Fick dich, Krebs!

Die Basen-Heilformel

Fick dich, Krebs!

Die Basen-Heilformel

Günther Grimus

„Krebs ist kein Schicksal, sondern das Symptom eines Körpers, der aus dem Gleichgewicht geraten ist – wenn wir dieses Gleichgewicht wiederherstellen, kann Heilung möglich werden.“ – Günther Grimus

Impressum

Copyright: Günther Grimus
Jahr: 2025

ISBN: 97894038322487

Lektorat/ Korrektorat: Günther Grimus
Illustrationen: Günther Grimus
Covergestaltung: Günther Grimus

Verlagsportal: Bookmundo
Gedruckt in Deutschland

Die Österreichische Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation
in der Österreichischen Nationalbibliografie.

Das Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich
geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verfassers
unzulässig

Warnhinweis: Die in diesem Buch dargestellten Informationen
basieren auf aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen und
praktischen Erfahrungen. Es wird jedoch darauf hingewiesen, dass die
Anwendung von Natron und anderen natürlichen Mitteln in der
Krebstherapie **nicht ohne Risiken ist** und stets **in Absprache mit
einem Arzt** erfolgen sollte. Die hier beschriebenen Methoden
ersetzen **nicht die konventionelle medizinische Behandlung**,
sondern können als **ergänzende Maßnahmen** betrachtet werden.

Inhaltsverzeichnis

1	Vorwort.....	5
2	Einführung in die Krebsheilung.....	10
3	Symptom oder Krankheit?	15
4	Der Schlüssel zur Krebsprävention	23
5	Onkologie	29
6	Die Grundlage zur Heilung.....	36
7	Wie Säure Krebs begünstigt	44
8	Wissenschaftliche Studien	50
9	Ernährung und Krebs.....	60
10	Basische Mahlzeiten im Alltag.....	67
11	Flüssigkeitsaufnahme (basische Getränke)	71
12	Sauerstoff und Zellatmung.....	77
13	Bewegung und Krebstherapie	83
14	Entgiftung.....	88
15	Stress, Emotionen und Heilung.....	92
16	Schlaf, Erholung und Zellregeneration.....	97
17	Immunsystem stärken: Abwehrkräfte	105
18	Natron - Dosierung, Timing, Sicherheit	112
19	Basische Ernährung mit konventioneller Therapie.....	117
20	Erfahrungsberichte und Fallstudien	122
21	Fehler und Mythen.....	127
22	Basisches Leben nach der Therapie.....	132
23	Visualisierung, Meditation, Fokus.....	137
24	Lebensstil-Faktoren.....	144
25	Erfolgskontrolle: pH-Wert messen	150
26	Bauplan für den Alltag.....	155
34	Schlusswort.....	163
35	Zitate.....	164

1 Vorwort

Krebs. Ein einziges Wort, das sich in das Gedächtnis frisst, als würde jemand plötzlich das Licht in einem Raum ausschalten. In dem Moment, in dem man es hört, verändert sich alles. Das Leben teilt sich in ein Davor und ein Danach. Pläne zerfallen, Träume wirken plötzlich weit weg, und die Frage nach der Zukunft wird zu einer offenen Wunde. Manche Menschen hören dieses Wort im Sprechzimmer eines Arztes. Andere in einem Krankenhausflur, in einer Nachricht am Telefon oder durch die leisen, vorsichtigen Blicke ihrer Liebsten. Es ist ein Moment, der brennt. Ein Moment, der schneidet. Ein Moment, der alles in Frage stellt. Aber dieser Moment muss kein Todesurteil sein. Und genau hier beginnt die Geschichte dieses Buches.

In einer Welt, in der wir gelernt haben, Krankheiten wie Feinde zu bekämpfen, vergessen wir oft, dass unser Körper kein passives Schlachtfeld ist. Er ist ein lebendiges, kraftvolles System. Ein System, das nicht nur zerstört werden kann, sondern auch heilen kann. Ein System, das jeden Tag für uns kämpft – still, präzise, intelligent. Und dieses System hat einen Schlüssel: **das innere Milieu**.

