

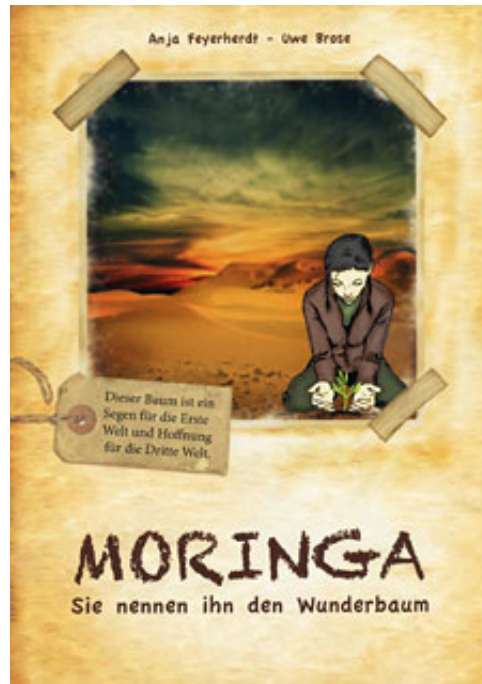
Feyerherdt A. / Brose U. Moringa - Sie nennen ihn den Wunderbaum

Leseprobe

[Moringa - Sie nennen ihn den Wunderbaum](#)

von [Feyerherdt A. / Brose U.](#)

Herausgeber: Sanleaf Europe GmbH

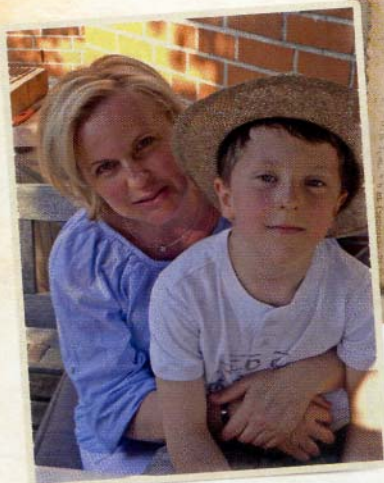


<http://www.narayana-verlag.de/b14961>

Im [Narayana Webshop](#) finden Sie alle deutschen und englischen Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise.

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.
Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern
Tel. +49 7626 9749 700
Email info@narayana-verlag.de
<http://www.narayana-verlag.de>





Physiotherapie & Naturheilpraxis
Annett Will — Alles rundum
Karl-Liebknecht-Str. 9 Ihre
03046 Cottbus Gesundheit
Telefon: 0355-473059

www.rundum-gesund.eu

Moringa in der Naturheilpraxis

„In meine Heilpraktikersprechstunde kommen Patienten mit den unterschiedlichsten Beschwerden. Vorwiegend handelt es sich um Hauterkrankungen, Allergien, Verdauungsprobleme, Muskel- und Gelenkschmerzen sowie allgemeinen Leistungsabfall mit Schlafstörungen, Kopfschmerzen, psychischen Problemen.

Oft haben diese Patienten schon eine lange Odyssee durch viele Praxen hinter sich und sehen den Besuch beim Heilpraktiker als „letzten Versuch“.

Bei genauer Betrachtung erkennt man einen roten Faden der Ursachen bei diesen Beschwerden.

An erster Stelle besteht bei den meisten Patienten eine Fehlbesiedlung des Darms

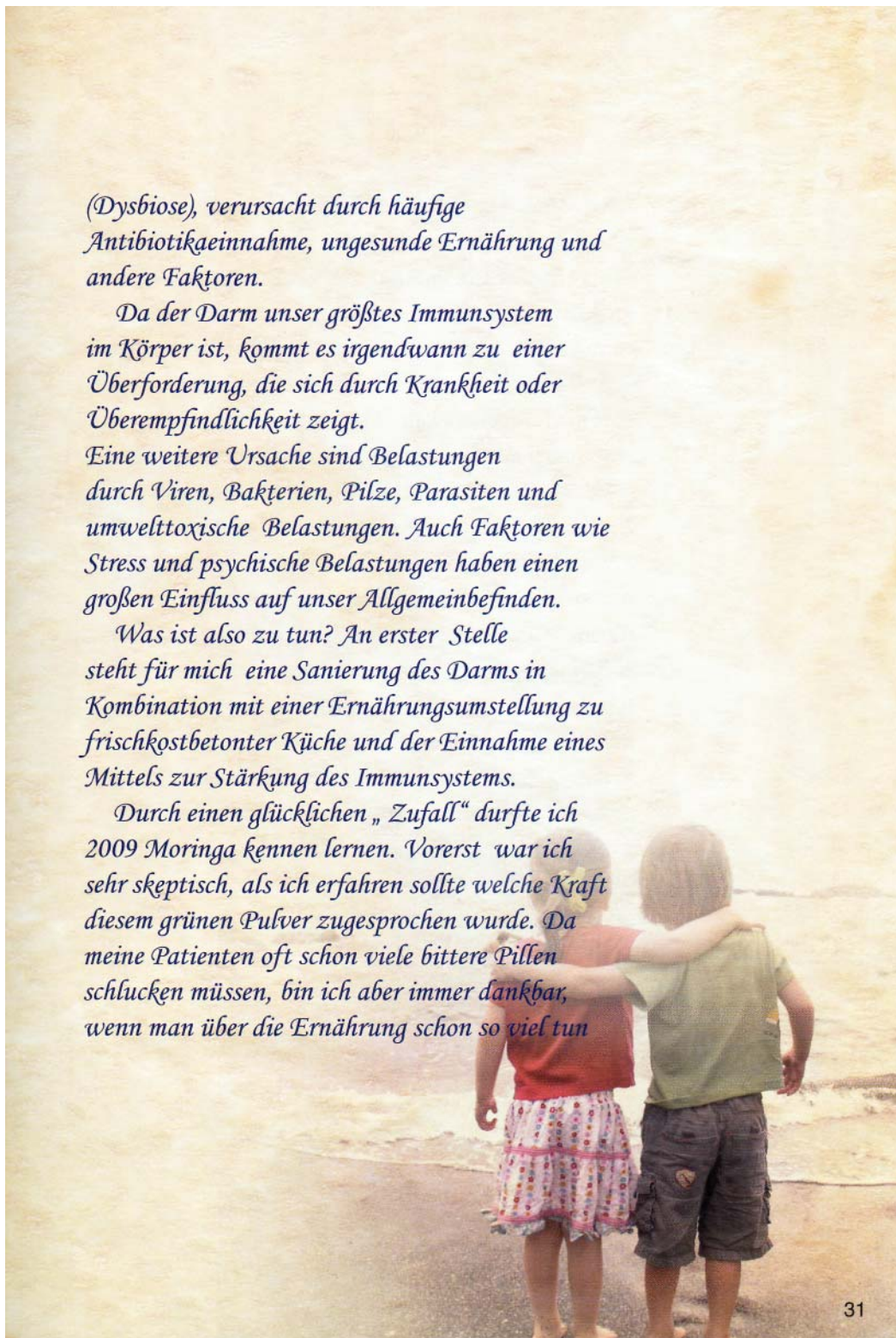
(Dysbiose), verursacht durch häufige Antibiotikaeinnahme, ungesunde Ernährung und andere Faktoren.

