

WALTER BINDER

GRIPPE-VIREN ABWEHREN

**Plus Vorbeugetipps mit
Immunisierungstraining**

Cducee
EDITION

Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil dieser Publikation darf ohne vorherige Zustimmung durch den Herausgeber in irgendeiner Form oder auf irgendeine Weise – sei es elektronisch, mechanisch, als Fotokopie, Aufnahme oder anderweitig – reproduziert, auf einem Datenträger gespeichert oder übertragen werden.

Copyright der deutschen Ausgabe © Caducee Edition,
ein Imprint vom Verlag »Die Silberschnur« GmbH

ISBN 10: 3-89845-161-5

ISBN 13: 978-3-89845-161-1

1. Auflage 2006

Satz: Plejaden Publishing Service, Neetze
Druck: Finidr, s.r.o. Cesky Tesin, Tschech. Rep.

Verlag »Die Silberschnur« GmbH, Caducee Edition,
Steinstraße 1 · D-56593 Göllesheim
www.caducee.de · Email: info@caducee-edition.de

Inhalt

Vorwort	7
I. Kapitel – Die Grippe	11
Was ist eine Grippe, und welche Symptome zeigt sie?	11
Das Grippevirus (Influenzavirus)	12
Allgemeine Symptome	16
Soll man sich impfen lassen?	17
Therapieformen	20
Kopfgrippe und deren Therapie	23
II. Kapitel – Körperintelligenz und Immunsystem	27
Was geschieht bei einer Virusinfektion?	31
Welche Abwehrzellen sind bei der Virusbekämpfung maßgebend?	33
Die Abwehrorgane des Immunsystems	36
Wie stark ist die Armee des Immunsystems?	37
Welche Naturheilmittel unterstützen das Immunsystem?	37
Sauerstoffwasser mobilisiert Leukozyten	41
Nahrungsergänzungsmittel für Grippeanfällige	43
III. Kapitel – Der Einfluss der Seele auf die Immunabwehr	
1. <i>Stress und Immunsystem</i>	49
Hauptkennzeichen des krankmachenden oder gesunden Stresses	52
Was geschieht im Körper bei Stressreaktionen?	53
Aktive und passive Stressbewältigung	54

2. Seelische Verfassung und Immunabwehr	57
Wenn die Verschlackung auf die Stimmung drückt . .	57
Die Macht der Seele	60
Wie kann ich das Immunsystem im Alltag trainieren?	71
IV. Kapitel – Cystus®	79
Alles findet seinen Meister	79
Cystus® im <i>report</i> München	81
Die Zistrosen	84
Ausführliche Beschreibung der Heilpflanze <i>Cistus incanus</i> <i>ssp. tauricus</i>	89
Die therapeutischen Wirkungen von Cystus®	96
In welchen Produkten ist <i>Cistus incanus ssp. tauricus</i> verarbeitet?	99
Erfahrungsberichte mit Cystus®-Produkten	100
Studienanhang	103
1. Kleinere Studien	103
2. Studie über die antivirale Wirkung und mögliche toxische Effekte des Cystus®-Extraktes auf Zellkulturen	105
3. Studie über mögliche Resistenzbildung des Influenza A-Virus gegen den Cystus®-Extrakt	108
4. Studie über die antivirale Wirkung des Cystus®- Extraktes am Bundesforschungsinstitut für Tiergesundheit und Immunologie	111
5. Mehrjährige Anwendungsbeobachtung über die Cystus®-Sud-Wirkung zur lokalen Behandlung der Tonsillopharyngitis	114
Adressen, Hersteller und Bezugsquellen	119
Quellenangaben	120
Literaturhinweise	122
Stichwortverzeichnis	123
Über den Autor	125

Vorwort

Heute, in Zeiten der Gifte und Katastrophenmeldungen, in denen bei nicht wenigen die körperliche und seelische Gesundheit auf dem Spiel steht, sollten wir nicht allein auf abwehrsteigernde Arzneimittel vertrauen, sondern auch die mentalen Möglichkeiten und seelischen Kräfte erkunden, die unser Abwehrsystem aufladen oder schwächen, denn die entscheidenden immunschädigenden oder stärkenden Faktoren verbergen sich in unserer Sichtweise und Lebenseinstellung – und genau dort können wir unsere Abwehrsysteme umfassend und nachhaltig beeinflussen. Das Immunsystem nimmt es wörtlich, wenn wir z. B. resigniert oder übel gelaunt sind und notorisch in uns hineinraunen: »Ich mag nicht mehr« oder »Ich halte das nicht mehr aus« oder »Die Situation ist hoffnungslos – es macht keinen Sinn mehr sich dagegen zu wehren«. Manche sagen gar: »Ich möchte nicht mehr leben.«

Die Gefahr liegt also nicht in der verfahrenen Situation im Außen, sondern unsere verfehlte Selbst- und Umfeldeinschätzung, sei sie über- oder unterbewertet,

ist es, die uns schadet, da sie von der Immunabwehr ernst genommen wird. Wir erschaffen uns unsere inneren Stressfaktoren selbst, machen uns selber verrückt! – Vor allem den letzten Satz sollten wir uns aufschreiben und sichtbar aufstellen.

Der Nährboden der Angst z. B. ist der überzogene Ich-Bezug, jener innere Stressauslöser, der dem Immunsystem am meisten schadet. Dieses hausgemachte Ungeheuer wird irgendwann zum Todfeind unseres Immunsystems. Doch das können wir vermeiden, indem wir jene Lebenseinstellung einüben, wie sie in diesem Buch erläutert wird. Entscheidend ist immer die Sichtweise und die Lebenseinstellung, sie ist die Wurzel von allem.

Das Immuntraining beginnt also nicht in den Muskeln oder durch fleißiges Konsumieren von Vitaminen oder Powerdrinks, sondern im Herzen und im Kopf, d. h. in der Grundeinstellung zur realen Wirklichkeit und in der Bejahung zu sich selbst sowie in der bedingungslosen Annahme all dessen, was uns begegnet.

Zweifelloso gibt es auch wirksame Arzneimittel, die den Viren das Überleben schwer machen, sie an der schnellen Ausbreitung hindern, doch Grundbedingung ist stets eine angstfreie Stimmungslage, Offenheit und die Bereitschaft, die Wirkstoffe aufzunehmen, und nicht zuletzt der Glaube an ein gutes

Gelingen, jener Faktor, der das Immunsystem wohl am stärksten unterstützt. Dies sollte allerdings ohne autosuggestive Umprogrammierung geschehen, sondern durch Einsicht und Erkenntnis.

Nur wenn unser Stoffwechsel, die Nerven, die Muskeln, die Durchblutung und das Hormonsystem, ja der gesamte Körper, auf Offenheit und Aufnahme umschaltet, dann können Abwehrmittel und medizinische Anwendungen effizienter greifen und dem Immunsystem bei seiner täglichen Abwehrschlacht helfen.

Allen, die dieses Buch zur Hand nehmen, um eine Besserung zu erfahren, wünsche ich bei der Lektüre viele Aha-Erlebnisse und Gesundheit in jeder Beziehung.

Berchtesgaden, im März 2006