Jahrzehntelang wurde in der modernen Medizin über den pH-Wert des Körpers kaum öffentlich gesprochen. Dabei wissen wir längst, dass ein stabiler, leicht basischer Zustand das Fundament für Gesundheit ist. Krankheit gedeiht dort, wo Ungleichgewicht herrscht. Krebszellen entstehen nicht einfach zufällig. Sie lieben ein saures Milieu, in dem das Immunsystem geschwächt, die Zellatmung blockiert und die Selbstheilungskräfte gelähmt sind. Wenn wir aber die Bedingungen verändern, wenn wir das Terrain verschieben, dann verändern wir auch die Möglichkeiten des Körpers.

Ich schreibe dieses Buch nicht aus Theorie, sondern aus der tiefen Überzeugung heraus, dass wir wieder lernen müssen, **mit dem Körper** zu arbeiten, nicht gegen ihn. Wir müssen ihn stärken, statt ihn nur zu betäuben. Wir müssen verstehen, was er braucht, um wieder in den Zustand zu kommen, für den er gebaut ist: **Leben. Regeneration. Selbstheilung.**

Das Konzept des **basischen Bauplans** ist kein esoterisches Hirngespinnst. Es basiert auf chemischen, biologischen und medizinischen Prinzipien, die messbar und nachvollziehbar sind.

Es geht um Sauerstoff. Um pH-Werte. Um Ernährung. Um Bewegung. Um Bewusstsein. Und um ein unscheinbares, aber mächtiges Mittel, das viele übersehen: **Natron**. Ein Stoff, den man für banal hält, aber dessen Wirkung auf den Säure-Basen-Haushalt und die Zellumgebung tiefgreifend ist.

Ich habe jahrelang beobachtet, wie Menschen krank wurden – nicht plötzlich, sondern langsam, leise, fast unsichtbar. Durch Dauerstress, falsche Ernährung, zu wenig Sauerstoff, fehlende Bewegung und ein Milieu im Körper, das mehr zerstört als schützt. Ich habe erlebt, wie sich Körper verändert haben, sobald man die Grundlagen verändert hat. Wenn man die Umgebung wieder basisch macht, wenn man das System wieder mit Sauerstoff versorgt, wenn man den Körper nicht mehr bekämpft, sondern stärkt – dann geschieht etwas, das man kaum in Worte fassen kann: **der Körper beginnt, sich selbst zu heilen**.

Dieses Buch richtet sich nicht an Menschen, die aufgegeben haben. Es richtet sich an Menschen, die **wieder kämpfen** wollen. Menschen, die Verantwortung übernehmen. Menschen, die nicht blind jedem Satz eines Arztes folgen, sondern beginnen, selbst zu verstehen. Menschen, die wissen, dass wahre Heilung nicht nur im Labor entsteht, sondern in jedem Atemzug, in jedem Glas Wasser, in jeder Mahlzeit, in jedem bewussten Moment.

Ich verspreche keine Wunder. Ich verspreche Realität. Und Realität bedeutet, dass du **mehr Macht hast, als dir je jemand gesagt hat**. Dieses Buch ist kein Märchen, es ist eine Landkarte. Ein Wegweiser. Ein Plan, wie du den Raum, in dem Krebs gedeiht, Stück für Stück verändern kannst. Wie du die Bühne, auf der die Krankheit spielt, so umbaut, dass sie keinen Platz mehr hat.

Dieses Buch spricht von basischer Ernährung, gezielter Sauerstoffzufuhr, Entgiftung, mentaler Klarheit, emotionaler Stärke und einem Stoff, den viele unterschätzen: Natron. Aber es spricht auch von Mut. Von Rückeroberung. Vom Aufstehen.

Wenn Menschen an Krebs denken, denken sie fast automatisch an etwas, das von außen kommt. An einen Feind. An ein Monster, das in den Körper eindringt. Doch die Wahrheit ist viel komplexer. Krebs entsteht **nicht von außen**. Er entsteht **im Inneren**. In deinem eigenen Gewebe. Aus deinen eigenen Zellen.

Er entsteht dann, wenn das innere Gleichgewicht kippt. Wenn die Kommunikation im Körper gestört wird. Wenn Zellen die Orientierung verlieren.

Jede gesunde Zelle hat einen klar definierten Lebensrhythmus: sie wächst, erfüllt ihre Aufgabe, stirbt und macht Platz für neue Zellen. Krebszellen dagegen entziehen sich dieser Ordnung. Sie wachsen, obwohl sie nicht sollen. Sie sterben nicht, obwohl sie müssten. Und sie verbrauchen Ressourcen, die eigentlich für Heilung und Regeneration gedacht waren.

