



# i-health

Das Schweizer Gesundheits-Magazin

## Bambus Vitalpflaster

**Vitalpflaster**  
wofür?

**Wirkung**  
der Vitalpflaster

**Akupunkturpunkte**  
und Reflexzonen

**Lichtnahrung**  
Weisslicht-Radionik

**Anwendung**  
Vitalpflaster richtig anwenden



### **Impressum**

© 2023 i-health Verlag  
Dr. Alfred Gruber, 9445 Rebstein, Schweiz  
info@i-health-verlag.ch  
www.i-health-verlag.ch

Das Werk, einschliesslich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Die auszugsweise oder ganze Veröffentlichung ist mit Angabe der Quelle erwünscht.

Ausgabe Juni 2023

# Inhalt

<b>Vitalpflaster – wofür?</b> _____	04
<b>Wie wirken Vitalpflaster?</b> _____	06
<b>Regenerationsphilosophie</b> _____	08
<b>Akupunkturpunkte</b> und Vitalpflaster_____	10
<b>Reflexzonen</b> und Vitalpflaster_____	12
<b>Störfeldtechnik</b> und Vitalpflaster_____	14
<b>Lichtnahrung für den Körper</b> _____	17
<b>Von Atomen und Ionen</b> _____	18
<b>Messungen Weisslicht-Radionik</b> _____	20
<b>Anwendung Vitalpflaster</b> Grundkur_____	22
<b>Anwendung Vitalpflaster</b> Lymphe_____	24
<b>Anwendung Vitalpflaster</b> Schmerzzustände_____	26
<b>Anwendung Vitalpflaster</b> Yin-Typ & Yang-Typ_____	29



## Vitalpflaster – wofür?

### i

Vitalpflaster gibt es viele auf dem Markt. Allerdings gibt es von Hersteller zu Hersteller grosse Unterschiede in Wirkung, Qualität und Anwendungsmöglichkeit.

Viele haben sie schon mal zu Gesicht bekommen – sogenannte Fusspflaster. Sie werden über Nacht auf die Fusssohle geklebt und sollen unseren Körper bei unterschiedlichsten Vorgängen unterstützen. Es gibt unzählige Anbieter auf dem Markt und es scheint schwierig, sich einen Überblick über das grosse Angebot machen zu können.

**Was genau sind diese Pflaster? Woraus bestehen sie? Wie werden sie angewendet und was sollen sie bewirken?**

Seit bald drei Jahrzehnten werden Vitalpflaster in Europa angewendet. Seit der Zeit rund um die Jahrtausendwende wurden sehr viele unterschiedliche Varianten von Pflastern entwickelt.

Viele solcher Vitalpflaster werden einmal entwickelt und sind dann über

mehrere Jahre und Jahrzehnte unverändert auf dem Markt erhältlich. Vor allem die günstigen Aktionspflaster liefern häufig die alten Inhaltsstoffe, welche dem aktuellen Wissensstand natürlich nicht mehr genügen. Das geht dann in der Regel auf Kosten der Anwender, denn ...

- Meistens haben solche Aktionspflaster nur 1 bis 2% Wirkstoff (bei Bambuspflastern in Form von Bambusessig) auf einem billigen Träger aufgesprüht.
- In vielen Fällen geht die Anwendung der alten Pflastergeneration mit Nebenerscheinungen in Form von Retoxikationen einher.

Es gibt jedoch auch einige Hersteller, die sich in Punkto Qualität und Wirksamkeit seit Anbeginn bis heute deutlich gesteigert haben. Deshalb sollten Sie unbedingt darauf achten,



# i

- Der Wirkstoffanteil sollte möglichst hoch sein.
- Es sollte hochwertiger, lebensmitteltauglicher Bambus verwendet werden.

welches Vitalpflaster Sie verwenden. Vitalpflaster ersetzen keine Therapie, aber sie unterstützen den Energiehaushalt des Körpers. Unser Körper besteht aus 1'000'000'000 mal mehr Schwingung als aus Materie!

**Bambus ist nicht gleich Bambus**  
Bambus stellt einen absolut zentralen Inhaltsstoff der Vitalpflaster dar. Aber was wird dabei vom Bambus verwendet?

Viele Vitalpflaster verwenden gemahlenes Bambusrohr (Dextrose, Cellulose) und besprühen dieses mit dem Bambusextrakt. Der wirksame Bambusanteil dieser Vitalpflaster beträgt lediglich 1% bis maximal 2% echten, wirkungsvollen Bambusextrakt. Er stellt die Basis für das Pflaster dar, der Rest ist lediglich Trägersubstanz. Auf diese Weise werden bis heute die allermeisten Vitalpflaster hergestellt.

Die neuesten Verfahren erlauben es, den Bambusextrakt zu pulverisieren und daraus ein Konzentrat herzustellen. Daraus resultiert, dass die Vitalpflaster der neuen Generation aus bis zu 97% reinem Bambus bestehen und das als Konzentrat. Dabei sollte ausschliesslich Phyllostachys Bambusoides verwendet werden. Dies ist eine von zwei lebensmitteltauglichen Bambussorten von insgesamt 1'300 Arten Bambus weltweit. Dieser wesentlich teurere Bambus sollte für Vitalpflaster Pflicht sein. Bambus ist ein Gras und wächst nach. Das ist Rohstoff ohne Limit.

Die neue Generation Vitalpflaster eignet sich auch hervorragend dazu, aus Sicht der Traditionellen Chinesischen Medizin (kurz TCM) das Energiezentrum zu stärken, die Regenerationskraft zu fördern sowie Schmerzen zu beseitigen. Erfahrungsberichte von

vielen tausend Anwendern zeigen, dass sich die Vitalpflaster auch für viele andere Anwendungsmöglichkeiten eignen.

Hier werden die neuesten Erkenntnisse, interessante Messresultate und die wichtigsten Anwendungsmöglichkeiten der Vitalpflaster zusammengefasst.

# Wie wirken Vitalpflaster?

Um die Funktion der Bambus Vitalpflaster besser einordnen zu können, braucht es ein Basiswissen der asiatischen Heilkunst. Dabei geht es nicht nur um Yin und Yang, sondern vielmehr um die Grundlagen der Regenerationsfähigkeit unseres Körpers und seine Selbstheilungskräfte!

## Die Harmonie des Energieflusses (Qi)

Jede Sekunde regeneriert sich unser Körper selbst. Millionenfache Angriffe – bakterielle Angriffe, virale Angriffe, Säuren, Elektromog oder andere Einflüsse – würden uns sofort töten, wäre da nicht unser geniales Selbstregulierungssystem oder einfach ausgedrückt: die Selbstheilungskräfte. Das klingt gut und je länger man darüber nachdenkt, desto tiefgründiger wird dieses Wort.

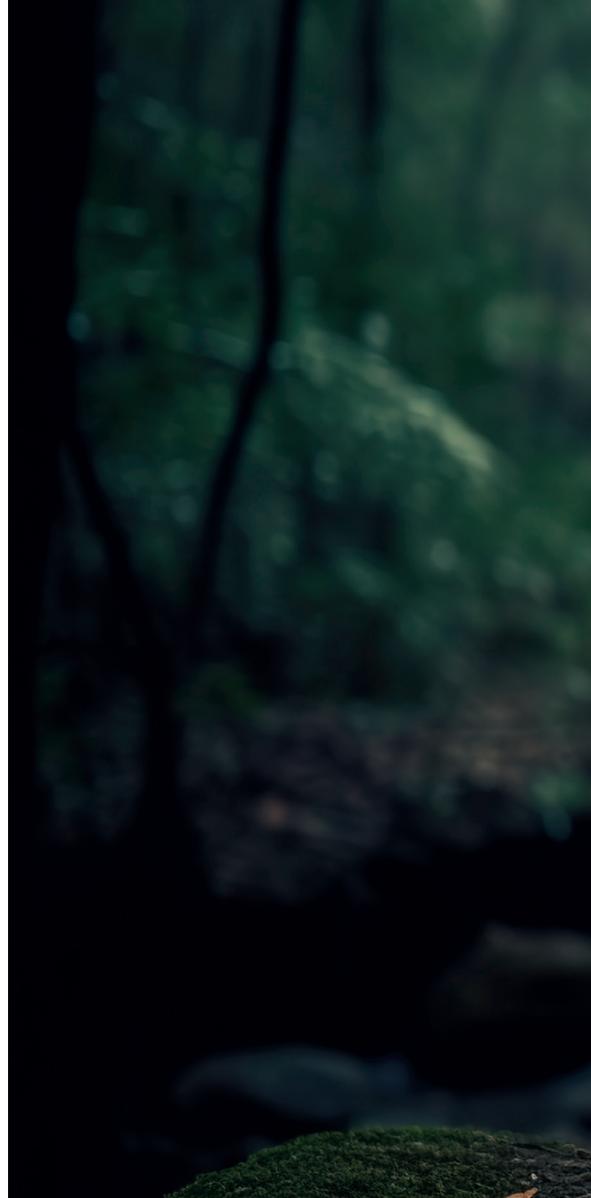
Die klassische chinesische Medizin sowie die tibetische und die indische Philosophie gehen davon aus, dass der Körper ein Spiegelbild der Energiestruktur eines Menschen ist. Die Harmonie des Energieflusses (Qi) eines Menschen bestimmt weitgehend seine Gesundheit. Um den Energiefluss auszubalancieren, bedarf es eines Lebens in vollkommener Harmonie. Dafür sind Techniken und Einflussnahmen notwendig, die den Energiehaushalt wieder balancieren und in die Mitte bringen. Da die heutige angespannte Lebensweise eine losgelöste und harmonische Lebensweise nicht gerade fördert, ist es sinnvoll, wenn man sich einen Ausgleich zum Alltag schafft. Zum Beispiel mit Qi Gong, Tai-Chi, Yoga, den Fünf Tibetern, balancierter Ernährung oder der Anwendung von Vitalpflastern.

Dennoch muss der Alltag zuerst überdacht werden. Sollte eine dauernde Disharmonie des von Natur aus eigentlich gesunden Körpers bestehen. Jede Krankheit hat ihren Ursprung in der Tiefe des Seins. Wahre Gesundheit kann also nur erlangen, wer seine innere

Harmonie findet. Selbstverständlich wünscht sich niemand eine Krankheit, das wäre ja geradezu absurd. Aus diesem Grund ist es leicht verständlich, dass nicht nur der gute Wille allein Ausgewogenheit herstellen kann. Es sind ebenso die äusseren Einflüsse wie Ernährung, Bewegung, Elektromog, Umwelteinflüsse und vieles mehr, welche die Ausgewogenheit fördern oder behindern.

Die Gesundheit zu erhalten und zu stabilisieren ist die wichtigste Voraussetzung in der Regenerationsphilosophie. Aus diesem Grund findet die moderne Medizin kaum Platz in der chinesischen Philosophie, da die neuen westlichen Methoden immer darauf warten, bis jemand krank ist, damit er geheilt werden kann. Wir sprechen hier nicht von Notfallmedizin. Diese hat selbstverständlich absolute Priorität.

Aber wenn wir wissen, dass beispielsweise 98% aller Antidepressiva nur angewendet werden, um einen Menschen ruhig zu stellen und renommierte Psychologiepro-





fessoren aus diesem Grund öffentlich die Pharmakonzerne anprangern, dann ist es nachvollziehbar, dass es in dem Spiel von chronischen Krankheiten vordergründig nur um Macht, Geld und leider auch Gier geht.

