



# St. Hildegard Brief 110

## März 2021

Offizielles Organ des Förderkreises Hildegard von Bingen  
gegründet 1987 von Herrn Dr. med. Gottfried Hertzka  
Copyright: Dr. Wighard Strehlow



„Wer Ostern kennt,  
kann nicht verzweifeln!“

Dietrich Bonhoeffer - Die Oster Botschaft 2021

WIR WÜNSCHEN  
ALLEN UNSEREN MITGLIEDERN  
UND FREUNDEN DER  
HL. HILDEGARD  
EIN FROHES UND  
GESEGNETES  
OSTERFEST!

# Hildegard

Vor unseren Augen tobt ein Schauspiel mit apokalyptischen Dimensionen inszeniert von einer Macht- und Geldgier-Elite, um die gesamte Menschheit „transhuman“ in den Abgrund zu stürzen. Die Heilige Hildegard beschreibt in ihrer Psychotherapie diese machthungrigen Gestalten und der Kunstpädagoge Prof. Hans Mayers hat sie erstmalig nach ihren Beschreibungen gemalt:

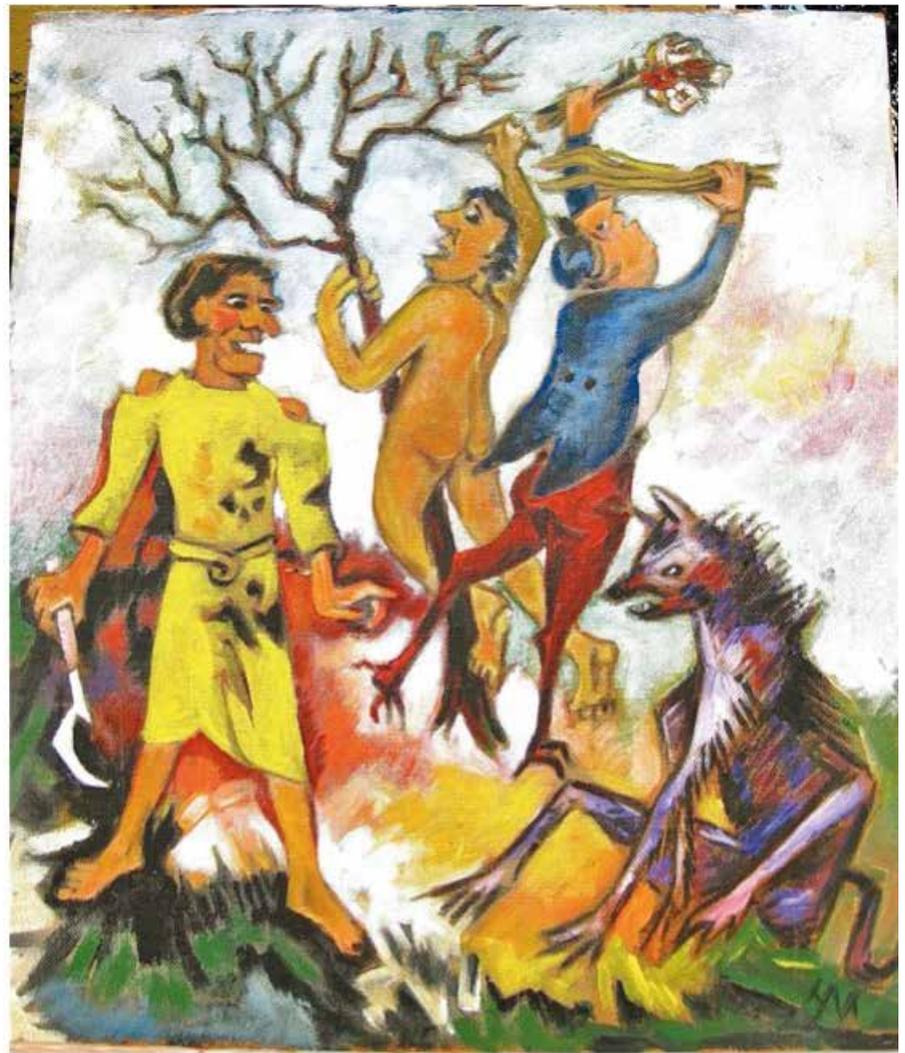
Zu diesen satanischen Kräften gehören nach der Heiligen Hildegard u. a. die Liebe zum Materialismus Nr. 1, die Streitsucht, der Hochmut, die Maßlosigkeit, alle zusammen enden schlussendlich im Weltschmerz, in der Depression oder der Sinnlosigkeit.

Die Heilige Hildegard beschreibt 35 geistig seelische Kräfte, die das Immunsystem entweder zerstören und 35 heilende Kräfte, die die Abwehrkräfte stärken.

**„Denn Gott hat uns nicht gegeben den Geist der Furcht, sondern der Kraft und der Liebe und der Besonnenheit.“**

### *2. Tim.1/7*

Jetzt im Frühling ist der perfekte Zeitpunkt, wo wir unsere Seele von den stressauslösenden negativen Kräften von der materiellen Liebe Nr. 1 bis zum Weltschmerz Nr. 35 befreien können, die die Abwehr schwächen und den ganzen Körper mit Stresshormonen überschwemmen und Autoaggressionskrankheiten auslösen.



Zeitgenössische Raubtier Elite - ein Gebräu aus Geldgier, Streitsucht, Hochmut und Maßlosigkeit

Verbreiten Sie Liebe Nr. 1 und Lebensfreude Nr. 35 jetzt, wo sie am nötigsten gebraucht werden.

Was wäre, wenn Du gerade jetzt stark, gesund, glücklich, verliebt und voller Lebensfreude wärst?

Gott schickt Dir diese Kräfte, Du brauchst nur den Stresshebel umlegen, dann fließen die Glückshormone und Du hast den Himmel auf Erden.

