



VGKSG-Info

Nr. 8

5. Januar 2023

**Die Seite des Vorstandes
Liebe Vereinsmitglieder
Willy Hauser**

Seiten 2-3

**Lichtkristalle der neuen Zeit
Goldenes Christuslicht
von Jesus Sananda
Maria Weber**

Seiten 3 - 4

**Die Zahl des Lichtes
Zahlschwingungsreihen
Die Bedeutung der Grundzahlen
von 0 bis 9
Herbert Schrepfer**

Seiten 5 - 7

**4 Gedankenkinno – Kopfkino
Maria Weber**

Seite 8

**Physiognomie
Das Ernährungs-Naturell
Seine Physiologie und Psychologie
Seine Stärken und Schwächen
Yvonne Gwerder**

Seiten 9 - 12

Prosit 2023 !

Seite 12

Mitglied werden im VGKSG?

Anmeldung schriftlich unter:

Maria Weber, Heimstr. 7A 9014 St.
Gallen oder jupsonwe@bluewin.ch

Idee und Auftrag für das VGKSG-Info:

Vorstand des Vereins Gesundheit für
Körper, Seele und Geist

Initiative und Begleitung:

Vorstand des Vereins

Rückmeldungen zum Info 8:

willy.hauser@bluewin.ch oder
kontakt@lebens-oase.ch

Inhalt: Willy Hauser, Yvonne Gwerder,
Herbert Schrepfer

Gestaltung, Layout: Herbert Schrepfer
Fotos/Bilder: H. Schrepfer, W. Hauser,
Y. Gwerder

Redaktion: H. Schrepfer

Versand: Maria Weber, H. Schrepfer

Ein VGKSG-Info Nr. 9 des Vereins
erscheint voraussichtlich im Zeitraum

Februar/März 2023

Liebe Mitglieder

Ich bedanke mich von ganzem Herzen, dass Sie uns im letzten Jahr die Treue gehalten haben, und dass wir Sie auch im 2023 weiterhin zu unseren Mitgliedern zählen dürfen. Wir brauchen Sie. Sie sind die **lichtvolle Stütze** für uns alle und für sich selber. Wir wollen eine lichtvolle Erde mit Frieden in allen Belangen.

Ein interessantes und spannendes Jahr ist vorbei und es folgt ein neues und lichtvolleres Jahr 2023.

Was wir in den letzten Jahren erlebt haben, ob es schön war oder weniger schön, wir haben jedes Mal eine Erfahrung gemacht, die uns gestärkt hat.

Unser Lebensweg geht weiter. Sie haben das Leben selbst in der Hand. Sie sind der Schöpfer Ihres Körpers und Ihres Lebens.

Sich jeden Tag gut fühlen, ist das Motto für 2023.

Wenn Sie das anstreben, dann wird es Ihnen immer besser gehen. Lassen Sie sich nicht vom Verstand verwirren. Der Verstand „flüstert“ oft das Gegenteil.

Was Sie - **DENKEN, FÜHLEN, REDEN, HANDELN** - prägt Ihr Leben und so gestalten Sie selbst Ihre Zukunft.

Es ist mir ein wichtiges Anliegen, dass es jedem Mitglied gut geht, die Gesundheit an erster Stelle steht und dass Sie bis ins hohe Alter vital leben dürfen.

Dies kann erreicht werden, wenn Sie **bewusst** über positive Dinge denken, fühlen, reden und handeln. Es ist ein Prozess und der Erfolg wird nicht

ausbleiben. Es erfordert eine gewisse Disziplin und ein beständiges Dranbleiben. Aber es macht Freude!

In dieser Info-Ausgabe erhalten Sie Informationen über den Lichtkristall „Goldenes Christus-Licht von Jesus Sananda“, des Weiteren über die Zahl des Lichtes, „Gedanken – Kopf-Kino“ sowie über das Ernährungs-Naturell, zum Auffrischen oder Kennenlernen.

Ich möchte Sie darüber informieren, wie es im Jahr 2023 weitergeht: Das Pächter-Ehepaar Krönert vom Restaurant Hirschen, St. Fiden, St. Gallen hat leider per Ende Dezember 2022 den Pachtvertrag gekündigt. Es bleibt abzuwarten, welche Entscheidungen die Eigentümerin Brauerei Schützengarten trifft. Wir hoffen natürlich, dass das Restaurant so rasch wie möglich mit einem neuen Pächter weitergeführt wird, und dass uns der Saal wie früher zur Verfügung steht. Deshalb können wir zurzeit noch keine Vorträge planen. Es sind allerdings namhafte Referenten vorgesehen. Wir sind guten Mutes!