Doch was die meisten vergessen: Auch diese Zellen sind **abhängig von ihrer Umgebung**. Sie brauchen Energiequellen. Sie brauchen Milieubedingungen. Und diese Bedingungen werden **von dir** bestimmt – durch das, was du isst, wie du atmest, wie du schläfst, wie du denkst. Ein **saurer Körper** ist ein idealer Nährboden für Krankheit. Er ist wie ein feuchter, dunkler Keller, in dem Schimmel perfekt gedeihen kann. Im sauren Milieu arbeitet das Immunsystem langsamer, die Sauerstoffzufuhr in die Zellen ist reduziert, die Enzymaktivität verändert sich, die Zellatmung bricht ein. Der Körper gerät in ein inneres Chaos, das Krebszellen nicht nur überleben lässt – es **begünstigt** sie.

Ein **basischer Körper** dagegen ist wie ein klarer, heller Raum mit frischer Luft. Hier kann sich keine Krankheit dauerhaft einnisten. Hier fließt der Sauerstoff frei, die Mitochondrien – die Kraftwerke der Zellen – können ihre Arbeit tun. Die Abwehrmechanismen funktionieren, die Zellkommunikation läuft rund, und der Körper kann beginnen, das zu tun, was er eigentlich am besten kann: **sich selbst reparieren**.

Natron spielt in diesem Prozess eine besondere Rolle. Es ist kein magisches Heilmittel, aber ein **machtvolles Werkzeug**. Natron kann den pH-Wert im Körper verschieben, Säuren neutralisieren und ein Milieu schaffen, in dem Heilung überhaupt erst wieder möglich wird. Die Idee ist einfach: Wenn man dem Körper den richtigen Rahmen gibt, erledigt er den Rest selbst.

Doch Heilung ist nicht nur biochemisch. Heilung ist auch psychisch. Der Geist steuert den Körper stärker, als viele glauben. Dauerstress, Angst, Wut und Trauer verändern den Hormonhaushalt, schwächen das Immunsystem und öffnen Krankheiten die Tür. Es gibt unzählige Studien, die zeigen, dass Menschen mit innerer Ruhe, Zuversicht und mentaler Stärke **bessere Heilungschancen** haben.

Deshalb geht dieser basische Bauplan weit über Ernährung und Natron hinaus. Er umfasst das **ganze System Mensch**. Deine Gedanken. Deine Atmung. Deine Bewegung. Deinen Schlaf. Dein inneres Gleichgewicht. Jeder Teil beeinflusst das Milieu in deinem Körper. Und je mehr Faktoren du bewusst steuerst, desto schwerer hat es der Krebs, sich festzusetzen. Die klassische Medizin konzentriert sich oft auf den Tumor – als wäre er das Problem. Aber der Tumor ist das **Symptom**. Das eigentliche Problem ist das Milieu, in dem er entsteht. Wenn man nur den Tumor bekämpft, aber das Milieu unverändert lässt, entsteht er oft wieder. Wenn man aber das Milieu verändert, **nimmt man dem Krebs seinen Lebensraum**. Dieses Buch ist keine Waffe gegen deinen Körper. Es ist ein **Bündnis mit deinem Körper**. Es ist ein Manifest dafür, wieder die Führung über das eigene Leben zu übernehmen.

Heilung beginnt immer mit **Verantwortung** – der Verantwortung, aktiv zu werden, statt passiv zu warten. Zu akzeptieren, dass du nicht alles kontrollieren kannst, aber dass du **viele entscheidende Faktoren selbst beeinflussen kannst**. Dein Körper ist kein feindliches Terrain. Er ist ein Verbündeter. Jede Mahlzeit, jeder Atemzug, jede Entscheidung formt die Bedingungen, unter denen Zellen wachsen, heilen oder krank werden.

Der basische Bauplan in diesem Buch ist keine Theorie, keine abstrakte Idee, sondern ein **praktischer Leitfaden**. Du wirst lernen, wie du dein inneres Milieu so gestalten kannst, dass Heilung gefördert wird, statt blockiert. Du wirst verstehen, wie Natron als Werkzeug wirkt, warum basische Ernährung, Sauerstoffversorgung und regelmäßige Bewegung entscheidend sind und wie deine mentale Einstellung die Heilung unterstützt.

