



Weihnachten

SYMBOL FÜR DIE WIEDERKEHR DES LICHTS



Heute bin ich mit unserem christlich geprägtem Titelbild etwas mutiger als die deutschen Gastgeber beim G 7-Treffen im November in Münster. Da wurde nämlich für das Gruppenfoto im Friedenssaal des Historischen Rathauses mal kurzerhand das „Ratskreuz“ abmontiert und ein leerer Sockel ohne Kreuzifix bildete den Hintergrund.

Denn: Wenn Sie diese Ausgabe des „Naturarzt“ in Ihren Händen halten, ist es Mitte Dezember und wir feiern gerade Weihnachten. Für mich ein guter Anlass, das was wir wirklich feiern, in den Mittelpunkt zu stellen. Damit meine ich natürlich nicht das Geschenke verteilen und den Weihnachtsbaum: Wir feiern hier im christlichen Abendland Jesu Geburt. Ein Menschlein – Gott als Mensch kam zur Welt, ganz unspektakulär, gar nicht pompös und nicht mit viel Trara – es war eine Geburt unter einfachsten Umständen in einem Stall.

Ein Licht stand am Firmament, das Könige aus dem Orient dazu bewegte, ihre Heimat zu verlassen und sich auf die Suche zu machen. Die Suche nach dem Retter. Sie fanden ihn, aber die Geschichte lief anders als erwartet.....

Auch heute warten wir wieder auf das Licht, die Rettung oder einen Zeitewandel. Für uns Christen ist das eben die Geburt Jesu, bzw. seine Wiederkehr. Doch jede Religion hat ihren Messias: Die Buddhisten warten auf Maitreya als den kommenden 5. Buddha und die Muslime hoffen auf das Kommen des Mahdi (ein Nachkomme des Propheten Mohammed, der in der Endzeit auftauchen soll). Die Hindu-Tradition spricht von den „Avatara“ – menschliche Herabkünfte Gottes, die immer wieder auf die Erde herabkommen, wenn das Böse zu stark wird (Krishna ist wohl der Bekannteste). Am Ende des jetzigen Zeitalters erwarten

die Hindus „Kalkin, den apokalyptischen Reiter auf dem weißen Pferd“. Er soll ein neues und besseres Zeitalter heraufführen... und wieder gibt es Ähnlichkeiten mit dem Christentum: In der Bibel, Offenbarung des Johannes im 6. Kapitel, ist auch von apokalyptischen Reitern die Rede.

Glaubt man der Bibel, durchlaufen wir im Wandel der Zeiten, bis der Retter - zum zweiten Mal - wiederkommt, schwierige Phasen: Die drei Apostel/ Evangelisten Markus (13.1-31), Matthäus 24.1-22) und Lukas (21.7-33) bezeugen, dass Jesus, gefragt nach der Zukunft der Welt, von zunehmenden Kriegen, Hungersnöten und Erdbeben sprach – da fällt mir der Ukraine-Krieg, der Klimawandel und Corona ein. Und Jesus' Aussage, dass Eltern ihre Kinder anzeigen und Kinder gegen ihre Eltern vorgehen, erinnert mich an die Pandemie-Gesetze,



Mitgliederversammlung und Vorstandswahlen im Naturheilverein Kempten

Am Freitag, den 28.10.2022 fand die Mitgliederversammlung und die Wahl des neuen Vorstands des Naturheilvereins in Kempten statt. Neben den turnusmäßigen Vorstandswahlen wurden neue Mitglieder des Vereins begrüßt und der Kassenbericht präsentiert. Wie bereits in der letzten Amtszeit wurden Willi Heimpel als Vorstandsvorsitzender und Dr. Wolfgang May als stellvertretender Vorstandsvorsitzender einstimmig gewählt. Die Position der Schatzmeisterin wurde mit Christiane Fröhlich neu besetzt. Franz Dorn wird zum Ende des Jahres sein Amt im Bereich der Mitgliederverwaltung niederlegen. Hier können aus den Reihen des Naturheilvereins noch Vorschläge zur Neubesetzung eingebracht werden. Auch in anderen Bereichen der Vereinsarbeit wird tatkräftige Unterstützung benötigt.



Die neue Vorstandschaft des NHV Kempten: oben v.l.n.r.: Dr. Wolfgang May, Willi Heimpel, Franz Dorn, Dieter Offenhäuser unten v.l.n.r.: Jutta Leininger, Christiane Fröhlich, Nicolette Bestler, Benita Michael

Vor Beginn der Mitgliederversammlung am bundesweiten „Tag der Naturheilkunde“ ging es um das Thema Wasser. Die Vorträge „Wasseranwendungen nach Sebastian Kneipp“ mit der Referentin Gisela Antor und „Trinkwasserbereitung für mehr Lebenskraft und Wohlbefinden“ mit dem Referent Helmut Schlecht leiteten die Mitgliederversammlung sehr erfrischend an diesem Tag ein. Mit einem Dank an alle Teilnehmer beendete Willi Heimpel die Mitgliederversammlung. Der Naturheilverein in Kempten unterstützt seit über 40 Jahren Menschen, die an einer naturbewussten Lebensweise interessiert sind sowie Menschen, die im Bereich Prävention & Heilung arbeiten, um das große Spektrum der natürlichen Vorgehensweise im Gesundheitsbereich zu fördern. Benita Michael, NHV Kempten e.V.



