



Heilimpulse - Gedanken von Dr. Ebo Rau

MEIN GESUNDUNGSWEG - vom Schatten ins Licht

- ☞ vom Opfer zum selbstbewussten Aktivisten ☞
- ☞ vom hilflosen Patienten zum Heilungshelfer ☞

☞ *Ich akzeptiere die Diagnose, aber nicht die Prognose*

☞ *Ich werde eigenaktiv*

☞ *Ich gehe meinen eigenen Weg*

☞ *Ich lasse mir helfen und helfe mir selbst*

Ich informiere mich bei der **Schulmedizin** über sinnvolle Behandlungsmöglichkeiten meiner Erkrankung. Bei Unklarheiten hole ich mir eine **Zweitmeinung** ein. Ich darf jederzeit auch Maßnahmen der Medizin ablehnen.

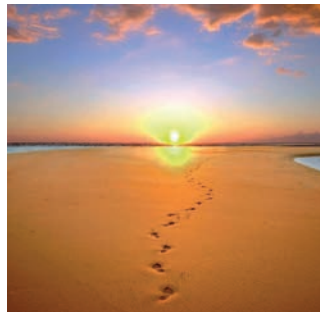
Ich informiere mich über nützliche **alternative/ergänzende Heilmethoden**, z. B. in der Literatur, bei der Gesellschaft für Biologische Krebsabwehr e.V. , bei erfahrenen Therapeuten, Betroffenen, Selbsthilfegruppen und/oder vertrauenswürdigen Bekannten.

WICHTIG! JEDE HEILMETHODE MUSS 3 VORAUSSETZUNGEN ERFÜLLEN:

1. Sie darf keine illusorische Versprechungen machen
2. Sie darf erwiesenermaßen keine bleibenden Nebenwirkungen haben
3. Sie darf den Geldbeutel nicht leer machen

Wenn die Heilmethode das erfüllt, kann ich sie getrost ausprobieren. Oft potenzieren sich ergänzende Heilmethoden, z. B. kann die Visualisation eine Chemotherapie verstärken. (*siehe die Benefiz-Kalendarien „Alles zu seiner Zeit“, „Bewusste Gesundheit“, „Impulse von Mensch zu Mensch“*).

WEITERE EMPFEHLUNGEN ZUM GESUNDUNGSWEG:



- ☞ *Schreibe ein Tagebuch
(siehe Tagebuch „Krebs! Was nun Ebo?“)*
- ☞ *Löse bestehende Konflikte
(siehe CD „Heilkraft in Dir“)*
- ☞ *Wisse von Spontanheilungen*
- ☞ *Mache oft Heilübungen, z. B. die
„20 verbundenen Atemzüge“ (siehe CD „Bewusste Gesundheit“)*
- ☞ *Habe so oft wie möglich/nötig gute Gedanken und Bildervorstellungen
(Visualisation) von Deiner Gesundheit*
- ☞ *Förderlich für Deine Gesundheit ist Bewegung im körperlichen und psychischen
Bereich, d. h. sei flexibel, neugierig und kreativ*
- ☞ *Wisse, Du und alle Lebewesen sind Lichtwesen mit riesiger Energie und aus-
geprägtem Universalwissen - Dein Bauchwissen*
- ☞ *Wisse, dass Deine Lichtenergie - Deine Seele - der wichtigste und größte Teil
von Dir ist (Tatsache ist, dass jedes Deiner Wasserstoffatome zu über 99% aus
Lichtenergie besteht)*
- ☞ *Sei angstfrei vor dem Tod, denn Deine Seele ist unsterblich
(siehe Kalendarien „Karl-Lottchen und Charlotte“ und „Flieg-Seele-Flieg“)*
- ☞ *Wisse, tiefer Glaube mit innigen Gebeten ist stärkste Geistheilung. Nutze das!*
- ☞ *Werde autonom, d. h. unabhängig von Forderungen anderer Leute*
- ☞ *Lebe und esse natürlich - mit Freude, Genuss und Lust*
- ☞ *Vergiss nicht die Einnahme des **Licht-Vitamin D** und insbesondere von
„geistigen“ Vitaminen (sie sind kostenlos und doch sehr wirksam):*
 - Vit. „A“* **A**chtsamkeit, **A**ufmerksamkeit, **A**nnehmen, **A**usdauer
 - Vit. „B“* **B**ewusstsein, **B**eziehung, **B**ewegung, **B**edanken, **B**edenken, **H**obbies
 - Vit. „G“* **G**ute **G**edanken, **G**efühle, **G**elassenheit, **G**anzheitlichkeit, **G**laube an
Deine **G**esundheit, **G**eduld, **G**üte
 - Vit. „L“* **L**iebe das **L**eben - **L**ebe dein **L**eben, **L**achen und **L**ächeln, **L**ust und
Licht, **L**eichtigkeit und **L**ebendigkeit, **L**ösen von Konflikten und **L**oslas-
sen von Unabänderlichem (siehe dazu Kalendarium „Carpe Vitam“)
- ☞ *Tue alles, wozu Du fähig bist, ohne Dich zu stressen. Dinge, die Du nicht ändern
kannst, überlasse getrost einer „Höheren Macht“*

Der Flyer ist zur Auslage gut geeignet! Er ist kostenfrei erhältlich bei der Ebo-Rau-Stiftung und bei der GfBK e.V. (www.eborau.de und www.biokrebs.de)