Die Transformation vom Weltschmerz in die Lebensfreude Nr. 35.

Und so wird es gemacht:

Die Melancholie ist eine furchtbare Krankheit, der traurige Mensch sitzt und weint und weiß schon gar nicht mehr warum. Seine Heimat hat er aus den Augen verloren und spricht:



welches Glück Gott allen Menschen damit geschenkt hat.... Wer gibt dir denn all die guten Gaben, wenn nicht Gott? Wenn dir der Tag entgegen eilt, nennst du es Nacht, und wenn dir das Glück begegnet, nennst du es Unglück. Wenn es dir gut geht, behauptest du, es ginge dir schlecht.

Ich aber habe hier schon den Himmel auf Erden, weil ich alles, was Gott geschaffen hat, richtig anwende, während du alles ins Unglück verdrehst. Ich lege die blühenden Rosen, die Lilien und die ganze grünende Lebensfrische zärtlich ans Herz und lobe Gottes Werke, während du nur Schmerzen über Schmerzen anhäufst...

Betrachte nur die Vögel unter dem Himmel und die Würmer auf der Erde; sie werden ohne Rücksicht von den Vögeln verschlungen. So ist es auch mit dem Glück, das das Unglück der Welt vernichtet. Es ist doch ganz wichtig, dass das Nützliche Nutzloses und Wertloses reinigt, so wie Gold im Feuerofen gereinigt wird.

Wenn die Traurigkeit Ihr Problem ist, suchen Sie wiederum Ihren Lieblingsplatz in der Natur auf und werden Sie still.

Stellen Sie sich vor, Sie werden bis zum Ende Ihres Lebens immerzu und ununterbrochen Tag und Nacht von Ihrem Trübsinn und Ihrer schlechten Laune getrieben. Selbst wenn Sie wollten, Sie können diese Trauer nicht mehr unter Kontrolle bringen. Lassen Sie Ihre ganze

Doch der Weltschmerz lässt sich nicht einmal mehr von Gott helfen:

„Weh mir, dass ich geboren bin! Was für ein Leben! Wer wird mir helfen? Wer wird mich erfreuen? Wenn Gott mich kennen würde, könnte Er mich doch nicht in so eine Not schicken. Es hat mir nichts Gutes gebracht, dass ich mein Vertrauen auf Gott setzte.... Vieles habe ich von Philosophen gehört, die davon sprechen, wie gut Gott ist. Mir hat Gott bisher alles in allem nichts Gutes getan. Wenn Gott für mich ist, warum verbirgt Er Seine Gnade vor mir? Ich würde Ihm ja vertrauen, wenn Er mir etwas Gutes tun würde. Aber ich weiß ja noch nicht einmal, wer ich selber bin. Zum Unglück

bin ich geboren und zur Traurigkeit geschaffen, lebe ich doch ohne jeden Trost dahin. Ach, was nützt das Leben ohne Freude, und warum bin ich geboren, wenn mir nichts Gutes in diesem Leben geschieht?“

Wer noch einen Funken Lebenslust in sich hat, verstärke ihn mit den oben beschriebenen Antimelancholika und lasse sich von der Lebensfreude inspirieren.

#### **Heilende Worte der himmlischen Freude:**

„...doch schau nur auf Sonne, Mond und Sterne und alle Pracht der grünenden Lebenskraft auf der Erde und bedenke,

Abneigung gegenüber diesem traurigen Gefühl aus Ihrem Unterbewusstsein hochsteigen. Erleben Sie die Trauer ganz bewusst und lassen Sie sie einfach raus. Trennen Sie sich deshalb von allen Widerständen und Gefühlen, die der Weltschmerz, der Liebeskummer oder irgendeine Traurigkeit in Ihnen ausgelöst haben. Die schwarzgallige Traurigkeit zieht durch Ihren ganzen Körper und behindert die Heilung sämtlicher Organe und Körperzellen... Setzen Sie Ihre ganze Trauer auf ein Boot und verabschieden Sie sich davon. Wenn die negativen Gedanken zurückkommen, wiederholen Sie das solange, bis die negative Energie total verschwunden ist. In dem Moment, wo diese Traurigkeit aus Ihrem Unterbewusstsein verschwunden ist, bildet sich eine andere Biochemie in Ihrem Gehirn. Die alten traurigen Beziehungen in Ihrem Nervensystem werden beseitigt und die Blockaden werden abgebaut.

Wiederholen Sie diesen Vorgang solange, bis die Traurigkeit, der Liebeskummer, die Verletzung oder sonstige Folgen ihrer Traurigkeit in Ihrem Bewußtsein keine Rolle mehr spielen.

Stellen Sie sich nun das Gegenteil vor.

Sie sind nie wieder traurig, immer gut gelaunt und fröhlich. Sie können machen, was Sie wollen, Sie sind immer froh gestimmt. Nichts kann Sie mehr verletzen, Ihre traurigen Gefühle, Gedanken und Vorstellungen sind ein für alle mal aus Ihrem Leben verschwunden. Wenn diese Vorstellung in Ihrem Unterbewusstsein starke Angst und Abwehr

weckt, lassen Sie die Blockade heraus. Sie wehren sich gegen diese Vorstellung, immer fröhlich zu sein. Negative Energie steigt in Ihnen hoch. Lassen Sie sie heraus und verfrachten Sie sie ebenfalls auf Ihr virtuelles Boot oder auf eine Wolke. Verabschieden Sie sich davon! Die Traurigkeit kann Sie von nun an nicht mehr plagen und blockieren, weil Sie sie 100prozentig abgegeben haben. Die alten jahrelang bestehenden Nervenblockaden sind beseitigt, es fließt eine neue Biochemie ins Blut, senkt die Schwarzgallenproduktion und erhöht Ihre Glückshormone, die sämtliche Organe und Körperzellen optimal beeinflussen.