Das Kreuz steht im Christentum als zentrales Zeichen für das Sterben von Jesus Christus und ist gleichzeitig Hoffnungsträger für Versöhnung und Auferstehung.

als die BürgerInnen aufgefordert wurden, Verstöße anzuzeigen. Doch am Ende aller Herausforderungen, so sagt das letzte Buch der Bibel, die Offenbarung, gibt es einen neuen Himmel und eine neue Erde, erfüllt mit Frieden und Licht.

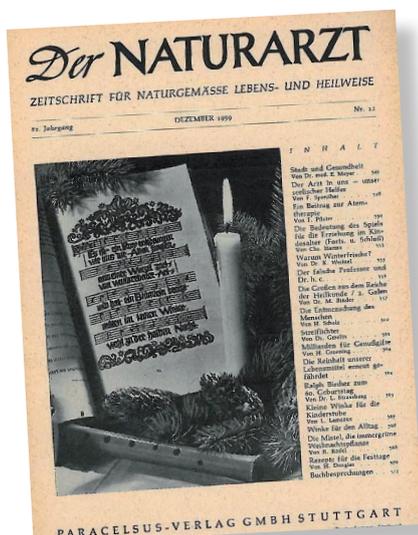
Auch aus Sicht der Astrologie steht uns eine Zeitenwende bevor, die von größeren Unruhen und Umwälzungen begleitet wird: Astrologisch gesehen befinden wir uns nämlich seit mehr als 2000 Jahren im „Fische-Zeitalter“, welches auch als Zeitalter der Religionen oder als das „christliche Zeitalter“ bezeichnet wird (spannend, dass Christen bereits seit rund 1.800 Jahren den „Fisch“ als Erkennungssymbol verwenden!). Da jedes astrologische Zeitalter rund 2.100 Jahre dauert und einem der zwölf Tierkreiszeichen zugeordnet ist, kommt nun der Wandel ins „Wassermann-Zeitalter“.

Dieses ist gekennzeichnet durch die Vision einer neuen, „perfekten“ Weltordnung, geistiger Freiheit, Fortschritt und Technik.

Alles ist also im Wandel!

Mögen die Weihnachtstage und der kurz darauf folgende Jahreswechsel uns wieder bewusst machen, dass alles im Wandel ist. Nehmen wir uns Zeit, viele Lichter in den kürzeren, dunklen Wintertagen leuchten zu lassen, sei es am Weihnachtsbaum, mit Kerzen und Beisammensein mit Freunden und Familie. Und möge das Licht bis in unsere Herzen strahlen und diese erhellen, uns Friede, Freude und Zuversicht auf die lichtvolle Zukunft zu geben, der wir gewiss sein können. Frohe Weihnachten!

Sabine Neff, Bundesgeschäftsführerin DNB



Auszug zu Weihnachten aus dem Naturarzt Dezember 1959

Weihnachtskerzen

Und wieder strahlen Weihnachtskerzen,
Und wieder loht der Flamme Schein,
Und Freude zieht in unsre Herzen
Zu dieser heiligen Weihnacht ein.

Und frohe Weihnachtslieder klingen
In unsern Landen weit und breit,
O welch ein Jubel, welch ein Singen,
O wundervolle Weihnachtszeit!

Gute Stimmung beim Aktionstag NHV Kiel und Umgebung e.V.



Verschiedene Aktionen und Ausstellungspavillons laden zum Verweilen bei bestem Wetter ein.

Im Vereinsheim FC Süd-Kiel haben wir dieses Jahr einen Veranstaltungsort am Rand der Moorteichwiese gefunden, der zentral im Grünen, gut erreichbar und attraktiv mitten im Park zu Vorträgen, Aktionen und gutem Essen eingeladen hat. Wir hatten nicht allzuviel Werbung und Schwierigkeiten wegen einer Baustelle vor dem Vortragsraum. Mehrere Absagen wegen Krankheit hatten die Anzahl der Informationsstände und Ausstellungspavillons schrumpfen lassen. Es war guter Besuch im Haus und auf der Terasse.

