



# 7:0 für die Natur

## Die Vorteile natürlicher Nahrungsergänzung

Natursubstanzen sind in vielen Bereichen chemischen Produkten überlegen. Sie sind in der Lage unsere Gesundheit zu fördern und zu verbessern. Ihre Wirkungen sind seit Jahrhunderten bekannt und zwischenzeitlich in vielfacher Weise wissenschaftlich bestätigt. Durch die konsequente Anwendung und Erforschung von Substanzen aus der Natur können wir sehr viel über sie erfahren und lernen. Von Dr. med. Michael Ehrenberger

Stellen Sie sich einmal vor, Sie erleben ein Fußballmatch zwischen Österreich und Deutschland und Österreich gewinnt 7:0. Zugegeben, das klingt sehr unrealistisch, aber denkbar wäre es, oder? Bei dem Machtverhältnis zwischen Chemie und Natur in der modernen Medizin verhält es sich genauso wie im Machtverhältnis der Fußballmannschaften von Österreich und Deutschland. Trotzdem gewinnt die Natur im direkten Vergleich bei Nahrungsergänzungsmitteln haushoch. Hier lesen Sie, warum das so ist.

### 1:0 Erinnerung an die Herkunft

Der markanteste Unterschied zwischen synthetischen und natürlichen Vitaminen ist ihre Herkunft. Um sich diesen Unterschied vorzustellen, denken Sie einmal an ein Kind, das in der freien Natur aufwächst und dann an ein Kind, das in einer Fabrik groß wird, wo es niemals die Jahreszeiten, Sonne, Regen und Wind erlebt. Sie

werden mir vielleicht entgegen halten, dass dieser Vergleich sehr weit hergeholt ist, trotzdem ist er für Vitamine gültig. Man kann ein Vitamin noch so rein auf chemische Weise produzieren, die Qualität der natürlichen Vitamine kann man trotz aller Bemühungen nicht erreichen. Genauso wie ein Kind ein Gedächtnis hat, so haben Substanzen auch ein Gedächtnis und „verbinden“ sich quasi mit der Umgebung, in der sie groß geworden sind. Das Gedächtnis der Vitalstoffe ist in ihren Elektronen verborgen. Elektronen sind kleinste „Bausteine“ der Materie, die man sowohl als Teilchen, als auch als Welle betrachten kann. Die moderne Physik kennt dieses Phänomen schon lange und, glauben sie mir, es bereitet den Physikern erhebliche Kopfschmerzen. Ein Physiker, der sich sehr eingehend mit dem Thema beschäftigt hat, ist Jean Charon. Er bezeichnet Elektronen als „schwarze Löcher“ und weist uns darauf hin, dass sie ein Gedächtnis haben, also als eine Art Minicomputer betrachtet werden können.

Ganz ähnliche Ideen hatte übrigens auch David Bohm, ebenfalls ein sehr bekannter Physiker und Mitarbeiter von Albert Einstein. Aus der Sicht der Quantenphysik kann man also sagen, dass Substanzen ein Gedächtnis haben, das sie mit dem all umfassenden Quantencomputer verbindet.

### 2:0 Natürliche Substanzen enthalten alle Inhaltsstoffe

Natürliche Substanzen enthalten niemals isolierte Inhaltsstoffe, sondern neben den wertvollen Vitaminen immer auch Mineralstoffe, Spurenelemente, Farbstoffe, Bioflavonoide, ätherische Öle und Ballaststoffe. Es wäre in der Natur undenkbar, dass eine Pflanze oder eine Frucht ein einziges Vitamin enthält. Dies ist von enormer Bedeutung, da alle Inhaltsstoffe zusammenspielen wie ein eingespieltes Fußballteam. Kein Trainer der Welt würde auf die Idee kommen, eine Mannschaft aus lauter Tormännern zusammenzustellen, so gut sie auch sein mögen. Damit eine Mannschaft erfolgreich ist,



braucht man verschiedene Spieler, die miteinander harmonieren müssen. So verhält es sich auch bei Nahrungsergänzungen. Es ist ein großer Irrtum zu glauben, dass einzelne, chemisch produzierte Substanzen die gleiche Wirkung haben können wie ein eingespieltes Team aus der Natur. Das Ganze ist immer mehr als die Summe von separierten Teilen.