Die Traurigkeit kehrt solange zurück, wie Sie ihr Ihre Aufmerksamkeit schenken. Erst wenn die Traurigkeit nicht mehr unterdrückt und das Böse nicht mehr bekämpft werden, können Ihre Lebensfreude und Ihre innere Glückseligkeit wirksam werden. Solange Sie weiterhin einen Widerstand gegenüber Ihrem fehlenden Weltschmerz empfinden, wird er immer wieder eine furchtbare Macht über Sie ausüben. Erst wenn Sie 100%ig loslassen und Ihre Gefühle gegenüber dem fehlenden Weltschmerz nicht mehr unterdrücken, kann die Lebensfreude in

Ihrem Gehirn viele morphinähnlichen Substanzen produzieren, die im Körper Heilkräfte freisetzen, mit denen er sich stärken, regenerieren und vitalisieren kann. Verstärken Sie Ihre neu erworbenen glückstrahlenden Gedanken und Gefühle mit heilenden Worten aus Hildegard's ersten Buch „Scivias“:

„Ich bin frei – libera sum: Ich sitze in der Sonne und betrachte den König der Könige, weil ich nun meine guten Werke aus Liebe zu Gott ausführen kann. Ich habe in der Harmonie der Symphonie ein frohes und einfaches Leben... Das frohe Leben, das ich in mir fühle, lasse ich mir nicht mehr durch die Grausamkeiten der Welt und ihrer Hässlichkeit ruinieren.“

Die neuen positiven Vorstellungen, Gedanken und Gefühle werden in Ihrem Bewusstsein viele neue Möglichkeiten und Wege eröffnen, die von der Kraft und Heilungsenergie der 35 Tugenden begleitet und inspiriert werden.

Diese Psychosynthese können Sie genauso mit allen anderen 35 Lastern durchführen, um sie so in Tugenden zu verwandeln.



## *Tabelle der Kräfte, die das Leben schwächen oder stärken*

### **Abwehrschwäche (Laster)**

1. Amor saeculi \* Gier und Ego  
(Liebe zum materiellen Reichtum)
2. Petulantia (Ausgelassenheit)
3. Joculatrix (Vergnügungssucht)
4. Obduratio (Unbarmherzigkeit)
5. Ignavia (Frustration)
6. Ira (Wut, Zorn)
7. Inepta laetitia  
(Schadenfreude, Zynismus)
8. Ingluvies ventri (Schlemmerei)
9. Acerbitas (Verbitterung)
10. Impietas (Rücksichtslosigkeit)
11. Fallacitas (Lüge)
12. Contentio (Streitsucht)
13. Infelicitas\* (Unglückseligkeit)
14. Immoderato\* (Maßlosigkeit)
15. Perditio animarum\* (Seelenkälte)
16. Superbia\* (Hochmut)
17. Invidia (Neid)
18. Inanis gloria (Ruhmsucht)
19. Inobedientia (Ungehorsam)
20. Infidelitas (Unglaube)
21. Desperatio (Verzweiflung)
22. Luxuria (Überfluss, Wollust)
23. Injustitia (Ungerechtigkeit)
24. Torpor (Schwäche)
25. Oblivio (geistige Umnachtung)
26. Inconstantia\* (Unbeständigkeit)
27. Cura terrenorum (Sorgen machen)
28. Obstinatio (Hartherzigkeit)
29. Cupiditas (Sucht, Abhängigkeit)
30. Discordia (Zwietracht)
31. Scurrilitas (Spottsucht)
32. Vagatio (Labilität)
33. Maleficium (Magie)
34. Avaritia (Geiz)
35. Tristitia speculi\* (Weltschmerz)

### **Abwehrstärke (Tugenden)**

- Amor caelestis  
(Liebe zum Himmlischen)
- Disciplina (Ordnung)
- Verecundia (Bescheidenheit)
- Misericordia (Mitgefühl)
- Divina victoria (einen Sieg vollbringen)
- Patientia (Geduld)
- Gemitus ad Deum  
(Sehnsucht nach Gott)
- Abstinentia (Enthaltsamkeit)
- Vera Largitas (Großzügigkeit)
- Pietas (Güte)
- Veritas (Liebe zur Wahrheit)
- Pax (Liebe zum Frieden)
- Beatitudo (Glückseligkeit)
- Discretio (das rechte Maß)
- Salvatio animarum (Seelenheil)
- Humilitas (Demut)
- Charitas (Nächstenliebe)
- Timor Domini (Ehrfurcht)
- Obedientia (Gehorsam)
- Fides (Glaube)
- Spes (Hoffnung)
- Castitas (Liebe zum einfachen Leben)
- Justitia (Gerechtigkeit)
- Fortitudo (Tapferkeit, Stärke)
- Sanctitas (Heil an Leib und Seele)
- Constantia (Beständigkeit)
- Caeleste desiderium (Ursehnsucht)
- Compunctio cordis (Umkehr, Reue)
- Contemptus mundi (Sucht- Freiheit)
- Concordia (Harmonie)
- Reverentia (Würde)
- Stabilitas (Stabilität)
- Cultus Dei (Gottes Verehrung)
- Sufficientia (Genügsamkeit)
- Coeleste gaudium (Freude)

**Fasten als Universaltransformation außer bei \***

**Wighard Strehlow, „Heilen mit der Kraft der Seele“**

**Die Psychotherapie der Hildegard von Bingen, Knauer Verlag, 2010 München**

# OSTERN

**- SYMBOL DER AUFERSTEHUNG - TRIUMPH DES LEBENS ÜBER DEN TOD - DER PERFEKTE ZEITPUNKT, DIE SEELE VOM STRESS ZU BEFREIEN - FÜR GROSSE TATEN MENSCHLICHER LIEBE, VON DENEN IN DIESEM ST.HILDEGARD-BRIEF BERICHTET WERDEN SOLL.**



des Geistes über der Materie –  
„immateriell, mental und spirituell –  
voller Leben und Freude.“

## **Und was ist nach der Heiligen Hildegard der Mensch?**

Wir sind ebenfalls total mental, geistig beseelt, ein großer göttlicher Gedanke, ein Sieg des Lebens über den Tod - immaterielles Lichtwesen, mental und spirituell – voller Liebe und Freude, Tag und Nacht mit der göttlichen und kosmischen Energie verbunden.

