

Natur Helse

35. årgang 2020 nr. 2



Generalforsamlingen 2020
Om at styrke immunforsvaret
Håndtering af infektion
Medlemsliste

www.LNS.dk

LNS - det naturlige samlingspunkt

Fra redaktøren

Kære læser.

Siden sidste udgivelse af bladet har meget forandret sig i Danmark og på hele jorden.

Alt har været sat på standby pga. Corona-virus, og selvom de færreste af os har mærket sygdommen tæt på, har den påvirket os alle.

Jeg har læst mange artikler og nedskrevne ord om emnet, men jeg har i det meste af det manglet den spirituelle vinkel i alt det, der sker lige nu.

Vi kan skrive side op og ned om, hvad vi er / og ikke er enige med myndighederne og politikerne i, men for mig er det langt mere væsentligt at tale om "universets indblanding" og vores læring i det her.

Jeg har ingen negative tanker om det, der sker - jeg ser faktisk frem til den transformation, som jeg mener, er absolut nødvendig for Jorden og alle væsener.

Vi må forstå, at naturen går sin egen gang, også når den mistrives, og det åndelige aspekt trænger til opmærksomhed.

Vi skal gentænke vores adfærd, hvis det hele skal hænge sammen.

Jeg håber på, at kollektiv bevidsthed får mere hjerterum.

Fællesskabet, også globalt, har chancen for at vælge en anden retning, nu hvor vi er vækket.

Jeg vælger at tage imod udfordringen, og de nye omstændigheder vækker lyset i mig.

Må udfordringen i disse tider også åbne dit hjerte, kære læser.

Jeg ønsker dig en god sommer i kærlighed.

Annette Kurtzmann



WWW.LNS.DK

LNS Landsorganisationen NaturSundhedsrådet
Medlemsbladet NaturHelse sendes desuden til udvalgte politikere, myndigheder, biblioteker, læger m.fl.
ISSN 1396-6855 - Oplag 2.200

Deadline:

Vinternummeret: 1. november. Udkommer midt i januar

Sommernummeret: 1. maj. Udkommer midt i juni

Efterårsnummeret: 1. august. Udkommer primo oktober

Redaktørteam:

Annette Kurtzmann (ansvarshav.), Vera Marcher
Kontakt: a.kurtzmann@gmail.com / vhm@Lns.dk
Indhold må distribueres, citeres og gengives med kildeangivelse. Skriftlige indlæg med kildeangivelse sendes til redaktionen.

Vi forbeholder os ret til at redigere/forkorte.

Artikler skrevet af andre end bestyrelsen / bladgruppen udtrykker ikke nødvendigvis LNS' holdninger.

Lay-out & tryk: Freka grafisk A/S

LNS kontor:

LNS v/ Mogens Ehrich,
Møllegårdsvej 3, 4320 Lejre, Danmark
Tlf.: 7022 2339 - Lns@Lns.dk - WWW.LNS.DK
CVR nr.: 30751361 - MobilePay: 95610
Merkur bank: 8401 1010331

Du kan indmelde dig i LNS på <https://LNS.dk/kontakt> hvorpå vi sender dig en faktura til brug for din indbetaling. Eller ring 6070 4887.

LNS' bestyrelse:

Annette Kurtzmann (formand)
tlf. 3133 0374, a.kurtzmann@gmail.com
Jan Møller, tlf. 5223 6667, jan@altommennesker.dk
Mogens Ehrich (næstform.), tlf. 3179 7731, me@Lns.dk
Moorggan A. Gersdorff, tlf. 5556 1424, m@moorggan.dk
Tom Frøkjær, tlf. 9360 2370, tom.froekjaer@gmail.com
Ulla Kvintel, tlf. 2943 8887, info@aroma-alfen.dk

Suppleanter:

Annie Thygesen Andersen, Astrid Wiig, Helle Ahnstrøm
Hansen, John Boel, Karin Siff Munck, Kirsten Kragh,
Maya Halstengsgård, Poul Feilberg, Rita Pommer, Steen
Braase, Søren Refstrup, Vera Marcher

Tillidsposter og repræsentationer:

SRab: Mogens Ehrich, Lillian Wong og Annette Kurtzmann
NSK: Lillian Wong samt 1 suppleant
Forsikringsordning: Mogens Ehrich, me@Lns.dk
Medlemspleje: Vera Marcher, vhm@Lns.dk

Terapeutgruppen: Moorggan A. Gersdorff,
tlf. 5556 1424



LNS' administration er siden 2005 kvalitetscertificeret efter international standard, DS/EN ISO 9001:2008



Kort om forsikringsordningen via LNS

Forsikringen koster 700 kr per år som gruppeforsikring via LNS. Den dækker ubetinget sædvanligt erhvervsansvar over for klienter (hvis de glider på trappen eller briksen bryder sammen). Den dækker også ansvar for skade ved dårlig behandling, forudsat man har papir på at have forstand på den behandling, man gav - altså en betinget forsikring.

Personale og deres aktivitet er også dækket, til samme pris, da det dækkede, er det, der foregår under virksomhedens cvr-nummer indenfor landets grænser.

Det er imidlertid en forudsætning, at man har alternativ behandling som hovederhverv. Har man det, dækker forsikringen også aktiviteten ved bierhvervene. I LNS har vi tillid til det, medlemmerne fortæller, så vi kontrollerer

ikke. Der ligger altså ingen form for godkendelse i, at LNS accepterer tilmelding til forsikringen.

Man kan få forsikringen som fagligt medlem af LNS – se oversigten side 27 - eller som medlem af en af vores medlemsforeninger.

I tilfælde af en klage fra en klient er det vigtigt, at behandleren blot videreformidler klagen via LNS eller medlemsforeningen, så vil forsikringsselskabet vurdere, om der er hold i klagen. Foreningerne vil nok informere de etiske råd, for sådan en sag vil interessere.

Efter tilmelding til forsikringsordningen sender LNS en faktura om året. Forsikringen træder i kraft, når første faktura betales.



KULLERUP KURSER

Kullerup Byvej 2 A, 5853 Ørbæk

Psykoterapi (Samtale-, Gestalt-, Familieopstilling, tankefeltterapi, MetaSundhed), Kreativdage, Vegetar/veganerkost, Biodynamik, Livsvisdom, Martinus Kosmologi, Cirkeldans, Mazdaznan (Helsedage).

Ring, kom og kig. Hanne Kudsk Jensen og Ingolf Plesner
Tlf. 65 31 54 31 www.kullerup.dk kullerupkurser@gmail.com



Af formand Annette Kurtzmann

LNS' generalforsamling

d. 18. april 2020 kl. 10.30-14.30



Den årlige generalforsamling blev igen i år afholdt på Møllegården, hvor Mogens Ehrich var vært (vi takker også Kirsten Kragh, som ikke deltog pga. nedenstående omstændigheder).

Generalforsamling var dog meget anderledes dette år pga. COVID-19 og forbuddet mod større forsamlinger.

Vi var blot en lille flok på 4 personer:

Dirigent	Henrik Krarup Lindholm
Referent	Michael Brown
Næstformand	Mogens Ehrich
Formand	Annette Kurtzmann

Til trods for de få fremmødte blev der som vanligt disket op med godt brød/tilbehør, og seriøsiteten omkring årets GF manglede bestemt ikke.

Generalforsamlingen startede med fællesenergi og afsløring af dette års æresmedlem, nemlig Søren Refstrup, som får følgende ord med på vejen:

"Søren – du blev fagligt medlem i LNS i 2012 som leder af foreningen Stoffrit Danmark, som du vist også var med til at starte i sin tid.

Tak for din utrættelige indsats i LNS, hvor du hurtigt blev indvalgt som suppleant.

Du har altid gode ideer til en faglig alternativ sundhedsdialog og har været vores sikre kort, når der skulle laves høringssvar.

Din erhvervs erfaring som bl.a. kemiingeniør og forsker afspejler sig i et fortløbende fokus i dine artikler i NaturHelse. De er altid veldokumenterede, hvad enten det drejer sig om vitaminer eller alvorlige sygdomme. Vi er dybt taknemlige for din indsats, Søren".

Pga. af generalforsamlingens særlige omstændigheder dette år, havde Søren og formanden aftalt, at æren tilfalder i 2020,

men diplommet uddeles først på næste generalforsamling i 2021.

Tillykke til Søren – vi glæder os til at se dig næste år.



Resten af GF forløb eksemplarisk og på saglig vis.

Vi havde gode drøftelser af emnerne på dagsordenen, og da mange medlemmer havde stemt online inden mødets afholdelse, kunne alle punkter vedtages i overensstemmelse med vedtægterne.

Tak til jer der deltog og til jer som stemte.

GF 2020 vil blive husket som en helt særlig en af slagsen, men vi glæder os til næste år, hvor bestyrelsen og LNS' medlemmer kan samles igen.

Du kan læse referat, beretning og handlingsplan på vores hjemmeside: www.Lns.dk

BLIV MEDLEM AF LNS

kontingentsatser inkl. NaturHelse



Faglige medlemmer

Klinik kontingent inkl. Koda-Gramex licens:

Enkeltterapeut eller skole, der også fungerer som klinik, optages automatisk på basisniveau og inkluderer

kollektiv licens til Koda-Gramex..... 1300 kr.

Skolemedlem, underviser, rådgiver..... 600 kr.

Branche-, erhvervs- og foreningsmedlem..... 600 kr.

Kollektivt medlem er et medlem af en LNS branche-forening og kan tilvælge medlemsskab af Terapeut-gruppen med Koda-Gramex licens til..... 600 kr.

og tilvælge forsikringsordning for..... 700 kr.