Mitarbeit:

Wir suchen weiterhin 1 – 2 Personen, die bereit sind, unseren neu-ausgerichteten Verein mit zielführenden Ideen zu unterstützen. Herzlichen Dank.

Ich wünsche Ihnen eine freudvolle und lichtvolle Zeit. Bleiben Sie gesund und vital im 2023.

Willy Hauser
Präsident VGKSG
Verein Gesundheit für Körper, Seele
und Geist, St. Gallen

E-Mail: willy.hauser@bluewin.ch

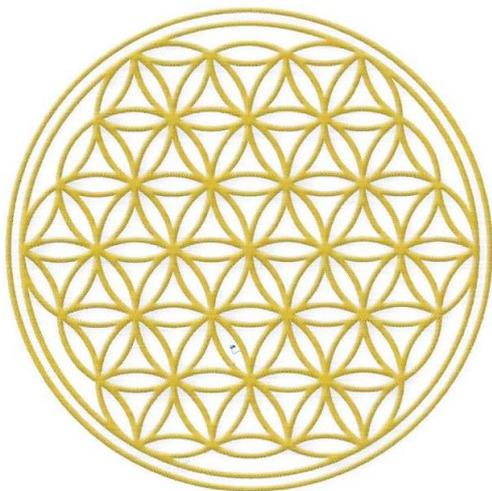
Telefon 079 525 03 68

www.heil-gesund.ch

Postanschrift:

Willy Hauser c/o Maria Weber,
Heimstrasse 7A,
9014 St. Gallen

Y



Lichtkristalle - Lichtdiamanten der neuen Zeit

Sie sind reinste Lichtnahrung für Seele und Geist. Sie verbinden uns mit den höheren Lichtdimensionen, mit unserem Hohen Selbst, von Engelsenergien getragen, wir kommen in den Fluss des Lebens, in den Lichtkörperprozess.

Wir können loslassen und neu beginnen!

In der Rubrik der Lichtkristallenergien zeigen wir in dieser Ausgabe das folgende Lichtkristall-Medaillon:

Goldenes Christuslicht von Jesus Sananda



Erlebe die Präsenz von Jesus Sananda!

Jesus Sananda entzündet sein Christuslicht in dir. Er schenkt dir die goldene Flamme seines Herzens. Er entzündet sein Christuslicht am dunkelsten Ort und in der dunkelsten Zeit in dir. Er führt dich aus Dunkelheit, Verwirrung und Not. Er erlöst die

Schmerzen von Trennung, Verlassenheit und Einsamkeit.

Du weißt: Ich bin geborgen, behütet und versorgt aus dem Göttlichen. Alle Lethargie fällt von dir ab und Jesus bringt dir die Aufbruchsstimmung in dein Herz.

Das Licht siegt. Christus ist Sieger auf ewig!

Die Sonne des Goldenen Zeitalters geht in dir auf. Jesus Sananda schenkt dir Zuversicht und spricht zu deiner Seele: Das goldene Zeitalter ist schon da. Jesus Sananda, der wahre Herzensmeister, kommt in deine Präsenz. Er schenkt dir eine goldene Flamme seines Herzens in dein Herz. Er spricht zu deiner Seele: „**Das goldene Zeitalter ist schon da.**“ So wird das neue Goldene Zeitalter des Christus-bewusstseins in deinem Herzen geboren.

Sorgen und Nöte der aktuellen Zeit fallen von dir ab, denn Jesus bringt dir die Freude, den Frieden, die Geborgenheit und die Zuversicht des Himmels.

Jesus Sananda führt dich aus aller Dunkelheit, Verwirrung und Not. Du kannst wieder strahlend auferstehen und du weißt: „Ich bin geborgen, geführt und immer versorgt aus dem Göttlichen.“

Mit kristalliner Energetisierung und Initiierung.

