Mund essen.“
„So einen Unsinn habe ich ja noch nie gehört! Mit dem Mund essen? Was für eine verrückte Idee. Es gibt doch die Nabelschnur, die uns ernährt. Und wie willst Du herumlaufen? Dafür ist doch die Nabelschnur viel zu kurz!“
„Doch, es geht ganz bestimmt! Es wird eben alles ein bisschen anders.“
„Du spinnst! Es ist doch noch nie einer zurückgekommen von nach der Geburt! Mit der Geburt ist das Leben zu Ende! Punktum.“
„Ich gebe ja zu, dass keiner weiß, wie das Leben nach der Geburt aussehen wird. Aber ich weiß, dass wir dann unsere Mutter sehen werden. Und sie wird für uns sorgen.“
„Mutter??? Du glaubst doch wohl nicht an eine Mutter? Wo ist sie denn bitteschön?“
„Na hier! Überall um uns herum. Wir sind und leben in ihr und durch sie. Ohne sie könnten wir gar nicht sein!“
„Quatsch! Von einer Mutte habe ich nie etwas bemerkt. Also gibt es sie auch nicht!“
„Doch, manchmal, wenn wir ganz still sind, kannst Du sie singen hören. Oder spüren, wenn sie unsere Welt streichelt...!“

Gibt es ein Leben nach dem Tod?

Mentales und emotionales Training
nach der Mentalen Resonanz Methode
Irmgard Bronder – Markus Ries
Talstraße 15 – 66571 Eppelborn – 06806-800466
www.die-gedankenenergie.de – gedankenenergie@t-online.de

ELAN 53 -

Inkarnationsvertrag

§ 1
Sie erhalten einen Körper. Dieser Körper ist neu und einmalig. Niemand sonst bekommt den gleichen.

§ 2
Sie erhalten ein Gehirn. Es kann nützlich sein, es zu benutzen.

§ 3
Sie erhalten ein Herz. Die besten Resultate erzielen Sie, wenn Sie Hirn und Herz ausgewogen benutzen.

§ 4
Sie erhalten Lektionen. Niemand bekommt exakt die selben Lektionen wie Sie oder kann sie Ihnen abnehmen.

§ 5
Sie können tun, was Sie wollen. Alles, was Sie anderen antun, kommt zu Ihnen zurück.

§ 6
Eine Lektion wird so lange wiederholt, bis sie begriffen wurde. Dies gilt auch inkarnationsübergreifend.

§ 7
Dieser Vertrag ist für alle gleich. Es gibt keine Privilegien, auch wenn einige das behaupten.

§ 8
Sie bekommen einen Spiegel, um zu lernen. Viele Spiegel sehen aus wie andere Körper. Sie sind dazu da, Ihnen etwas zu zeigen, das in Ihnen ist.

Mentales und emotionales Training
nach der Mentalen Resonanz Methode
Irmgard Bronder – Markus Ries
Talstraße 15 – 66571 Eppelborn – 06806-800466
www.die-gedankenenergie.de – gedankenenergie@t-online.de

§ 9
Wenn Ihr Körper zerstört wird oder aufhört, zu funktionieren, bekommen Sie einen neuen. Es kann jedoch zu Wartezeiten kommen.

§ 10
Der Inkarnationsvertrag läuft erst aus, wenn alle Lektionen zu einem befriedigenden Ergebnis geführt haben.

§ 11
Was befriedigt ist, das bestimmen Sie!

Hier noch das „Kleingedruckte“ zum Vertrag:

1. Ziel ist es nicht, beim Verlassen des Körpers möglichst viel Geld zu haben.
2. Es gibt keinen Bonus für Berühmtheit oder Beliebtheit
3. Sie müssen sich nicht an den Fehlern anderer orientieren
4. Regeln sind dazu da, überprüft zu werden
5. Behauptungen anderer über das Ziel können Ablenkungen sein.
6. Sie können nichts falsch machen. Es kann höchstens länger dauern
7. Zeit ist lediglich eine Illusion
8. Sie haben Zugriff auf alle Antworten über eine spezielle Verbindung in Ihrem Herzen
9. Alles innerhalb des Schulungsraumes reagiert auf Herzensausstrahlung
10. Niemand kann Ihnen die Verantwortung abnehmen
11. Gewalt führt niemals zu einer Lösung
12. Es kann nützlich sein, darauf zu achten, welche Situationen sich wiederholen
13. Drogen (legale und illegale) können die Wahrnehmung der Lektionen verfälschen
14. Nur, weil alle sich auf eine Weise verhalten, muss das nicht bedeuten, dass es richtig ist.
15. Es gibt selten nur eine richtige Lösung.
16. Sie können einen Antrag auf Vergebung stellen
17. Es gibt für niemanden Extraklauseln
18. Sie werden geliebt
19. Lektionen sind besondere Gelegenheiten, sich zu entwickeln und keine böse Absicht

