

## Clean-Me-Out - Königsweg zur Gesundheit (1)

---

Liebe Leserinnen und Leser,



Wir schreiben das Datum 20. Januar 2012. Die Tage werden schon spürbar länger und es dauert nicht mehr lange, denn werden wir uns wieder über das Frühjahr freuen. Das Frühjahr ist traditionell die Zeit für den Frühjahrsputz aber auch die Zeit für alle möglichen Fastenkuren. Die religiöse Bedeutung der Fastenzeit soll aber nicht mein Thema für die nächsten Gesundheitsbriefe sein. Wichtig erscheint mir aber der Hinweis darauf, dass unser Körper gelegentlich auch eine innere Reinigung erfahren sollte.

Seit vielen Jahren schon haben wir ein außergewöhnliches Programm im Sortiment, welches wir nicht von ungefähr als den „Königsweg zur Gesundheit“ bezeichnen: Unser „Clean-Me-Out“. Viele von Ihnen kennen es bereits, für die meisten unter Ihnen könnte es völlig neu sein. Mein Vorgänger „im Amt“ hat das Programm vor vielen Jahren in den USA entdeckt und nach Europa gebracht. Wir haben dann in den letzten Jahren das Programm so angepasst, das wir alle durch die Regulierungen der EU „verbotenen“ Kräuter in den beiden Kräuterformeln (Reinigungs- und Aufbaukräuter) durch „erlaubte“ und gleichwertig wirksame Kräuter ersetzt haben. Im Laufe der Jahre haben einige tausend Menschen das Programm gemacht.

Diese Kur hat unglaublich viele positive Wirkungen. Aber zugegeben: Sie ist teuer. Der normale Preis beträgt 398,00 €. Das ist für viele Geldbeutel nicht zu machen. Wir sind uns dessen bewusst. Um Ihnen einen Anreiz zu geben, diese Kur ernsthaft in Erwägung zu ziehen, senken wir ab heute bis Ende März 2012 den Preis auf 348,00 €. Nutzen Sie die Gelegenheit sich preiswert einzudecken, auch wenn Sie das Programm nicht sofort machen können.

Und es gibt noch ein Problem: Man braucht mindestens 4, manchmal sogar bis zu 6 Wochen, bis man diese Kur erfolgreich abschließen kann. Das ist für viele Menschen eine ziemlich große Hürde. Hier können wir mit einem „Nachlass“ leider nicht helfen. Wir können Ihnen nicht raten, die Kur abzukürzen. Im Gegenteil: Wir können Ihnen nur empfehlen, sich die erforderliche Zeit zu nehmen und das Programm „irgendwie“ über die Bühne zu bringen. Wenn Sie die Beschreibung des Programms genauer studieren, werden Sie feststellen, dass die ersten 2 bis 3 Wochen durchaus berufsbegleitend durchgeführt werden können. Für die letzten Wochen sollten Sie sich aber genügend Zeit nehmen, um die Kur in „Ruhe“ mit ein paar Tagen Urlaub abzuschließen.

Viele Anwender haben das bereits getan und haben diese Entscheidung nicht bereut.

Dieses Programm möchte ich Ihnen ab heute und in den nächsten Gesundheitsbriefen erläutern.

Ich kann das leider nicht ganz so ausführlich machen wie Kristina Peter, die über die verschiedenen Körperreinigungsverfahren ein Buch geschrieben hat: "Körperreinigung von innen".

## **Wann haben Sie zuletzt das Innere Ihres Körpers gereinigt? Noch nie?**

---

Frau Peter hat ein großartiges Buch geschrieben, welches wir Ihnen sehr dringend ans Herz legen wollen: In diesem Buch beschreibt sie engagiert und eindringlich, warum Sie etwas tun sollten, um Ihr Körperinneres zu reinigen und mit welchen Methoden Sie das tun sollten. Sie finden im Buch ein rundes und ganzheitlich orientiertes Konzept. Sie gibt wertvolle Tipps zur Durchführung einer Darmreinigung und beschreibt weitere Methoden, den Körper von „Altlasten“ zu befreien.

Das intensive Bemühen, Ihnen eine gesunde und natürliche Lebensweise nahe zu bringen durchzieht das gesamte Buch von der ersten bis zur letzten Zeile. Das Buch kann für Sie der Start in ein Abenteuer sein, bei dem am Ende als Belohnung ein langes gesundes Leben winkt.

Dieses Buch von Kristina Peter verfolgt den Zweck, Sie zur Durchführung von Reinigungsprogrammen zu ermutigen. Es beinhaltet weder medizinische Ratschläge noch Verschreibungen sondern einfach gesunden Menschenverstand. Sie reinigen Ihre Wohnung, Ihr Haus, Ihren Wagen, und es ist noch viel wichtiger und nützlicher für Sie, Ihren Körper von innen zu reinigen.