Doch Heilung ist **kein linearer Prozess**. Es gibt Tage, an denen Fortschritte kaum spürbar sind. Tage, an denen Rückschläge drohen und Zweifel aufkommen. Und genau deshalb ist das Zusammenspiel aus **Körper, Geist und Umgebung** so entscheidend. Wer versteht, dass Heilung nicht nur chemisch, sondern auch physisch, emotional und mental stattfindet, wird stärker, stabiler und widerstandsfähiger.

Dieses Buch ist nicht nur für Menschen gedacht, die selbst von Krebs betroffen sind. Es ist für alle, die **die Kontrolle über ihre Gesundheit zurückgewinnen** wollen, die den Körper verstehen und ihn optimal unterstützen möchten. Die Prinzipien des basischen Bauplans helfen nicht nur bei Krebs – sie fördern allgemeines Wohlbefinden, Energie, Konzentration und Lebensfreude.

Ich lade dich ein, auf eine **Reise zu gehen, die weit über die üblichen Pfade hinausgeht.**

Eine Reise, die fordert, aber auch belohnt. Eine Reise, bei der du lernst, wie dein Körper wirklich funktioniert, wie er reagiert und wie du ihm die besten Bedingungen für Heilung bieten kannst. Jede Seite, jeder Hinweis, jedes Beispiel in diesem Buch ist ein Baustein, der dir hilft, die Kontrolle zurückzuerlangen.

Am Ende liegt die Entscheidung bei dir. Du kannst weiterhin passiv zusehen, wie äußere Umstände dein Leben formen, oder du kannst **die Initiative ergreifen**. Du kannst lernen, wie du Säure-Basen-Haushalt, Ernährung, Sauerstoffversorgung, Bewegung und mentale Stärke nutzt, um deinem Körper zu helfen, den Lebensraum für Krebszellen zu verkleinern.

Dieses Buch ist dein Werkzeug. Dein Begleiter. Dein Bauplan. Nicht für Wunder, sondern für **bewusste Heilung**. Es zeigt Wege, gibt Orientierung, motiviert und macht dir deutlich: Du bist **nicht hilflos**, du bist derjenige, der aktiv Veränderungen bewirken kann.

Nimm die Seiten, die Empfehlungen, die Konzepte – und verwandle sie in Taten. Gib deinem Körper die Bedingungen, die er braucht. Und erinnere dich immer: **Heilung ist möglich. Basisch leben ist der Schlüssel. Die Kontrolle liegt in deinen Händen.**

2 Einführung in die Krebsheilung

Krebs ist für viele Menschen ein Wort, das Angst auslöst, das Gedanken und Emotionen wie ein Sturm durcheinanderwirbelt. Die Diagnose verändert das Leben sofort, sie verschiebt Perspektiven, schafft Unsicherheit und lässt viele Menschen nach Antworten suchen, die weit über die klassische Medizin hinausgehen. Doch trotz aller technologischen Fortschritte in der modernen Krebsforschung zeigt die Erfahrung, dass der Schlüssel zur Heilung oft in etwas viel Grundlegenderem liegt: in der Fähigkeit des Körpers, selbst wieder ins Gleichgewicht zu kommen, in seiner Fähigkeit, sich zu regenerieren, wenn die Bedingungen stimmen. Dieses Buch verfolgt genau diesen Ansatz: die Heilung von Krebs über ein bewusst gestaltetes, basisches Milieu im Körper, unterstützt durch Ernährung, Lebensstil, mentale Techniken und gezielte Hilfsmittel wie Natron.

Die Vorstellung, dass Krebs ausschließlich durch äußere Behandlungsmethoden wie Chemotherapie oder Bestrahlung besiegt werden kann, ist weit verbreitet, greift aber zu kurz. Krebs ist kein Fremdkörper, der plötzlich in den Körper eingedrungen ist; Krebs entsteht aus den eigenen Zellen, die durch ein ungünstiges Milieu, Stress, Ernährungsfehler und Umwelteinflüsse in eine Form geraten, die unkontrolliert wächst. Die zentrale Frage lautet also nicht nur, wie man den Tumor bekämpft, sondern wie man das innere Milieu des Körpers so gestaltet, dass Krebszellen keine Chance mehr haben.