Eine Einführung zum Thema „Wasser heilt“ konnte der Kneipparzt des Vereins mit einem historischen Vortrag zur Entstehung der Hydropathie mit Vincenz Prießnitz vor 200 Jahren und den praktischen Anwendungen heute in der Therapie und der täglichen Prophylaxe vorstellen.

Professor Dr. Hermann Kruse vom toxikologischen Institut der Christian-Albrechts-Universität führte ins Dilemma der Trinkwassergewinnung in hochindustrialisierten Gebieten ein. Oberflächenwasser wird immer kritischer und die Wiederaufbereitung vor allem wegen dem Medikamenteneintrag in die Klärwerke immer schwieriger.

Die Wasserwerke in Deutschland stellen gutes Wasser her, aber die Leitungen in den Häusern sind problematisch, weil das Wasser lange steht und Partikel von Plastik, Bitumen, Kupfer, Blei und Nickel aufnimmt. Lange das Wasser laufen lassen, bevor man es trinkt, ist also eine sinnvolle Maßnahme. Pravas Heinhold empfing die Leute zum Lachyoga auf der Wiese; eine halbe Stunde grundloses Lachen fördert die Atmung, lockert den Bauch und hebt die Stimmung.

Dr. med. Peter Greb führte die Besucher auf der Terrasse in den Ballengang ein, der ein elastisches, gelenkschonendes Gehen ermöglicht und die Welt auf elastische Federbeine stellt und nicht auf stramme Säulen. Aus der fahrbaren Küche vor der Tür verkaufte Sabine Nowoczin frische Crepes und eine tolle indische Suppe.

Ein schöner Kräuterstand lud zum Schnuppern und Rätseln ein, daneben gab es spirituelle Mandalas zur inneren Aufrichtung. Die ECOManufaktur verkaufte verschiedene Hanfprodukte und warb für deren breiten Einsatz in der Ernährung und der Landwirtschaft. Der Naturheilverein stellte Programm und Broschüren vor, das Nutriologische Zentrum warb für die F.X.MayrKur, dem Königsweg zur Gesundheit. Wegen Krankheit fiel die Musik aus, so gab es nur eine Trommeleinlage.

Beendet haben wir unseren Aktionstag mit einer Wasserzeremonie mit Ute Havemann und allen Teilnehmern. Gute Wünsche, Bitten und Klagen warfen wir mit Salbeiblättern in die Badewanne, die wir dann in einer Prozession zum Moorteichgraben trugen und ins Wasser der Au entleerten.

Auch bei wenig Besuchern war die Stimmung sehr gut. Die viele Arbeit hat sich gelohnt und wird im nächsten Jahr besser verteilt.

Erich Conradi, NHV Kiel und Umgebung e.V.

Black Forest

Das **stille Mineralwasser**
aus dem
Schwarzwald.



Black Forest ist niederminalisiert

- Von Öko-Test mehrfach mit „sehr gut“ ausgezeichnet
- Alle PET-Flaschen aus 100 % Recyclingmaterial
- PET-Flaschen frei von Weichmachern
- Zur kochsalzarmen Ernährung auch bei Bluthochdruck und Diabetes geeignet.
- Ideal für die Zubereitung von Babynahrung



Liebe Mitglieder beim Deutschen Naturheilbund,

in der heutigen Zeit ist es sehr wichtig, unkompliziert und kurzfristig Kontakt aufnehmen zu können. Gerade im Hinblick auf interessante Informationen und Angebote wie Online-Veranstaltungen, an denen Sie bequem von zuhause aus teilnehmen können. Deshalb wäre es schön, wenn Sie uns Ihre E-Mail-Adresse an info@naturheilbund.de mitteilen könnten mit der Erlaubnis, dass wir Sie gemäß der Datenschutzgesetz-Verordnung in unseren Verteiler aufnehmen dürfen.

Wenn Sie in einem unserer angeschlossenen Naturheilvereine Mitglied sind, freut sich auch Ihr Naturheilverein über die Angabe Ihrer E-Mail-Adresse, falls diese dort noch nicht vorliegt.

Das DNB-Präsidium und die Mitarbeiterinnen
der Bundesgeschäftsstelle
wünschen allen Mitgliedern und ihren Angehörigen
ein friedvolles und gesundes Weihnachtsfest
und einen guten Start ins
NEUE JAHR!