Übrigens gibt es seit mindestens zehn Jahren alternative, natürliche Wirkstoffe gegen Depression. Jedoch finden die Forscher keinen Pharmaanbieter, der so ein Produkt auf den Markt bringen will. «Wer will sich schon seinen eigenen 10 Milliarden-Euro-Markt kaputt machen?» hiess es in einer ausgestrahlten Reportage zu diesem Thema.

Sprechen wir also von der Körper- und Energieharmonisierung! Mobilisieren wir die Selbstheilungskräfte! In der asiatischen Regenerationsphilosophie hat die Regenerationsfähigkeit drei Phasen, welche zwingend zueinander gehören und in sich harmonisch ausgeglichen sein müssen.

## i

- Einen grossen Teil der Harmonie machen die mentalen Belastungen aus. Stress, Streit, finanzielle Belastungen und viele andere Faktoren sind negative Einflussfaktoren für unsere Gesundheit.
- Eine ausgewogene Lebensweise kann uns über die Lasten des Alltags hinweghelfen.

# Regenerationsphilosophie

## Die 3 Phasen sind: Reinigen, Nähren, Balancieren

### 1. Reinigen

Den Körper reinigen wir zuerst einmal von aussen. Alles, was auf unsere Haut und auf unser Haar gelangt, dringt in unseren Organismus ein. Daher ist es unerlässlich, sich über die zum Teil katastrophalen chemischen Reinigungsmittel Gedanken zu machen, die wir für Körper und Haare verwenden.

Hierbei gilt es sich Gedanken zu machen, über die Industriekosmetik und im Gegenzug dazu aber auch zu den verjüngenden Eigenschaften, die die richtige Anwendung ausgeglichener Gesichts- und Körperpflegeprodukte hat. Die Reinigung ist aber für unser körperliches Innenleben noch wichtiger.

Die Formulare nach der Traditionellen Chinesischen Medizin für die Zellreinigung werden als Recepturen beschrieben, die die Zellprozesse nähren, welche mit Reinigung und der Eliminierung von Abfällen und Verunreinigungen zu tun haben.

Durch die Kräuterauflage mit den Vitalpflastern auf den Füßen werden gerade hier sehr viele Vorgänge aktiviert. Das körpereigene Entgiftungssystem wird hochgefahren und Toxine, wie zum Beispiel Schwermetalle, werden direkt über die Fusssohle ausgeleitet.

### 2. Nähren

Nähren bedeutet, der Körperzelle Energie zuzuführen. Nicht der Brennwert der Nahrung ist ausschlaggebend (was bei uns im Westen zu stark gewichtet wird!), sondern die Energielieferung, die uns ein Nahrungsmittel bietet. Mit der richtigen Kochweise nach der TCM und der Auswahl harmonischer, frischer, ganzheitlicher Nahrungsmittel können wir uns ideal gesund halten.

1984 wurde der Nobelpreis für Physik an Carlo Rubbia verliehen, dem ehemaligen Generaldirektor des CERN in Genf, der mit der Entdeckung der Feldpartikel den Beweis erbracht hatte, dass alles was ist, nur zu einem Milliardstel aus Materie besteht. Der Rest ist reine Schwingung oder Information – also nicht materiell. Das heisst, die Energie/Schwingung formt und festigt die Materie (z. B. Zellen, Metall, Pflanzen usw.).

Deshalb ist eine hohe Schwingung als Nahrung für unsere Zellen geradezu elementar. Bambus Vitalpflaster der neuen Generation enthalten derart reiche Zellnahrung in Form von starker Schwingung (Qi = Energiefluss), dass sie als eigentliche Zellnahrung betitelt werden können.

### 3. Balancieren

Um die Balance in den Fünf Elementen der Traditionellen Chinesischen Medizin herzustellen, braucht es fundiertes TCM-Wissen. Auf den Punkt gebracht: Der Ausgleich von Yin und Yang auf der Ebene der Energie (= Schwingung 1:1 Milliarden vor der Materie) kann durch Techniken, durch die Einstellung, den Glauben, aber auch durch Lebensnahrung aller Art (Nahrung, Licht, Luft) hergestellt werden. Auf den Fusssohlen aufgeklebt, regulieren die Vitalpflaster das Energiebild des menschlichen Körpers ausserordentlich gut.

Das ist das Grundprinzip der asiatischen Regenerationsphilosophie: Reinigen – Nähren – Balancieren. Exakt bei diesem Prozess helfen die Bambus Vitalpflaster hervorragend.

火土金水木

Die Fünf Elemente: Feuer, Erde, Metall, Wasser, Holz



# Akupunkturpunkte und Vitalpflaster

Die Vitalpflaster werden meistens über Nacht auf die Fusssohlen aufgetragen. Dabei ist es wichtig, dass die Pflaster immer auf beiden Füßen gleichzeitig aufgeklebt werden. Zunächst möchte ich noch auf die Akupunkturpunkte eingehen und erläutern, was ein Akupunkturpunkt ist und wieso die Vitalpflaster genau auf den Akupunkturpunkten ihre besonders positive Wirkung entfalten und zwar ohne Akupunktur studieren zu müssen.

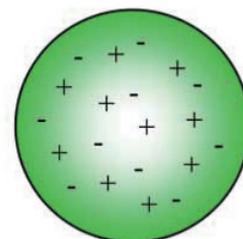
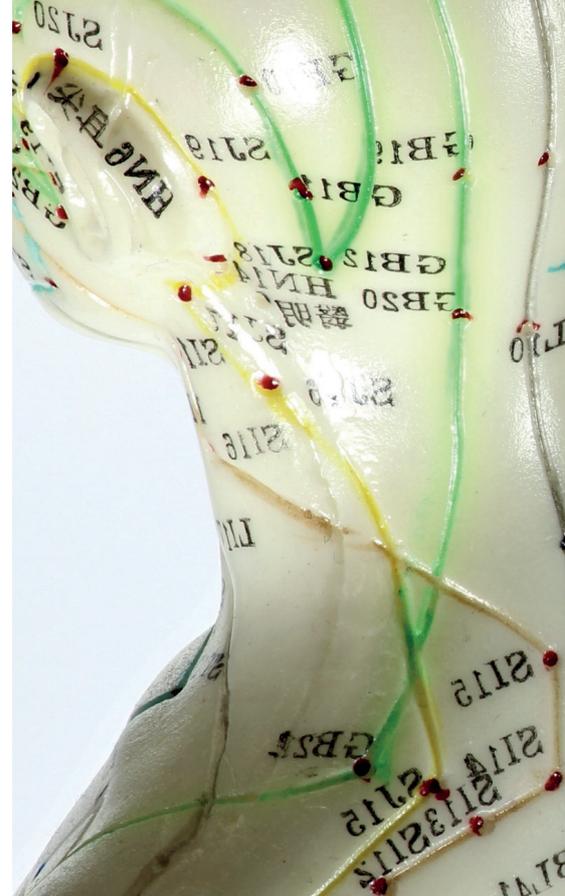
## Genial und einfach

Akupunktieren werden grundsätzlich nur aktive Punkte. Nichtaktive Punkte zu akupunktieren wäre juristisch gesehen sogar Körperverletzung. Wir sprechen in diesem Zusammenhang von (Akupunktur-) Nadeln. Mit Vitalpflastern kann man ausgeglichene, ruhige Akupunkturpunkte nicht stören, da das Vitalpflaster immer harmonisch ausgleichend wirkt, Nadeln, Massage, Moxa und dergleichen jedoch schon.

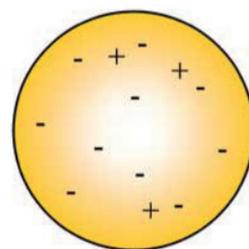
Jeder Akupunkturpunkt enthält elektromagnetische Verteilungen. Dabei handelt es sich um unterschiedliche Ladungsverteilungen auf der Haut. Eine gleichmäßige Verteilung von positiver und negativer Ladung bedeutet, dass der Akupunkturpunkt neutral ist. Ein aktiver Akupunkturpunkt weist hingegen einen Mangel an Minus- oder an Plus-Spannungspunkten auf.

Zum Austesten, ob ein Akupunkturpunkt wirklich labil ist, gibt es verschiedene Techniken. Eine davon ist die Berührung des Akupunkturpunktes mit elektrischem Strom (z. B. 3-Volt-Batterie), entweder mit dem Minus- oder dem Pluspol. Dadurch wird eine Ladungsverschiebung erreicht. Das heisst, die wenigen noch verbleibenden Minus- oder Plusladungen verschieben sich aus dem Akupunkturpunkt.

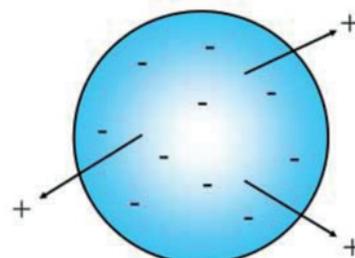
Durch diesen Mikroreiz verstärkt sich die (in diesem Fall) negative Ladung, der Sympathikusreflex wird spürbar (Puls) und es entsteht ein aktiver Pulsreflex. Diesen Reflex kann ein geübter RAC-Puls-Diagnostiker (Reflex Auriculo Cardialis) am Handgelenk ertasten. Allerdings sollte dies Fachleuten überlassen werden.



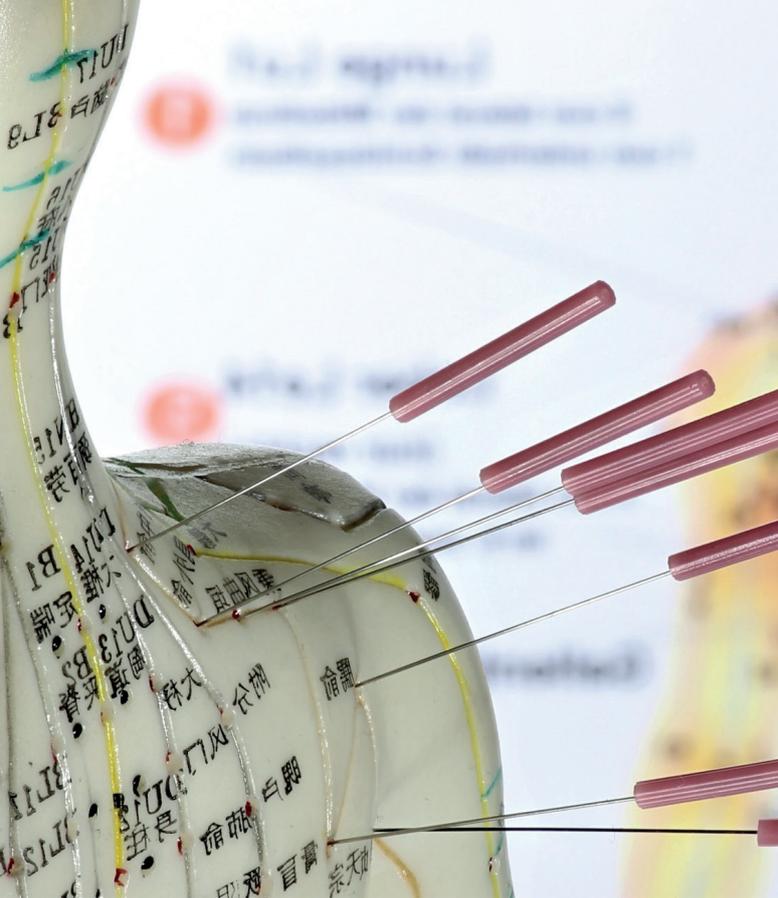
Akupunkturpunkt neutral



Akupunkturpunkt aktiv



Akupunkturpunkt mit + Pol  
elektrisch stimuliert = Laderverschiebung



# i

- Pulsdiagnostik ist die hohe Kunst der TCM. Für die Vitalpflaster ist diese Technik aber nicht notwendig.
- Akupunktur will gelernt sein. Die neue Generation Vitalpflaster kann gefahrlos von jedem angewendet werden.
- Vitalpflaster gleichen den Energiegehalt (Spannung) von Akupunkturpunkten harmonisch aus. Wenn man die richtigen Punkte anwendet, erzeugt das sehr verblüffende Resultate.