Andre medlemstyper:

Personligt medlem (pr. husstand)200 kr.

Rabat på 100 kr. til studerende

Husk at du som helseudøver kan tilvælge

forsikringsordning700 kr.

Indmeld dig online på <https://LNS.dk/kontakt>, hvorefter vi sender dig en faktura til brug for din indbetaling.

Få yderligere oplysninger på Lns@Lns.dk eller tlf. 60 70 48 87

På gensyn i LNS
- det naturlige samlingssted



www.DETT.dk
Tlf. 60 740 500

DETT

Danske EFT & TFT Terapeuter

**Foreningen der samler
alle danske EFT & TFT terapeuter
under ét tag**



Stærkt B-kompleks fra Pharma Nord:

ENERGI, NERVER OG PSYKE

Alle B-vitaminerne i én tablet

- **B1 (thiamin)** bidrager til en normal hjertefunktion
- **B2 (riboflavin)** og **B3 (nikotinsyre/nikotinamid)** bidrager til normal funktion af nervesystemet
- **B6 (pyridoxin), B9 (folinsyre)** og **B12 (cobalamin)** bidrager til normal funktion af immunsystemet
- **B5 (pantotensyre)** og biotin (**tidl. B7/B8**) bidrager til et normalt energigivende stofskifte
- Fremstillet i Danmark under farmaceutisk kontrol
- Videnskabeligt dokumenteret



Læs mere om Bio-B-Kompleks og tilmeld dig vores nyhedsbrev på **www.pharmanord.dk**

 **Pharma Nord**

Om at styrke immunforsvaret

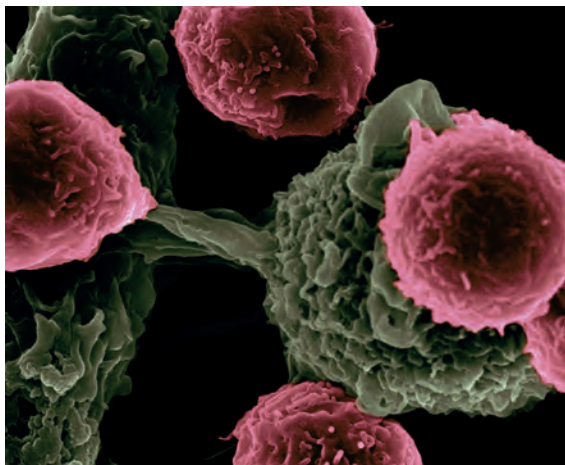
Der tales ofte om at styrke immunforsvaret, hvorved man kan få det indtryk, at det er en enhed, som er isoleret fra resten af kroppen, der skal styrkes.

I lægelige termer tales der om det cellulære og det humorale immunrespons. Det er blot ord for, at der findes celler overalt i hele kroppen, som kan forsvare kroppen mod skadeligt input. Det humorale immunrespons udgøres af de stoffer, som kroppen producerer, som en reaktion på skadelige input. Input er signaler, der aktiverer immunresponsen, og de signaler kan komme både udenfor os selv såvel som indefra os selv, sidstnævnte som det læger kalder autoimmune lidelser. Vi kan i den forstand ubevidst skade os selv. Bevidst selvskaade er i mit perspektiv også ubevidst, for jeg tror på, at ingen af os mennesker bevidst ønsker at lide, hvis vi vidste bedre og kunne vælge andet.

I et holistisk perspektiv udgør kroppens forsvar mere end ovenstående lægelige begreber. Kroppens, eller rettere sagt vores menneskelige forsvar, er vores samlede ressourcer, og de kan styrkes ad flere veje.

Det kan vi bl.a. gøre ved at have tydelige og sunde grænser. Huden, eller vores fysiske krop, er ikke alene det, der udgør vores grænser. Vi har også vores mere usynlige mentale og følelsesmæssige grænser i forhold til det, vi byder os selv, og tillader os at blive budt. Hvis vi eksempelvis, fortsætter med at arbejde i et tempo og på en måde, der er uegnet til vores unikke system, kan vi opleve stress, som nedsætter det omtalte immunforsvar. Befinder vi os i følelsesmæssige vanskelige relationer, kan vi på samme måde blive stresset og få nedsat immunforsvar.

Spiser vi igennem længere tid en kost, der mangler vitaminer, mineraler og andre næringsstoffer i forhold til vores individuelle behov, kan vi lettere blive modtagelig for andre ydre som indre påvirkninger.



Bevæger vi os sjældent, eller lader vi os sjældent bevæge også i overført betydning, vil vores bevægeapparat blive mærket heraf. Vores personlige fysiske forsvar kan herved svækkes.

Mishandler vi det, der giver os daglig næring, som er jordens mange ressourcer, herunder os mennesker, vil vi før eller siden uddø i mangel af disse ressourcer.

Lukker vi helt af for det, der er større end os, "det," der oprindeligt skabte alle levende væsener og jorden og universerne, vil vi før eller siden opleve os magtesløse og angste. Det kan igen vise sig som følelsesmæssig, mental og fysisk stress, indtil vi af nød og i fuld overgivelse må give slip på at forsøge at kontrollere livets store puslespil.

At styrke "immunforsvaret" er i dette perspektiv at styrke vores krop, sind og bevidsthed, som er vores egne medfødte ressourcer. Det kan vi gøre i det omfang, det er os muligt efter bedste evne og i vores eget tempo, for presses vi for meget, kan vi blive stresset på ny, og derved reduceres det, der kaldes immunforsvaret.

Næringsstofmangel, immunitet og infektion

Ved indtagelse af tilstrækkelige mængder af bestemte mikronæringsstoffer kan infektion håndteres

I en videnskabelig artikel fra 2003¹⁾ kan man i indledningen læse: "I 1950'erne nævnte bøger om ernæring ingenting eller næsten ingenting om næringsstoffers indflydelse på infektion. Det samme gjorde sig gældende for afhandlinger om infektionssygdomme. Der eksisterede studier på forsøgsdyr og et antal klassisk kliniske observationer, der påpegede infektioners rolle i at forårsage næringsstofmangler. Imidlertid anerkendte klinikere og ernæringseksperter ikke betydningen af forholdet."

Institute of Nutrition of Central America and Panama (INCAP) lavede i 1950-erne nogle felt studier og metaboliske studier, som viste, at næringsstof mangeltilstande og infektion hos mennesker generelt hænger meget tæt sammen. Disse studier satte gang i gennemgangen af tilgængelig dokumentation, hvilket resulterede i WHO-afhandlingen fra 1968 om "Interaktion mellem næringsstoffer og infektion." Den indeholdt omfattende beviser for infektioners rolle i at forårsage næringsstofmangel, og for at næringsstofmangel forværrer infektion samt sygelighed og dødelighed som følge af infektion."

Til sidst i samme artikel står: "I dag er anerkendelse af den tætte sammenhæng mellem næringsstoffer og infektion en stærk kraft i de fleste folkesundhedsinterventioner for at forhindre infektion og korrigere næringsstofmangler. Med den stigende resistens af vigtige patogener overfor tilgængelige antibiotika og andre medikamenter får forholdet sandsynligvis fornyet opmærksomhed."

I en artikel fra 1997²⁾ beskrives, hvordan immunforsvaret svækkes, og infektion forværrer, når der er mangel på forskel-

lige mikronutrientter: aminosyrer, vitaminer og mineraler. Et citat fra artiklen: "Da 1968-afhandlingen udkom, var der allerede omfattende dokumentation for – mest fra studier på forsøgsdyr – en nedslående effekt af næringsstof mangler på dannelsen af antistoffer og funktionen af hvide blodlegemer."

Påstande, der har været fremsat i medierne igennem årene om, at vi får nok nutrierter gennem den daglige kost er muligvis korrekt, når man er rask, men er uden tvivl ikke korrekt, når man har en infektion eller anden sygdom.

Desværre ser det ud til, at sammenhængen mellem nutrierter og infektion i dag ofte er blevet glemt i den immunologiske forskning og i tiltagene imod infektionssygdomme.

I en artikel fra 2005³⁾ er fokus rettet mod en interessant klasse af enzymer (MMP-er: Matrixmetalloproteinaser*), som er del af immunforsvaret. De er interessante, fordi de er i stand til at nedbryde kroppens bindevæv, som er det væv, der binder cellerne i kroppen sammen og giver kroppen fysisk styrke. Forestiller man sig, at alt bindevæv blev fjernet fra kroppen, ville der blot være en hob af celler uden forbindelse til hinanden tilbage. Derfor er der naturligvis mange andre stoffer og mekanismer, der kan op- og nedreguleres i kroppen, som på forskellige måder kan styre MMP-ernes aktivitet³⁾.

I artiklens indledning står: "MMP'er er en familie af proteinnedbrydende enzymer, der har flere roller i den normale immunrespons mod infektion. MMP-er letter rekruttering af leukocytter, cytokin- og kemokinbehandling, defensin aktivering og matrixomdannelse. Dog kan en overproduktion af MMP-er finde sted som følge af infektion, hvilket fører til immunpato-

logi, der fremmer patogen spredning og forårsager sygdom eller død. MMP-ernes normale funktioner i immunforsvaret er beskrevet tillige med konsekvenserne af deres overproduktion ved infektion fra vira og bakterier. Infektioner omfattet af rapporten er fra HIV, HTLV-1, hepatitis B, endotoksinchok, *Helicobacter pylori* og *Mycobacterium tuberculosis*.”