**Hier finden Sie das Buch von Kristina Peter**

## **Der Darm ist das Organ mit der größten inneren Oberfläche**

---

Er stellt eine riesige Kontaktfläche zur Umwelt dar. Wir nehmen die Welt also sehr intensiv mit dem Darm wahr und sind dort auch den unterschiedlichen Einflüssen stark ausgesetzt. Ist er gesund, können die nötigen Bausteine für die Funktion des gesunden Organismus ausreichend aus der Nahrung aufgenommen und synthetisiert werden, wie Mineralstoffe, Eiweiße, Fette, Kohlenhydrate und Vitamine. So baut der Organismus aus „fremder Welt“ das eigene „Selbst“. Durch die „moderne“ Ernährung mit konservierten Nahrungsmitteln, Fast Food und chemischen Rückständen ist unser Darm mit abgelagerten Substanzen belastet und geschädigt. Da diese Nahrung auch zu wenig Ballaststoffe und Bitterstoffe enthält, wird der Darm träge und kann die Nahrungsreste nicht mit der erforderlichen Geschwindigkeit wieder nach draußen befördern. Es findet keine geregelte „Entsorgung“ statt und es entstehen „Altlasten“.

Durch die seit etwa drei Generationen bevorzugten Nahrungsmittel, wie Weißmehlprodukte, tierisches Eiweiß, weißen Zucker sowie chemische Zusatzstoffe, wird die Bildung von Säure im Körper begünstigt. Die Folge ist eine unvollständige Verdauung, die Bildung von Schleimablagerungen und Stoffwechselschlacken, deren Spaltprodukte durch das Blut aufgenommen und über die Leber entgiftet werden müssen und schließlich ein poröser Darm. Neben der Belastung der Leber ist auch eine Überlastung der Immunabwehr die Folge. Dies ist nur einer der Wege, wie die Ablagerungen im Darm auf den gesamten Organismus einwirken. Daraus ergibt sich, dass eine Darmreinigung als erster Schritt zu einer Sanierung des Körpers bzw. bestimmter Organe in der Regel sehr sinnvoll sind. Erst, wenn dieser Schritt vollzogen ist, können gezielte Heilungsmaßnahmen richtig wirken. Oft lässt sich der Zustand des Darms an dem der Haut ablesen. Ein Pilzbefall der Haut oder Nägel weist sehr häufig auf einen Darmpilz hin. Ein fast sicheres Zeichen ist ein gehäuftes Wiederauftreten. Da er im Darm in sogenannten Nestern

auftritt, gibt es beim Stuhlbefund oft fälschlicherweise ein negatives Ergebnis.

Weil das Verdauungssystem über viele Nervenverbindungen mit dem Gehirn in intensivem Austausch steht, ist der Zusammenhang zwischen körperlichen Beschwerden und psychischen Befindlichkeiten verständlich. Stress und Angst wirken direkt auf den Darm. Genau so umgekehrt: Die Ablagerungen und ihr toxischer Einfluss, der den Stoffwechsel blockiert, verursachen rückwirkend auch negative Gedanken. Die Beseitigung der Ablagerungen geht deshalb oft mit einer Beseitigung z.B. von Depressionen einher.

## Was dem Körper in den meisten Fällen fehlt

---

- Gesundes Wasser
- Basenreiche, rückstandsfreie Nahrungsmittel
- Viel Bewegung an frischer Luft
- Positive Gedanken
- Verzicht auf zuviel säurebildende Lebensmittel

## Wie funktioniert das „Clean-Me-Out“?

---

Die im Darm abgelagerten Schlacken werden zunächst durch die Reinigungskräuter gelöst und durch die Darmaktivität weiter transportiert. Die abgelösten Stoffe können sich jedoch kurze Zeit später wieder ablagern oder als Giftstoffe durch die Darmwand aufgenommen werden. Dies wird durch die Bindemittel Psyllium und Grüne Mineralerde verhindert, die die gelösten Substanzen an sich binden. Die Bindemittel fördern durch ihren hohen Anteil an Ballaststoffen auch die Peristaltik des Darms. Die Reinigungskräuter wirken nicht nur auf die Ablagerungen im Darm, sondern auch auf die Blutgefäße, Leber und Niere, also praktisch auf den ganzen Körper ein. Der Körper hat hier eine intensive Arbeit zu verrichten, bei der die einzelnen Organe Unterstützung benötigen. Diese Unterstützung erhält der Körper durch die Wirkstoffe der Aufbaukräuter. Reinigungs- und Aufbaukräuter gehören also zusammen.

Während des Reinigungsprogramms wird auch Einfluss auf den Säure-Basen-Haushalt genommen. Vermehrte Ausscheidungen durch die Reinigungskräuter führen natürlicherweise zu einem Verlust basischer Mineralien, die aber von großer Bedeutung für den Körper sind. Das Programm enthält deshalb mit BaseVital eine Komponente, um das Gleichgewicht des Säure-Basen-Haushalts aufrecht zu erhalten. Während der Kur testen Sie selbst, ob ihr Körper ausreichend mit Mineralien versorgt ist.

Genaugenommen enthält das Clean-Me-Out-Programm also auch eine Basenkur.