Das Ziel einer Akupunktur ist es, den disharmonischen Zustand des aktiven Akupunkturpunktes durch Nadeltechnik auszugleichen. Dabei bedient sich der Akupunkteur zweier grundsätzlicher Techniken:

- **Sedieren**, um eine Überspannung auf dem Akupunkturpunkt abzuleiten.
- **Tonisieren**, um eine Unterspannung zu aktivieren.

Durch die Rezeptur der neuen Generation an Bambus Vitalpflastern wird durch Turmalin und kombinierten Kräuterinhaltsstoffen eine ausgeglichene Akupunkturpunktspannung erzielt. Grundsätzlich harmonisiert eine ausgleichende, in die Mitte ziehende Spannung das Feld des Akupunkturpunktes. Ähnlich wie beim Kochen: Wenn Sie eine Sосse kochen wollen und mit zu grosser Hitze arbeiten, brennt alles an. Sie müssen die Sосse also zuerst kühlen (sedieren). Wenn sie kalt ist, wird sie nie gar, und sie schmeckt nicht. Also müssen Sie wieder aufheizen (tonisieren). Die ideale, perfekte Wärme im Kochtopf zu erzielen, ist eine Kunst, aber sie lässt sich lernen. Jeder, der schon lange kocht, kennt das Problem der Kochtopfwärme. Er weiss aber auch, dass er nur durch die jahrelange Übung, langsam aber sicher, das Gefühl für die richtige Wärme bzw. Hitze bekommt.

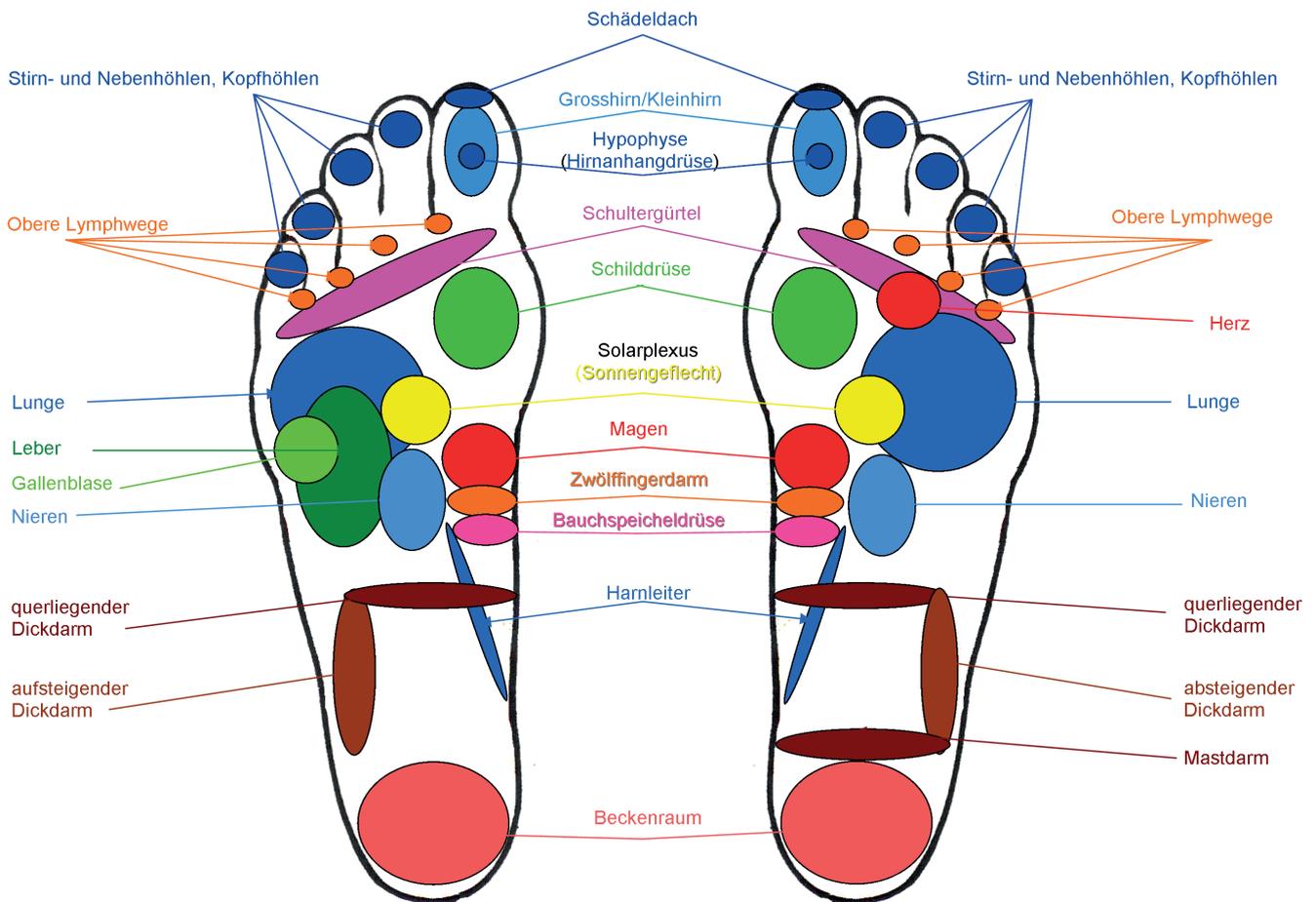
Genauso ist es auch mit dem Ausgleich der Akupunkturpunkte. Erst jahre-, ja sogar erst jahrzehntelange Übung macht einen Meister der Akupunktur.

Anders funktionieren die Pflaster. Sie müssen harmonisch ausbalanciert sein, damit sie den Akupunkturpunkt weder tonisieren noch sedieren, sondern ihn in die Mitte balancieren.

Das sind die besonderen Eigenschaften der heutigen Vitalpflastergeneration, neben vielen anderen Funktionen. Aber gerade hierdurch unterscheiden sich seriöse Vitalpflasterhersteller von Billiganbietern, denen es eher darum geht, auf der Welle des Erfolges mitzuschwimmen.

Ich freue mich darüber, wenn viele Menschen die Vitalpflaster zu ihrem Vorteil nutzen. Wenn das Pflaster nicht wirklich Energie ausbalancierend wirkt, wird der Test mit irgendeinem Vitalpflaster negativ ausfallen. So habe ich in meinen Forschungen im letzten Jahrzehnt viele Menschen kennengelernt, die bereits Vitalpflaster geschädigt waren. Ich schenkte ihnen dann meistens ein Vitalpflaster der neuen Generation, um sie zu überzeugen und damit sie das Vitalpflaster noch einmal testen konnten. Dabei sollten sie das Pflaster exakt nach meiner Vorgabe anwenden. Man kann die Menschen, die nach dieser Erfahrung die Vitalpflaster nicht freudestrahlend weiter verwendet haben, an den Fingern einer Hand abzählen.

# Reflexzonen und Vitalpflaster



Als Reflexzone wird ein Körperbereich bezeichnet, der aufgrund einer Wechselwirkung zu einem Körperteil zur Untersuchung wie auch zur Behandlung dient. Sicher sind Ihnen Fussreflexzonenmassagen ein Begriff. Von der Schulmedizin wird diese Behandlungsform oft belächelt. Gleichzeitig warnt sie jedoch davor, zum Beispiel während der Schwangerschaft die falschen Punkte zu drücken, da dies eine Frühgeburt auslösen könne. Da darf die Frage gestellt werden, ob die Fussreflexzonenmassage nun wirkt oder nicht?

Fussreflexzonenmassage ist den Heilberufen vorbehalten. Allerdings kann jeder Fussreflexzonenmassage anwenden. Offensichtlich spielt das lediglich in der Abrechnungsmethode (Krankenkasse oder Cash oder gratis in der Partnerschaft, der Familie oder unter

Freunden) eine Rolle, über die Wirkung selbst streiten sich die Fachleute.

Es gibt viel Fachwissen über die Reflexzonen. Jüngste Beispiele aus Deutschland und Österreich zeigen, Forscher an der Universität Innsbruck haben nachgewiesen, dass durch Druckstimulation auf den Reflexzonen der Niere, die Nierendurchblutung aktiv stimuliert werden kann, d. h. in gewisser Weise lassen sich per Fernbedienung die Nieren aktivieren.

Eine Untersuchung an der Universität Jena konnte nachweisen, dass sich durch die Behandlung der Fernreflexpunkte der Knie, eine deutliche Linderung von Kniearthroseschmerzen bei Patienten erreichen lies. Aber werden die Füße nicht dauernd durch den

Druck des Körpers massiert? Die Fussreflexzonen wurden ursprünglich beim Barfußgehen automatisch durch die Unebenheiten des Untergrunds behandelt. Erst seit der Mensch Schuhe trägt, werden diese Zonen sträflich vernachlässigt. Allein die Massage der Punkte ist nicht ausreichend. Mindestens so wichtig ist die energetische Regulierung.

Durch die Massage am Fuss werden die Reflexzonen wieder besser durchblutet und zugleich auch das entsprechende Organ. Sie können das selbst einmal ausprobieren. Wenn Sie zum Beispiel die mittlere Zehe massieren, können Sie bereits nach kurzer Zeit feststellen, dass der Mittelfinger der heisseste Finger Ihrer Hand ist.

Da jeder Muskel und jedes Organ nur optimal funktionieren kann, wenn es gut durchblutet ist, kann über die Fussreflexzonenmassage und ganz speziell mit den Vitalpflastern, an den richtigen Stellen am Fuss aufgeklebt, eine Selbstheilung in Gang gesetzt werden.

Grundsätzlich ist die Fussreflexzonenbehandlung in den fernöstlichen Massagetraditionen bekannt. Sie findet sich in der ayurvedischen Massagetradition genauso, wie in der historischen Thaimassage und der

chinesischen Tuina-Massage. Als Pionier der neueren westlichen Reflexzonenmassage gilt der amerikanische Arzt William Fitzgerald (1872–1942). Er hatte sich neben seiner schulmedizinischen Ausbildung auch Kenntnisse der Methoden indianischer Volksmedizin angeeignet, wozu Vorstellungen über reflektorische Zusammenhänge und eine Druckbehandlung gehören, wie sie seit Jahrhunderten bis heute in den Indianer-Reservaten angewendet wird.