Artiklen afslutter med at konkludere, at der er en meget fin grænse mellem en passende MMP koncentration og en forhøjet destruktiv MMP koncentration, og at der bør forskes mere i at forstå de punkter, der afgør om en koncentration er passende eller for høj.

I en nyere rapport fra 20184) står, at en masse undersøgelser har vist, at MMP-er er involveret i kræftspredning og metastase. I rapporten står, at fra 1990-erne til de tidlige 2000-er blev en række **syntetiske** MMP-hæmmere studeret i forskellige kræfttyper. Desværre var de uden positiv effekt og havde i stedet mange negative bivirkninger.

Til de sidste 2 referencer (3) og 4)) kan man spørge, om ikke det ville være en idé at forsøge med en blanding af mikronutrienter, som nævnt i reference 2) i stedet for kun at fokusere på syntetiske MMP hæmmere?

I et nyere studie5) fra 2010 har man målt på udskillelsen af MMP-er fra kræftceller og har fundet, at det faktisk er muligt at stoppe udskillelsen helt ved forøgelse af mængden af mikronutrienter omkring kræftcellerne. Ved at give en passende mængde mikronutrienter bringes MMP koncentrationen tilbage til et passende niveau, hvorved sygdommen håndteres og helbredes. De samme forfattere har lavet en hjemmeside6), hvor man på illustrativ måde har beskrevet virus infektion, og hvordan det også kan håndteres med forøget indtag af mikronæringsstoffer, idet bindevævs-nedbrydende enzymer også er involveret i virus angreb.

Der findes mere information om infektion

og mikronutrienter på hjemmesiden www.mangeltilstande.dk

Forklaring:

* (MMP: Matrix: bindevæv (proteiner, der binder cellerne i kroppen sammen), metallo: enzymet indeholder et zink atom, proteinase: enzymer, der nedbryder proteiner)

Referencer:

1. Scrimshaw NS. (2003). Historical concepts of interactions, synergism and antagonism between nutrition and infection. *Journal of Nutrition*, Vol. 133, No. 1, pp. 316S-321S.
2. Scrimshaw, N. S. & SanGiovanni, J. P. (1997) Synergism of nutrition, infection and immunity: an overview. *Am. J. Clin. Nutr.* 66: 464S-477S
3. P. T. G. Elkington, C. M. O’Kane and J. S. Friedland (2005) Department of Infectious Diseases, Hammersmith Campus, Imperial College, London, UK, The paradox of matrix metalloproteinases in infectious disease
4. Matrix Metalloproteinase Inhibitors in Cancer Therapy: Turning Past Failures into Future Successes Arthur Winer¹, Sylvia Adams, and Paolo Mignatti, 2018. New York University School of Medicine, Department of Medicine and Perlmutter Cancer Center. 550 1 st Avenue, New York NY, 10016 USA
5. Micronutrient synergy—a new tool in effective control of metastasis and other key mechanisms of cancer, A. Niedzwiecki, M. W. Roomi, [...], and M. Rath, 2010
6. Micronutrients, effective tools against viral infection, Dr. Rath Research Institute, 2020, <https://www.dr-rath-foundation.org/wp-content/uploads/2020/03/micronutrients-against-viral-infections.pdf>

Historien om lægen og en big balle!

Traditionen tro havde LNS arrangeret det årlige foredrag i november 2019 med Lars Mygind, der fortalte om vores geniale gener. En forrygende aften med en veloplagt Lars, der aldrig har været bedre, så han er en god repræsentant for sin TFT/EFT og læren om, at man altid selv kan gøre noget for at vedligeholde eller ændre på sit helbred. Vi får altid noget nyt med hjem fra hans foredrag og altid et godt supplement til dér, hvor vi nu er i livet. Efterfølgende har jeg modtaget nedenstående information, hvis indhold mange sikkert kan nikke genkendende til.

"Myten om...

Det er noget jeg skal leve med resten af livet!"

Kender du nogen som har symptomer der har været i årevis, kroniske tilstande, de dørjer med og måske har skavanker som kommer igen og igen?

Eller måske du selv dørjer med nogle skavanker som ikke helt forsvinder?

Der er dog en sandhed i myten!

Det er, at hele vores opfattelse af sundhed og sygdomme, er så begrænsede!

Tit og ofte står denne uvidenhed i virkeligheden i vejen for, at vi kan få det bedre og blive hurtigere raske.

Når lægen fortæller..

At det er en kronisk tilstand.. Og at der ikke kan gøres så meget ved det.

Vi skal derfor tage medicin resten af livet..

Så stoler vi trygt og blindt på, hvad der bliver sagt, hvorfor vi affinder os med, at det er sådan det er.

Selve udfordringen i denne problemstilling er..

Hvis du har et **symptom**.

Hvad end det så er for et, så bliver det behandlet **midlertidigt!**

Hvis du f.eks. har:

1. Eksem så får du: **Binyrebarkhomoncreme**
2. Hvis du har forhøjet blodtryk så får du: **Piller**
3. For højt kolostrol så får du: Statiner (også **piller**)
4. Lungebetændelse så får du: **Antibiotika**
5. Gigt får du: Gigt **medicin**
6. Er du deprimeret får du: **Lykkepiller**
7. Hvis du har allergi får du: **Antihistamier**

... og ja listen er uendelig lang, og vi tror godt, du forstår vores pointe...!

Vi mener at de fleste som vil gøre en indsats, kan blive raske og symptomfrie!

Hvis du kan blive syg, hvorfor skulle du så ikke kunne blive rask igen - altså symptomfri?

Men... det kræver noget..

Det kræver at du indstiller dig på at tænke alternativt!

Her er en historie om lægen og en big balle til inspiration..

En læge som fik en big balle ned over ryggen, fik at vide, at han aldrig ville komme til at gå igen.

I dag løber han rundt igen og er frisk som en havørn. Noget han aldrig troede vil ske igen.

Samme læge har fået flere andre livsvarige diagnoser.

Alle sammen nogen han er sluppet af med, fordi han valgte at tænke alternativt og bl.a. lærte tankefeltterapi og METAsundhed.

Har vi en krop eller er vi en krop?

Forståelsen for det hele menneske er noget lægerne ikke vil/bliver undervist i på lægestudiet.

Man bliver faktisk kigget skævt til hvis man tænker på det hele menneske som læge!

Så i og med at lægens ord, er den største autoritet, så er det vel sådan, det er...?

Eller hvad?

Hvad tænker du lige nu?

Vi er på ingen måder ude på at tale dårligt om lægerne på nogen måde. Tværtimod så tror vi på, at en hvilken som helst læge, som vælger at blive læge, gør det ud fra at hjælpe andre.

Det er selve **undervisningen** på lægestudiet global set, der halter efter, og som i bund og grund holder folk fast i deres sygdom.

Der er en grund til, at når man læser til læge, så hedder det sig, at man læser til **mediciner!**

I virkeligheden betyder medicin, lægekunst (altså ikke i pilleform!), og min definition (Lars) af lægekunst er, hvordan fremmer jeg mine egne selvhelbredende kræfter.

Den mest kraftfulde teknik i verden, til at forstærke kroppens egne selvhelbredende kræfter er tankefeltterapi og emotionel frihedsteknik. Set i forhold til hvor let det er at lære!

Det værste der kan ske når du giver dig selv **tankefeltterapi** og **EFT** er at du spiller din tid.

Som regel fordi du ikke ved nok, til at bruge teknikken korrekt.

Det bedste der kan ske er, at du slipper af med et problem, lægen og du selv ikke troede muligt! Så du kan begynde at fjerne dine skavanker med en **simpel** og **bivirkningsfri** metode."

Du kan starte med at afprøve økomeditation med Lars Mygind på:

www.youtube.com/watch?v=iK4lhowqNa0

Annoncering i NaturHelse:



1/4 side	550 kr.
1/2 side	850 kr.
1/1 side	1.300 kr.
1/1 bagside	1.600 kr.

Rubrikannonce:

Kun tekst, 50 x 25mm,
uden logo, illustrationer o.lign.

Pris 100 kr.

15% rabat for medlemmer.

5% rabat ved 3 på hinanden følgende annoncer.

Ingen rabat på rubrikannonce.

Annoncer skal mailes i trykoptimeret pdf-fil til redaktionen:

a.kurtzmann@gmail.com

Se formater på
www.lns.dk/index.php/da/annoncering-i-naturhelse

Betaling netto 8 dage efter modtagelse af faktura, som tilsendes, når bladet udkommer.

Alle oplysninger fås på tlf. 6070 4887 eller på mail:
a.kurtzmann@gmail.com

FAGLIGE MEDLEMMER pr. juni 2020

Her ser du hvad medlemmerne kan tilbyde.

Oversigten er i postnr. orden

KLINIKKER

SKOLER

RÅDGIVNING

ERHVERV

1058 København

Akupunktør og kinesisk urteterapeut

ved Nigel Ching - FKU

6177 3020, ching@ching.dk

www.ching.dk

Akupunktør og kinesisk urteterapeut

1357 København K

Helse og Velvære

2859 8427, Larshenrikolsen@yahoo.dk

www.helseogvelvaere.dk

Komplementær Terapi

1364 København K

Klinik for fodterapi Gaa Godt

ved Connie Roskjær Raftesgaard

2924 2362, connie@gaagodt.dk

www.barefoedder.dk

Gå Godt - Statsautoriseret Fodterapi

1620 København V

HUMAN-BALANCE ApS ved Morten Krabbe

4074 7467, mk@c.dk

www.human-balance.dk

Ayurveda - Healing - CBT - Massage

2100 København Ø.

Kia Remond Rasmussen

Klinik For Fodterapi

3526 8505, kia@remond.dk

Fodbehandling - Laser - Indlæg

Klinik for fodterapi, Vibeke Voss, statsaut.

