

# FAMILIE

Gesunder Vierbeiner ■ Medizin Hand-auflegen ■ Schädlingsbekämpfung ■ Sommer-Suppe ■ Lebensregeln

## TIPPS FÜR DIE FAMILIE

### LESE-TIPPS

#### Gesunde Vierbeiner!



Das Buch ist ein unentbehrlicher Begleiter durch ein glückliches Hundeleben und bringt alle wichtigen Informationen für Gesundheit und Wohlbefinden der Vierbeiner. Ist mein Hund gesund? Was muss ich tun, damit er bis ins hohe Alter fit und vital bleibt? Woran erkenne ich, dass mein Hund krank ist, und wie deute ich Symptome richtig? Dieses Nachschlagewerk beantwortet alle Fragen, die Ihren Vierbeiner betreffen. Erstmals erfahren Sie, wie Sie mit psychischen Problemen wie Aggressivität und Trennungsangst oder mit der «Scheidungsweise» Hund umgehen. Ein besonderes Kapitel ist der «sanften Tiermedizin» gewidmet.

«So wird Ihr Hund gesund – Tipps für Ihren geliebten Vierbeiner» von Dr. Herta Puttner und Eva Rohrer (Bild) mit 190 Seiten ist für 25 Franken im Ueberreuter-Verlag erschienen.

#### «Schweizer Garten»

Sogar im modernen Biogarten ist Schädlingsbekämpfung ein wichtiges Thema. Wie man es richtig macht, schildert die Zeitschrift «Schweizer Garten». Ansonsten ist das ebenso elegante wie praktische Magazin ganz luftig-leicht auf Sommer getrimmt. Von der Vorstellung wunderbarer Lilienzüchtungen und üppiger Fuchsen bis zu Picknick-Tipps von fitnessfördernden, kalorienarmen Peperoni-Rezepten bis zur Gestaltung von schattig kühlen Kies-Sitzplätzen. Den «Schweizer Garten» gibts am Kiosk; kostenlose Probenummer unter Tel. 031 / 720 53 51.

#### SOMMER-KOCH-TIPP

#### Kalte Suppe: Gaspacho



Eine kalte Suppe im heissen Sommer gefällig? Die Köchin Bianca Lampert aus Triesenberg (Bild) stellt die Sommer-Spezialität vor.  
Zutaten: 200 g rote Peperoni, 200 g Gurken, 200 g reife Tomaten, 1 dl Jus, 1 dl Consomme oder

Bouillon, 60 g Mayonnaise.  
Zum Abschmecken: Cayenne, Tabasco, Salz, Pfeffer, Balsamico, Essig, Knoblauch.  
Zubereitung: Alles rüsten (Peperoni entkernen, Gurken schälen, Tomaten in Stücke schneiden.), sämtliche Zutaten mit Stabmixer oder Mixbecher sehr gut mixen. Durch ein Sieb passieren, abschmecken und kalt servieren.

# Handauflegen wirkt Wunder

Das Handauflegen ist eine der ältesten, einfachsten und wirkungsvollsten Heilweisen

Handauflegen geht zurück bis auf Hippokrates (460 – 370 v. Chr.). Wie überragend Hippokrates war, zeigt, dass sein Eid immer noch Vorbild des ärztlichen Gelöbnisses ist. Warum ist das Handauflegen heute trotzdem so unbekannt?