Mentales und emotionales Training
nach der Mentalen Resonanz Methode
Irmgard Bronder – Markus Ries
Talstraße 15 – 66571 Eppelborn – 06806-800466
www.die-gedankenenergie.de – gedankenenergie@t-online.de

20. Es kann riskant sein, seinen Körper anderen anzuvertrauen
21. Andere in der Entwicklung zu behindert, bringt keinen Vorteil
22. Sie bekommen (vorzugsweise während der Nachtstunden) Gelegenheit, den Körper zu verlassen.
23. Erinnerungen an Erfahrungen außerhalb des Körpers werden nicht im Körper bzw. im Gehirn gespeichert
24. Herumspielen an Ihrem Körper ist Ihr gutes Recht. An den Körpern anderer erfordert dies jedoch deren Einwilligung
25. Abgucken ist sinnlos
26. Wer Ihnen eine Lebensversicherung anbietet ist ein Betrüger
27. Das mutwillige Beenden einer Inkarnation führt zu viel unnützem Papierkram
28. Wissenschaftliche Gutachten und heilige Schriften dienen der Verwirrung
29. Es geht nicht darum Erster zu sein.
30. Es geht nich darum, cool auszusehen
31. Niemand macht in Ihrer Situation eine besser Figur als Sie
32. Sie sind nicht der Einzige, der am Sinn des Inkarnationsvertrages zweifelt
33. Da Sie diesem Vertrag zugestimmt haben, ist es unnütz, sich darüber zu beschweren, dass Sie hier sind

(Jo Conrad)

Mentales und emotionales Training
nach der Mentalen Resonanz Methode
Irmgard Bronder – Markus Ries
Talstraße 15 – 66571 Eppelborn – 06806-800466
www.die-gedankenenergie.de – gedankenenergie@t-online.de

ELAN 54 -

Alles hat seinen Sinn !

„Kosmos“ stammt aus dem griechischen und bedeutet so viel wie „Ordnung“. Auch wenn man manchmal einen anderen Eindruck hat: Alles was uns im Leben widerfährt, hat seinen Sinn – seine Ordnung. Wir sind jedoch viel zu schnell und ständig dazu geneigt, Ereignisse im Lebens zu beurteilen – und dies viel zu oft negativ.
Wie wäre es, erst einmal den Dingen ihren Lauf zu lassen – ganz im Vertrauen ins Leben, dass das Leben es gut meint mit uns und alles seinen Sinn hat? Auch wenn wir oft diesen Sinn nicht sofort – sondern erst viel später erkennen?

Mal sehen, wozu das gut ist ....

Es war einmal ein kleines Indianerdorf. Am Rande dieses Dorfes lebte ein alter Indianer. Er besaß nicht viel, aber genug, um zufrieden zu leben. Jeden Morgen schaute er nach seinem einzigen Pferd, um eine Weile bei ihm zu sein.

Eines morgens, als er wieder nach seinem Pferd schauen wollte, war es verschwunden. Der Nachbar des alten Indianers erfuhr es als erster und sprach sogleich: „Oh, Du Armer! Dein einziges Pferd ist Dir weggelaufen. Du tust mir leid. Jetzt ist Dein einziger wertvoller Besitz dahin! Das ist wirklich schlimm für Dich!“

Der alte Indianer lächelte und sprach: „Was bedeutet das schon? Das Pferd ist weg, das stimmt, aber bedeutet das wirklich etwas Schlimmes? Warten wir es ab – mal sehen, wozu das gut ist!“

Der alte Indianer ging auch am nächsten Morgen an die Koppel, dort wo sein Pferd gewesen war. Und auch am übernächsten Morgen tat er es. Plötzlich hörte er herangaloppierende Pferde. Als er aufschaute, da erblickte er sein Pferd. Es war zurückgekommen und mit ihm 12 der prächtigsten Wildpferde. Sein Pferd führte alle in die Koppel.