Der Säure-Basen-Haushalt des Körpers spielt dabei eine entscheidende Rolle. Ein ausgewogenes, leicht basisches Milieu schafft die Grundlage dafür, dass der Körper seine natürlichen Abwehr- und Selbstheilungskräfte optimal einsetzen kann. Säureüberschüsse, die durch Ernährung, Stress, Umweltgifte und Bewegungsmangel entstehen, verändern die Zellumgebung, hemmen die Sauerstoffaufnahme und schwächen das Immunsystem. In einem solchen Milieu können Krebszellen überleben und sich ausbreiten, während gesunde Zellen nur eingeschränkt funktionieren.

Basische Ernährung und gezielte Maßnahmen wie die Einnahme von Natron wirken dem entgegen, sie neutralisieren Übersäuerung, unterstützen die Zellfunktion und ermöglichen es dem Körper, wieder in einen Zustand zu gelangen, in dem Heilung möglich ist.

Dieses Kapitel wird zunächst die wissenschaftlichen Grundlagen erläutern, die das Konzept der basischen Heilung stützen. Wir betrachten den pH-Wert des Blutes, der in einem sehr engen Bereich von 7,35 bis 7,45 gehalten wird, die Rolle von Pufferstoffen im Körper und wie Ernährung und Lebensstil diesen Wert beeinflussen können. Studien zeigen, dass eine Ernährung reich an Gemüse, Obst, Nüssen und Samen und arm an Zucker, Weißmehlprodukten und tierischen Säurebildnern das Milieu messbar basischer gestalten kann. Gleichzeitig werden die Mechanismen beleuchtet, wie Natron die pH-Werte in bestimmten Körperbereichen reguliert und somit die Bedingungen für Krebszellen erschwert.

Doch basische Heilung ist mehr als nur Chemie und Physiologie. Sie umfasst die Integration des gesamten Lebensstils, der Ernährung, der mentalen Haltung, der Bewegung und der Atmung. Jede Entscheidung, die der Leser trifft – ob bewusst oder unbewusst – beeinflusst das Milieu im Körper. Stress, negative Gedanken, unregelmäßige Schlafmuster und Bewegungsmangel führen zu einer Übersäuerung und hemmen Heilungsprozesse. Andererseits kann die bewusste Gestaltung von Ernährung, Lebensrhythmus und emotionalem Zustand die Selbstheilungskraft erheblich steigern.

In diesem Kapitel werden außerdem praktische Einstiegshilfen gegeben: einfache Möglichkeiten, den Säure-Basen-Haushalt zu testen, Lebensmittellisten für den Anfang, Hinweise zur optimalen Flüssigkeitsaufnahme und die Rolle der Sauerstoffversorgung durch Atmung und Bewegung. Ziel ist es, dass der Leser ein Verständnis dafür entwickelt, wie eng Körpermilieu, Zellfunktion und Krebsentstehung miteinander verbunden sind, und dass er konkrete erste Schritte unternehmen kann, um das Milieu in Richtung Basizität zu verändern. Ein zentrales Element der basischen Heilung ist die Verantwortung des Einzelnen. Das Buch vermittelt, dass Heilung kein passiver Prozess ist, sondern dass der Körper aktiv unterstützt werden muss. Jeder Atemzug, jede Mahlzeit, jede Bewegung trägt zur Schaffung einer Umgebung bei, in der Krebszellen nicht überleben können.

Dieser Ansatz bedeutet Selbstermächtigung: nicht alles liegt in den Händen der Medizin, sondern ein erheblicher Teil liegt in der bewussten Gestaltung des eigenen Lebens.

Ein weiteres Thema ist die Rolle von Natron als Hilfsmittel. Natron neutralisiert überschüssige Säuren und kann das Milieu kurzfristig und gezielt beeinflussen. Wissenschaftliche Untersuchungen zeigen, dass eine gezielte, kontrollierte Anwendung die Zellumgebung verändern kann und die Wirkung konventioneller Therapien unterstützt. In späteren Kapiteln wird detailliert erläutert, wie Natron eingesetzt wird, welche Dosierungen sinnvoll sind und welche Sicherheitsmaßnahmen beachtet werden müssen.