Unser Herz ist der Sitz der Seele und verfügt über 35 positive göttliche oder negative stressauslösende Eigenschaften, die unsere Abwehrkräfte entweder stärken oder schwächen. (siehe Tabelle Tugenden und Laster Seite 3.)

Wir sind untrennbar mit Gott verbunden  
Vision 2, Liber Divinorum Operum, Der Mensch - das Werk Gottes.

## **Natur als Spiegel Gottes**

Vor langer Zeit vermittelte die Heilige Hildegard von Bingen (1098-1179), die 2012 zum Doktor der Kirche ernannt wurde, die Spiritualität der Schöpfung durch Musik, Kunst, Poesie, Medizin, Gartenarbeit und Reflexionen über die Natur. Sie schrieb in ihrem berühmten Buch Scivias:

Und endlich, 800 Jahre nach Hildegard von Bingen schreibt Richard Conn Henry, Professor für Physik und Astronomie in der John Hopkins Universität, Baltimore, USA in dem berühmtesten naturwissenschaftlichen Journal „Nature“ 2004, vom 14.November:

„Das Universum ist total mental, geistig beseelt, ein großer geistiger Gedanke, ein Sieg

**„Du verstehst so wenig von dem, was um dich herum ist, weil du nicht das verwendest, was in dir ist.“**

Und in ihrem medizinischen Lehrbuch „Die Ursachen der Krankheiten und ihre Behandlung“ („Causae et curae“):

**„Die Seele ist inniglich in den Körper eingesenkt und steuert von dort sämtliche Körperfunktionen.“**

Die göttlichen Kräfte in unserer Seele sind der Schlüssel für jede Heilung.

Das Schlüsselwort heißt Resonanz.

Inzwischen haben Physiker herausgefunden, dass jede einzelne unserer 50 Milliarden Körperzellen mit ihrem elektromagnetischen Feld und einer Schwingung von 7.8 Hz/sec. mit dem ganzen Universum verbunden ist.

Nach ihrem Entdecker, dem deutschen Physiker und Elektroingenieur Winfried Otto **Schumann**, nennt man diese Vibration „Schumann Frequenz.“

Jede einzelne von diesen seelischen Kräften hat entweder positive oder negative Energie, die das Immunsystem über die Stresshormone entweder ab- oder mit den Glückshormonen anstellen können. Neurowissenschaftliche Studien haben inzwischen herausgefunden, dass die positiven Kräfte von Nr. 1 der Liebe bis zur Lebensfreude Nr. 35 die stärkste Resonanz und damit auch die stärkste Heilkraft ausüben.

**Alle biologischen Systeme benutzen die gleiche Frequenz. Die alpha Gehirnwellen und auch die Erdresonanz arbeiten zwischen 6 bis 8 Hertz. Wenn wir dieses elektromagnetische Feld kontrollieren, können wir auch das gesamte mentale Geschehen des Menschens kontrollieren!**

**ren! Und darin liegt die große Gefahr der pulsierenden 5G Frequenzen.**

**Wie kann ich sofort die Selbstheilung aktivieren?**

Hildegard benutzte oft das Wort *viriditas*, die Kraft der Farbe Grün, ähnlich dem, was wir heute Photosynth Alpha Gehirnese nennen. Sie erkannte die Bereitschaft der Pflanzen, die Sonne zu empfangen, um sie in Energie und Leben umzuwandeln.

Ebenso hilft

- ein Spaziergang im Sonnenaufgang oder Sonnenuntergang.
- Barfußlaufen auf einer taufrischen Wiese,
- ein genussvolles Hildegard-Essen.
- Das meditative Essen von einem Apfel mit der Vorstellung eines Apfelbaums mit seinen Blüten im Frühling, den Bienen in den Blüten, dem Wachsen im Sonnenschein und dem Ernten eines gold-roten Apfels im Herbst.
- Das Kauen bis zum fruchtigen Saft und dem Genießen eines Heilmittels voller Mineralien, Aromastoffen, Vitaminen und Antioxidantien zur Verhütung von chronischen Entzündungen oder Krebs.  
So etwas gibt es nur in der Apotheke Gottes!

Die Heilige Hildegard sah auch eine Verbindung zwischen der physischen Welt und der göttlichen Gegenwart. Diese Quelle liefert die Energie für eine spirituelle Transformation, die dich ruft: „Werde, wer du bist; werde alles, was du bist.“

Dies ist der Sinn des Lebens oder, was

Carl Jung den „Geist des Heilwerdens“ nannte.

Die Heilige Hildegard ist ein wunderbares Beispiel für jemanden, der sicher in einer ganzen Kosmologie lebt, einem Universum, in dem sich das Innere im Äußeren widerspiegelt, in dem das Individuum den Kosmos widerspiegelt und der Kosmos das Individuum.

Hildegard sagte: „O Heiliger Geist, du bist die mächtigste Art und Weise, wie alles, was im Himmel, auf der Erde und unter der Erde ist, von Verbundenheit und Gemeinsamkeit durchdrungen ist.“

Es ist wirklich ein göttliches Universum, in dem alles zusammen gehört: von den Umlaufbahnen von Sonne, Mond und Sternen, der Heilkraft der Edelsteine und Gewürze, bis zur Abwehrkraft gegen Viren, Pilzen und Bakterien und zur Verhütung von Autoaggressionskrankheiten mit Dinkel, Obst und Gemüse.