Jürgen Helfricht

HEILUNG DURCH WASSER

Von Vincenz Prießnitz zur modernen Selbstbehandlung

Wasserkuren zählen zu den ältesten und bewährtesten Heilmethoden der Menschheit. Unterhaltsam und reich illustriert schildert der Autor die Entdeckung des Wassers als Heilmittel und wie ein einfacher Bauer zum Pionier der modernen Naturheilkunde und zum Gründervater des Deutschen Naturheilbundes e. V. wurde. Ein weiterer Schwerpunkt liegt auf praktischen Hinweisen zur Selbstanwendung der Bäder, Güsse, Schwitzpackungen, Waschungen und Wickel. Ob Burnout, Fieber, Fuß- und Gelenkprobleme, Halsschmerzen, Rheuma, Schlaflosigkeit, Schüttelfrost oder Wechseljahresbeschwerden – Wasser wirkt! 160 Seiten, reich bebildert, Verkaufspreis 17,95€, bestellbar im Shop unter www.naturheilbund.de oder direkt bei der Bundesgeschäftsstelle unter 07237/4848799



Lobworte an den Autor unseres Buches „Heilung durch Wasser“

Lieber Herr Dr. Helfricht,

die Idee über ein Buch zum 200jährigen Jubiläum der volksheilkundlichen Kaltwasser-Therapie liegt nun real vor mir: Prächtig und imposant, im Layout professionell gestaltet, inhaltlich breit gefasst und von Ihnen detailliert in vielen Kapiteln spannend bearbeitet. Man spürt über Ihre medizinischen Detailkenntnisse hinaus die tiefe Verbundenheit mit dem thematischen Geschehen.

Besonderer Dank aber auch für Ihre persönliche Widmung in Ihrem Buchgeschenk! Ich bin glücklich darüber, Sie für dieses Jubiläumswerk gewonnen zu haben, aus dem Sie einen literarischen Markstein in der Medizingeschichte gestalteten. Dieses Buch „Heilung durch Wasser“ vermittelt nicht nur Impulse für die Therapie mit Wasser, sondern würdigt auch den Anteil des Deutschen Naturheilbundes und seiner Laienbewegung, die damit für ihre Arbeit in den Vereinen ein motivierendes Zeugnis erhält.

In diesem Sinne verdient das Buch eine weite Verbreitung zum Nutzen für alle Leser, es ist ein wertschätzendes Präsent für alle Freunde der Naturheilkunde!

Mit herzlichen Grüßen,

Alois Sauer, Ehrenpräsident des Deutschen Naturheilbundes

Telefonsprechstunde



mit naturheilkundlichen Therapeuten

Es gibt viele Informationen über schulmedizinische, aber nur wenige über naturheilkundliche Behandlungsmöglichkeiten. Die Telefonsprechstunde des DNB richtet sich an Menschen, die eine unabhängige und persönliche Beratung zu medizinischen oder psychosomatischen Problemen wünschen.

Am Telefon sitzen erfahrene Heilpraktiker, Ärzte und Therapeuten aus unseren Vereinen bzw. dem wissenschaftlichen Beirat. Diese kostenfreie telefonische Beratung ersetzt jedoch nicht eine körperliche, medizinische Untersuchung.

Melden Sie sich bei der Bundesgeschäftsstelle des DNB zu den üblichen Bürozeiten unter Tel. **07237/4848-799** oder schreiben Sie eine Mail an dnb-sprechstunde@naturheilbund.de. Unsere Therapeuten melden sich zeitnah.

Am Therapeuten-Telefon im Januar:



Bettina Fornoff

Heilpraktikerin

Schwerpunkte:

Frauenheilkunde,

klassische Homöopathie,

Autoimmunkrankheiten,

chronische Beschwerden



„Zehn vor halb“

Kurzvorträge zu verschiedenen Themen, live moderiert von Horst Boss, Leiter des Wissenschaftlichen Beirats des DNB

Thema am 18. Januar 2023, 19.20 Uhr:

Omega-3 Fettsäuren

Sie wollen keine Veranstaltung verpassen?

Registrierung unter

<https://naturheilbund.de/up-to-date/>
Oder Link erfragen: info@naturheilbund.de

IMPRESSUM

DNB-impulse ist das Verbandsmagazin des Deutschen Naturheilbundes für Naturheilvereine und Mitglieder.

Herausgeber & Redaktionsanschrift:

Deutscher Naturheilbund eV, Schloss Bauschlott

Am Anger 70, 75245 Neulingen

Tel. 07237/4848-799 • Fax 07237/4848-798

E-Mail: info@naturheilbund.de

Internet: www.naturheilbund.de

Redaktion dieser Ausgabe:

Nora Laubstein (Verantw.), Sabine Neff

Bilder: Privat vom DNB/Archiv, Pixabay, fotolia

Druck: BONIFATIUS GmbH, Paderborn

Erscheinungsweise:

Monatliche Ausgabe eingehftet im „Naturarzt“.

Hinweise für den Leser:

Der Zeitschrifteninhalt wird nach bestem Wissen erstellt, Haftung und Gewähr müssen jedoch wegen der Komplexität der Materie ausgeschlossen werden.

Mit Verfassername gekennzeichnete Beiträge geben in erster Linie die Auffassung der Autoren und nicht in jedem Fall die Auffassung des DNB wieder. Verantwortlich für den Inhalt der Beiträge sind die Autoren.