Schließlich betont dieses Kapitel, dass basische Heilung immer in Kombination mit ärztlicher Begleitung erfolgen sollte. Die Eigenverantwortung des Lesers schließt die Zusammenarbeit mit medizinischem Fachpersonal nicht aus, sondern ergänzt sie. Ziel ist es, den Körper optimal vorzubereiten, das Milieu zu verbessern, die Selbstheilungskräfte zu aktivieren und so die Chancen auf Heilung zu maximieren.

Mit dem Verständnis aus diesem Kapitel beginnt der Leser den Weg: von der Erkenntnis über das Milieu, zu praktischen Schritten, bis hin zur Umsetzung des basischen Bauplans, der ihn durch die folgenden Kapitel begleiten wird. Es ist der erste Schritt, die Kontrolle zurückzugewinnen und aktiv an der eigenen Heilung mitzuwirken.

Wenn man über Krebs spricht, darf man niemals nur den Tumor betrachten. Vielmehr muss der gesamte Organismus betrachtet werden. Die Grundlage jeder Heilung ist das Verständnis, dass der Körper ein komplexes, dynamisches System ist, in dem jede Zelle, jedes Organ und jeder Stoffwechselprozess miteinander verbunden ist. Krebs entsteht nicht isoliert – er ist das Ergebnis von gestörten Kommunikationswegen, von Blockaden im Zellstoffwechsel und von einem Milieu, das die Zellen dazu bringt, sich fehlzuleiten.

Die Sauerstoffversorgung der Zellen spielt dabei eine zentrale Rolle. Jede gesunde Zelle benötigt Sauerstoff, um effizient Energie zu produzieren.

Krebszellen dagegen haben die Fähigkeit, in sauerstoffarmen Umgebungen zu überleben. Dies erklärt, warum Tumore häufig dort wachsen, wo das Gewebe übersäuert ist und der Sauerstoffgehalt niedrig ist. Ein basisches Milieu begünstigt hingegen die normale Zellatmung, stabilisiert die mitochondrialen Funktionen und erschwert Krebszellen die Lebensbedingungen.

Die Ernährung ist ein mächtiges Werkzeug, um das Milieu des Körpers zu verändern. Basische Lebensmittel wie grünes Blattgemüse, Gurken, Sellerie, Brokkoli, Zitrusfrüchte und Mandeln liefern Mineralstoffe, die den pH-Wert stabilisieren, sowie sekundäre Pflanzenstoffe, die das Immunsystem stärken und antioxidativ wirken. Gleichzeitig hemmt die Reduktion stark säurebildender Lebensmittel – Zucker, Weißmehl, verarbeitete Lebensmittel, Fleischüberschüsse – das Milieu, das Krebszellen bevorzugen.

Die Flüssigkeitsaufnahme wird oft unterschätzt. Wasser ist nicht nur Träger von Nährstoffen, sondern auch Transportmittel für die Säure-Basen-Regulation. Ausreichende Hydratation unterstützt die Ausscheidung von Stoffwechselabfällen, reguliert den Blut-pH und verbessert die Durchblutung. Eine einfache Methode ist die Einnahme von leicht basischem Wasser oder Wasser, das mit einer kleinen Menge Natron angereichert ist. Dies ersetzt keine konventionelle Therapie, wirkt aber unterstützend, um das Milieu in Richtung Basizität zu verschieben.

Regelmäßige Bewegung ist ebenfalls entscheidend. Moderate körperliche Aktivität fördert die Sauerstoffaufnahme, aktiviert das Lymphsystem, verbessert die Durchblutung und unterstützt den natürlichen Entgiftungsprozess. Studien zeigen, dass Menschen, die sich regelmäßig bewegen, ein stabileres Milieu aufweisen und die Wahrscheinlichkeit der Tumorentstehung reduziert wird. Bewegung beeinflusst zudem den Hormonspiegel, reduziert Stresshormone und stabilisiert das innere Gleichgewicht.

Mentale Gesundheit und emotionale Balance sind ebenfalls wichtig für die Krebsheilung. Dauerstress, Angst und negative Emotionen erhöhen den Säuregehalt des Körpers über hormonelle Mechanismen, insbesondere durch die Ausschüttung von Cortisol und Adrenalin.

Meditation, Atemübungen, Achtsamkeitstechniken und mentale Visualisierungen helfen, das Nervensystem zu beruhigen, Stresshormone zu senken und die Selbstheilungskräfte zu aktivieren.