## HILDEGARD IMMUN-KRAFT®

**EIN PROPHYLAKTIKUM ZUR VERHÜTUNG  
VON VIRUS INFEKTIONEN,  
EINSCHLIESSLICH COVID-19 INFEKTIONEN,  
GEGEN CHRONISCHE ENTZÜNDUNGEN  
UND GEGEN KREBS**

Alle vier Gewürze sind starke Antioxidantien, antiviral, antibakteriell, entzündungshemmend und antikancerogen.



### Wie bekomme ich ein starkes Immunsystem?

Aus den stärksten Gewürzen, die Hildegard beschrieben hat, wurde eine universal wirksame Kombination entwickelt, die gleich im mehrfachen Weise die Immunabwehr verstärken kann: Es handelt sich dabei um Ingwer, Galgant, Bertram und Zimt, die ich Hildegard-Immun-Kraft® genannt habe.

Alle vier Gewürze haben aufgrund ihrer Inhaltsstoffe folgende bewiesene pharmakologische Wirkung:

- antiviral, antibakteriell, antimykotisch
- entzündungshemmend
- krebshemmend
- antioxidativ gegen freie Radikale

### Die Spitzenstelle nimmt vor allem der Galgant ein!

**Galgant Monographie** Dr. W. Strehlow, Bundesanzeiger Nr.173 vom 18.9.1986  
Aufgrund seiner außergewöhnlichen Inhaltsstoffe und seiner pharmakologischen und klinischen Eigenschaften erfolgte die Anerkennung als wirksames und unbedenkliches Arzneimittel.

### Galgant schützt vor SARS-CoV-2-Virus

Galgant sitzt wie ein Wächter auf den

Rezeptoren der Körperzellen und lässt keine Viren andocken.

Das Virus verhungert, weil es auf die Ernährung durch seinen Wirt angewiesen ist und sich als Toter nicht selber ernähren kann.

Wissenschaftliche Studie von Edy Meiyanto et.al., Cancer Chemoprevention Research Center, Faculty of **Pharmacy**, Universitas Gadjah Mada (UGM), Sekip Utara, Yogyakarta 55281, Indonesia vom 12.März 2020. Galgant ist in der Lage, die Infektion der Körperzellen durch das SARS-CoV-2-Virus zu verhüten! Verantwortlich dafür ist der Inhaltsstoff GALANGIN. Sobald sich Galgant im Körper befindet, besetzt er die Rezeptoren, ganz genau den ACE2-Rezeptor, an den ein Krankheitserreger anlegen muss, um durch die Zellmembran in die Zelle zu gelangen.

### Die ätherischen Öle vom Galgant haben antibakterielle, antivirale und antimykotische Eigenschaften und schützen vor Infektionskrankheiten

Im Galgantöl befinden sich 81 verschiedene ätherische Öle, die das Wachstum von Bakterien, Viren, Pilzen und Parasiten hemmen. Aufgrund der Vielfalt der ätherischen Öle gibt es keine Resistenzen

und auch keine Nebenwirkungen.

### Galgant beseitigt chronische Entzündungen

Die Entzündungshemmung verläuft aufgrund der Hemmung der Prostaglandin Biosynthese durch die **Nicht-steroidale Entzündungshemmer** (NSAR), wie Aspirin, Diclophenac, Ibuprophen u. a. Die Bioflavanoide aus dem kleinen Galgant hemmen die Prostaglandin-Synthese und schalten so die chronischen Entzündungen ab. Galgant wirkt immer und zuverlässig und ist zusätzlich auch noch wegen seiner Hemmung der Prostaglandinsynthese schmerzstillend, anti-rheumatisch sowie fiebersenkend und schließlich auch noch entzündungshemmend. Und das alles ohne jede Nebenwirkung, abgesehen von seinem scharfen Geschmack.

Die Wirkung ist gemessen worden und vergleichbar mit anderen Gewürzen wie z.B. mit Zimt, Muskatnuss oder Ingwer bzw. Rosenöl.

### 5. Galgant wirkt als Antioxidans gegen Krebs

Galgant aktiviert die Glutathion Synthese und schützt dadurch als „Meister aller

Antioxidantien“ vor Krebs.

Glutathion besteht aus drei Aminosäuren: Glutamin, Glycin und Cystein. Glutamin ist am wichtigsten, weil dadurch die Bildung von Glutathion angeregt wird.

Glutathion ist eine der wichtigsten gesundheitlichen Entdeckungen in unserer Zeit. Die Körperzellen bleiben unter dem Schutz von Glutathion gesund und intakt!

Deshalb wird es auch als „Meister aller Antioxidantien,“ Meister aller Entgiftungsmittel - „Master Detoxifier“ und zur Virenabwehr eingesetzt. Erstaunlicherweise ist Glutathion 5.000 mal stärker wirksam als jedes andere Antioxidans auf der Welt!

Im Gegensatz zu anderen Antioxidantien, wie z. B., Vitamin A, C und E, ist Glutathion so stark, weil es vom Körper selber hergestellt wird.

Wenn Glutathion durch den Körper strömt, aktiviert es den natürlichen Regenerationsprozess, um starke, neue und energiegeladene Zellen aufzubauen.

Menschen mit einem hohen Glutathionsspiegel erkranken um 33 Prozent weniger an Arthritis, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Krebs oder Bluthochdruck oder Diabetes.

Glutathion verjüngt auch ein schwaches Immunsystem. Wenn der Glutathionsspiegel sinkt, ist das Immunsystem nicht mehr in der Lage, Bakterien und Viren anzugreifen und zu vernichten. Zwei Drittel aller Menschen, die an chronischen Autoaggressionskrankheiten leiden haben einen Glutathion-Mangel.