Goldenes Christuslicht von Jesus Sananda Medaillon - CHF 22.00
Erhältlich bei Maria Weber
(jupsonwe@bluewin.ch)

Jesus Christus spricht über das Goldene Christuslicht im Initiierungs-Channeling:

Ich bin Jesus Sananda, euer wahrer Herzensmeister. Ich schenke dir eine Christusperle, eine goldene Flamme meines Herzens, in dein Herz. Es entzündet mein Christuslicht in deiner Seele. Das Licht aber bricht sich die Bahn und du weißt: „Das Licht siegt. Christus ist Sieger auf ewig!“ Denn ich bin das Licht in den Seelen und führe sie aus aller Dunkelheit, Verwirrung und Not. Vertraue dich mir an und du bist geschützt und bewahrt vor aller Übergriffigkeit. Du wirst herausgeführt aus der dunkelsten Nacht.

Mit dieser Christusperle schenke ich dir eine goldene Flamme meines Herzens, die dein Herz und deine Seele erleuchtet. Sie entflammt dein Herz und kein Wesen kann dies wieder löschen oder deiner habhaft werden. Die Christusflamme meines Herzens spricht zu deiner Seele: „Das goldene Zeitalter ist schon da.“

Das Christuslicht des Goldenen Zeitalters breitet sich in dir aus. Lass alles Alte los. Lass die alte Last, den Rucksack der Jahrtausende einfach hinter dir und springe im Vertrauen, in Zuversicht in das Christus-bewusstsein der Neuen Zeit. Alle Lethargie fällt von dir ab, denn ich, Jesus Sananda, bringe dir die Aufbruchsstimmung in dein Herz: „Komm Seele, erhebe dich und schreite voran, denn die goldene Zeit ist schon da.“

© Autorin: Antje Kyria Deva Eisele
24.10.2022

12370744

Die Zahl des Lichtes

Sie ist eine der bekanntesten Zahlschwingungsreihen mit grosser Wirkung – ein Geschenk von Grigori Grabovoi an uns alle. **Sie bedeutet:**

Gott oder Licht in jeder Zelle.

Unser Körper besteht aus ca. 75 Billionen Zellen. Stell dir vor: in jeder deiner Zellen leuchtet ein winziges LED-Lämpchen.

Welcher Power, mit dem du dein Licht ausstrahlst! Wie du damit von andern als Wesen mit viel Licht wahrgenommen werden kannst! Wie es dich schützt!

Die einzelnen Ziffern sind wie eine Musiknote – sie wirken zusammen wie eine Melodie, oder eine Zahlschwingung aus allen einzelnen Ziffern. Sie berühren uns wie jede Musik auch.

Grigori Grabovoi, ein russischer Mathematiker, befasst sich seit langem intensiv mit solchen Zahlschwingungen und ihrer Wirkung. Diese Lichtzahl ist sein Geschenk an uns alle.

Was kann ich damit machen?

Nichts – mich darauf konzentrieren – mir die Zahl auf Zettel schreiben und sie ins Portemonnaie, auf das Nachttischchen, unter das Kopfkissen legen – irgendwo auf die Haut schreiben – und wieder vergessen.

Und sie wirkt – trotzdem!

Zahlschwingungsreihen

Jeder Ton ist eine Schwingung mit einer bestimmten Frequenz. Das gleiche gilt für die Zahlen von 0 bis 9. Jede Zahl hat ihre eigene Schwingung mit einer zugeordneten Bedeutung. Fügt man mehrere Töne oder Zahlen aneinander, entsteht ein sich überlagerndes Schwingungsmuster, eine Zahlenkombination, ein Klang oder eine Melodie.

Unser Körper nimmt solche Schwingungen auf wie ein Resonanzkörper. Eine Melodie können wir hören und sie berührt uns, oder auch nicht. Eine Zahlschwingungsreihe können wir nicht hören, aber unser Unterbewusstsein und jedes Organ kann sie lesen und mit ihr in Resonanz treten. Dabei beeinflussen diese Schwingungen unser Wohlbefinden als Ganzes, Situationen, in denen wir in unserem Leben stehen, jedes einzelne Organ, usw. Diese heilende Wirkung spüren wir u.a. als Anhebung unseres gesamten Wohlbefindens.

Ein Anwendungsbeispiel

Die Zahlenreihe unseres Geburtstages ist eines der stärksten Schwingungsmuster oder „unsere persönliche Zahlenmelodie“. Sie ist direkt mit unserem Leben verbunden und weist uns auf die Energien hin, die in unserem Leben eine zentrale Rolle spielen werden. Der Geburtstag ist das jedem Menschen persönlich zugeteilte Schwingungsmuster, seine persönliche (Heil)zahl, mit der er durchs Leben gehen wird.

Die Geburtsdatum-Schwingung verstärkt die Wirkung anderer Schwingungen.