Fitzgerald entwickelte daraufhin ein System: Er teilte den Körper in zehn senkrechte Zonen (Zonentherapie) ein. Dieses Konzept bildete bereits 1917 die Basis der heutigen Reflexzonenmassage. Später wurden diese Längszonen auch in drei Querzonen eingeteilt. Diese Einteilung stellt bis heute die Grundlage der Reflexzonenmassage dar. Von Amerika aus kam die Reflexologie über England auch nach Deutschland. In der Ausbildungsstätte von Hanne Marquardt wird das System seit 1967 weitergegeben.

Die Anwendung von Vitalpflastern auf den Reflexzonen ist nicht nur innovativ, sondern nach Millionen von Anwendern und Erfahrungen hoch effizient und schonend. Viele Anwender berichten Großartiges, allein durch das Aufkleben der Pflaster an den Fusssohlen.



i

- Es gibt nicht nur Reflexzonen an Händen und Füßen, nein auch in den Ohren, im Gesicht und am ganzen Körper sind sie zu finden.
- Die Fussreflexzonen unseres Körpers sind wichtig für den richtigen Einsatz von Vitalpflastern.
- Reflexzonen können wie eine «Fernbedienung» wirken und die Energie der Organe aktivieren.

# Störfeldtechnik und Vitalpflaster

## Was genau sind Störfelder und wie kann man sie erkennen?

Die Deutsche Akademie für Akupunktur (DAA e. V.) beschreibt sie so: «Der Krankheit an die Wurzel gehen!» Sehr viele Menschen tragen, ohne es zu wissen, Störherde (Störfelder) in sich – Dauerbelastungen für den Organismus, die zu unklaren und chronischen Beschwerden führen können. Oft sind Störherde auch die Ursache, wenn Therapien (darunter die Akupunktur) nicht genügend anschlagen. Störherde sind zum Beispiel häufig verborgene Krankheitsprozesse wie chronische Entzündungen (Mandeln, Nasennebenhöhlen, wurzelgefüllte oder tote Zähne), aber auch Narben oder Giftbelastungen (Quecksilber und anderes).

Mit (Laser-)Akupunktur der entsprechenden Punkte im Ohr, lassen sich die Störherde gut behandeln. Auch bei Symptombefreiheit kann ein vorsorglicher Check-up sehr hilfreich sein. Denn oft hat sich der Organismus mehr oder weniger mit eventuellen Störfeldern arrangiert und kann die schädlichen Auswirkungen eines Herdes zunächst noch unterdrücken. Jedoch kann, bei einer schwereren Erkrankung und/oder beim Älterwerden, das Gleichgewicht der Abwehrenenergie zusammenbrechen. Der Organismus hat dann zu wenig Kraft, um die Krankheit optimal zu bekämpfen und es beginnt ein meist langwieriger Krankheitsprozess. Das Vorhandensein eines oder mehrerer Störherde im Körper führt zu einer Blockade der Selbstheilungskräfte des Körpers. Es entwickelt sich im Allgemeinen ein chronisches Krankheitsbild, dessen eigentliche Ursache mit schulmedizinischer Diagnostik nicht geklärt werden kann. Um eine Heilung zu ermöglichen, muss aber der verursachende Herd zunächst gefunden und beseitigt werden.

Ein mir bekannter Arzt, den ich hier nicht namentlich nennen möchte (um seinen Terminkalender nicht über Gebühr zu strapazieren), hat in seiner Praxis für Schulmedizin und TCM eine Erhebung durchgeführt. Als Facharzt, Buchautor über Organfrequenzen und Dozent für Akupunktur hatte er anfänglich keine grossen Erwartungen an die Vitalpflaster. Aber er war so interessiert wie ich es war, als ich mit den Vitalpflastern begonnen habe, und er wollte selbst Erfahrungen damit machen.

Dabei hat er vier Patienten Vitalpflaster einfach auf die Füsse kleben lassen. Zuerst testete er die Patienten auf ihre Störfelder. Dabei wird von Typ 1 (stark) bis Typ 5 (schwach) unterschieden. Danach mussten die Patienten über 15 Nächte beide Füsse mit Vitalpflastern

bekleben. Nach den zwei Wochen kamen die Patienten dann zum Nachmessen. Im Normalfall lassen sich durch die Selbstheilungskräfte die Störfelder so gut wie nicht und wenn überhaupt, nur sehr langsam verbessern.

Eine ganze Stufe Verbesserung tritt meistens erst nach einem Jahr oder sogar noch später ein. Auf einer Veranstaltung präsentierte ein Vertreter des Forschungsarztes nach nur zwei Wochen Testzeit bereits die ersten vier Fälle (Siehe Testreihe auf Seite 15).

**In der Zwischenzeit wurden hunderte von Menschen nach diesem Verfahren nachgemessen. Die Resultate sind erstaunlich!**

**Fazit:** Die Vitalpflaster, aufgetragen auf der Mitte der Fusssohlen (beide Seiten notabene), bringen bei Störfeldern aller Art innerhalb von nur zwei Wochen eine durchschnittliche Verbesserung von einem Störfeldfaktor. Das sind 20 bis 50 % Verbesserung, je nachdem, wo sich der Ausgangsmesspunkt befand. Das ist enorm und wird normalerweise (wenn überhaupt) in so kurzer Zeit ausschliesslich mit intensiver Therapiearbeit erreicht. Alle verwenden die gleichen Pflaster und benutzen es auf dieselbe Weise. Das sieht nach einem Allerweltsheilmittel aus. Tatsache ist jedoch, dass das Pflaster die Selbstheilungskräfte aktiviert. Es ist kein Heilmittel.



- Mit Bambus Vitalpflastern sind beim Thema Störfelder geradezu revolutionäre Durchbrüche registriert worden.
- Der Körper arrangiert sich häufig mit Störfeldern. Langfristig ergeben sich daraus aber chronische Gebrechen.
- Störfelder werden häufig mit sanften Therapieformen aufgelöst.

# Testreihe mit Patienten

## **Patient 1: 36-jähriger Patient, Schmerzen im Fuss**

**Erhebung zu Beginn:** Drei Störfelder; Typ 1, Narbe lumbal, Lende, Typ 3, Narbe rechte Hand nach schwerer Verletzung, Typ 4, Narbe nach Hauttransplantation, Schmerzen im linken Fuss.

**Resultat nach 15 Nächten Vitalpflaster:** Alle drei Störfelder verbesserten sich innerhalb dieser Zeit um jeweils eine Stufe!

## **Patient 2: 30-jährige Patientin, subjektiv beschwerdefrei**

**Erhebung zu Beginn:** Typ 3, Störfeld Quecksilber

**Resultat nach 15 Nächten Vitalpflaster:** Das Quecksilberstörfeld besserte sich um eine Stufe, Typ 3 zu Typ 4, bei weiterhin subjektiver Beschwerdefreiheit und dies trotz Quecksilberentgiftung.

## **Patient 3: 44-jährige Patientin, allergische Rhinitis (Chronischer Nasenkatarrh)**

**Erhebung zu Beginn:** Typ 3, Störfeld rechte Nasennebenhöhle, Dioxin Belastung (homöopathische Potenz DM 1:1 Mio).

**Resultat nach 15 Nächten Vitalpflaster:** Verbesserung des Nasennebenhöhlen-Störfeldes von Typ 3 zu Typ 4. Auch die Dioxinbelastung, gemessen an der homöopathischen Potenz von DM zu MM (1: 0,5 Mio), zeigte eine deutliche Verbesserung. Die Rhinitis wurde subjektiv als leichter empfunden.

## **Patient 4: 47-jährige Patientin, Hirntumor, Vertigo (Schwindel)**

**Erhebung zu Beginn:** Formaldehydbelastung

**Resultat nach 15 Nächten Vitalpflaster:** Sowohl subjektive als auch objektive, Verbesserung der Symptomatik.

## **Zusammenfassende Aussage:**

Durch die Anwendung der Vitalpflaster kann anscheinend eine Verbesserung, vor allem der Störfelder, erreicht werden. Weitere Anwendung an weiteren Patienten werden schlüssigere Aussagen ergeben.

Wo Licht ist,  
ist auch Leben!



# Vitalpflaster sind Lichtnahrung für den Körper

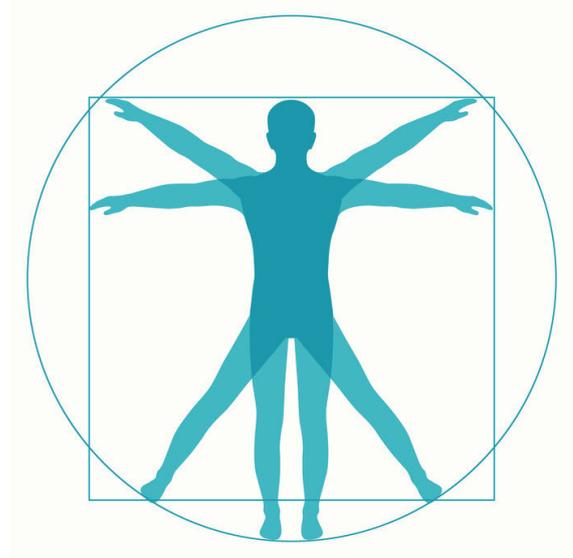
Die wichtigste Voraussetzung, dass Leben überhaupt stattfinden kann, ist Licht. Natürlich sind auch Mineralien und Sauerstoff bzw. Luft notwendig. Aber – ohne Licht gäbe es kein Leben. Die Sonne schenkt uns als Urenergie die Lichtkraft, die heutige physikalische Bezeichnung dafür ist Licht- und Tonquanten oder Biophotonen und -phononen. Ohne diese Quanten ist kein Leben möglich.

Erst die Kreuzung eines Lichtquantums mit einem Tonquantum bildet die Basis für Materie. Die Lichtnahrung für unsere Zellen liefern die mit Quanten befrachteten Elektronen als Boten der Sonne, die bekanntlich negativ geladen (Negativ Ionen) sind. Eine Möglichkeit, unserem Körper zu mehr Vitalität zu verhelfen, besteht in der Zufuhr von Biophotonen und -phononen, die er gut verarbeiten kann. Diese sind zum Beispiel in naturbelassenen Lebensmitteln und in reinem Quellwasser enthalten.

Auch ausreichende Bewegung in einer intakten Natur hilft uns, Biophotonen und -phononen über die Atmung und unsere Haut aufzunehmen. Biophotonen und -phononen sind mit einer negativen Ladung – mit Elektronen – gekoppelt. Sie werden von den Pflanzen über ihren grünen Farbstoff, das Chlorophyll, aufgenommen.

Der Stoffwechsel, der für seine Funktion Chlorophyll braucht, wird Photosynthese genannt. Dabei erzeugt die Pflanze aus Kohlendioxid ( $\text{CO}_2$ ) und Wasser ( $\text{H}_2\text{O}$ ) mithilfe von Licht Sauerstoff, der an die Umwelt abgegeben wird. Überschüssige Quanten werden zusammen mit den freien Elektronen – in diesem Zusammenhang auch Negativ Ionen genannt – im Chlorophyll gespeichert. Je mehr Licht eine Pflanze aufgenommen hat, desto mehr Biophotonen und freie Elektronen enthält sie.