Da der Darm unser größtes Immunsystem im Körper ist, kommt es irgendwann zu einer Überforderung, die sich durch Krankheit oder Überempfindlichkeit zeigt.

Eine weitere Ursache sind Belastungen durch Viren, Bakterien, Pilze, Parasiten und umwelttoxische Belastungen. Auch Faktoren wie Stress und psychische Belastungen haben einen großen Einfluss auf unser Allgemeinbefinden.

Was ist also zu tun? An erster Stelle steht für mich eine Sanierung des Darms in Kombination mit einer Ernährungsumstellung zu friskostbetonter Küche und der Einnahme eines Mittels zur Stärkung des Immunsystems.

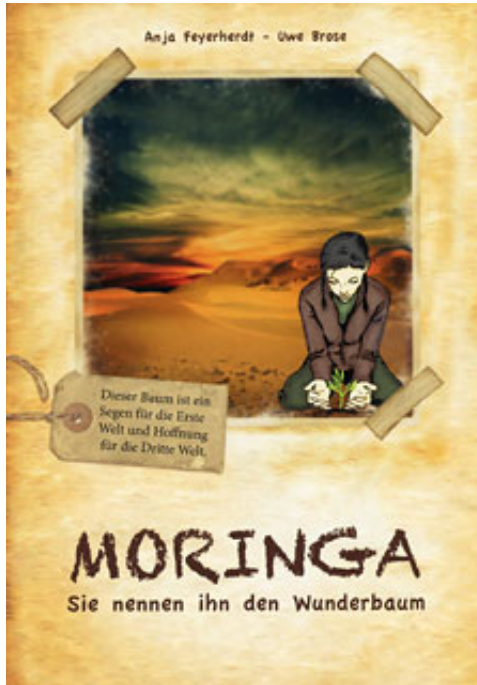
Durch einen glücklichen „Zufall“ durfte ich 2009 Moringa kennen lernen. Vorerst war ich sehr skeptisch, als ich erfahren sollte welche Kraft diesem grünen Pulver zugesprochen wurde. Da meine Patienten oft schon viele bittere Pillen schlucken müssen, bin ich aber immer dankbar, wenn man über die Ernährung schon so viel tun



kann. Wie man in diesem Buch lesen kann, besitzt Moringa hervorragende Eigenschaften mit schneller Bioverfügbarkeit und kann als Nahrungsmittel vielfältig eingesetzt werden.

Ich startete einen Selbstversuch. Mein jüngster Sohn(6) wurde im August am Herzen operiert und ich wurde mit den Worten verabschiedet „der Junge darf jetzt ein halbes Jahr nicht krank werden“. Als berufstätige Mutter mit einem Kind im Kindergarten war das auch für mich als Heilpraktikerin eine Herausforderung. Ich wollte das grüne Wunderpulver probieren. Gesunde grüne Sachen sind für Kinder ja erstmal ein Anlass zur Nahrungsverweigerung. Also wurde ich kreativ. Moringa kam in den Quark mit Leinöl, wurde in Plätzchen und Brot mit verbacken, in Smoothies und Salatdressings gemischt. Auch in Spinat und Buttergemüse, Kräuterbutter und sogar in Süßspeisen kam eine Prise Moringa. Irgendwann wunderte sich keiner mehr, dass unser Essen oft eine grüne Farbe hatte.





Feyerherdt A. / Brose U.

[Moringa - Sie nennen ihn den Wunderbaum](#)

130 Seiten, kart.
erschienen 2013



bestellen

Mehr Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise

www.narayana-verlag.de