Beim Geburtsdatum wird die Null mitgeschrieben: z.B. 4. März → 04.03.1967, da auch die Null einen eigenen Code hat.

Die vorkommenden Zahlen und ihre Wiederholung weisen darauf hin, was wir an Begabungen oder Stärken in die Wiege gelegt bekamen, die fehlenden Zahlen auf Themen und Aufgaben, die in unserem Leben von Bedeutung sind, an denen jemand arbeiten muss. (in unserem Beispiel fehlen die Zahlen 2 – 5 – 8) Die Grundbedeutung der Zahlencodes gibt eine Richtung an, wo gesucht werden kann. Diese Schlüssel-Informationen einer Ziffer sind in verschiedenen Herkunftssystemen +/- gleich, bzw. unterscheiden sich lediglich in Nuancen.

Das Arbeiten oder Lenken mit dem Geburtstagscode erlaubt, verschiedene persönliche Themen direkt und erfolgreich zu bearbeiten. Dieser Code wird dann als Lenkungsinstrument eingesetzt. Grabovoi hat uns viele Zahlenschwingungsreihen geschenkt, mit denen man sehr erfolgreich arbeiten kann. Sie können in verschiedenen Situationen direkt eingesetzt werden, um in einer bestimmten Situation, für ein Organ oder einen Körperteil eine Veränderung oder Lösung zu ermöglichen.

Ich staune immer wieder, wie direkt und erfolgreich diese Zahlenschwingungsreihen eingesetzt werden können. Dies durfte ich bei mir selbst, aber auch bei verschiedenen Klienten auf eindruckliche Art erleben.

Es ist wichtig, die Zahlenreihen als Schwingungsmuster wahrzunehmen und nicht als abstrakte Zahlenreihe, mit der sich unser Verstand (mühsam) befassen muss. Also muss man Zahlenreihen nicht im Kopf behalten oder auswendig lernen – man darf sie ganz ruhig wieder vergessen. Man liest / betrachtet Zahlenreihen nicht als Zahl, sondern als Reihe von Einzelziffern: z.B. 7 – 1 – 0 – 4 – 2 (Zahlenschwingungsreihe für die Harmonisierung einer aktuell schwierigen Situation)

→ Die Zahlenreihen laut lesen, direkt auf den Körper oder ein Blatt schreiben, in eine Zeichnung integrieren.

Einige Ideen, wie man mit Zahlenreihen arbeiten kann:

→ Auf Zettel schreiben und diese überall hinkleben, wo man einen Blick darauf hat: in der Küche, auf dem Nachttisch, unter dem Kissen, im Portemonnaie, usw.

→ Die Zahlenreihe vor sich haben und sich darauf konzentrieren

→ Sich eine Zahlenreihe als Projektion am Himmel, als 3D-Bild, usw. vorstellen.

→ Sich eine Zahlenreihe als Projektion am Himmel, als 3D-Bild, usw. vorstellen.

→ Sich eine Zahlenreihe als Projektion am Himmel, als 3D-Bild, usw. vorstellen.

Wichtig ist, dass man die Zahlenreihe, die man visualisiert, gedanklich mit dem gewünschten Ergebnis mit der positiven Zielformulierung verbindet.

Zahlenreihen – Zahlschwingungen von Grigori Grabovoi

Die Grundschwingungen der Zahlen von 0 bis 9

Sie bilden die Grundlage für all die Zahlschwingungsreihen, die Grabovoi «komponiert» hat, um uns ein Mittel in die Hand zu geben, unser eigenes Leben und unser Wohlbefinden in eine positive Richtung zu gestalten. Z.B. 5555555
 →Zahlschwingung für faire Kommunikation (anwendbar bei schwierigen Gesprächen, z.B. einem Bewerbungsgespräch)