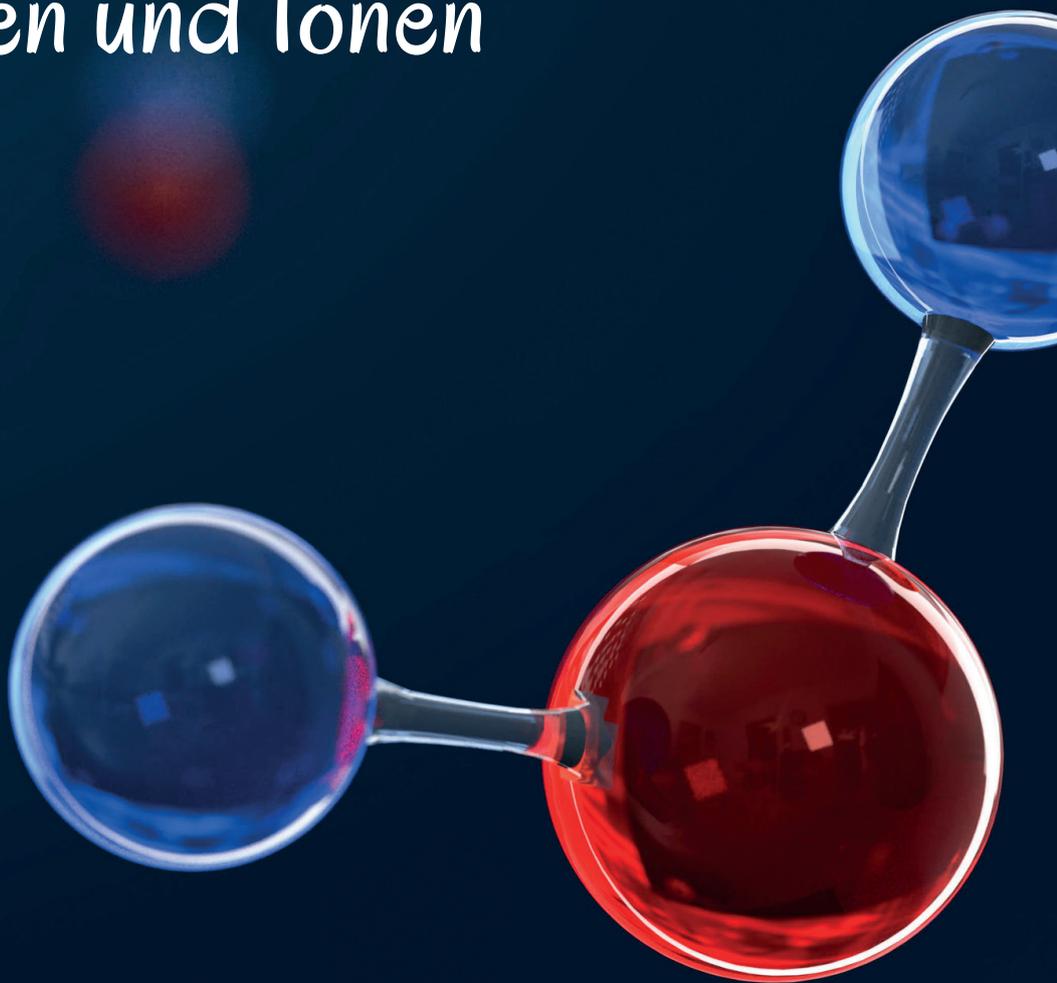
Die Vitalpflaster der neuen Generation, welche naturrein sind und zu 97 % aus Bambus bestehen, enthalten einen enorm hohen Anteil an Biophotonen.



i

Unser Leben besteht vor allem aus Nichts. Sprich aus Information! Nur ein Milliardstel ist naturwissenschaftlich als Materie definierbar!

# Von Atomen und Ionen



Negativ Ionen sind ein wichtiger aktiver Zellschutz.

Russische Wissenschaftler haben in den Achtzigerjahren nachgewiesen, dass die Meridiane unseres Körpers als Lichtleiter funktionieren. Wenn ein einzelner Lichtstrahl auf verschiedene Partien der menschlichen Körperoberfläche gerichtet wird, erscheint ein winziger Lichtfleck an einer entfernten, unbeleuchteten Stelle auf demselben Meridian. Diese Weiterleitung des Lichts kann jedoch nur stattfinden, wenn die Akupunkturpunkte beleuchtet werden. Wenn der Lichtstrahl auch nur drei bis vier Millimeter neben den Akupunkturpunkt trifft, verschwindet das Signal auf dem Photodetektor sofort. Bei der Durchführung dieses Experiments hing die Fortpflanzung des Lichtes auch von der Frequenz ab. Am besten wurde weisses Licht gelei-

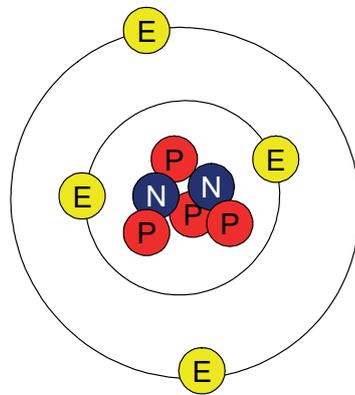
tet. Die Meridiane sind also eine Art Lichtleitsystem, welches ähnlich funktioniert wie ein Glasfaserkabel.

## **Negativ Ionen, die Lichtnahrung der Zellen**

Durch Umwelteinflüsse werden immer wieder Moleküle, die im Stoffwechsel eine wichtige Rolle spielen, unnatürlich gespalten. Sie bleiben mit einem ungepaarten Elektron zurück und werden dann freie Radikale genannt. Freie Radikale sind sehr aggressiv, weil sie sich sofort mit dem nächstbesten neutralen Molekül verbinden, um wieder vollständig zu werden. Dadurch wird dieses Molekül zum freien Radikal und es entsteht eine endlose Kettenreaktion. Wenn freie Radikale die Moleküle der Zellwände, des Zellkerns und der DNS angreifen,

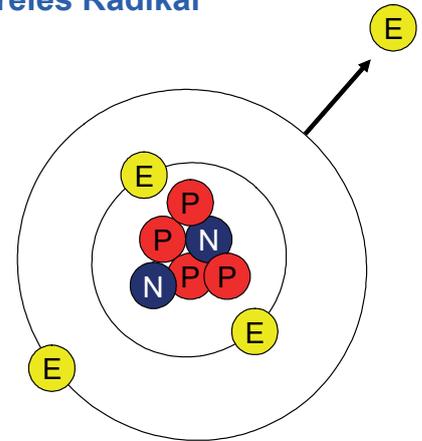
# Positiv Ionen

## normales Atom

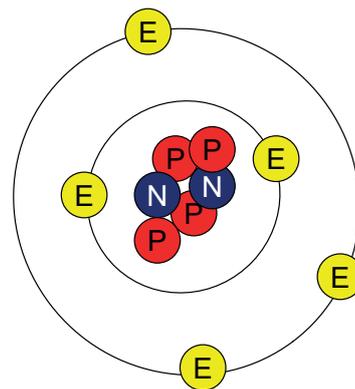


## Positiv Ion/Kation

Hochreaktives  
freies Radikal



# Negativ Ionen



## Negativ Ion/Anion

Negativ Ionen  
binden freie Radikale

sind die Folgen besonders drastisch: Nährstoffe können einerseits nicht mehr in die Zelle gelangen, andererseits werden die Codes der DNS für das optimale Funktionieren der Zelle verändert.

Dadurch kommt es zu Zellalterung oder im schlimmsten Fall zum Zelltod. Die Kettenreaktion durch freie Radikale kann durch einen Überschuss an zur Verfügung stehenden freien Elektronen gestoppt werden. Moleküle, welche freie Elektronen speichern, werden in diesem Zusammenhang auch als Negativ Ionen (= Radikalfänger) bezeichnet.

Sie stellen den Überschuss an Elektronen zur Verfügung und stoppen die Kettenreaktion der freien Radikale. Dadurch verhindern sie die

oben beschriebenen schädlichen Vorgänge in der Zelle. Sie sind somit ein wichtiger aktiver Zellschutz.

**Vitalpflaster haben eine enorm hohe antioxidative Wirkung.**

Die Negativ Ionen-Konzentration in unserem Körper und der Umwelt ist von grundlegender Bedeutung für das Wohlbefinden und die Gesundheit des Menschen. Je ungesünder die Lebensweise und das Umfeld eines Menschen, desto mehr freie Radikale bilden sich in seinen Zellen und desto weniger schützende Negativ Ionen stehen ihm zur Verfügung. Industriell bedingte Umweltbelastungen von Luft, Wasser und Nahrung verschieben das Verhältnis zusätzlich immer mehr zu Ungunsten des Menschen. Elekt-

rotechnische Prozesse lassen zusätzlich elektrisch positiv geladene Ionen entstehen, welche über die Atemluft in den Körper aufgenommen werden und sehr belastend sein können. Biologisch wirksame Negativ Ionen können wir hauptsächlich über lebendige Nahrung, über gute Nahrungsergänzungsmittel und über die Luft aufnehmen. Ionisierte Atemluft finden wir in nennenswerter Konzentration allerdings nur im Hochgebirge und am Meer.

**Durchatmen auf dem Berg oder am Meer ist Anti-Aging pur!**

# Messungen und Tests mit Weisslicht-Radionik Stärke

Eine neue und faszinierende Möglichkeit der Zufuhr von Negativ Ionen ist durch die Auflage von Vitalpflastern. Auch ohne symptomatische Beschwerden empfiehlt es sich, die Vitalpflaster rein präventiv anzuwenden. Sie stärken das Immunsystem durch die Aufladung von Negativ Ionen.

Weisslicht-Radionik ist eine Technik, bei der mit einer Apparatur die harmonische und mengenmässig reine Lichtenergie eines Objektes gemessen wird.

**Wir haben die Vitalpflaster auf die weisslicht-radionische Stärke untersuchen lassen. Dabei ergaben sich folgende grundlegende Erkenntnisse:**

- 100 % ist nicht möglich, dabei würde es sich um reines weisses Licht handeln.
- Alles über 80 % ist therapeutisch sehr empfehlenswert.
- Zwischen 50 % und 80 % Weisslicht sind Normalwerte, wie sie in der Natur vorkommen und daher wirklich gut.
- 40 bis 50 % sind Durchschnittswerte.
- Liegt der Wert unter 40 %, entzieht er dem Körper bereits Lichtenergie.
- Unter 20 % stellt einen krankmachenden, degenerativen Wert dar.

Wir haben uns an eine Praxis für Weisslicht-Radionik, der White Light Radionic Association (Europäische Weisslicht-Radionik-Vereinigung) gewendet, um die

Vitalpflaster und andere Gegenstände auf ihre Weisslichtkraft (reine Licht-Energie) testen zu lassen. Es ist nicht verwunderlich, dass Industrienahrung – wie zum Beispiel Energy-Drinks (welch verfänglicher Name! Und sogar gesetzlich geschützt!), Zucker und weitere tote Nahrung – schlecht abgeschnitten hat.

Ein frisch gepflückter Bioapfel weist schon fast 70 % Weisslichtenergie auf und hat fast schon eine heilende Wirkung. Dass die Vitalpflaster eine weisslicht-radionische Potenz von 93 % erreichen, hat selbst die Prüfer erstaunt. Ihr Fazit: «Die Menge an Energie/Kraft ist bei den Vitalpflastern so hoch wie bei kaum einem anderen, je von uns getesteten Produkt!»