Vor allem schützt Glutathion vor Krebs. Das ergaben verschiedene wissenschaftlichen Studien: Diejenigen Menschen, die viel Obst und Gemüse essen, sind mit ausreichend Glutathion versorgt und erkranken deutlich seltener an Krebs.

#### Glutathion Quellen

Enthalten ist Glutathion in Quark, Hüttenkäse und Fisch sowie in Hülsenfrüchten. Glutathion kommt in vielen Obst- und Gemüsesorten vor, wie z. B. in Zwiebeln, Sellerie, Avocados, Meerrettich, Wassermelonen, Brokkoli, Weißkohl, Walnüsse, und Grapefruit.

#### Galgant und Krebs – englische Studien von Prof. Peter Houghton

[http://www.research-tv.com/stories/health/curry/kcl\\_press\\_release.pdf](http://www.research-tv.com/stories/health/curry/kcl_press_release.pdf)

potenzielle Anti-Krebs-Eigenschaften. Peter Houghton, Professor für Pharmakognosie bei King's, und Dr. CC Lee fanden heraus, dass Extrakte sowohl von kleinerem Galangal (*Alpinia officinarum*) als auch von größerem Galangal (*Alpinia galanga*) Krebszellen abtöten und die Fähigkeit normaler Zellen verbessern können, sich vor Karzinogenen zu schützen.

„Diese doppelte Wirkung ist unter traditionellen Krebsmedikamenten ziemlich selten“, sagte Professor Houghton. „Normalerweise können Extrakte Krebszellen abtöten oder die natürlichen Abwehrkräfte gesunder Zellen gegen Krebs stärken, aber Galangal scheint beides zu tun.“

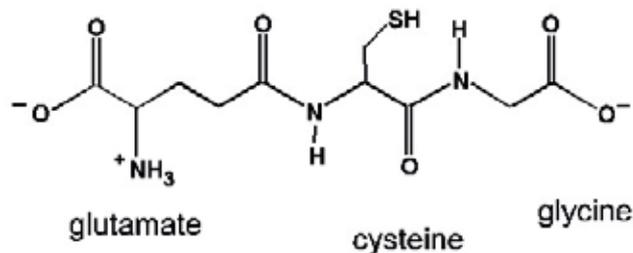
Die Forscher stellten Extrakte aus sieben südostasiatischen Pflanzen her und testeten sie, die angeblich gut zur Behandlung von Krebs geeignet sind, um herauszufinden, ob diese Behauptungen eine wissenschaftliche Grundlage hatten.

Mehrere der Extrakte aktivierten, wenn sie in Kultur zu Leberzellen gegeben wurden, ein entgiftendes Enzym in den Zellen, das GST genannt wurde. GST ist eines von mehreren wichtigen Enzymen, die an der Ausscheidung von Karzinogenen aus Zellen beteiligt sind. Andere Forschungsgruppen haben bereits gezeigt, dass Substanzen, die die Aktivität von GST erhöhen, verhindern, dass Zellen krebsartig werden.

Kleiner Galangal war der effektivste Extrakt in diesem Test.

Dr. Lee fuhr fort, mehrere Verbindungen aus dem kleineren Galangalextrakt zu isolieren und zu reinigen, von denen zwei das GST-Enzym aktivieren könnten, wenn sie allein zu den Leberzellen gegeben würden.

#### glutathione (GSH)



#### Galgant ist das wirksamste Antioxidans gegen Krebs

Die Ingwer-ähnliche Wurzel Galangal, mit der thailändische Currys gewürzt werden, hat laut Forschern des King's College London

Galgant verbessert die Gehirndurchblutung.

Galgant verbessert die kognitive und emotionale Leistung des Gehirns, weil er die Wiederaufnahme des Neurotransmit-

ters Dopamin blockiert und dadurch den Dopaminspiegel erhöhen kann.

Dopamin ist ein Neurotransmitter, der vor Parkinson, Demenz und Alzheimer

schützt. Ebenfalls verbessern sich die kognitiven und emotionalen Leistungen des Gehirns bei Erschöpfungs- und Schwächezuständen sowie bei Burn-out.

## DIE HILDEGARD IMMUN KRAFT®



- 1 TL. Hildegard Immun Kraft®
- 1 TL. Honig
- 1 Glas Wasser

Alles zusammen verrühren und dann trinken.

Es war am Anfang im Mund total scharf, mit der Zeit konnte man besser durchatmen. Auch durch die Nase bekam man besser Luft. Mit der Zeit gewöhnte man sich aber an den Geschmack. Diese Phase, besser Luft zu bekommen, hielt eine längere Zeit bei mir an.

Ich nahm das Pulver so lange, bis es leer war und merkte, dass es den Körper stärkte. Das heißt, ich merkte, dass ich wieder besser Atmen konnte, der Schnupfen weg ging und ich auch durch die Nase besser Luft bekam. Ich konnte wieder

aus dem Bett aufstehen. Dieses Pulver machte bei mir einen leichten warmen Eindruck im Körper, der für ca. 1 Stunde nach der Einnahme anhielt. Nachdem das Pulver

leer war, kam die Kraft zurück. Eigentlich kam die Energie, damit ich wieder aus dem Bett aufstehen konnte und nicht mehr so müde war.

Bereits nach ein paar Tagen fühlte ich mich nicht mehr so schlapp und der Schnupfen war weg.

Ich habe das Pulver ca. 4 - 4 1/2 Wochen genommen.

Eine andere Frau nahm zusätzlich noch 3 x 1 Likörglas Wasserlinsenelixier. Der Arzt, der Sie wegen Corona-Erkrankung krankgeschrieben hat, konnte ihr kein Heilmittel verordnen, da es seiner Meinung nach keines gibt, das hilft.