3526 3226, vibekeviki@hotmail.com

www.vibekeviki.dk

Fodterapeutisk behandling

Klinik for biomedicin, psykoterapi og

akupunktur

Manja Jurkowsky

4054 3128, kontaktmanja@gmail.com

2200 København N

Salon Prana v. Joseph I. Blytner

4033 3439, jib@salonprana.dk

2300 København S

Danplus ApS v. Joan Lykke

joan@vegatest.dk, www.danplus.dk

Vegatest, uddannelse til vegatester

Fodklinikken Let på Fod

Winnie Pretzmann Hansen

w.pretzmann@gmail.com

Professionel Fodterapi

KSM Frekvens Krop-Lyd-Helbred

c/o Karin Siff Munk

2235 2112, karinsiffmunk@gmail.com

www.siffmunk.dk

Vibrations-og Frekvens kinesiologi

2600 Rødovre

Islev Fodterapi, kontakt@islevfodterapi.dk

www.islevfodterapi.dk

Fodterapeutisk behandling

2610 Rødovre

Ronesfelt - Klinik for Fodterapi

2811 5026, info@ronesfelt.dk

Fodterapeutisk behandling

Fodterapeuten Mia Ransborg Lassen

2987 6565,

fodterapeuten@ransborg-lassen.dk

Statsautoriseret fodterapeut

2630 Taastrup

Charlotte Schmidt Nielsen

4355 2530,

www.charlotte-schmidt-nielsen.dk

Kranio-Sakral Terapi - Baby massage

2665 Vallensbæk Strand

Mindfulhealing ved Benedicte Due

2840 0071, benedicte.due@mail.dk

www.mindfulhealing.dk

Mindful healing og clairvoyance

2680 Solrød Strand

Klinik for Fodterapi Susanne Wencke
Brintlev

2757 2734, Susanne@brintlev.dk

Fodterapeutisk behandling

2700 Brønshøj

Motiba v.Ditte Maria Jørgensen

3049 9191, ditte@motiba.dk

www.motiba.dk

Kundalini transmission. Terapiform via tryk

2730 Herlev

COACHING PEOPLE ApS
ved Heidie Graversen
info@coachingpeople.dk
www.coachingpeople.dk
Stresscoaching, kriseterapi

2750 Ballerup

CS-LifeCare v. Christina Stenild
2148 4686, christina@cs-lifecare.dk
www.cs-lifecare.dk
Smertebehandling, Akupunktur mm

Livsstil og Sjæl ved Kizzer Flagaa
2616 0160, kizzer@livsstilogsjael.dk
www.kizzer.zeled.dk
Højere selv værd - Sundere livsstil

2870 Dyssegaard

Klinik Finefødder, Stine Lilja
3942 7766, Fod2870@gmail.com
Fodterapeutisk behandling

2900 Hellerup

Agneta Mei Hytten
2330 3108, musicaart@mail.dk
www.musicaart.dk
Coaching, Consulting, Wellness

2970 Hørsholm

Hormonel Balance v/Katrine Gilberg
2088 8281, Kontakt@katrinegilberg.dk
www.katrinegilberg.dk
Naturlig Hormonterapi

3000 Helsingør

Helsingør Therm
Birgitte Stürup & T. Jelager
therm@tdcadsl.dk
Svømmeterapi i trygge rammer

3250 Smidstrup

Alkalineliving v. Bettinna Delfs
2625 5513, kontakt@alkalineliving.org
www.alkalineliving.org
Coaching - Kost - Yogarejser

3320 Skævinge

Integreret psykoterapi v. Kjeld Salomon
Sørensen
2717 8280, kjeld.sorensen.privat@gmail.com
Psykoterapi, meditationsterapi, angst

3400 Hillerød

Alternativ Klinikken, Lisa Nøhr Karlsson
2176 1784, www.lisa-noehr.dk
Healing, husrensning, clairvoyance

Fodklinikken Hostrupvej, Jesper Frederiksen
4826 5211,
fodklinikken-hostrupvej@outlook.dk
Fodterapeutisk behandling

3450 Allerød

Bymidstens Fodterapi v. Jeannette Reymond
4817 7087,
bymidstensfodterapi@gmail.com
Fodterapeutisk behandling

Klang og Velvære v. Anne Toxværd
3151 8345, atoxvaerd@gmail.com
www.klangogvelvaere.dk

3460 Birkerød

De Place Laboratorierne
Dianna og Torben de Place
6126 4116, info@radioni.nu
www.radioni.nu
Radioni - den dovne vej til sundhed

3480 Fredensborg

Dansk Health Qigong Federation
Ved Lillian Wong
2496 5153, Lillian.wong@unicus.dk
Qigongskole - Instruktøruddannelse

Klinik for tarmskylning og biopati
2891 2787, ulla@stavnsbjerg.dk
www.klinikcolon.dk
Genopretning af din tarmflora

3500 Værløse

Angelika Rasmussen-Länzlinger
2153 2984, angelika@laenzlinger.net
www.angelhealing.dk
Reikihealer, massør, coach

Jetthe Rosann Massage og Healing
4371 4011, jettherosann@gmail.com
Massage og Healing

Wiig-sundhed Frugt-Grønt-Bær
ved Astrid Wiig
4157 7959, astridwiig@gmail.com
Vægtkontrol og en time mere om dagen

3600 Frederikssund

Frederikssund Holistisk Klinik
Inger Dantoft, inger@dantoft.com
Kranio Sakral-Terapi

4000 Roskilde

Aromatherapeutskolen i Roskilde
v. Ulla Kvintel 2943 8887
info@aroma-alfen.dk
www.aroma-alfen.dk
Skoleleder - Aromaterapeut siden 1991

4070 Kirke Hyllinge

Panacea ApS, Irene Kobberskov
4827 7110, info@panacea.dk
www.panacea.dk
Grossister i helsekost

4200 Slagelse

Klinik for fodterapi, Hanne Hallebye-
Hansen
Hallebyefod@gmail.com
Fodterapeutisk behandling

4241 Vemmelev

Klinik Pluto, Bente Agnete Andersen
5838 3307, bente.andersen@klinikpluto.dk
Se udvalget på www.hosbente.dk

4296 Nyrup

Hjertets Vej, selvudvikling og livskunst
ved Annalise Stourup de Molade
2757 3505, annalise.hjertetsvej@paradis.dk
www.hjertetsvej.dk
Regression, Fordybelse, Life-Coaching

4320 Lejre - Østed

Skolen på Møllegården
Mogens Ehrich og Kirsten Kragh
3179 7731, mogens.ehrich@gmail.com
www.harmoni-i-sindet.dk
Kurser om energier og forløsning

4400 Kalundborg

Dorthe Gransøe, Klinik for fodterapi
5956 6067, dorthe@fodterapeut.dk
www.fodterapeuterne-kalundborg.dk
Fodterapeutisk behandling

4420 Regstrup

Mad og Liv ved Iben Foxby
2851 4236, iben@madogliv.dk
www.madogliv.dk
Kost og Naturlig hormonerapi®

4450 Jyderup

Jyderup Fysioterapi v. Ulrik Nyhave
info@jydefys.dk – www.jydefys.dk
Behandling, genoptræning ifm sygdom

4550 Asnæs

Klinik for Fodterapi v. Jeanette Darling
Nielsen
5965 2559, jeadarling@gmail.com

4600 Køge

Klinik for fodterapi, Anne Wessel
7688 0000, wessel@pc.dk

4632 Bjæverskov

PRE-JET v. Preben Jensen
info@pre-jet.dk - www.pre-jet.dk/
Helsekost / ingefærthe

4684 Holmegaard

Anne-Marie Børre, 2684 1352
Zoneterapi, akupressur
og ernæringsterapi

4690 Haslev

ReWilding - Back To Nature, Fitt og Sund
v. Mette Roesen
2582 5994, hej@metteroesen.dk
Kiropraktik, Bindevævsmassage, Aroma
Touch

4772 Langebæk

MOORGGAN ved Moorggan Gersdorff
moorggan@bevidsthedsmedicin.dk
www.bevidsthedsmedicin.dk
Bevidsthedsmedicin, Sessions/CD'er

4863 Eskilstrup

Effekt, Carsten Krøll
5485 5600, effekt@jbr.dk
www. effekt-jordstraaling.dk
Opmåling af jordstråler

4920 Søllested

Mas-søren ved Søren Hansen
5494 1549, hansenovervad@gmail.com
Massage

5000 Odense C

Maya Guiding, Maya Halstensgård
www.mayaguiding.dk
Klarsyn-Clairvoyance, Afdødekontakt,
Healing

5220 Odense SØ

Ulla Theil Nielsen
2628 7150, ullatheil@gmail.com
Massage – Zoneterapi

5250 Odense SV

Godske Fodpleje v. Anja Godske
2648 9874, Anja.g@live.dk
Hud og fodplejer

5320 Agedrup

Anns Fodterapi ved Ann Charlotte Holm
4126 8628, info@annsodterapi.dk
www.annsodterapi.dk
Fodbehandling, indlæg, ligtorn

5466 Asperup

Jens Kristian Frederiksen
7670 9999, www.Bakke-Gaarden.dk
JKF-Kursus & LivsVejledning
F.O.G. Skaber & Udvikler
Forfatter/Forlag: LivsVejledning.dk
FaceBook: SvaneEnergi - Åndens Vinger