Mentales und emotionales Training
nach der Mentalen Resonanz Methode
Irmgard Bronder – Markus Ries
Talstraße 15 – 66571 Eppelborn – 06806-800466
www.die-gedankenenergie.de – gedankenenergie@t-online.de

Der Nachbar des alten indianers sah es als erster und rief sogleich:
„Oh, Du Glücklicher. Das ist ja unglaublich, wie viel Glück du hast. Dein Pferd ist zurückgekommen und nun hast Du 13 Pferde! Das ist ja toll! Nun bist du der reichste Mann im Dorf!“

Der alte Indianer lächelte und sprach: „Ja richtig, ich habe nun 13 Pferde. Aber warum bist du so aufgeregt? Mal sehen, wozu das gut ist!“

Der alte Indianer hatte nur einen Sohn und dieser begann bald darauf, die 12 Wildpferde zuzureiten, eines nach dem anderen. Es war eine anstrengende Arbeit, selbst für einen jungen, kräftigen Mann. Und an einem Nachmittag ereignete es sich, dass der junge Sohn sehr erschöpft von einem der temperamentvollen Pferde stürzte und sich das Becken brach. Der Bruch war so kompliziert, dass er nur schlecht verheilte und alsbald war klar, dass der Sohn des alten Indianers für den Rest seines Lebens ein Krüppel sein würde. Nie wieder würde er seine Beine richtig gebrauchen können.

Der Nachbar des alten Indianers erfuhr es als erster und sprach sogleich: „Oh, Du Armer! Dein einziger Sohn ist ein Krüppel und wird es immer bleiben. Du tust mir wirklich leid, jetzt hast Du gar keine Freude mehr am Leben! Ich glaube, es lastet ein Fluch auf Dir!“

Der alte indianer schüttelte den Kopf und sprach: „Und wieder bist Du so aufgeregt. Mein Sohn wird vielleicht nie wieder laufen können – das ist möglich! Aber warum sprichst Du von einem Fluch? Warten wir doch einfach ab – mal sehen wozu das gut ist!“

Es begab sich, dass das Volk des alten Indianers in immer grösseren Spannungen mit dem Nachbardorf lebte. Es war nur eine Frage der Zeit, bis eines der Dörfer das Kriegsbeil ausgraben würde. Alsbald herrschte grosse Aufregung im Dorf des alten Indianers, denn man wollte gehört haben, dass das Nachbardorf einen Überfall plante. Der Ältestenrat entschied, dem Angriff zuvor zu kommen und das Nachbardorf unverzüglich zu überfallen. Alle jungen und gesunden Krieger hatten sich sofort für den Krieg zu rüsten.

Der Nachbar des alten Indianers erfuhr es als erster und erzählte dem alten Indianer voller Verzweiflung davon: „Stell' Dir nur vor – mein Sohn muss in den Krieg ziehen. Was hast du für ein Glück. Dein Sohn darf im Dorf bleiben, denn er ist ja ein Krüppel. Du hast wirklich großes Glück! Zwar ist Dein Sohn nicht gesund, aber er wird leben. Wer weiß, ob ich meinen Sohn jemals wieder sehe. Wie musst Du dich glücklich schätzen, dass Dein einziger Sohn verschont bleibt!“

Mentales und emotionales Training
nach der Mentalen Resonanz Methode
Irmgard Bronder – Markus Ries
Talstraße 15 – 66571 Eppelborn – 06806-800466
www.die-gedankenenergie.de – gedankenenergie@t-online.de

Der alte Indianer schüttelte den Kopf und sprach: „Und wieder bist du so aufgeregt. Hast Du denn gar nichts aus der Vergangenheit gelernt? Schon wieder entscheidest Du sofort, ob etwas gut oder schlecht ist. Was wissen wir denn schon? Warten wir doch einfach ab – mal sehen, wozu das gut ist!“

Die jungen Krieger überfielen das Nachbardorf und hatten leichtes Spiel, denn dort hatte man nicht mit ihrem Angriff gerechnet. Sie machten reiche Beute und kehrten siegreich und mit schwer beladenen Pferden zurück.

Der Nachbar des alten Indianers erfuhr es als erster und erzählte dem alten Indianer voller Stolz davon: „Stell Dir nur vor, wie viel unsere Krieger erbeutet haben. Wir sind jetzt alle reich, nur du nicht, du armer alter Mann. Denn Dein Sohn war ja nicht dabei! Du hast wirklich Pech! Das muss ja furchtbar für Dich sein! Wir werden unsere Zelte reichlich mit der Kriegsbeute füllen!“

Der alte Indianer schaute ihn an, seufzte tief und ging wortlos in sein Zelt zurück. Aber dann wandte er sich doch noch einmal um, sah seinen Nachbarn eine Weile an und sprach: „Und wieder lernst Du nichts aus der Vergangenheit? Schon wieder entscheidest Du sofort, ob etwas gut oder schlecht ist. Was wissen wir denn schon? Wir sehen doch immer nur einen kleinen Teil vom Ganzen. Warten wir doch einfach ab – mal sehen, wozu das gut ist!“

Die Stammeskrieger feierten den Sieg bis tief in die Nacht und stolze Väter und stolze Mütter sorgten für das beste Essen, viel Tanz und viele Getränke. Es war kurz vor dem Morgengrauen, als sich alle müde in ihre Zelte begaben. Im Nachbardorf hatte man unterdessen einen Gegenangriff vorbereitet und im Morgengrauen kam die Rache für die erlittene Demütigung. Die Krieger des Nachbardorfs drangen in jedes Zelt ein und wenn sie dort etwas von ihren Gegenständen fanden, wurden alle im Zelt grausam getötet. Niemand überlebte den Gegenangriff – nur der alte Indianer und sein Sohn wurden verschont.