## BERTRAM ZUR STÄRKUNG DES IMMUNSYSTEMS

Wissenschaftlich bewiesen wurde der positive Effekt der Bertramwurzel auf das so genannte „retikuloendotheliale System“ (RES) (3). Dabei handelt es sich um einen bestimmten Teil des Immunsystems, das der Krankheitsabwehr dient. Die Zellen des RES werden durch die Einnahme von Bertram stimuliert. Damit scheint die **immunstimulierende Wirkung** von Bertram insgesamt bestätigt. Als allgemeines

Kräftigungsmittel und zur Stärkung der Gesamtkonstitution kann Bertram also durchaus dienlich sein.

### **Bertram gegen neurodegenerative Erkrankungen**

Viele weitere Studien beschäftigen sich mit den Auswirkungen von Bertram auf Alzheimer und Demenz, auf rheumatische Erkrankungen, Epilepsie

und andere Krankheiten. Eine ganz aktuelle Übersichtsstudie beleuchtet die zahlreichen möglichen Wirkungen der Bertramwurzel. Sie kommt zu dem Ergebnis, dass die Wurzel für eine Vielzahl von therapeutischen Anwendungen in Frage kommen kann.

### **Bertram und Krebs:**

Es besteht ein Zusammenhang zwischen

der Mundgesundheit und Leberkrebs, einschließlich von Tumoren, die in Leber, Gallenblase und Gallengang sein können.

Die größten schockierenden Zusammenhänge bestehen jedoch zum hepatozellulären Karzinom, einer Krebsart, die in der Leber vorkommt.

Menschen mit schlechter Mundgesundheit hatten ein um 75% erhöhtes Risiko, an dieser Art von Leberkrebs zu erkranken.

Die krankmachenden schlechten Bakterien von Zahnfleischerkrankungen verbreiten sich im ganzen Körper und die Leber arbeitet hart, um sie zu beseitigen.

So werden Sie Covid-19 und schlechte Mundgesundheit wieder los:

### **Bertram schützt vor der SARS-CoV-2-Virus Infektion**

Kauen sie täglich 3x drei bis fünf Bert-

ram Tabletten.

Vermeiden Sie Zucker (er ernährt die Bakterien) und vermeiden Sie industriell hergestellte Lebensmittel und Margarine. Bertram zieht die Spucke aus der Mundschleimhaut und mit der Spucke auch alle pathogenen Keime, vor allem alle Viren: Covid, Herpes, Epstein BaarViren, Karies-Bakterien, Sproßpilze. Die Spucke fließt in den Magen wo alle Keime getötet werden.

## **PELARGONIEN**

### **MISCHPULVER AUS PELARGONIE, BERTRAM UND MUSKAT FORTE**

#### **SO BESEITIGEN SIE KUNSTGERECHT DIE SYMPTOME WÄHREND UND NACH DER COVID-19 INFEKTION**

Zur Vorbeugung und Nachsorge von Virusgrippe, Schnupfen, Husten, Heiserkeit.

Verhütet aufgrund seiner virusstatischen Inhaltsstoffe die echte Virusgrippe.

Beseitigt nach überstandener Virus-Infektion die Toxine vom Virusstoffwechsel und dessen Folgen, insbesondere Herzschwäche.

Sie haben gelesen, dass die zweite Covid-Impfung die Krankheitssymptome geradezu noch verstärken kann. Die Ursache sind u. a. die noch nicht kunstgerecht ausgeleiteten Toxine des Virenstoffwechsels. Deshalb sollte man mindestens vier Wochen nach der Infektion dieses

Pelargonien-Mischpulver-Forte verstärkt mit Galgant übers Essen streuen oder zu Glühwein aufgekocht zu sich nehmen.

Folgende Symptome werden erfolgreich abgewährt:

1. Niesen und erste Anzeichen einer Erkältung: ½ TL Pelargonien-Mischpulver auf einer Postkarte verteilen und daran schnupfern.
2. Kopfweg: 1 TL Pelargonien-Mischpulver mit Salz auf Brot essen. Ist das Brot weg, ist auch der Kopfschmerz weg.
3. Heiserkeit, Halsweh: 1 TL Pelargonien-Mischpulver mit einem Glas heißen guten Bio-Wein aufkochen und als Glüh-

wein warm trinken.

4. Husten: 1 TL Pelargonien-Mischpulver wird in einem Pfannkuchenteig mitgebäckten, mit braunem Zucker bestreut, warm serviert und mehrmals täglich gegessen.

5. Magenkatarrh: 1 TL Pelargonien-Mischpulver über die Speisen streuen.

6. Herzschmerzen während oder nach einer Virusgrippe: dreimal täglich 3 Msp. ins Essen geben. Das Pelargonien-Mischpulver ist das beste Herzmittel zur Beseitigung von Virus Toxinen von den Herzklappen!

## **DUFT-SPRAY**

### **ZUR DESINFEKTION GEGEN BAKTERIEN, VIREN UND PILZE: MIT DER GLEICHEN ZUSAMMENSETZUNG WIE EDELPELARGONIEN-MISCHPULVER**

Als Raumspray oder auf den Handrücken mehrmals täglich sprühen und daran riechen. Führt zu einer guten Belüftung der Atemwege. Auf das Kopfkissen zur Desinfektion. Niemals direkt ins Gesicht!



Die schwarze bittere Schweizer Edel-Schokolade kann dieselben „Gehirn-chemikalien“ freisetzen wie beim Liebespiel. Dieses Gefühl von Wärme und Wohlfühlen überschwemmt den ganzen Körper von Kopf bis Fuß, während die Gefühle von Stress und Überwältigung dahinschmelzen und sich in pure Glück-

seligkeit verwandeln!

Wenn Sie köstliche Schokolade UND die Gefühle von Glückseligkeit und Liebe mögen, dann haben Sie Glück, denn Sie können dieses gleiche Gefühl jeden Morgen und den ganzen Tag lang mit der **Hildegard Immun Kraft® Edel-Schokolade** erleben!