5591 Gelsted

Klinik for Fodterapi, Kira Holst
6442 3233, kira@holst-fodterapi.com
Fodterapeutisk behandling

5700 Svendborg

Kamilla Kølle -Klinik for fodterapi
2346 1701,
svendborgfodterapeut@gmail.com
Fodterapi, indlæg, rådgivning

5800 Nyborg

ABC Center v. Clauss Jøren Paaske
clauss@abc-center.dk
www.abc-center.dk/
Muskelterapi-Heling-Organmassage

Alternativ behandler og energiterapeut
Charlotte Fløe
2844 2640, charlotte.floe@live.dk
www.charlotte-floe.dk
RAB Massør, healer, meridian- og RAB
zoneterapeut

5853 Ørbæk - Kullerup

Kullerup Kurser ved Ingolf Plesner
kullerupkurser@gmail.com
www.kullerup.dk
KULLERUP KURSER ØSTFYN

5932 Humble

Nyt Lys, Søren Andersen
2231 6535, andersensorend@gmail.com
Psykoterapi og reikihealing

6000 Kolding

Mogens Kyed massør og coach
2048 8204, mogens.kyed@gmail.com
Massage, Coaching, Tankefeltterapi TFT

6270 Tønder

Life Healing og Psykoterapi
ved Peter Michelsen
2295 7106, mail@pmichelsen.dk
Sjælsro, Intuitiv Healer

6510 Gram

Stensbæk - Den Holistiske Højskole
5136 1809, info@holistisk-hojskole.dk
www.holistisk-hojskole.dk
Kurser, ro, retreat, udvikling

6621 Gesten

Klinik for Fodterapi, Hanne Jette Malcho
7555 7192, hannemalcho@gmail.com
www.pagodfod.dk
Fodterapeutisk behandling

6670 Holsted

Holsted Klinik for Fodterapi
v. Stella Vinding
4240 6670, kontakt@holstedfodterapi.dk

6700 Horsens

SOLU Invest ApS v. Janni Hansen
4061 4997, janni@87h.dk
Clairvoyance, personlig udvikling

7000 Fredericia

Behandling for dig, Tina Agerholm
2256 9302, agerholmtina@gmail.com
Fysioterapeut, kraniosakralterapeut,
akupunktør

Salon Marianne v. Marianne R. Stoklund
2487 8583, mariannestoklund@gmail.com
Sundhedspleje

7100 Vejle

Louise Hallundbæk, Det Sunde Hus
www.louisehallundbaek.dk
Sundhedskatalysator, kost- og ernærings-
vejleder
Pharma Nord ApS ved Tove Lykkegaard
7585 7400, tlykkegaard@pharmanord.com
www.pharmanord.com
Kvalitetsprodukter, naturlægemidler

7200 Grindsted

CHANSON Danmark
v. Mette-Marie Linding
7672 7270, kontakt@chanson.dk
Ioniseret vand - Foredrag - Demo

Grindsted fodterapi ved Alex Nielsen
5365 6703, an@grindsted-fodterapi.dk
Fodbehandling, indlæg, vejledning

Massør Birthe Plauborg
6130 1678, birthe.plau@gmail.com

7490 Aulum

Akupunktur Universitetet ved John Boel
4057 9400, john@boel.org
www.moderneakupunktur.dk
ModerneAkupunktur.dk – Uddannelse

7620 Lemvig

Klinik for fodterapi v/Dorte Kristensen
3011 1602, info@lemvigfodterapi.dk
www.lemvigfodterapi.dk

7700 Thisted

Else M. Skammelsen Nielsen
2022 5044
Zoneterapi

7790 Thyholm

Hjertelyz - Dorte Olsen
5180 5360, dorte@hjertelyz.com
www.hjertelyz.com
www.livskvalitetogsundhed.dk
Holistisk behandling, hypnose m.m.

8000 Århus C

The Healing Home - Gudrun Boost
2810 2542, info@gudrunboost.dk
www.Gudrunboost.dk
METAsundhed, TFT, Deep PEAT, Helbred
dit Liv®

8240 Risskov

Risskov Fodterapi v. Dorthe Jensby Kloster
2829 6169, dorthe@risskov-fodterapi.dk

8250 Århus C

Dorte Fuglsang Engelsfelt
Statsaut. Fodterapeut
8699 2155, post@fodterapi-egaa.dk
Klinik for Fodterapi

8305 Samsø

Lillian Dalgaard, Kranio-Sakral Terapi RAB
2811 2759, mail@lillian-dalgaard.dk
www.lillian-dalgaard.dk
Kranio Sakral-, zoneterapi, massage

8340 Malling

Healingcenter Aarhus v. Gitte Larsen
gitte@polaritetsterapi.dk
Healingsuddannelse, polaritetshealing m.m.

8362 Hørning

Blegind Fodterapi, Susanne Møller
6063 1015, susanne@klinikfodterapi.dk
Fodterapeutisk behandling

Natur-Drogeriet A/S
Jan Christiansen Rathcke
info@natur-drogeriet
www.natur-drogeriet.dk
Kosttilskud gennem et par generationer

Susanne Kirstine Sommer

RAB phytoterapeut
Naturmedicinsk Klinik Djursland
2280 2420, susanne@na-me.dk
Holistisk Hudterapi

8444 Balle

Livets Hus ved Ulla Sørensen
livetshus@mail.dk
www.Livetshus.eu
Zoneterapeut-massør-healer m.m.

8464 Galten

Sol Healing ved Preben Valeur
2641 2083, prbnvaleur@gmail.com
Dybtgående healing

8600 Silkeborg

Astro-Design, Erik Rørholm
8683 6039, info@astro-design.dk
www.aktivamesser.dk
AKTIVA Helse- og Sundhedsmesser

Allergica AMBA, Att. Anja Holm
7026 1777, ah@allergica.dk
www.allergica.dk
Homøopatiske lægemidler

Fodterapeuterne Nygade v. Birgitte Skov
info@fod-nygade.dk - www.fod-nygade.dk/
Fodterapi

Fodterapeut Charlotte Frandsen
8681 0767, fodterapeutcharlotte@outlook.dk
Fodterapeutisk behandling

Fodterapeuterne, Elin Haarup
2897 2928, fodter@pi-elin.dk
Fodterapi

Helse Universet ved Karen Bolette Pedersen
2830 2248, karen@helseuniverset.dk
Helse Universet KST. ALT og Massage

New Life Harmony
Solvej Bente Nygård Knap - RAB
2785 7193, B.Knap@post.cybercity.dk
www.Newlifeharmony.dk
Klinik for Kranio Sakral Terapi -RAB

8660 Skanderborg

Blidterapi ved Heidi Rønne
3029 3714, heidi@blidterapi.dk
Kranio sakral terapi, healing, akkupressur

8700 Horsens

Komplementær Hormonterapeut Henriette
Fog
4054 8419, henriettefog@hormontera-
peut-horsens.dk

8870 Langå

Klinik for Fodterapi v. Lene Dalsgaard
Pedersen
5186 0702, LDPfod@hotmail.com

8940 Randers SV

Jytte Andreassen
2331 5503, Jam.dk@mail.dk

Klinik Sjæleklang ved Annbritt Porup
2287 1930, annbritt2008@live.dk
www.sjæleklang.dk
Clairvoyance, klanghealing, samtale

9620 Aalestrup

Klinik for Fodterapi ved Yvonne Overgaard
2068 7141, yvonneovergaard27@gmail.
com
Fodterapeutisk behandling

9850 Hirtshals

Mygind Institute
7027 8288, kontor@mygind.dk
www.tankefeltterapi.dk
META sundhed, kurser, uddannelse

9900 Frederikshavn

Spirituel Udviklings Center I/S
Erik Leif Abrahamsen
mette@spirituelcenter.dk
www.spirituelcenter.dk
Esoterisk, spirituel udvikling

BRANCHEFORENINGER

Afvikler-Terapeut-Foreningen

Jack Powderly Yilmaz
Terapeuter vedr. Energi-forløsnings
3179 3731, afvikler@afvikler.dk
4320 Lejre

Clairvoyant Foreningen

Formand Birgit Boye Friis
For dig med bevidst åndelig kontakt
2848 9794, bibof@mail.dk
www.clairvoyantforeningen.dk
2760 Måløv

Dansk Akupunktur Union

Formand Trine Johansen
DAU er en faglig forening for akupunktører
2040 6619, info@d-a-u.dk
6630 Rødding . www.d-a-u.dk.

Danske Ernæringsterapeuter DET

Formand Pernille Kruse
Organisering af ernæringsterapeuter
7518 1516, detforening@gmail.com
2720 Vanløse . www.detforening.dk

Foreningen af Danske EFT & TFT Terapeuter

Samler danske EFT og TFT terapeuter
6074 0500, formand@dett.dk
4050 Skibby . www.dett.dk

Jordstråle Foreningen.dk

Kim Lærkesen
4055 2350, kim@maalemanden.dk
www.mj-danmark.dk
4000 Roskilde

Natur-Balance-Huset NBH, hovedkontor

Foredrag og prøvebehandlinger
4828 8700, lars@t-mikkelsen.dk
www.nbhdanmark.dk
3320 Skævinge

Natur-Balance-Huset Skovlunde

Skovlunde Kulturhus, Bybjergvej 10,
Indgang 2
Kontaktperson Kirsten Busk
Tlf. 4453 0221
natur.balance.huset.skovlunde@gmail.com
Arrangementer onsdage kl 19.30

INTERESSEFORENINGER

Børn og Unges Trivsel

Formand Heidie Graversen
4580 3333, info@bu-t.dk
www.boerns-trivsel.dk
2730 Herlev
Trivselsprojekt UNIK, børn og unge

Kontaktperson for Naturterapeuter:

Moorggan Gersdorff, Tlf. 5556 1424



Tirsdag 18. august 2020 kl. 19 – ca. 21.30

"Dit intuitive selv i hverdagen"

Inspirationsforedrag og klarsyn v/Maya Fridan.