	<u>Bedeutung</u>
0	Nullraum, Quelle der Information, Raum, in dem sich seine Qualität verändert – Umwandlung in Richtung Qualitätsverbesserung – verstärkt vorhandene Qualitäten
1	Raum des Übergangs vom Vakuum in den gefüllten Raum – Anfang, Neubeginn – Individualität, Persönlichkeit – Führernatur, – ehrlich selbstbewusst, aufgeschlossen, dynamisch, aktiv
2	Verkörpert Dualität – in die Handlung kommen – Aktivitätsprinzip – Spannung, Antrieb, Wille, Freiheit – warmherzig, diplomatisch partnerschaftlich, rücksichtsvoll
3	Nicht nur entweder oder, das Sowohl-als-auch – Schwingtür, die sich auf beide Seiten öffnen lässt – Ergebnis einer Handlung Vollendung, Abschluss – gesellig, humorvoll, sensitiv, sieht verschiedene Seiten – begabt, redgewandt
4	Wechselwirkung mit äusserer Realität, Kontakt zu Aussenwelt – ehrgeizig fleissig beharrlich, Organisationstalent, starr im Denken, praktisch veranlagt, ausdauernd, verlässlicher Partner, treuer Freund
5	Verbindung mit der inneren Welt, innere Realität bis in die Zellebene – Liebe zu sich nach innen – Vielseitigkeit – redgewandt – begabt für Fremdsprachen – idealistisch, risikofreudig, beweglich, ausdauernd – innere Unruhe - Lebensmut
6	Basisenergie, Grundlage, Licht – starker Wille in eigenen Belangen, Ungeduld – künstlerisch begabt – grosszügig, hilfsbereit gewissenhaft, ausgeglichen und aufrichtig, optimistische Persönlichkeit
7	Kraft der reinen Liebe – Plattform zur Entwicklung der Seele – Vollkommenheit - Prinzip des Schöpfers – alles ist vollkommen - Neigung zu Mystik und Philosophie – spirituelle Begabung – geistige Qualitäten, grosse Einbildungskraft - Träumer
8	Wie oben, so unten, allumfassendes Prinzip, alles geschieht jetzt – Rhythmus des Lebens, Tor zur Unendlichkeit, zum unendlichen Potential – losgelöst von Raum und Zeit – starker Gerechtigkeitssinn, materielles Streben – willensstark, intuitiv offen, gesellig
9	Anfang und Ende eines Zyklus – Zahl des Schöpfers und des Menschen als schöpferisch tätiges Wesen – grosszügig, viel Fantasie, Treue zu sich – hell-sichtig, einflussreich geachtet, lebt Leidenschaft in allem, charmant, umgänglich und hilfsbereit – Zahl, die alle anderen Schwingungen enthält

Gedanken kino – Kopfkino

Passiert es Ihnen auch manchmal oder eher öfters, dass nicht mehr **Sie** denken, sondern dass **ES** denkt?

Wenn sich die Gedanken „selbständig“ machen, d.h. wenn Sie sozusagen von den Gedanken beherrscht werden, dann ist es allerhöchste Zeit, dass Sie aktiv werden. Wir sprechen hier von den **NEGATIVEN** Gedanken.

Schreiben Sie einen Tag lang auf, was Sie so alles denken und versuchen Sie, Kategorien dafür zu finden: Glaubenssätze, Ärger mit Familienmitgliedern, im Job, Unerledigtes, Wünsche. Dann fragen Sie sich: „Wieviel davon ist positiv und wieviel ist negativ - 50% / 70%?“

Ein typischer Gedankengang ist folgender:

„Was wäre geschehen, wenn /dann/hätte/vielleicht?“

Unsere Medien füttern uns täglich mit negativen Meldungen. Seien Sie sich jederzeit bewusst, dass nur **Sie** der Chef/die Chefin sind. Sie allein entscheiden, ob Sie sich von den Medien, vom Fernseher unterkriegen lassen wollen. Der kleine Knopf beim Fernseher ist die magische Lösung: **AUSSCHALTEN**.

Gewöhnen Sie sich daran, dass sich Ihre Gedanken mehrheitlich im positiven Bereich bewegen.

UMSCHALTEN ist das Zauberwort: Von negativen Gedanken zu positiven Gedanken.

Richtig gesund wird nur der, bei dem Denken und Handeln übereinstimmen.

Fangen Sie noch heute damit an! Werden Sie aktiv und nehmen Sie sich das untenstehende Gedicht zu Herzen:

Achte auf Deine **Gedanken**,
denn sie werden deine Worte!

Achte auf Deine **Worte**,
denn sie werden deine Handlungen!

Achte auf Deine **Handlungen**,
denn sie werden deine Gewohnheiten!

Achte auf Deine **Gewohnheiten**,
denn sie werden dein Charakter!

Achte auf Deinen **Charakter**,
denn er wird dein Schicksal!
(Talmud)

Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Umsetzen. Es lohnt sich!