### 3:0 Die natürliche Ordnung

Substanzen aus der Natur zeigen eine hohe innere Ordnung. Haben Sie sich schon einmal Strukturen wie die Samenanordnung in einer Sonnenblume, eine Bienenwabe oder die Muster in schönen, natürlich gewachsenen Eiskristallen angesehen? Bei allen Strukturen aus der Natur erkennt man eine hohe Ordnung, die sich uns in gewissen Proportionen wie zum Beispiel dem goldenen Schnitt zeigt. In der Sprache der Physik nennt man die Zunahme von Ordnung „Negentropie“, während „Entropie“ die Zunahme von Chaos bedeutet. In der Medizin werden diese beiden Zustände als Gesundheit und Krankheit bezeichnet.

Mit Hilfe von modernen, biophysikalischen Untersuchungsmethoden hat sich gezeigt, dass Substanzen aus der Natur eine wesentlich höhere innere Ordnung besitzen als chemisch hergestellte. Zu diesen Untersuchungsmethoden gehört zum Beispiel der Nachweis von Biophotonen. Biophotonen sind „Lichtteilchen“, die von lebendigen Systemen, etwa Zellen, abgestrahlt werden. Man kann sie mit hochsensiblen Apparaturen nachweisen. Dieser Nachweis erlaubt eine Aussage über die Qualität von Lebensmitteln und Nahrungsergänzungsmitteln. Substanzen, die eine höhere innere Ordnung besitzen (=hohe Negentropie) haben für unsere Gesundheit eine weitaus höhere Bedeutung als Substanzen mit einer geringen Negentropie. Erwin Schrödinger, ein österreichischer Nobelpreisträger für Physik, meinte, dass wir Menschen „Licht- und somit auch Ordnungssauger“ seien. Diese Aussage unterstreicht natürlich die Wertigkeit von Natursubstanzen für unsere Gesundheit.

### 4:0 Die heilende Wirkung von Naturrhythmen

In der Natur sind Rhythmen die wichtigste Gliederung der Zeit, man erkennt sie überall. Rhythmen verbinden alle Lebewesen, man findet sie bei Menschen, Tieren, in Pflanzen und im Wasser. Die Natur kann ihre Gaben immer nur zu einer bestimmten Jahreszeit „herstellen“, die Chemie kann ihre Produkte Tag und Nacht, 365 Tage im Jahr produzieren. Vordergründig erscheint uns die Unabhängigkeit der chemischen Industrie als Vorteil. Schaut man jedoch genauer hin, dann erkennt man, dass in den Naturrhythmen eine ungeheure Kraft und Weisheit verborgen ist. Der Mensch braucht in den verschiedenen Jahreszeiten auch verschiedene Lebensmittel. Dieser Tatsache können nur die Naturmittel gerecht werden. Es macht für mich keinen Sinn, das ganze Jahr über tagaus, tagein die gleichen Substanzen einzunehmen, ohne auf die Rhythmen der Natur zu achten. Natursubstanzen, aber auch Lebensmittel sind

in der Lage uns zu wärmen oder den Körper zu kühlen, sie können uns helfen aktiver oder auch ruhiger zu werden. Natursubstanzen unterstützen die körpereigenen Rhythmen. Harmonische Rhythmen sind eine der wesentlichsten Grundlagen unserer Gesundheit.

### 5:0 Die ganzheitliche Wirkung

Wir sind leider immer noch bemüht, die Natur und somit auch unseren Körper als Maschine zu sehen. Diese Ansicht beruht auf alten physikalischen Erkenntnissen, die zwar im 19. Jahrhundert als wahr gegolten haben, heute aber überholt sind. Der größte Irrtum, den wir nicht bereit sind aufzugeben, ist der Irrtum der Trennung. In der Medizin glaubt man demzufolge, dass man Organe wie Leber, Niere, Magen oder Darm getrennt betrachten, untersuchen und behandeln kann. Dies ist aber, aus der Sicht der neuen Physik, nicht möglich. Aus dieser Erkenntnis heraus haben Natursubstanzen natürlich einen Einfluss auf den ganzen



Buchtipps zum Text:  
Lebe! von Dr. Michael Ehrenberger, Orac-Verlag. ISBN 3-7015-0475-X

Körper, wie man am Beispiel von Omega 3 Fettsäuren sieht. Ich habe selbst schon beobachtet und dokumentiert, dass zum Beispiel der Einsatz von Omega 3 Fettsäuren (Krillöl) bei völlig verschiedenen Erkrankungen beachtliche Erfolge gezeigt hat. Erfolge stellten sich ein u.a. bei Gefäßverkalkungen, prämenstruellem Syndrom, Morbus Parkinson und Hyperaktivität. Außerdem senkt Krillöl noch das Cholesterin. Man fragt sich natürlich: „Wie kann das möglich sein?“ Die Antwort lautet:

Natursubstanzen wirken im gesamten Körper. Jede einzelne unserer Körperzellen profitiert davon. Im Angesicht der Tatsache, dass wir ca. 10.000.000 neue Zellen in der Sekunde bilden, empfinde ich dies als eine grandiose Leistung.