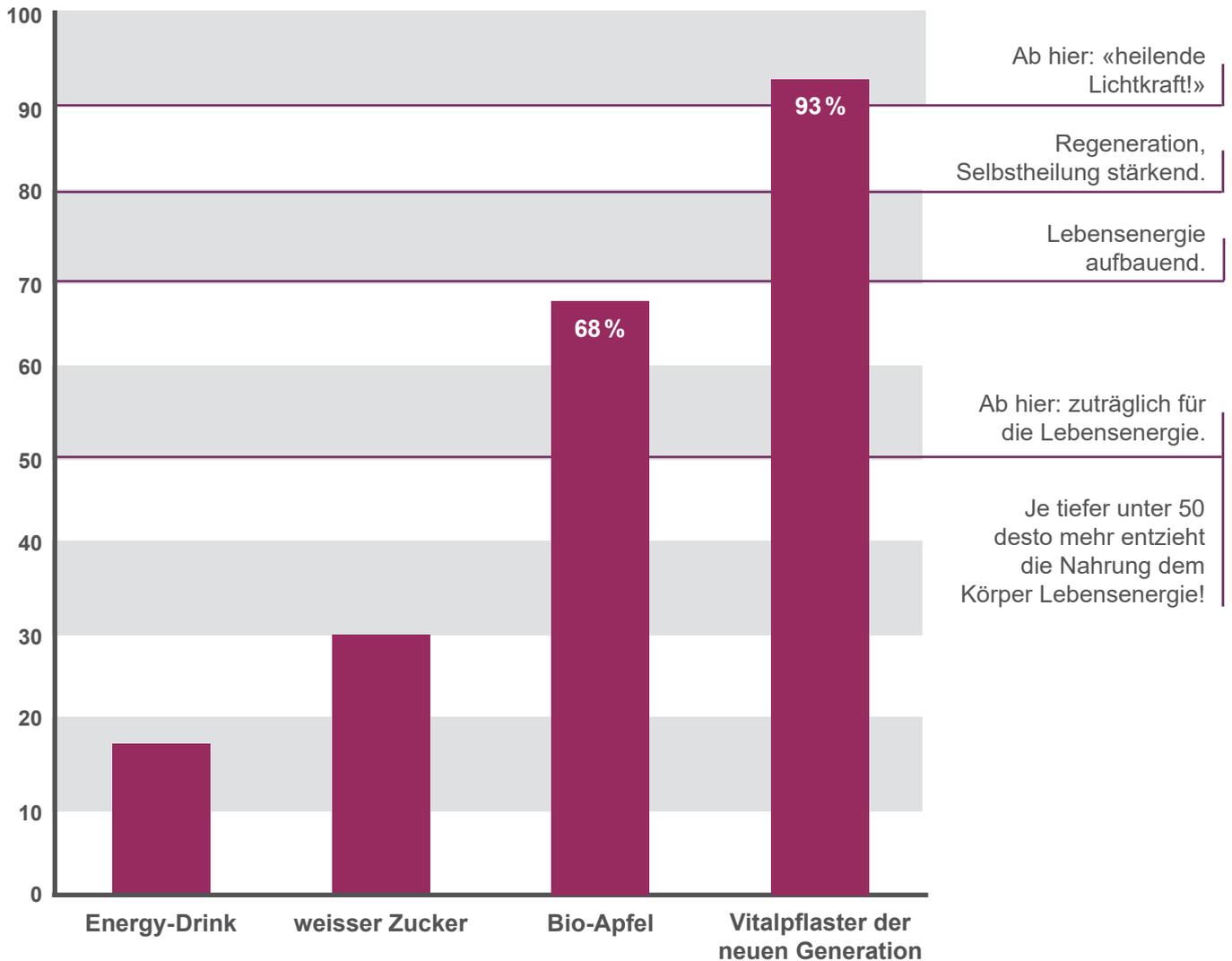
Mit 93 % weisslicht-radionischer Kraft ist das Vitalpflaster bei Fachpersonen höchst willkommen. Es unterstützt die Energiearbeit und gibt den Menschen die Möglichkeit, auch zu Hause Heilenergie zu erfahren.

Sie werden sicher nachvollziehen können, wie sehr mich die Resultate, Tests und Erfolge aufwühlten. Allerdings gab es mir zu denken, welche zum Teil bedenkliche Inhaltsstoffe verschiedene Pflaster aufwiesen. Meist waren sie unwirksam, wenn nicht sogar schädlich. Ich musste also weiterforschen und entwickeln. Dabei entstand sehr viel Gutes.



- Weisslicht-Radionik ist eine Technik, bei der mit einer Apparatur die harmonische und mengenmässig reine Lichtenergie eines Objektes gemessen wird.

## Weisslicht-Radionik



- Mit 93 % weisslicht-radionischer Kraft ist das Vitalpflaster bei Fachpersonen höchst willkommen. Es unterstützt die Energiearbeit und gibt den Menschen die Möglichkeit, auch zu Hause Heilenergie zu erfahren.



# Vitalpflaster richtig anwenden

## Die Grundkur

Für das Entgiften, Entschlacken und Ausgleichen sind nicht nur die richtigen Vitalpflaster wichtig. Genauso entscheidend ist es, dass sie richtig angewendet werden. Grundsätzlich ist die Anwendung auf den Fusssohlen über Nacht sehr zu empfehlen. Die Fusssohle gilt als die Reflexion aller Energiekanäle und aller Organe schlechthin. Über die Fusssohle können wir im Sinne der TCM jede Disharmonie erreichen. Eine normale Entschlackung und Entgiftung erfolgt also über die Fussreflexzonen. Speziell wird hier die Mitte der Fusssohlen aktiviert, da sich darauf der einzige Akupunkturpunkt auf den Fusssohlen befindet, nämlich Niere 1.

Niere 1 ist in der TCM Ausleitungspunkt par excellence. Über diesen Punkt wird die Mitte gestärkt, der Geist (Shen) wird beruhigt und allgemein reguliert er das Energiesystem im Körper (wie zwei Stecker in der Steckdose). Auch in jeder Meditation oder Qi-Gong

Übung und bei allen anderen energieregulierenden Techniken wird zu allererst die Erdung über die Füße mit dem Boden hergestellt. Damit leitet man schlechte Energien aus. Physisch wird somit die Entgiftung/Entschlackung aktiviert. Diese Anwendung kann nicht oft genug wiederholt werden. Sie sollte aber mindestens über vier Wochen regelmässig stattfinden. Auch nach dieser Grundkur wird die Klebetechnik regelmässig weiter angewendet.

Weiteren Anwendungen sollte eine solche Entgiftung und Energieregulierung vorausgehen. Die Grundanwendung kann gut kombiniert werden mit anderen Anwendungen. Die Applikation geschieht in der Regel über Nacht. Sollte ein Schlafmangel daraus entstehen, können die Vitalpflaster auch tagsüber angebracht werden. Normalerweise ist aber das Gegenteil der Fall: Durch die Vitalpflaster schläft man wesentlich besser,



- Vitalpflaster auf die Mitte der Füsse, stellen die Basis aller Anwendungen dar.
- Füsse vorher reinigen und keine Creme oder dergleichen auftragen!
- Vitalpflaster eignen sich auch sehr gut für Kinder. Die Kleber sollten dabei aber nach Möglichkeit nicht angewendet werden. Hier sind Bandagen etc. besser geeignet.

d. h. tiefer und man ist in der Früh ausgeruht. Wenn aktive Reaktionen auftreten (Entgiftung) kann die Kur auch für kurze Zeit unterbrochen werden (ein bis drei Tage/Nächte). Dann sollte wieder begonnen werden und so gut es geht erneut regelmässig angewendet werden.

Achtung: Es ist darauf zu achten die Vitalpflaster immer beidseitig anzubringen – also beide Füsse mit je einem Pflaster zu bekleben. Das ist sehr wichtig.

**Füsse vorher reinigen und keine Creme oder dergleichen auftragen!**

Die Vitalpflaster werden auf die gewaschenen und getrockneten Fusssohlen aufgeklebt. Die Fusssohle darf nach der Reinigung nicht mit irgendwelchen Salben behandelt werden. Eine Kur muss mindestens 30 Nächte konsequent durchgeführt werden. Danach kann man je nach Befinden die Kur problemlos längere Zeit weiter durchführen. Nach der Entgiftungs- und Entschlackungskur wird eine Daueranwendung von ein- bis dreimal pro Woche empfohlen. Wie oft man die Pflaster dann anwendet, muss jeder für sich selbst entscheiden. Viele haben selbst das Bedürfnis die Pflaster zu kleben und spüren nach ein paar Tagen ohne Vitalpflaster einen deutlichen Unterschied in Bezug auf die Konzentration, mehr Energie, eine besserer Schlafqualität oder wiederkehrende Schmerzen. Die Vitalpflaster dürfen

von allen verwendet werden. Auch Kinder und Schwangere dürfen Vitalpflaster anwenden. Wir haben die Vitalpflaster auch bei Klein- und Kleinstkindern angewendet. Dabei werden zum Beispiel neugeborenen Babys die Vitalpflaster unter das Leintuch gelegt (nicht aufgeklebt), um den Energiehaushalt zu regenerieren. Die Rückmeldungen sind unglaublich positiv. Vor allem der Schlafrhythmus hat sich bei vielen Babys verbessert.

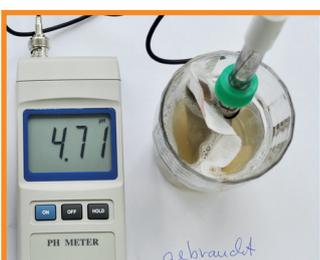
Kleinen Kindern kann man die Pflaster vor allem auch auf den Bauch legen. Bitte bei Kindern, insbesondere bei Babys keine Kleber verwenden, sondern mit Bandagen oder auch mit hypoallergenen Pflastern befestigen. Diese Befestigungsprodukte sind in jeder Drogerie oder Apotheke erhältlich.

Die Befestigung der Pflaster auf den Füßen ist normalerweise mit den Klebern ideal. Zu beachten ist lediglich, dass eine Ausleitung Schwermetalle hervorbringt und dabei «die Pilze zu tanzen beginnen». Das heisst, es kann sich rund um den Klebeteil des Pflasters ein Ausschlag entwickeln. Diesen sollte man natürlich behandeln, allerdings nicht mit Cortison. Dazu eignet sich wohl eher die Behandlung mit einer natürlichen Creme (zum Beispiel Ringelblumensalbe) oder andere Methoden.