Natron spielt eine zentrale Rolle als basisches Mittel. Es neutralisiert überschüssige Säuren, unterstützt die Entsäuerung von Gewebe und kann die Lebensbedingungen für Krebszellen verschlechtern. Die Dosierung und der Zeitpunkt der Einnahme müssen sorgfältig geplant werden, um die gewünschte Wirkung zu erzielen, ohne den Körper zu belasten. Dieses Buch gibt detaillierte Hinweise zu sicheren Anwendungen, Dosierung und Integration in den Heilungsprozess.

Die Kombination basischer Maßnahmen mit konventioneller Medizin ist ein weiterer wichtiger Punkt. Chemotherapie, Strahlentherapie oder Operationen können sinnvoll sein, wenn der Körper durch basische Ernährung und Lebensstil vorbereitet ist. Ein basisches Milieu kann Nebenwirkungen reduzieren, die Regeneration beschleunigen und die Heilungschancen verbessern. Es geht nicht um Ablehnung der modernen Medizin, sondern um Ergänzung und Optimierung.

Methoden zur Messung und Kontrolle des Säure-Basen-Haushalts helfen, die Wirksamkeit der Maßnahmen zu überwachen. Urin- oder Speicheltests geben objektive Hinweise auf Veränderungen des Milieus und ermöglichen Anpassungen im Alltag.

Heilung ist ein ganzheitlicher Prozess: Ernährung, Bewegung, mentale Gesundheit, Sauerstoffversorgung, Flüssigkeitshaushalt und basische Hilfsmittel wirken zusammen. Keine einzelne Maßnahme reicht aus, aber in Kombination entsteht ein Umfeld, in dem der Körper seine Selbstheilungskräfte entfalten kann.

Dieses Kapitel zeigt, dass Verantwortung, Bewusstsein und aktive Mitgestaltung des eigenen Lebens die Grundlage für Heilung sind. Jeder Atemzug, jede Mahlzeit und jede Handlung beeinflussen das Milieu des Körpers. Wer diese Prinzipien versteht und umsetzt, schafft die Bedingungen, unter denen Krebszellen keine Chance mehr haben, während gesunde Zellen gestärkt werden.

3 Symptom oder Krankheit?

In diesem Kapitel wird erklärt, wie Krebs entsteht, warum er oft als Symptom eines gestörten Milieus zu sehen ist und wie ein basischer Lebensstil die Entstehung und das Wachstum von Tumoren beeinflussen kann.

Krebs ist eine der komplexesten Erkrankungen, die der Mensch kennt, und zugleich eine, die von Angst, Unsicherheit und Widersprüchen umgeben ist. Die meisten Menschen sehen Krebs zunächst als eigenständige Krankheit, ein Feind, der von außen kommt. Doch die moderne Forschung zeigt, dass Krebs selten „plötzlich“ entsteht, sondern das Ergebnis eines komplexen Zusammenspiels von Zellmutation, Milieueränderung und gestörter Kommunikation zwischen Organen und Geweben ist. In diesem Sinne kann man Krebs eher als Symptom eines tieferliegenden Ungleichgewichts betrachten.

Jede Zelle in unserem Körper besitzt die Fähigkeit, sich zu teilen, zu reparieren oder im Falle eines Fehlers zu sterben. Dieser Prozess ist streng reguliert. Krebszellen entstehen, wenn diese Regulation versagt. Dies kann durch genetische Mutationen geschehen, durch chemische Einflüsse, durch chronische Entzündungen oder durch ein Milieu, das die natürlichen Kontrollmechanismen stört. Ein entscheidender Faktor ist das Säure-Basen-Gleichgewicht im Körper. Ein übersäuertes Milieu hemmt die Zellatmung, schwächt das Immunsystem und schafft eine Umgebung, in der Krebszellen wachsen und überleben können.

Es ist wichtig zu verstehen, dass Krebs nicht isoliert betrachtet werden darf. Er ist kein Fremdkörper, den man einfach entfernen kann, sondern ein Zeichen dafür, dass das System Körper aus dem Gleichgewicht geraten ist. Der Tumor selbst ist das sichtbare Symptom, während die Ursachen – Übersäuerung, chronischer Stress, Umweltgifte, ungesunde Ernährung, Bewegungsmangel – oft im Verborgenen wirken. Wer diese Ursachen erkennt und behandelt, schafft die Grundlage dafür, dass Heilung überhaupt möglich wird.