Maria Weber

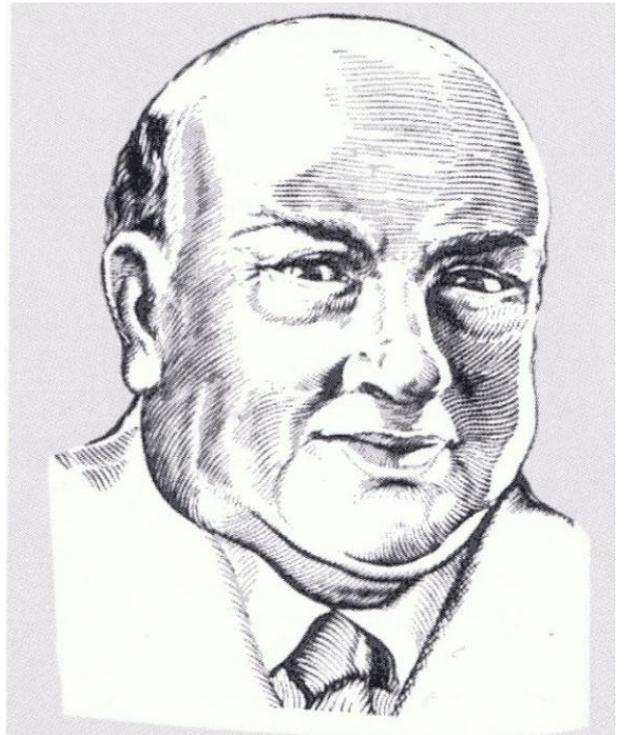


Das primäre Ruh- und Ernährungs-Naturell

Mittelgrosse Statur, grosser Leibumfang, kurzer fülliger Hals, Arme und Beine kurz, Hände fleischig, Finger konisch, fleischige Ohrläppli, öliges Haar, bläuliche Hautfarbe, volle Nasenspitze, Unter-gesicht ist massig, breiter Kopf, weiche kurzgliedrige Knochen, wenig belastbar.

Der Kopf Bau des Ernährungs- Naturell ist breit, Gesicht gross, volle dicke, kräftige Gewebmassen, da Arterien, Venen, Lymphgefässe, voll, kräftig, reich verzweigt sind. Das Lymph-Drüsensystem steht im Vordergrund. Unterhalb des Augendurchmessers liegt mehr an Formmasse als darüber, Nasenform füllig oft auch derb, Kinn voll, breit, gerundet. Wenn wir den Menschen als Einheit anschauen, Körper, Seele und Geist, erscheint es uns selbstverständlich, dass die Betonung des Ernährungssystems auch eine entsprechende Gedanken-, Geistes- und Seelenwelt zur Folge hat. Damit kommen wir zu einer natürlichen aufgebauten Charakterkunde und Psychologie. Das Vorwiegen des Ernährungssystems beim Ernährungs- Naturell zeigt den entsprechenden Gehirnbau.

Der obere Gehirnschädel und damit die Gehirnmasse treten gegenüber den weicheren, breiten und vollen Gesichtsmassen zurück. Der untere und seitliche Teil der Stirn ist breit und plastisch gerundet. Es spiegeln sich da die Talente des praktischen Denk- Erwerbs und Wirtschaftsleben, die vorzüglich entwickelt sind. Im Verhältnis zu den unteren treten die oberen Schädelpartien zurück. Daraus erklärt sich das typische Geistesleben. Ernährungs-Naturelle sind



an idealistischen Lebensbereichen weniger interessiert. Es sind mehr realistische, nüchterne praktisch denkende Menschen.

Der **Knochenbau** ist nicht kräftig, entsprechend die Nasenform im mittleren Teil, wo sich die Kraft des Knochensystems zeigt, wenig ausgebaut, relativ schmal, im unteren Teil voll, rund, dick. Dies zeigt der Charakter von Menschen, die körperliche Genüsse lieben. Der Sinn ist mehr auf Ruhe, Bequemlichkeit, den Erwerb all der Dinge gerichtet, die zur Befriedigung des starken Ruh- und Ernährungsbedürfnisses benötigt werden. Sie verstehen, mit geringstem Kraftaufwand und Geschick in gute Vermögensverhältnisse zu kommen, neigen zu Wirtschaftlichkeit, Besitzdenken und Häuslichkeit.