### Vor der Anwendung p.H. 7,8–8,2



### Nach der Anwendung p.H. 3,8–4,8



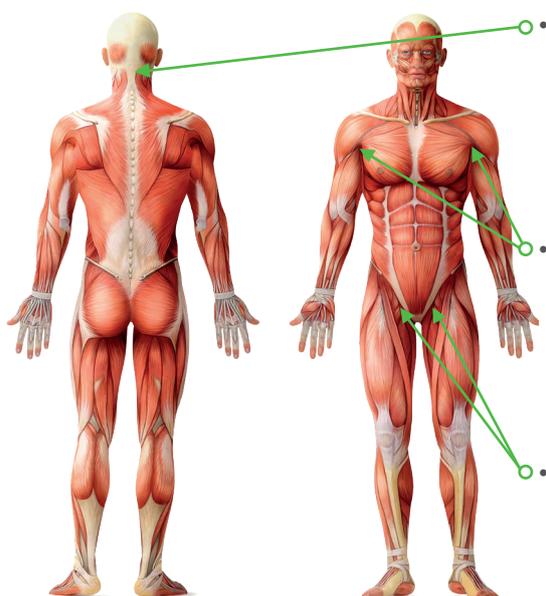
# Lymphentgiftung bei toxischer Belastung

Nach Dr. Klinghardt ist eine Ausleitung vor allem bei grosser Belastung der Lymphe (synthetische Chemie) mit einer speziellen Technik anzugehen. Die Lymphen sind bekanntlich die grössten Speicher toxischer Abfallstoffe aus der synthetischen Chemie. Daran ist vor allem die Pharmaindustrie beteiligt.

Nach Chemotherapien oder anderen sehr intensiven Anwendungen lohnt es sich, eine aktive Lymphentgiftung durchzuführen. Die besten Erfahrungen und Anwendungen wurden, wie nahezu alle Studien belegen, mit den drei Lymphhauptzonen gemacht. Dabei werden die drei nachfolgend beschriebenen Lymphzonen über mindestens 21 Tage abwechslungsweise beklebt. Da erfahrungsgemäss viele Menschen bei dieser Entgiftung aktiv reagieren, ist es empfehlenswert, die Kur tagsüber durchzuführen. Selbstverständlich kann eine nächtliche Anwendung auch erfolgen. Es können dann allerdings unruhige Nächte werden.

Sicherheitshalber empfehle ich für die Anwendung über Nacht, auch Pflaster unten auf die Fusssohlen aufzukleben. Damit wird die Wirkung verstärkt und gleichzeitig die Reaktion gelindert.

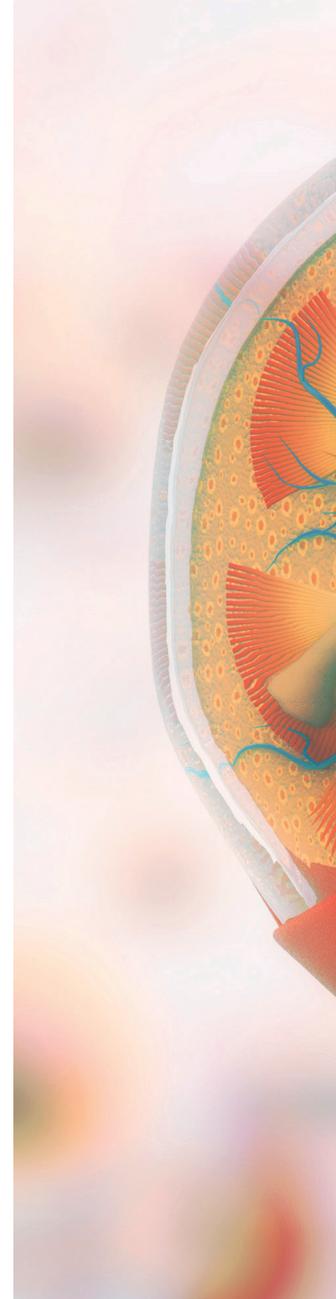
## Die drei Lymphhauptzonen sind:

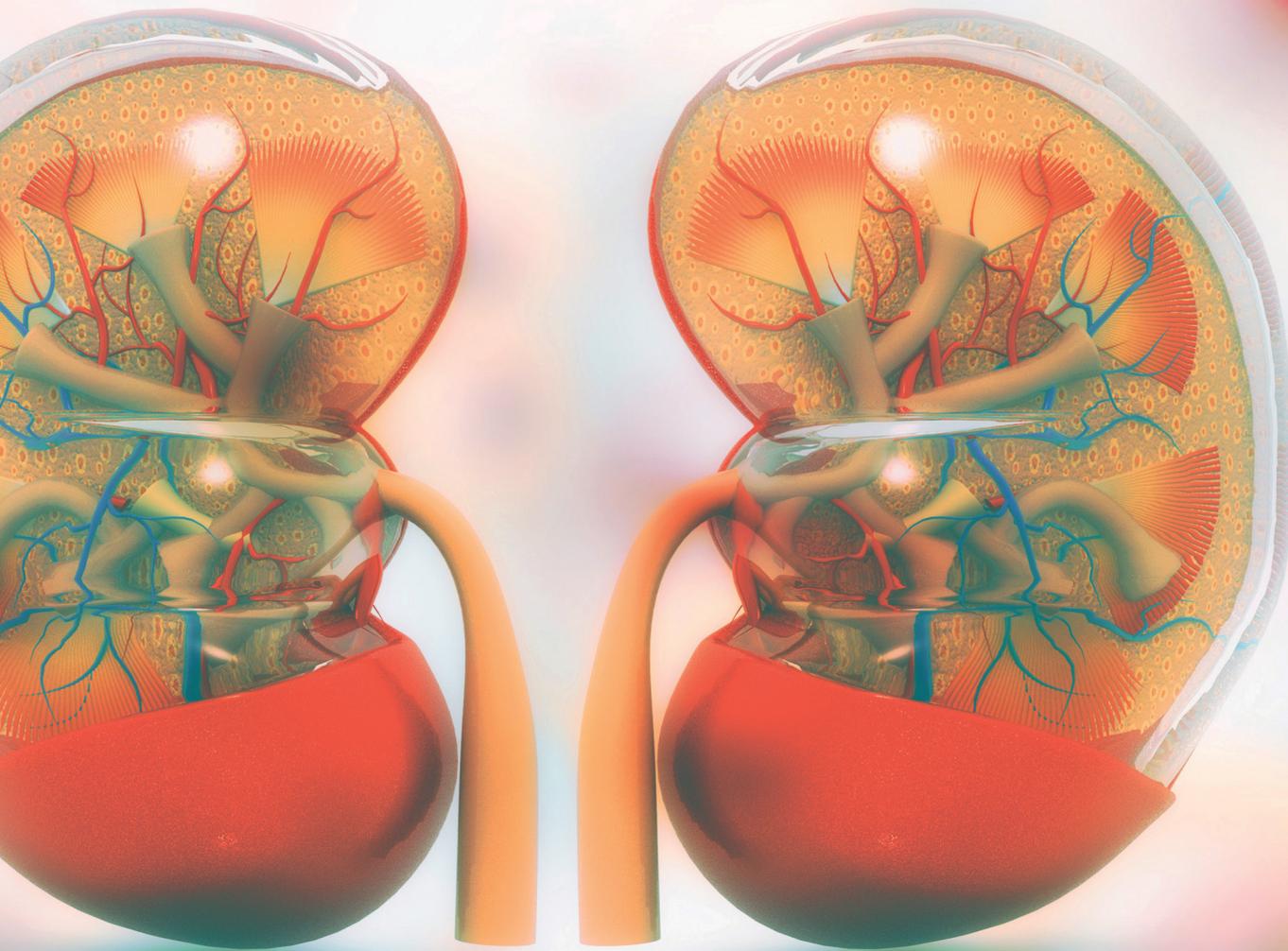


Direkt am Nackenhaaransatz. Dabei das Vitalplaster möglichst ganz an den Rand des Klebers anbringen, damit sich das ganze Vitalplaster auf dem Punkt selbst befindet.

In die Achselhöhlen auf beiden Seiten, direkt unter dem Hauptbrustmuskel. Vorher müssen die Achselhaare entfernt werden. Damit das Pflaster gut sitzt, kann man ein eng anliegendes T-Shirt oder Unterhemd tragen.

In die Leisten auf beiden Seiten. Auch hier müssen vorher die Haare entfernt werden. Zur guten Befestigung enganliegende Unterwäsche tragen.





Die Reaktion auf diese Ausleitung kann sehr aktiv sein. Häufig muss auch länger als drei Wochen geklebt werden. Diese Lymphentgiftung kann man auch prophylaktisch einmal im Jahr durchführen.

**i**

- Die Lymphe sind bekanntlich die grössten Speicher toxischer Abfallstoffe aus der synthetischen Chemie.
- Nach Chemotherapie oder anderen sehr intensiven Anwendungen lohnt es sich, eine aktive Lymphentgiftung durchzuführen.

# Erfahrungsberichte über Schmerzzustände

Schmerz ist nicht gleich Schmerz. Wir unterscheiden grob vereinfachend zwei Schmerzzustände: akute und chronische Schmerzen.

## Akuter Schmerz



Akuter Schmerz gilt in der TCM als heisser Schmerz. Meist handelt es sich dabei um eine Entzündung. Typisch ist dabei, dass die Linderung des Schmerzes durch Kühlung erfolgt. Akute Schmerzen sind z.B. Schmerzen eines Unfalls (Verstauchung, Prellung, Zerrung), Entzündungen (-itis), aber auch stechende, pulsierende Organschmerzen (z.B. Menstruationsbeschwerden, Blasenentzündungen etc., obwohl diese Schmerzen nicht mit Kälte gelindert werden können). In diesem Fall wird nach der Dawos-Methode geklebt (Da wo es weh tut). Also direkt auf die Schmerzstelle. In der Regel wird damit der Schmerz (lokale Übersäuerung) sowie die Schwellung ausgeleitet. Zumindest verläuft der Heilungsprozess wesentlich schneller.



## Chronischer Schmerz

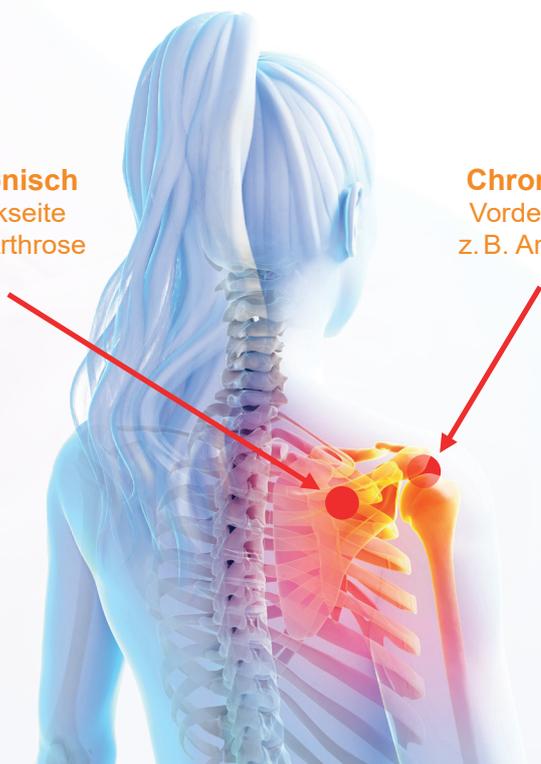
Chronische Schmerzen werden auch als kalte Schmerzen bezeichnet. Wärme bringt dieser Schmerzart häufig Linderung. Typisch sind Gicht, Rheuma, Arthritis und Gelenkschmerzen (eingerstet). In diesem Fall wird nach der Sandwich-Methode geklebt. Das heisst, die Schmerzstelle wird von zwei Seiten eingeklemmt, also von oben und unten oder von links und rechts. Auch klebt man häufig am Anfang und am Schluss, beispielsweise bei chronischen Oberschenkelmuskulaturschmerzen. Anstatt auf den Muskel und auf den Beinbizeps zu kleben, kann man hier gut am Muskelansatz und oberhalb des Knies in Energieflussrichtung (also auf derselben Linie) je ein Pflaster kleben. Damit wird der Muskel aktiviert.