**Frage: Wann haben Sie Ihre letzte Basenkur gemacht?**

## Während der Schwangerschaft und in der Stillzeit sollten Sie dieses Programm nicht machen!

---

Um häufige Fragen schon vorab zu beantworten: Bei schwerwiegenden Erkrankungen sollten Sie die Durchführung des Programms mit Ihrem naturheilkundigen Arzt oder Heilpraktiker besprechen und sich bei der Durchführung begleiten lassen. Während einer Schwangerschaft oder in der

Stillzeit raten wir dringend ab, das Programm zu machen.

**Hier finden Sie übrigens das Clean-Me-Out Programm auf unseren Seiten**

## Phänomene während und nach dem Programm

---

Während des Programms treten möglicherweise Veränderungen ein, die für Sie überraschend sind. Manche der Phänomene verschwinden nach Abschluss des Programms wieder, andere bleiben, insbesondere, wenn Sie das Programm zum Anlass nehmen, Ihre Ernährung dem Bedarf des Körpers besser anzupassen. Unter anderem können (müssen aber nicht) folgende Phänomene auftreten (die wir aber - mit dem üblichen Vorbehalt - nicht versprechen):

- Sie verspüren einen deutlichen und unbedingten Toilettendrang und ...
- Sie brauchen kaum mehr Toilettenpapier
- Ihre langjährigen Verdauungsprobleme, wie Verstopfung und Durchfall sind behoben, denn ...
- Ihre gesunde Darmflora ist wieder hergestellt und Ihr Immunsystem arbeitet effektiver.
- Außerdem sind die Funktionen vieler Organe verbessert.
- Viele beobachten auch eine psychische Stabilisierung, Konflikte werden oft „nebenbei“ und manchmal im Traum gelöst
- Das Sehvermögen kann sich bereits während des Programms verbessern, aber ...
- Es kann sich auch verschlechtern, um sich dann am Ende wieder zu verbessern
- Oft verschwinden chronischer Fußpilz und Candida (Pilzbefall).
- Rückenschmerzen lassen nach oder verschwinden.

## Bestandteile und Funktionsweise des „Clean-Me-Out“

---

Wie schon im Absatz „Wie funktioniert das Clean-Me-Out“ beschrieben enthält die Kur folgende 8 wichtige und sich gegenseitig unterstützende Bestandteile:

- 1.Reinigungskräuter
- 2.Aufbaukräuter
- 3.Cayenne
- 4.Bindemittel: Psyllium und Grüne Mineralerde
- 5.Darmflora
- 6.Diät
- 7.Einläufe
- 8.Ausgleich des Säure-Basen-Haushalts

Im nächsten Brief werde ich Ihnen diese 8 Bestandteile im Detail beschreiben.

Bitte bleiben Sie gesund und gehen Sie liebevoll mit sich um.  
Ihre Newsletter-Redaktion



**Forschungsergebnisse aus Naturheilkunde und orthomolekularer Medizin**



Die Naturheilkunde wird von ihren Gegnern gern als „unwissenschaftlich“ dargestellt. Diese Darstellung ist aber inkorrekt: Im Gegenteil, es gibt eine Fülle von Forschungen und Erfahrungsberichten zur Naturheilkunde und zu den in der orthomolekularen Medizin verwendeten Wirkstoffen wie Vitaminen, Mineralstoffen, Enzymen, essentiellen Fettsäuren, Bioflavonoiden und Aminosäuren. Wir berichten in Zusammenarbeit mit der Stiftung "Research for Health Foundation" von diesen Forschungsergebnissen. **Besuchen Sie die Internetseiten der Stiftung**

**Preise und Versandkosten: Alle unsere Preise verstehen sich inklusive gesetzlicher Umsatzsteuer und zuzüglich einer Versandkostenpauschale. Lesen Sie die allgemeinen Geschäftsbedingungen.**

Es ist nicht Zweck unserer Webseiten, Ihnen medizinischen Rat zu geben, Diagnosen zu stellen oder Sie davon abzuhalten, zu Ihrem Arzt zu gehen. In der Medizin gibt es keine Methoden, die zu 100% funktionieren. Wir können deshalb - wie auch alle anderen auf dem Gebiet der Gesundheit Praktizierenden - keine Heilversprechen geben. Sie sollten Informationen aus unserem Seiten niemals als alleinige Quelle für gesundheitsbezogene Entscheidungen verwenden. Bei gesundheitlichen Beschwerden fragen Sie einen anerkannten Therapeuten, Ihren Arzt oder Apotheker. Bei Erkrankungen von Tieren konsultieren Sie einen Tierarzt oder einen Tierheilpraktiker. Die Artikel und Aufsätze unserer Seiten werden ohne direkte medizinisch-redaktionelle Begleitung und Kontrolle bereitgestellt. Nehmen Sie bitte niemals Medikamente (Heilkräuter eingeschlossen) ohne Absprache mit Ihrem Therapeuten, Arzt oder Apotheker ein.

---

[www.vitalstoff-journal.de](http://www.vitalstoff-journal.de)

COM Marketing AG | Fluelistrasse 13 | CH - 6072 Sachseln