Die breiten vollen **Wangen**, der ruhige Blick des Ernährungs- Naturells zeigt das Überwiegen des praktischen, handfesten Denkens. In diesem Sinn kann er egoistisch sein, aber immer ist seine

Devise: „*Leben und leben lassen*“, hat ein grosses Verständnis für praktische Lebensbedürfnisse, wobei er das eigene Wohl-ergehen zuerst befriedigt sehen will. Geht es ihm gut, besitzt selbst noch einen reichen Vorrat, lässt er auch andere daran teilhaben. Sitzt er beim Essen und es schmeckt ihm, kann man bei ihm am ehesten etwas erreichen. Er entwickelt beim Essen und Trinken leicht das sanguinische Temperament. Nach dem Essen wird er eher gleichgültig, will seine Ruhe haben; Das phlegmatische Temperament kommt zum Tragen.

Er hat ein wirtschaftliches Talent, ist aus Veranlagung sehr klug und lebenspraktisch. Daher sagt eine alte Volksweisheit mit Recht; „*Umgib dich mit einem Kreis dicker Menschen und du kommst gut durchs Leben*“.

Volle, weiche **Lippen**, starker Sinn für körperliche Genüsse, gutes reichliches Essen und Trinken - dieser Lebensbereich nimmt einen wesentlichen Teil seines Denkens in Anspruch. Eine reichliche Kost, die leicht verdaulich ist, bekommt ihm am besten, da schwer verdauliche Speisen Unpässlichkeit verursachen.

Der **Mund** steht durch die Speiseröhre mit Magen und Darmtrakt in Zusammenhang, zeigt den gesunden Appetit, Magen, Darm, Lymphe und den guten Stoffwechsel des Naturells. In diesem Sinne wirken Anatomie, Physiologie und Psychologie immer zusammen.

Das **Ohr** ist im unteren Teil besonders stark entwickelt, was die reiche Bildung von Lymph-flüssigkeit und anderen Körpersäften anzeigt. Die Aufnahme

durch das Gehör ist vorzugsweise auf das Reale und Praktische eingestellt.

Das **Auge** blickt meistens ruhig, spiegelt die Behändigkeit des Gedankenlebens. Der Blick ist auf das Naheliegende gerichtet, auf die Bedürfnisse, die das Vorherrschen von der Ernährungsanlage mit sich bringt. Ist eine Verfeinerung der Formen fest-zustellen, wirkt sich das in ausgleichendem Sinne aus.

Das **Haar** ist weich, oft fettig. Der Ernährungs-mensch sitzt, isst und denkt in Ruhe; redet wenig, was er sagt, ist praktisch durchdacht. Man sollte ihm eine Sitzgelegenheit anbieten und in seiner Gegenwart wenig sprechen. Ein Gespräch interessiert vor allem dann, wenn es sich auf Dinge des praktischen Lebens bezieht. Redet man zu viel, zu theoretisch von Philosophie, Psychologie und Ethik, wird das Ernährungs-Naturell leicht teilnahmslos und unwillig.

Das **Kinn** ist weich, voll, rund, zeigt den ruhigen körperlichen Impuls.

Das **untere Hinterhaupt** mit dem Kleinhirn ist gut entwickelt. Hier werden Häuslichkeit, Familiensinn sichtbar. Das schwächere **obere Hinterhaupt** erklärt die Neigung, die Beintätigkeit zu vernachlässigen. Schwere, andauernde körperliche Arbeit liegen diesem Typus nicht. Solche lässt er gerne durch andere für sich besorgen. Das Ernährungs-Naturell erfüllt durch seine speziellen Fähigkeiten wichtige Aufgaben. Es sorgt in hohem Masse für das Lebensnotwendige, Wirtschaftlichkeit, Lebensannehmlichkeit, usw. Sie sind sesshaft, konservativ, versuchen das Bestehende zu erhalten, stehen dem Fortschritt eher abwartend gegenüber. Pflegen den materiellen Lebensgenuss auf Kosten

des Ideellen. Lassen sich nur schwer aus der Ruhe bringen, bilden daher den guten Gegenpol zu Menschen, die zu Extremen neigen.

Der **Kopfbau** zeigt physiognomisch den Grund für das mässige Interesse an ethischen und religiösen Fragen; das weniger feine Fühlen, die nüchterne und reale Denkweise.