Glæd dig til denne aften, hvor Maya vil holde et foredrag under inspiration af og med den åndelige verden ved sin side.

"Hvordan kan du selv tolke og følge de inspirationer og intuitioner, som du modtager i det daglige? Hvordan opnår du bedst tillid til at følge dine egne impulser og ikke lade dig forlede af udefrakommende indtryk? Kommer de fra den åndelige verden eller det din egen bevidsthed?" Efter kaffepausen vil Maya give klarsyn og afdødekontakt på udvalgte publikummer. Her vil alle tilstedeværende typisk kunne hente inspiration til deres eget liv gennem budskaberne.

Maya Fridan er skoleleder af Clairvoyanceskolen, har udgivet bogen "Maya Fridan er clairvoyant – er du", deltaget i flere tv programmer og arbejdet professionelt med clairvoyancen siden 1997. Info på maya-fridan.dk og clairvoyanceskolen.dk

BEMÆRK DET AFHOLDES I SATELLITTEN, Bymidten 46, 3500 Værløse! Medlem af LNS 100 kr. andre 120 kr inkl. forfriskning. Tilmelding til yhm@Lns.dk . Betal på mobilepay 95610, eller til kt. 8401 112541. Yderligere oplysninger 60 70 48 87.



Tirsdag 22. September 2020 kl. 19 – 21.30

"At gå hånd i hånd med aromaterapien"

v. Ulla Kvintel, klassisk aromaterapeut gennem 30 år.

Kom og hør om aromaterapi, og hvad du selv kan bruge den til. Ulla fortæller om:

- Kvalitet og æteriske olier. Noter: top, middel og basis, hvorfor nu det?
- Sikkerhed omkring de æteriske olier, og hvad siger sundhedssystemet?
- Forskellen på klassisk aromaterapi og wellness
- Æteriske olier mod en del SuperBugs/ superresistente mikrober
- Sådan har jeg selv brugt æteriske olier/ aromaterapi i dagligdagen - og til børnebørnene.
- Sådan kan du måske bruge aromaterapien

Ulla Kvintel driver Aromaterapeut Skolen i Roskilde, hvor uddannelsen er delt op i 4 niveauer. En spændende aften, hvor der også bliver lejlighed til at stille spørgsmål.

Ulla kvintels foredrag afholdes i VÆRLØSE KIRKE, HØJELOFT VÆNGE 21, 3500 VÆRLØSE! Medlem af LNS 80 kr. andre 100 kr inkl. forfriskning. Tilmelding til vhm@Lns.dk Betal på mobilepay 95610 eller til kt. 8401 1112541. Yderligere oplysninger 60 70 48 87.



Tirsdag 20. oktober 2020 kl. 19 – 21.30 **"Lægeplanter i Folkemedicinen** **og moderne lægevidenskab"**

v/Læge Charlotte Bech, foredragsholder og kursusleder.
En spændende aften, hvor vi skal høre om en række forskellige lægeplanter, der kan lindre forskellige symptomer og lidelser ifølge folkemedicinen, men også dokumenteret af lægevidenskabelig forskning.

Eksempelvis hvordan multiresistente bakterier kan bekæmpes ved hjælp af en øjensalve fra Gorm den Gamles tid; hvordan Lægebaldrrian hjælper mod søvnløshed; hvordan Malurt kan bruges imod infektioner; hvordan Soløjet Alant kan lindre fordøjelsesproblemer, og hvordan Kransburre kan bruges imod hoste.

Charlotte Bech har en baggrund som læge inden for mavetarmkirurgi på Gentofte Amtssygehus, intern medicin på Rigshospitalet, samt obstetrik i Tennessee USA. Som en af Danmarks førende eksperter i naturlige lægemidler supplerer hun det bedste fra den gængse lægevidenskabelige behandling med veldokumenterede naturlige behandlingsmetoder, som kost, livsstil, motion, yoga, meditation. Læge Charlotte Bech arbejder med kursister, der selv er klar til at gøre en indsats for at optimere sundhed og højne livskvalitet. www.charlottebech.dk

AFHOLDES I VÆRLØSE KIRKE, HØJELOFT VÆNGE 21, 3500 VÆRLØSE! Medlem af LNS 80 kr. andre 100 kr inkl. forfriskning. Tilmelding til vhm@Lns.dk Betal på mobilepay 95610 eller til kt. 8401 1112541. Yderligere oplysninger 60 70 48 87.

Kontakt vhm@LNS hvis du har forslag til et foredragsemne.



Den naturvidenskabelige tro



Tro er almindeligvis noget vi forbinder med religion, men i virkeligheden er tro meget andet end de religiøse forskrifter.

Mette beskriver sine erfaringer som holistisk læge. Det er ikke råd eller retningslinjer, men inspiration til eftertanke

Vi kan tro på os selv, vi kan tro på hinanden, vi kan tro på naturvidenskaben, og vi kan tro på noget der er større end os mennesker. Vi kan tro på meget forskelligt også samtidigt. Vi vælger selv, hvad vi vil tro på.

I Danmark er flest af os opdraget i den naturvidenskabelige tro. Nogle er samtidig blevet præsenteret for andre trosretninger, herunder religiøse.

Den naturvidenskabelige tro er blandt andet kendetegnet ved, at det vi vælger at tro på, først skal bevises med fysiske eksperimenter og tal fra en bestemt autoritet, som vi har givet vores tro og tillid til.

Den naturvidenskabelige tro er også præget af en lineær tankegang, som det at der er en direkte sammenhæng mellem den ef-

fekt, der vælges at måles på, og den årsag der udpeges som værende den udløsende årsag.

Hvis vi tænker lineært, kan vi forledes til at tro, at videnskabelige resultater kan overføres direkte til vores egen eller lignende situationer og tilstande. Der står ofte, om et undersøgelsesresultat, at det "kan" medføre et givent resultat, og det bliver ofte fortolket i retningen af, at det "vil" medføre et givent resultat. Herved kan vi glemme, at den pågældende undersøgelse af den enkelte udvalgte faktor kun fortæller en lille del om de mennesker, der deltog i undersøgelsen på det pågældende tidspunkt, hvor undersøgelserne blev foretaget. Der er ofte mange andre faktorer i spil samtidig, og menneskelige tilstande er forskellige og foranderlige.

Vi kan således også forledes til at tro, at medicin kan fastholde blodtrykket på en bestemt værdi, som lægevidenskaben har fastsat som den optimale. Blodtrykket varierer døgnet rundt af mange forskellige årsager så som motion, vrede, frustration, indre ro, latter og hvile med mere. Det er alle naturlige menneskelige tilstande, som

vi kan befinde os i fra tid til anden, som vi kan balancere, og derigennem har vi mulighed for at regulere blodtrykket. Det er en form for lineær tænkning at forestille sig, at blodtrykket kan fastholdes på en bestemt værdi med et enkelt eller flere præparater, hvilket mange også har måttet sande. Det er også et udtryk for lineær tænkning, hvis vi tror, at mangel på blodtrykssænkende medicin alene er årsagen til, at vi måtte blive syge, og omvendt at medicinen alene gør os raske.

Vi kan på den måde komme til at tro på, at der er én enkelt årsag og en løsning på et menneskeligt problem, og indenfor lægevidenskaben er løsningen overvejende at give medicin. Derfor er det svært for mange at ophøre med eksempelvis forebyggende medicin, velvidende at vi ikke ved om medicinen virker forebyggende hos det enkelte individ. Det er et velkendt udtryk blandt læger, at der skal behandles rigtig mange raske mennesker, før end ét enkelt menneske får gavn af en forebyggende behandling. Så rigtig mange mennesker får forebyggende medicin, der bygger på antagelser og teorier, som udspringer af et ønske om at kontrollere det uvisse. På den måde kan lægevidenskaben holde læge og patient i skak med medicin, med mindre vi tror på os selv og kroppens egne helbredende kræfter og andre alternative veje.

Den nye virkelighed, eller den nye tro, der i disse dage står og banker på i Danmark, og som har eksisteret meget længe rundt omkring i verden, er bevidst om, at der er mange årsager til lidelse og dermed også mange veje til lindring, og at de er helt unikke for hvert enkelt menneske. Så hvis vi forledes til at tro, at det alene er den fysiske isolation i vores hjem under Corona Krisen, der har forårsaget mindre sygdom og få dødsfald, er det igen en form for lineær tænkning. Isolation har haft en betydning som følge af den fysiske distance til syge mennesker, vi måtte møde, så vi som

befolkning har kunnet smitte hinanden langsomt. Samtidig har isolationen medført mere ro, bedre klima, dybere kontakt til os selv og hinanden sammen med alt det andet, vi også måtte have opdaget under isolationen. Alle disse faktorer udover den fysiske isolation er medvirkende årsager til at øge vores immunitet. Der er således mange faktorer, der spiller ind.

Der er ikke et enkelt svar på det gode menneskeliv, som passer som en nøgle i en lås

Det samme gælder, hvis vi lader os vaccinere mod en lidelse. Her er der også flere faktorer, der spiller ind i forhold til at holde os raske. Tænk eksempelvis på de mennesker, der hvert år udvikler influenza og livmoderhalskræft, både dem der er vaccineret, og dem der ikke er. Vaccination vil således let kunne få æren og pengene, hvis man alene tænker lineært.