Und das Beste ist, dass Sie all Ihren Lieblingsrezepturen diese köstliche „Morgen-Liebe Schokolade“ hinzufügen können, die Ihnen mehr Anti-Stress-Antioxidantien bietet als Blau- oder Himbeeren zusammen!

**Hildegard Immun Kraft® Edel-Schokolade** können Sie zu vielen köstlichen Rezepten hinzufügen. Es reduziert den

Stress und ermöglicht einen wunderbaren Ausblick auf einen neuen Tag.

Ich würde meinen Tag nicht ohne **Hildegard Edel-Schokolade** beginnen, denn ab sofort können Sie diese Gefühle von Liebe, Freude und Glückseligkeit erleben.

Neueste Studie mit älteren Erwachsenen mit Bluthochdruck und / oder Diabetes haben festgestellt, dass das Trinken von nur zwei Tassen der bitteren **Schokolade** nach einem Monat eine spürbare Verbesserungen in der kognitiven Funktion und Durchblutung des Gehirns verursacht. Die im Kakao enthaltenen Flavonoide der dunklen Schokolade sind Teil einer größeren Gruppe von Antioxidantien.

## Neuerung bei der Förderkreis St. Hildegard Webseite

Wir haben den Registrier-Prozess zu Gunsten der einfachen Bedienung überarbeitet. Bereits zahlende Mitglieder können sich jetzt noch **einfacher** für den Mitgliederbereich registrieren.

**Um auf den Mitgliederbereich zugreifen zu können, muss sich jedes Mitglied erst registrieren.**

**Die Registrierung erfolgt in 4 Schritten:**

Die Internetadresse lautet:  
**www.foerderkreis-st-hildegard.de**

1. Klicken Sie oben Rechts auf die Schaltfläche **“Registrieren”**
2. Klicken Sie auf die Schaltfläche **“1. Bereits Mitglied”**

3. Geben Sie Ihren **vollen Namen** und Ihre **E-Mail Adresse** Vergeben Sie sich ein **Passwort** - Klicken Sie jetzt auf **“Registrieren”**

4. Sie erhalten eine E-Mail, über die Sie Ihre **E-Mail Adresse bestätigen** müssen.

Jetzt können Sie sich auf der Webseite anmelden, um in den Mitgliederbereich zu gelangen.



### Sie sind noch kein Mitglied des Förderkreises?

Wenn Sie noch kein Mitglied sind, können Sie sich auch über die Webseite für den Förderkreis St. Hildegard und den Mitgliederbereich registrieren.

Unterstützen Sie uns und  
werden Mitglied:  
Förderkreis Hildegard von Bingen  
Strandweg 1 · 78476 Allensbach  
Tel.: +49 (0)7533 7433



## MITTEILUNG AN ALLE MITGLIEDER!

### Terminübersicht 2021



#### Gesundheitsberater und Fasten und Aufbau

##### Seminar nach Hildegard von Bingen

28.11.2021-08.12.2021

##### Hotel St. Elisabeth,

Konradstraße 1 in 78476 Allensbach-Hegge,

Telefon: +49 (0)7533.93 66 -2000

Unterkunft bitte direkt im Hotel St. Elisabeth buchen.

Seminaranmeldung Praxis Dr. Strehlow,

Tel. 07533 – 7433,

praxis@st-hildegard.com

Seminargebühr 350,00 Euro

#### ADERLASS-TERMINE 2021:

29.03. bis 31.03.2021

27.04. bis 30.04.2021

27.05. bis 01.06.2021

25.06. bis 30.06.2021

24.07. bis 29.07.2021

23.08. bis 28.08.2021

21.09. bis 26.09.2021

21.10. bis 26.10.2021

20.11. bis 25.11.2021

20.12. bis 21.12.2021

Änderungen vorbehalten!!!

Ausführliche Informationen

finden Sie auch unter:

[www.st-hildegard.com](http://www.st-hildegard.com)

Besuchen Sie uns auch auf [www.hildegard-universum.de](http://www.hildegard-universum.de)

*Ich erkläre hiermit meinen Beitritt als außerordentliches Mitglied zum Förderkreis Hildegard von Bingen e. V., Sitz Konstanz, Strandweg 1, D-78476 Allensbach.*

*Der Mitgliedsbeitrag beträgt pro Kalenderjahr € 30,- und wird jährlich über SEPA-Lastschriftmandat eingezogen.*

Die Mitgliedschaft verlängert sich jährlich, sofern sie nicht bis 6 Wochen vor Jahresende schriftlich gekündigt wird.

Name, Vorname \_\_\_\_\_

Straße / Nr. \_\_\_\_\_ PLZ / Wohnort \_\_\_\_\_

Land \_\_\_\_\_ Beruf \_\_\_\_\_

Telefon/Fax \_\_\_\_\_ E-mail \_\_\_\_\_

Ort, Datum, Unterschrift \_\_\_\_\_

#### SEPA-Lastschriftmandat

Gläubiger-Identifikationsnummer: DE 75 ZZZ0 0000 7015 78

Mandatsreferenz: Mitgliedsnummer (wird separat mitgeteilt). Ich ermächtige den Förderkreis Hildegard von Bingen e. V. die jährlichen Mitgliedsbeiträge von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom Förderkreis auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen. Zahlungsart: Wiederkehrende Zahlung.

Vor- und Nachname (Kontoinhaber) \_\_\_\_\_

PLZ / Wohnort \_\_\_\_\_

IBAN \_\_\_\_\_ BIC \_\_\_\_\_

Ort, Datum \_\_\_\_\_ Unterschrift \_\_\_\_\_

Förderkreis

Hildegard von Bingen

Sitz Konstanz am Bodensee e. V.

Strandweg 1

D-78476 Allensbach