Ernährungs-Naturelle eignen sich für das Kleingewerbe, Handel, Verkauf, Einkauf, Handwerk, für Büro, Beamtendienste, Politiker, Staatsmann, Viehzucht, Gastronomie, Lebensmitteltechnologie, Ernährungsberater, Volkswirt, Wirtschaftsinformatiker, Betriebsökonom, Steuerberater, Exportfachmann, Hotelberufe, Berufe, die mit der Nahrungsmittelbranche zusammenhängen. Für Berufe, die zu viel Bewegung erfordern, wie z.B. als Briefträger oder Bauarbeiter sind sie weniger geeignet.

Der Mensch im Ernährungs-Naturell schätzt alle Dinge des Lebens seiner Veranlagung nach ein. Auch in der ihm anezogenen Religion, an welcher er meistens festhält, bleibt er Realist. Sein ganzes Wesen überträgt sich auf seine Umgebung. In seinen Wohnräumen herrscht die Atmosphäre von Gemütlichkeit und Ruhe. Im Allgemeinen sind die vorhandenen Ideen bei den Ruh und Ernährungsmenschen schwer zu beeinflussen.

Ein Empfindungs-Naturell wird oft als minderwertig angesehen. Die eher theoretischen Gedanken dieses Naturells können daher nur wenig beeinflussend auf das Ernährungs-Naturell einwirken. Dagegen gelingt es dem Bewegungs-Naturell leichter, das Ernährungs-Naturell momentan zu beeinflussen, zu Änderungen bewegen. Diese

von Mensch zu Mensch wirkenden Gesetze der unterschiedlichen Beeinflussbarkeit wirken sich, wenn auch meistens unbewusst, sowohl im Familien-, Gesellschafts-, Geistes- und Wirtschaftsleben, wie auch in der Politik und im Zusammenleben der Völker aus. Wird das Prinzip der Ruhe durch Bewegung und Disharmonie stark gestört, gestaltet sich Neues. Tendenz zu bestimmten Erkrankungen: Neigung zu Fettansatz, Überernährung, Atembeschwerden, Stoffwechselkrankheiten, Neigung zu Harnsäureablagerungen und zu Verstopfungen.

Wesensmerkmale

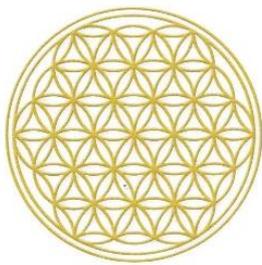
Tolerant, real, nüchtern, ökonomisch, praktisch, gemütlich, gsellig, konservativ, wirtschaftlich tüchtig und sparsam, geringe Begeisterungsfähigkeit, Empfinden und Gefühl sind eher kühl und berechnend, eigennützig, geringer Idealismus, Geldgier, ausgeprägter Nahrungssinn, Vorliebe für Essen und Trinken, Sammlertyp. Od, das zum Ernährungs-Naturell gehört, ist eine Strahlung, die aus feinstofflicher Energie besteht. Odische Menschen sind gemütlich, gsellig, gutmütig. Das Angenehme, Weiche herrscht vor. Bei



manchen Menschen ist Od als leuchtender Hauch sichtbar. Ein Mensch mit sehr feinem Od und der Lebensstahlkraft Helioda kann hellfühlen und hellsehen. Odkraft kommt auch am schön geschwungenen weichen Lippenzug zum Ausdruck. Weiche Gesichtszüge im Mittelgesicht zeigen eine feine Odkraft an. Wer wenig Od hat, verliert das Feingefühl. Beim kranken Menschen nimmt diese Strahlkraft ab und wird immer grauer, dunkler und dumpfer.

Yvonne Gwerder

www.mentalmedizinrheintal.ch



Ausbildungskurs:

Metatron-Lichtschule:

Wer sich im **Jahr 2023** spirituell weiterbilden möchte, hat die Möglichkeit bei mir in Glarus die **Diamant-Lichtpriester*in Ausbildung** zu machen. Diese wird 4 x 3 Tage dauern und beginnt am **10. – 12. Februar 2023**. Weitere Infos ersehen Sie auf meiner Webseite.

<http://heil-gesund.ch/willy-hauser-jahresausbildung-zum-diamant-lichtpriester-in-glarus/>



Das Bild zeigt die Spur zu einem glücklichen und erfolgreichen Jahr 2023, damit wieder attraktive Berge erklommen werden können.

Der Vorstand wünscht allen Vereinsmitgliedern gute Gesundheit, viel Lebensfreude und viel Sonnenschein im Herzen.

So lassen sich die Berge erklimmen, bzw. Ziele, die im 2023 angestrebt werden, verwirklichen.