### 6:0 Wirksamkeit mit Studien belegt

In der Medizin ist man bemüht, die Wirksamkeit verschiedener Substanzen durch Studien zu belegen. Das ist gut und richtig so, natürlich nur, wenn die Studien sauber und korrekt durchgeführt werden. Leider hat es sich in unsere Gedanken festgesetzt, dass es über Natursubstanzen keine, oder nur sehr wenige Studien gibt. Meiner Erfahrung nach stimmt dies nicht. Es gibt bereits mehr als 25.000 Studien, die sehr sauber durchgeführt wurden und die die Wirksamkeit von Natursubstanzen ausführlich belegen. Leider finden diese Studien in den verschiedenen Massenmedien wenig Beachtung, die Gründe dafür sind unterschiedlich und ich möchte an dieser Stelle nicht näher darauf eingehen. Tatsache jedoch ist, dass viele Naturstoffe eine positive Wirkung auf unsere Gesundheit haben und die Wirkungen sehr vielfältig sein können. Von besonderer Bedeutung bei der Anwendung von Natursubstanzen ist auch, dass es sehr wenige Nebenwirkungen gibt, dies zeichnet natürliche Substanzen besonders aus. Eine weitere Tatsache sollte man nicht vergessen: Natursubstanzen werden bereits seit Jahrtausenden in allen traditionellen Heilsystemen verwendet. Was für einen Sinn hätte es denn, wenn man eine so lange Zeit Mittel anwendet, die keine Linderung der Beschwerden bringen? Manchmal, so glaube ich, ist es besser auf Studien zu verzichten und die Wirkung von verschiedenen therapeutischen Maßnahmen zu beobachten. Genauso wenig, wie es zwei völlig idente Schneeflocken gibt, gibt es auch keine völlig identen Menschen, daher können Studien auch unterschiedlich ausfallen.

### 7:0 Fair Trade

Wir kommen nun zum siebenten und für diesmal auch letzten Punkt, der für Natursubstanzen spricht. „Fair Trade“ lautet eine Form des Wirtschaftens, die immer mehr an Bedeutung gewinnt. Fairer Handel bedeutet, dass die Erzeuger von verschiedenen Produkten auch fair entlohnt werden. Natürlich ist dies nicht möglich, wenn Firmen an die Börse gehen und versuchen durch Rationalisierung, Ausbeutung der Natur und Missachtung menschlicher Rechte den Gewinn zu optimieren. Die besten und reinsten Natursubstanzen kommen aus fairem Handel. Ein schönes Beispiel dafür ist das Fruchtpulver des Affenbrotbaumes (Baobab), der uns durch die Geschichte des „Kleinen Prinzen“ von Saint Exupéry bekannt ist. Die wunderbare Wirkung dieses Fruchtpulvers ist den Bewohnern von Afrika schon seit mehreren Jahrhunderten bekannt. Es hilft bei vielen Erkrankungen des Dünn- und Dickdarms und ich habe es schön öfter erlebt, dass chronische Darmentzündungen unter Mithilfe von Baobab völlig ausgeheilt sind. Nun hat sich seit ein paar Jahren eine italienische Familie die Aufgabe gestellt, das Fruchtpulver von Afrika nach Europa zu importieren. Der Erfolg kann sich sehen lassen. Mehr als 1.000 Afrikaner verdienen bereits ihr Geld durch die Aktivitäten dieser italienischen Familie. Sie werden gut bezahlt und sind stolz auf ihre Arbeit. Dies ist für mich ein besonders schönes Beispiel für fairen Handel, der allen Beteiligten und natürlich der Natur zahlreiche Vorteile bringt.

Es ist zu wünschen, dass zukünftig natürliche Heilmittel den gleichen Stellenwert in unserem Gesundheitssystem erhalten wie chemische Produkte. Sinnvoll erscheint zukünftig nur ein kooperatives Miteinander.