Arnold H. Lanz

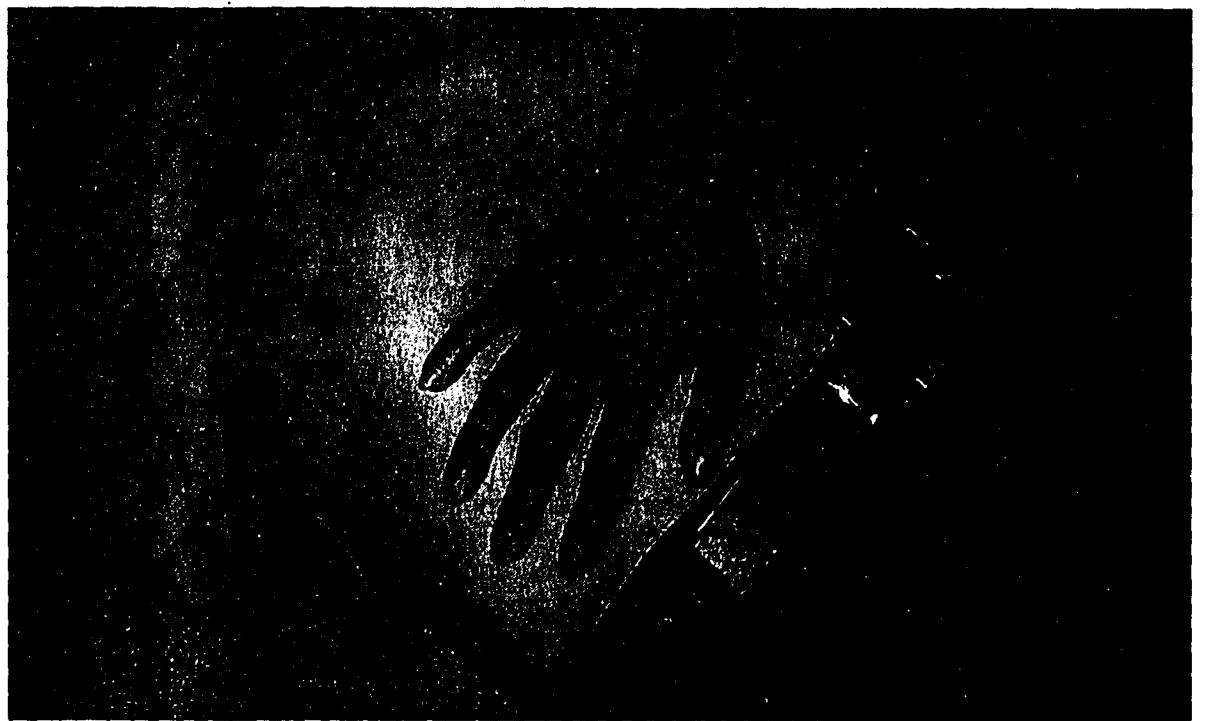
Es ist wohl deshalb so unbekannt, weil es für unser Verständnis viel zu einfach klingt. Angesichts des riesigen ärztlichen Wissens, den Spitalbauten, den ausgeklügelten Diagnose- und Behandlungsapparaten wirkt das Handauflegen nachgerade lächerlich. Viele Menschen erachten es als völlig unglaubwürdig. Da hilft auch wenig, dass die biblischen Wunder meist mit dem Handauflegen verbunden waren. Nun, das Handauflegen mag etwas im Verborgenen blühen, aber es existiert nach wie vor. Und es ist genau so kraftvoll wie eh und je. Es kann Wunder wirken wie Tumore entfernen, chronische Leiden ausheilen, Depressionen auflösen, Blockaden ausschöhnen usw. Es ist allerdings ganz anders als man es sich gemeinhin vorstellt.

#### Selbsternannte Propheten

Leider gibt es auf dem Gebiet des Handauflegens viele falsche Propheten. Viele «heilen», weil sie Eigenruhm suchen oder Geld verdienen wollen. Sehr oft ist das, was wirklich passiert, im Sinne des Heilens rein personenabhängig. Die Heilkraft ist nur so kräftig als der «Heiler» es ist.

Viel zum falschen Verständnis des Geistheilens trägt auch das einseitige Denken bei. Krankheiten werden meist als körperliches Geschehen gesehen und auf dieser Ebene behandelt. Dabei gilt als oberster Grundsatz, dass der Geist den Körper formt.

Geistheilen unterscheidet sich von allen anderen Heilmethoden, indem es weit über den körperlichen



Handauflegen ist weder gefährlich, noch Magie oder Hokuspokus. Es ist vielmehr eine wundervolle göttliche Gabe, die der Heiler zum Wohle der Menschen weitergeben darf.

chen Bereich hinaus geht. Geistheilen umfasst immer auch die psychische und die geistige Ebene. Diese werden direkt und gezielt angesprochen. Geheilt wird nicht die Krankheit an sich, sondern deren Ursache, und zwar genau da, wo sie ist, sei es körperlich, psychisch oder geistig. Dabei wird von der jeweils nächst höheren Ebene ausgegangen.

#### Wahre Begabung

Beim wahren Geistheilen tritt der Heiler ganz in den Hintergrund. Er ist zwar da, aber er schaltet sich und seinen Verstand völlig aus und stellt sich lediglich als Werkzeug einer höheren, universalen, göttlichen Kraft zur Verfügung. Solche Heiler, obwohl überaus heilsbringend und machtvoll, haben ihre Fähigkeit als Begabung geschenkt erhalten. Sie sind und bleiben von Natur aus bescheiden und halten sich im Hintergrund.