Der alte Indianer dachte an seinen Nachbarn, lächelte und sprach zu sich: „Siehst Du, wie wenige wir doch vom Ganzen sehen. Erst viel später erkennen wir, wozu das gut ist!“

(Unbekannt)

Mentales und emotionales Training
nach der Mentalen Resonanz Methode
Irmgard Bronder – Markus Ries
Talstraße 15 – 66571 Eppelborn – 06806-800466
www.die-gedankenenergie.de – gedankenenergie@t-online.de

ELAN 55-

Ein Möglichkeit, den Körper zu entkalken

Wir waschen und duschen täglich und sorgen so für eine äußere Reinigung. Wie aber sieht es mal mit einer inneren Reinigung aus? Ich darf Ihnen hier eine Anregung liefern, auch mal den Organismus und die Gelenke von Kalk und anderen Ablagerungen zu reinigen. Ihr Köper – dieses fantastische Wunderwerk – das jeden Tag auf's Neue Höchstleistungen vollbringt, Ihre Seele und Ihr Geist werden es Ihnen danken:

Lorbeerblätter-Tee für die Entkalkung der Blutgefässe (nach Jewgeni Awerbuch):

Man benötigt für eine 3-Tage-Kur: 15 g getrocknete und zerkleinerte Lorbeerblätter.

Die Kur sollte 3 bis 4mal wiederholt werden – im Abstand von 2 Wochen

Zubereitung: 5 g getrocknete, zerkleinerte Lorbeerblätter 5 Minuten in 300ml Wasser kochen. Diese Mischung anschließend in einer Thermoskanne 3 – 4 Stunden ziehen lassen. Danach den Tee sieben. (Dies kann bereits am Vortag vorbereitet werden).

Den Tee schlückchenweise (!!!!) innerhalb von 12 Stunden trinken. Trinkt man den Tee nicht nach Anweisung, sondern auf einmal (kann) es vorkommen, dass Blut im Urin erscheint.

Wenn im Körper reichlich Kalk abgelagert ist und sich dementsprechend viel löst und ausgeschwemmt wird, kann der Urin sich rosa verfärben.

Die Wirkung nach Awerbuch: Dies dient zur Reinigung des Organismus (auch der Gelenke) von Kalk und anderen Ablagerungen. Schmerzen in Gelenken, Wirbelsäule und bei Wetterveränderungen können so gelindert werden bzw. zurück gehen ....

Mentales und emotionales Training
nach der Mentalen Resonanz Methode
Irmgard Bronder – Markus Ries
Talstraße 15 – 66571 Eppelborn – 06806-800466
www.die-gedankenenergie.de – gedankenenergie@t-online.de

ELAN 56-

Sind Sie sauer?

Mit diesem einfachen und vor allem günstigen ZitronenKnoblauchTrunk können Sie Ihren Körper entsäuern:

Zubereitung: 30 geschälte Knoblauchzhen, 3 reife unbehandelte Zitronen mit Schale in Streifen schneiden und mit einem Mixerstab pürieren. Mit 1 Liter Wasser langsam zum Kochen bringen – 1 x aufwallen lassen. Nach dem Erkalten abseihen und den Saft in eine Flasche füllen und im Kühlschrank aufbewahren.

Täglich 1 Likörgläschen 2 Stunden vor oder nach den Mahlzeiten trinken.

Drei Wochen dieser Knoblauch“medizin“ können zu einer jugendlich-wohligen Regeneration des ganzen Organismus führen. Verkalkungen und deren Nebenerscheinungen können zurückgehen oder auch ganz verschwinden.

Nach 3 Wochen sollten Sie eine Pause von 8 Tagen einlegen und die Kur wiederholen.

Es ist empfehlenswert, jedes Jahr 2 Kuren von je 3 Wochen durchzuführen. Die Wirkungskräfte des Knoblauch kommen dabei restlos zur Geltung und kein Mensch verspürt etwas von Knoblauchgeruch!

Quelle: www.wissenschaft-unzensiert.de

Hier geht’s zur Homepage

Mentales und emotionales Training
nach der Mentalen Resonanz Methode
Irmgard Bronder – Markus Ries
Talstraße 15 – 66571 Eppelborn – 06806-800466
www.die-gedankenenergie.de – gedankenenergie@t-online.de