Der er ikke et enkelt svar på det gode menneskeliv, som passer som en nøgle i en lås. Det nærmeste svar jeg kan komme frem til er, at vi alle fødes, og vi skal alle dø. Hvad der sker der imellem er helt individuelt og unikt og fyldt af muligheder, hvis vi tillader det.

Hvis vi alle skal igennem den samme sluse, det samme nøglehul, når vi bliver syge, vil der let opstå stase i systemet, og vi kommer måske ud på den anden side i en form, der er fremmed for den form, der er vores unikke, og så må vi bagom i køen igen.

Hvis vi alene lægger vores tro i naturvidenskaben og tror på, at livet har en ende, når det er ude af syne, kan vi komme til at føde angsten for det uvisse og angsten for døden. Det er den angst, der kan drive os til at gøre hvad som helst for at overleve, så vi måske helt glemmer at leve her og nu og med hinanden.

Alt hænger sammen med alt



Uddrag fra "Gifts of Mother Earth" (Moder Jords gaver) af Jaap van Etten. Oversat til norsk og kommenteret ved Sissel A. Fuhre.

Jaap van Etten er forfatter og foredragsholder. Han har en doktorgrad i biologi/økologi og har i 20 år arbejdet med metafysisk økologi, menneskelige energier og jordens energier. Han er også kvistgænger (på dansk pilekvist).

Jaap van Etten bruger subtile energier som et udtryk. Med dette menes energier, der er ud over, hvad vi kan opfatte med vore fem sanser, og som er vanskelige at beskrive.

Undersøgelsen af elektromagnetiske energier kaldes en objektiv undersøgelse baseret på videnskabelige fakta, mens studiet af subtile energier er en subjektiv undersøgelse. Der er ingen klare regler. Oplevelsen er personlig, og hvem kan sige, hvad der er rigtigt og forkert? Men vi kan bruge subjektive data og skabe en model, der kan testes af andre for at finde ud af, om det er rigtigt, og som vi kan teste på os selv.

Er dette en ret præcis beskrivelse af den måde, vi arbejder med kviste på?

Når vi taler om objektivitet i relation til subjektivitet, skal vi tage højde for, at kvantefysik fortæller os, at det, der observeres, er påvirket af observatøren - endda bestemmer, hvad der ses. Dette kaldes observatøreffekten i fysik. Observatøren observerer resultatet: *En elektron fungerer som en bølge eller partikel afhængig af observationen og målelayoutet med målsætningen.* Dette, tror jeg, er et fænomen, som vi også oplever som kvistgængere. Der sker meget, og vi kan let få det resultat, vi forventer. Dette fremmer objektivitet.

Et synspunkt, der i stigende grad accepteres, er, at vores bevidsthed skaber vores oplevelse af virkeligheden ved at tro, at det, vi observerer, er "virkelighed". Derfor kan vi konkludere, at alt er subjektivt. For at forstå den virkelighed, vi lever i, skaber vi subjektive modeller - også inden for videnskaben - som kan ændre sig, når vi foretager flere observationer (en dynamisk model). Derudover ændres vores måde at se verden på, når der sker ændringer i den kollektive bevidsthed.

Et eksempel på dette er en kendt historie fra Japan. Japanske forskere undersøgte aber på en ø. De observerede, at en abe fandt en ny måde at løse et problem på, og efterhånden lærte alle aber at gøre det samme. Med tiden spredte denne viden sig til populationer på andre øer, så de løste problemet på samme måde uden nogen fysisk forbindelse mellem befolkningerne.

Ændringerne i det kollektive påvirker vores subjektive opfattelse og fortolkning af virkeligheden og dermed modellen. For at gøre vores model uafhængig af det kollektive, er vi nødt til at skabe denne model fra vores hjerter. Gennem vores hjerter kan vi forbinde med vores egen unikke model, uafhængig af det kollektive, fordi vi forbindes med en højere bevidsthed. Denne

model kan bidrage til vores forståelse af at skabe og udvikle mennesket.

Jaap van Etten giver et klart budskab til os mennesker

Jorden har ikke brug for helbredelse. Den kan nemt tage sig af sig selv. Det er menneskene, der har brug for helbredelse, og Moder Jord giver os al den hjælp, vi har brug for til at gøre det.

Men vi har skabt mange energiske forstyrrelser, og det er vores ansvar at gendanne balancen mellem de forstyrrelser, vi har skabt. Vi er ikke adskilte og uafhængige af jorden og alt, hvad der lever, for alt er forbundet med alt. Vi ved, at ved at forurene jord, vand og luft skader vi os selv.

Men de fleste af os ved ikke, at hvis vi påvirker de subtile energier negativt, vil vi ikke have gode betingelser for at holde vores eget energisystem sundt og i balan-

ce. Selv den måde, vi tænker på, påvirker energien i vores omgivelser. Vores tanker bidrager til jordens energetiske tilstand og endda universets tilstand. Fysisk, følelsesmæssig og mental forurening påvirker Jorden meget mere, end vi tror og erkender.

Denne opfattelse er blevet langt mere bredt accepteret på grund af programmer som "Åndens kraft" (norsk program). På kurser og i forsamlinger er det gennem mange år blevet demonstreret og vist, hvor vigtige at spor af menneskelige begivenheder og traumer er for dannelsen af skadelige jordenergier.

Kilde: "Kvistgjengeren" - medlemsblad for Norsk Kvistgjengerforening.

Jaap van Etten er forfatter til fire bøger, 2 om krystalkranier, en om jordenergier, og den sidste handler om hans møder med Sidhe (elver) og deres budskab til menneskeheden.

Stensbæk

Den Holistiske Højskole



www.holistisk-hojskole.dk

Forhandles af Matas og helsekost samt netbutik www.human-balance.dk

REUMAZALL

Naturlig hjælp til din sundhed

Styrker muskler og led samt understøtter mave/tarm kanalens sundhed.
Støtter hjerte/kredsløb og hjælper til at bevare en sund lunge- og vejrtrækningsfunktion.

Koncentrat af Boswellia, Gulkemeje og Sort Peber.




HB

HUMAN BALANCE Aps · Tlf. 40 74 74 67 · mail: info@human-balance.dk

Se mere på human-balance.dk

Koderne til din energi

af Dr. Sue Morter

Forlag: Borgens forlag, Gyldendal - ISBN: 978-87-03-09225-6

Der findes rigtig mange selvhjælpsbøger, men denne er noget særligt! Det er mig bekendt den første inspirations- og selvhjælpsbog, der har energi og kropsforankring som grundlag for spirituel udvikling.

Bogens sigte er at inspirere og vise veje til spirituel udvikling, en udvikling der bygger på energi og bevidst brug af bevidsthed. Igennem bogens trin og øvelser kan alle let og enkelt øge og styrke deres forudsætninger for at begribe, udfolde og handle i eget liv, gennem denne proces erfare indsigt i egen storhed. At turde leve sit liv fuldt og helt, og Sue Morter kalder det, at have som mål i sit liv: at vi hver især gør en forsidevirkning i verden - og hun uddyber det på denne måde: *"Vi er her for at være dem, der skaber vores liv, og vi er hver især herre over vores virkelighed. I en bioenergetisk forståelse er alt hvad du møder i dit liv energi i bevægelse, hvilket vil sige, at der intet findes, du ikke er. Ligeledes er alt, hvad du møder i dit liv, en perfekt afspejling af din indre verden. På den måde vil det sige, at det er dig, der bestemmer, og dig der afslører den himmelske jord inden i dig."*

Det er ud fra Sue Morters synspunkt hvert menneskes opgave at realisere denne storhed og give den lov og mulighed for at udfolde sig indefra. Det er muligt for alle, skriver Sue Morter, og denne proces og udvikling skal ses som denne bogs hensigt.

Bogen bygger på en kombination kvantefysik, østens spiritualitet og energilære, og vestens måde at kombinere viden om krop, helbred, energi og funktion.

Sue Morter formår at integrere spiritualitet og videnskab på en meget inspirerende måde. Det fremgår, at målet er ikke funktion og det gode helbred i sig selv, men at se

energi og det gode helbred som platform for udfoldelse af det enkelte menneskes livsformål, spiritualitet og skabende kraft. Kvantevendingen kaldes det!

I bogen "Koderne til din energi" indgår der syv koder. De syv koder skal ses og anskues som bogens centrale kilder til optimering af den enkeltes egen praksis mod personlig transformation. De syv koder har alle noget med at sanse, forankre og forøge tilstedeværelsen af grundenergien i vores krop. Med hver kode, oplyser Sue Morter, er det ønsket, at vise vej og give inspiration til det enkelte menneske, så det bliver mere enkelt, både at gennemskue essensen i egne helbreds- og livsproblemer, og frigøre sig fra disse helbreds- og livsproblemer. De syv koder giver inspiration til øvelser til frigørelse fra begrænsende tanke-mønstre og til styrkelse af energi, mål og retning i eget liv, og til livsformål som: at turde udfolde og leve sin forside, som Sue Morter kalder det!

De 7 koder er på den måde bogens rygsøjle og kilde til bogens hensigt: En ny måde at være på!

Formål med koderne er gennem træning at sanse, forankre og forøge kommunikationen og tilstedeværelse af energi og bevidsthed i kroppens grundenergi. Koderne kan bidrage til at aktivere og optimere ubenyttede energi- og nervebaner i din krop og på den måde vække/styrke dine skjulte potentialer. Samlet har de syv koder det samme formål og hensigt, som for bogen som helhed: At du kan blive ét med dit sande essentielle jeg.