Wahre Geistheiler sind hochsensibel und erfassen entweder mit herkömmlichen Methoden oder Kraft ihrer Intuition wo die wahre

Krankheitsursache liegt. Sie unterscheiden dabei zwischen körperlichen, seelischen und geistigen Gründen. Das geistige Heilen besteht auch darin, diese erkannten Disharmonien auszugleichen, was meist mit viel Beratung verbunden ist. Geistheilen setzt mindestens die Bereitschaft des Patienten voraus, denn er wird als Mensch mit einem freien Willen respektiert. Aus diesem Grunde ist Geistheilen weder gefährlich, noch Magie noch Brimborium, noch Hokuspokus. Es ist vielmehr eine wundervolle göttliche Gabe, die der Heiler zum Wohle der Menschen weitergeben darf.

#### Priesterarzt

Da der Geist den Körper formt, ist Gesundheit abhängig von der geistigen Haltung. Diese kann durch das Geistheilen wohlthuend positiv beeinflusst werden, so dass ein Umdenken leicht fällt. Soll nachhaltige Gesundheit erreicht werden, muss sie im Alltag auch gelebt werden. Ein Geistheiler ist somit nicht bloss ein Heiler, sondern

immer auch ein Berater. In Tat und Wahrheit nimmt das geistige Heilen an sich Minuten in Anspruch, die Beratung oft Monate oder Jahre. Ein guter Geistheiler ist immer ein Mentor, ein Wegbegleiter und ein Pate auf dem Lebensweg seiner Patienten. In all dieser Zeit werden die Menschen nicht nur körperlich gesund, sie wachsen auch an inneren Werten, Gefühlssicherheit, Gefühlstiefe, an Erkenntnis, innerer Ruhe, Selbstsicherheit und Weisheit.

Ein wahrer Geistheiler steht in der Kraft der allmächtigen Heilsenergie, die durchaus auch Spontanheilungen bewirken kann. Wenn solche Heilungen heute nicht mehr so oft gelingen wie zu biblischen Zeiten, dann liegt es nicht am Geist, er hat sich nicht verändert. Es liegt an uns Menschen, denn Voraussetzung für Spontanheilungen ist unsere Bereitschaft und Disposition. Fehlt sie, bleibt nur der Weg über die Beratung, die den Boden für die Heilung vorbereiten hilft. Weitere Infos zum Thema bei Arnold Lanz, Vaduz, Telefon 233 33 20.

# Tipps gegen Reisedurchfall

Koch es, brat es, schäl es oder vergiss es!

Auf Reisen in tropische Länder leidet jede dritte Person an Durchfall. Ursache sind in den meisten Fällen Kolibakterien und Staphylokokken. Sie vermehren sich im warmen Klima sehr schnell und scheiden Darmgifte aus. Diese führen zu Blähungen, Durchfall und in schweren Fällen auch zu Übelkeit und Erbrechen. Am geringsten ist das Risiko in Nordeuropa, Nordamerika, Australien, Neuseeland und einigen karibischen Inseln. Südeuropa und die meisten karibischen Inseln gelten als mittleres Risiko. Das höchste Risiko besteht in Afrika, Asien und Lateinamerika.

#### Nichts Neues!

Wer Darmerkrankungen vermeiden will, sollte in diesen Gebieten keine kalten Salate oder Saucen essen, keine eisgekühlten Getränke und keine Rohmilch trinken. Auch Hamburger sind unsicher, rohes Fleisch oder roher Fisch sowieso. Statt Frischkäse wählt man besser ausgereiften Käse.

#### Flüssigkeit mit Salz und Zucker

Sicher sind gekochte Speisen,

Früchte in Schalen, originalverpackte Lebensmittel, Getränke in Flaschen sowie heisse Getränke. Am besten hält man sich an den Merksatz: «Koch es, brat es, schäl es

oder vergiss es.» Im Fall eines Durchfalles trinkt man Flüssigkeit mit einem Teelöffel Salz, acht Teelöffeln Zucker sowie einem halben Teelöffel Backpulver pro Liter.



Damit die Ferien «nicht in die Hosen gehen», sind einige wichtige Regeln zu beachten!

REKLAME

## Handauflegen wirkt Wunder

Information und Beratung



Arnold Lanz, Immagass 1a, Vaduz  
Tel. (00423) 233 33 20, Fax 232 05 45  
E-Mail: arnold@lanz.lol.li