Ziel des Sandwich-Klebens ist es, die kalte, blockierende Stelle (Stase) zu aktivieren und so den Energiefluss wieder anzuregen.

**Achtung:** Typisch dabei ist, dass bei der Aktivierung dieser Blockade anfänglich stärkere Schmerzen auftreten. So kann es während der ersten zwei bis vier Tage zu pulsierenden, aktiven Schmerzen kommen. Das ist allerdings normal und zeigt sogar den gewünschten Regulationseffekt.

**Chronisch**  
Rückseite  
z. B. Arthrose

**Chronisch**  
Vorderseite  
z. B. Arthrose



Im Ernstfall kann man auch auf das zweite Pflaster (Sandwich-Methode) für ein bis zwei Tage verzichten, bis der akute Schmerz verschwunden ist. Danach sollte man aber über längere Zeit wieder kleben. Bei chronischen Schmerzen ist wichtig zu erwähnen, dass alle chronischen Krankheiten, insbesondere Ablagerungen im ganzen Körper (häufig zuerst Hände und Knie, später Rücken usw.) immer mit Übersäuerung zu tun haben. In dem Fall und bei einer derart fortgeschrittenen Übersäuerung ist eine Grundkur über 30 oder wahrscheinlich sogar 60 bis 90 Tagen mit Fusssohlenbeklebung angesagt und sogar erforderlich.



# Anwendung nach Yin und Yang

- **Yin** ist das Passive, Ruhige, Besinnliche, die Leere, das Innen, die Kälte, das Weibliche.
- **Yang** ist das Aktive, Lebendige, das Extrovertierte, die Fülle, das Aussen, die Hitze, das Männliche.

Jeder Mensch hat sowohl Yin als auch Yang in sich. Einer mehr von dem und weniger vom anderen. Das ist ganz unterschiedlich. Deswegen wird Yin und Yang auch noch in verschiedene Kategorien eingeteilt. Die Traditionelle Chinesische Medizin spricht von den Fünf Elementen.

Viele Menschen sind aber deutlich stärker im Yin oder generell im Yang zu Hause. Diesen Missstand sollte man ändern. Mit den Vitalpflastern kann man diesen Zustand wirklich aussergewöhnlich gut korrigieren.

Wir unterscheiden also diese zwei Typen. Dazu dienen die zwei folgenden Standardanwendungen, die in jedem Fall zum Erfolg führen:

## Yang-Typ

Yang-Typ oder Yang-Zustand bedeutet, dass der Typ Mensch eine Yang-Phase durchlebt. Yang bedeutet aktiv, angespannt, gereizt, heiss, nach oben orientiert. Die daraus folgenden Probleme sind häufig Bluthochdruck, Herzprobleme, Reizblase, Reizhusten, Muskel- und Sehnenbeschwerden, Hyperaktivität bis hin zum Burn-out, Potenzprobleme, stechende Schmerzen, Tinnitus aurium. Es ist leicht vorstellbar (bildlich), dass auch die Leber, die für die Entgiftung zuständig ist (körperlich und mental), einfach überlastet ist und dadurch ein Stau entsteht. Sie reagiert mit Überdruck – das Ventil sind Störungen und Krankheiten. Yang-Typen sind häufig Manager.

Sie sind in ihrer Arbeit sehr aktiv und häufig auch hektischer. Yang-Menschen sind klassische Burnout-Patienten, deren Energiesystem den Belastungen einfach nicht mehr Stand halten konnte. Die nachfolgenden zwei Akupunkturpunkte sollten täglich über einige Zeit konsequent ge-

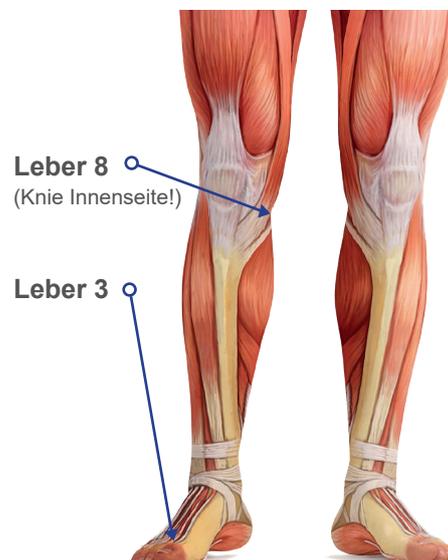
klebt werden. Am besten eignet sich dafür die Nacht (Leber/Gallenblase und Lunge/Dickdarm Zeiten). Gelebt wird nur auf der rechten Seite, da sich die Leber und die Gallenblase auch im Körper rechts befinden.

Gleichzeitig kann man (nicht zwingend) auf beiden Fusssohlen eine Standard Kur-Anwendung durchführen. Das ist nicht störend, sondern sogar angenehm. Die Anwendungszeit sollte ein bis drei Wochen betragen und sie sollte regelmässig wiederholt werden. Eine Reaktion ist schon nach kurzer Zeit zu erwarten (zwei bis drei Anwendungen). Das Resultat ist in der Regel ein besserer Schlaf, mehr Ausgeglichenheit, insgesamt mehr Ruhe und der Tinnitus kann deutlich nachlassen oder sich ganz auflösen. Die Anwendung muss meistens mehrmals wiederholt werden (alle paar Monate, Anwendungsdauer aber nur noch eine Woche). Im Normalfall spürt der Betroffene instinktiv, wie oft er die Anwendung wiederholen muss.



- Yin ist das Passive, Ruhige, Besinnliche, die Leere, das Innen, die Kälte, das Weibliche.
- Yang ist das Aktive, Lebendige, das Extrovertierte, die Fülle, das Aussen, die Hitze und das Männliche.

## Akupunkturpunkte zum Kleben



# Anwendung nach Yin und Yang

## Yin-Typ

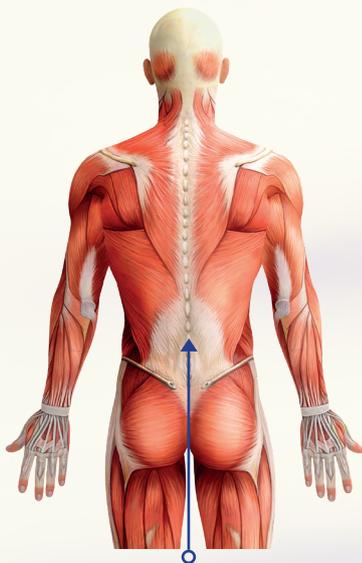
Yin-Typen leiden häufig unter Kälte und Antriebslosigkeit. Sie sind eher zurückhaltend, manchmal sogar depressiv und schwächlich. Typische Schwächen des Yin-Typen sind Kälte, Blasenprobleme, Angstzustände, Sorgen/Grübeln. Yin-Typen sind häufig schwarz gekleidet; sie reagieren empfindlich auf Durchzug und Kälte. Ihre Haut ist häufig blass und dünn.

Um dem Yin-Typen wieder zu mehr Aktivität, Dynamik, Wärme und Mut zu verhelfen, wird die Mitte des Energiezentrums im Sandwich geklebt. Dadurch wird das Element Erde (Magen/Milz) aktiviert und das Qi (Energie) kann vermehrt gewonnen werden.

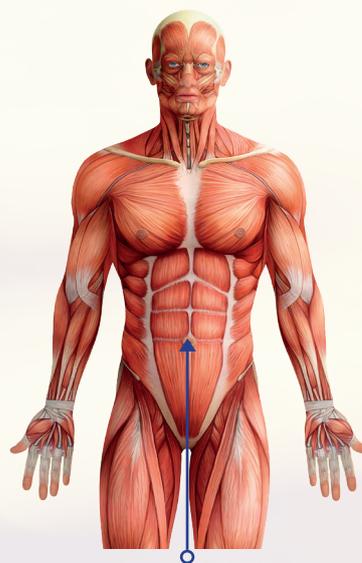
Die Anwendung beim Yin-Menschen dauert häufig etwas länger, da sein Grundtypus eher langsam ist. Auch wird er nicht so schnell eine gravierende Veränderung spüren. Dafür ist sie, wenn sie dann eintrifft, nachhaltiger und stabiler als beim Yang-Typ. Eine regelmässige Wiederholung ist häufig nicht nötig und wenn, dann meist erst nach sechs bis zwölf Monaten. Die Anwendung sollte mindestens über drei Wochen erfolgen. Kombiniert mit der Anwendung auf den Fusssohlen ist sie noch effektiver.

Anwendungszeit ist tagsüber. Wichtig ist die Zeit für Niere/Blase und Magen/Milz. Also von der Früh ab etwa 7:00 Uhr bis abends (19:00 Uhr). Man kann aber auch 24 Stunden kleben.

## Akupunkturpunkte zum Kleben



**Lenkergesäß (DuMai4)**  
(Direkt gegenüber Bauchnabel, höhe Taille)



**Konzeptionsgefäß 8 (Renmai8)**  
(auf dem Bauchnabel)

Die Aktivierung des MinMangs bringt Dynamik, Kraft und Wärme.  
Es ist das Tor der Vitalität.



### Fazit vom Autor Dr. Alfred Gruber

Mein Motto in der Beratung lautet: «Hilfe zur Selbsthilfe». Die Vision, dass jeder die Verantwortung für seine Gesundheit wieder selbst übernimmt ist eine Grosse. Aber, ich halte daran fest.

Ich bin natürlich offen für alle neuen Methoden und Möglichkeiten, die uns aus der Naturwissenschaft angeboten werden. Gerade in der Akut-Notfallmedizin gibt es geniale Errungenschaften. Aber beim Thema GESUNDHEIT sollte der Mensch im Vordergrund stehen und lernen die Verantwortung wieder selbst zu übernehmen. Das ist in einer neuen Gesellschaft, die es gewohnt ist ihre Verantwortung dem Staat, der Medizin oder sonstigen Organisationen zu übergeben um gelenkt zu werden, nicht ganz einfach. Aber wie gesagt: Ich halte daran fest und helfe vielen Menschen sich neu zu orientieren. Ich persönlich geniesse es zu sehen, was Menschen alles selbst erreichen können. Einfach genial.

Die Vitalpflaster begleiten mich seit dem Jahr 2000. Seit Anbeginn sehe ich die Möglichkeiten, die dieses kleine Akupunktur Pad mit sich bringt. Viel hat sich verändert und entwickelt. Aber wichtig ist, dass man es tut! Denn mit den Pflastern kann man wirklich sehr viel Gutes tun. Entscheidend ist die Aktivierung der Selbstregulation! Unser Körper kann sehr vieles (das Meiste) selbst in Ordnung bringen. Man muss ihn nur motivieren, anleiten und etwas Energie zur Verfügung stellen. Die Vitalpflaster können genau dabei helfen.

In der Zwischenzeit habe ich rund 2'000 Fachleute/Berater ausgebildet und trainiere laufend weiter. Niemand soll dabei lernen zu therapieren, sondern zu verstehen, **wieso** sich jeder und **wie** sich jeder helfen kann.



# i-health

Das Schweizer Gesundheits-Magazin



Ausgabe Juni 2023

**3.00 CHF/€**



7 714502 210708