Sue Morter redegør over 7 af bogens i alt 12 afsnit grundigt og ret underholdende for de enkelte koder. Den enkelte kodes faglige grundlag og formål belyses,

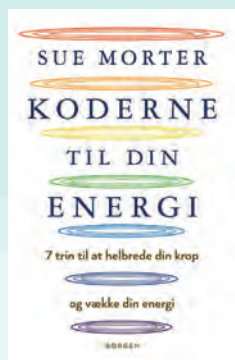
og til hver kode anvises der gode enkle øvelser til ens daglige praksis. Øvelserne omfatter yogaøvelser, åndedrætsøvelser, meditationer, og Sue Morters navnebeskyttede program: B.E.S.T.= Bio - Energetic - Synchronizations-Technique indgår som både forståelse og øvelser i disse koder. (Se mere information på www.drsmortermort.com).

Her følger en oversigt over de 7 koder, som Sue Morter arbejder ud fra. Såfremt du ønsker mere information om de enkelte koder, så er det muligt på hendes hjemmeside (se forrige afsnit):

1. **Forankringskoden:** Kom ind i kroppen igen; at bringe sind, krop og sjæl ind i et sandt forhold til hinanden. Energetisk knyttet til rodchakraet.
2. **Følekoden:** Sjælens sprog; at skelne mellem emotioner og følelser. Energetisk knyttet til det sakrale chakra.
3. **Afklaringskoden:** Underbevidsthedens helbredende kraft. Energetisk knyttet til solar plexus.
4. **Hjertekoden:** Den universelle blødgører. Energetisk knyttet til hjertechakraet.
5. **Åndedrætskoden:** Kilde til selve livskraften. Energetisk forbundet med alle syv chakra langs rygsøjlen.
6. **Den kemiske kode:** Ernæringen, motion og legemliggørelsens alkymi. Energetisk knyttet til det 3. øje.
7. **Den spirituelle kode:** Hvor de mange bliver til ét: Et skift fra at være styret af den spirituelle energi til i livets cyklus at være og leve sin egen spirituelle energi.

Hvem er Sue Morter?

Sue Morter er kiropraktor og læge og har mere end 30 års erfaring, som behandler. Hun er i dag lærer i bioenergetisk medicin og underviser i genoptræningen af nervesystemet og kroppens subtile energisystem. Sue Morter er internationalt kendt



både for sine kurser, workshops og ved oplæg på internationale konferencer i bl.a. bioenergetisk medicin.

Jeg vil afrunde min anmeldelse med et citat, som udtrykker bogens aktualitet:

"Kollektivt sidder vi alle lige på randen af et afgørende gennembrud i menneskelig bevidsthed. Vi står hver især overfor at skulle slippe det pinefulde, lille usikre selv - og vi har et andet valg indbygget i os!"

Budskabet er, at vi er både programmeret og skabt til et andet perspektiv på livet, end det 'pinefulde' vi ofte lever. Vi er skabt til fuld bevidsthed om vores egen sande storhed. I dag står vi ved kanten til det store personlige og kollektive kvantespring. Dette næste trin i vores udvikling er tæt knyttet til, i hvor høj grad vi begynder at lytte, samarbejde og udfolde vores egen indre stemme og storhed.

At motivere til det i en verden, der i den grad har brug for bevidste, ansvarlige og aktive mennesker, der sammen arbejder for fællesskab både mellem mennesker og mellem natur, miljø og mennesker, er et meget flot sigte for en bog.

Læs den og arbejd med den, det er ikke godnat læsning, nok mere en kombination af en meget velskrevet fag- og arbejdsbog. Jeg selv er meget begejstret for, hvor let hun formår at præsentere fagligt komplekst stof. Jeg er også ret bjertaget af endelig at læse en bog, der tager udgangspunkt i den fysiske og energetiske krops potentialer som kilde til spirituel udvikling. God læselyst!

Buddhas Hånd

– *prøv den i din madlavning*

Buddhas hånd er en særlig, iøjnefaldende citrusfrugt, der på alle måder er speciel - prøv bare at se dens kringlede udseende. På dansk hedder den også fingercedrat.

Frugten er også speciel på den måde, at den ikke har noget frugtkød. Til gengæld er den indre hvide del af frugten ikke nær så bitter, som den fx kan være i citron og lime.

Der er næsten ingen saft i den kringlede Buddhas hånd, men den er meget aromatisk, og hele frugten er fantastisk til madlavning. Skær den i fine tern og brug den som en aromatisk gave i din varme grøntsagsragout eller bag den sammen med din fisk.

Du kan også skære den helt tyndt og vende den sammen med råmarineret knoldselleri, æble og kruspersille til en saftig råkost. Hvis du da overhovedet nænner at bruge den til andet end pynt.

Oftest skærer man frugten i tynde skiver, som så syltes let, men man kan også til fulde udnytte de æteriske olier i skallen ved at fintrive det gule ydre, eller ved at lægge frugten i fx vodka, som så vil trække smagen ud og skabe en skøn parfumeret citrus-snaps, lidt som den italienske limoncello.

I Asien bruges Buddhas hånd i øvrigt ofte som en tempelgave til Buddhaen, og her tror man, at Buddha foretrækker de frugter, hvor "fingrene" er lukket sammen i stedet for at være spredte, da de lukkede fingre er et symbol på bøn.

Det er Årstiderne, som importerer frugten fra Juan og Enrique Vallejos (far og søn) citrusfarm i bjergene ved Málaga.

Kilde:
www.aarstiderne.com/opskrifter/leksikon/buddhas-haand



**WWW.LNS.DK**

LNS Landsorganisationen NaturSundhedsrådet

Fagligt sekretariat,

LNS v/ Mogens Ehrich

Møllegårdsvej 3

4320 Lejre

Tlf. 7022 2339 / 6070 4887

Email: LNS@LNS.dk

Indmeldelsesblanket

til medlemskab af LNS (inkl. NaturHelse og LNS nyhedsbreve)

Navn:**Adresse:****Postnr.:****Tlf.:****Mobil:****Evt. kliniknavn:****Evt. klinikadresse:****Evt. web adresse:****E-mail adresse:****Faglige medlemmer:**

Klinik kontingent inkl. Koda-Gramex licens:

- ☐ Enkeltterapeut eller skole, der også fungerer som klinik, optages automatisk på basisniveau og inkluderer kollektiv licens til Koda-Gramex 1300 kr.
- ☐ Skolemedlem, underviser, rådgiver 600 kr.
- ☐ Branche-, erhvervs- og foreningsmedlem 600 kr.

Kollektivt medlem er et medlem af en LNS brancheforening og kan tilvælge medlemsskab af Terapeutgruppen med Koda-Gramex licens til 600 kr. og tilvælge forsikringsordning for 700 kr.

Andre medlemstyper:

- ☐ Personligt medlem (pr. husstand) 200 kr.
Rabat på 100 kr. til studerende

Husk at du som helseudøver kan tilvælge forsikringsordning 700 kr.

Send blanketten til adressen øverst på siden eller indmeld dig online på <https://LNS.dk/> kontakt, hvorefter vi sender dig en faktura til brug for din indbetaling.

Få yderligere oplysninger på Lns@Lns.dk eller tlf. 60 70 48 87

Underskrift:**Dato:****Tak for din støtte – hjælper du os, hjælper vi dig!**

Overvej du

at blive medlem af LNS?

LNS favner bredt. Vi er paraplyorganisation for alternative behandlere, skoler, foreninger og brugerne. Vi mener, det er en samfundsstyrke, at borgerne selv kan vælge at bruge traditionelle eller alternative behandlingsmetoder. Vi er platform for dialog og udvikling på det naturlige sundhedsområde.

LNS ønsker:

- Et bæredygtigt samfund med et holistisk syn på levevis og livsvilkår, forebyggelse og sygdomsbehandling og på menneskets rolle i samfundet
- Frihed til årsagsbehandling og brug af bivirkningsfri behandlinger komplementært til andre behandlingstilbud, også på sygehusene
- At den alternative sektors vidensdisciplin, forskningen vedr. e energier, får sit eget modul
- Tværfagligt samarbejde og at bidrage til samling af den alternative sundhedssektor
- At være medlemmernes talerør over for politikerne

Udpluk af fordele som medlem af LNS:

- Et medlemskab der passer dig til et lavt kontingent, inkl. NaturHelse
- For , NSK, Brob
- Koda-Grames-licens, hvis du er terapeut med egen klinik
- Tilvalg af gruppeansvarsforsikring
- Stå med dine data i vores blad
- 15 % rabat ved annoncering i bladet
- Gratis information i bladet og på www.LNS.dk om egne her-og-nu arrangementer
- Være aktiv i et af vore udvalg
- Præsentation af dit materiale på de messer, LNS deltager i i Danmark.
- Fællesstande i samarbejde med vore medlemsforeninger og terapeuter
- LNS er ISO cert et, hvilket sikrer, at vore administrative mål og handlingsplaner følges

Harmonerer det med dine holdninger?

Så meld dig ind i LNS online på <https://LNS.dk/kontakt>

For yderligere oplysninger ring til tlf. 60 70 48 87 eller mail til Lns@Lns.dk

Vil du give en hånd på en LNS messe så kontakt gerne Moorggan: moorggan@bevidsthedsmedicin.dk

Har du forslag til et foredragsemne, så kontakt gerne Vera vhm@Lns.dk

