

Einleitung

Einerseits geht es in diesem Buch darum, Wege aufzuzeigen wie man dem Bluthochdruck vorbeugen kann und andererseits darum, wie man den bestehenden Bluthochdruck durch Einsatz der Selbstheilungskräfte heilen kann. Selbst wenn ein Mensch blutdrucksteigernde Gene in sich trägt, muss diese Krankheit nicht ausbrechen. Die Lebensweise und Umwelteinflüsse können diesem Einfluss entgegenwirken. **Die wichtigste Vorbeugungsmaßnahme ist, die verschiedenen Arten der Unterdrückung von Symptomen zu vermeiden.** Äußere Symptome, die wir noch nicht als Krankheit bezeichnen, wie z. B. Hauteffloreszenzen, Dornwarzen oder Hämangiome, oder auch Schnupfen, Durchfall oder Schwitzen sollen nicht unnötig gestoppt werden. Es sind Versuche des Körpers, sich seiner Giftstoffe zu entledigen.

Entlastungsversuche vom Körper sollen **nicht unterdrückt** werden, da sich **im Anschluss** meist eine **tiefer liegende Erkrankung meldet, oftmals auch ein Bluthochdruck.** Welch ein Tausch!

Bei bereits bestehendem Bluthochdruck möchte ich Wege aufzeigen, die Krankheit durch Mobilisierung der Selbstheilungskräfte zu heilen, um auch hier wieder unterdrückende Maßnahmen zu vermeiden, damit keine Folgeschäden entstehen. Drei ganz wichtige Säulen sind die Therapie mit Blütenessenzen – Bach-Blüten und australische Buschblüten –, die Aschner Ab- und Ausleitungsverfahren und die Einzelmittelhomöopathie, welche die individuellste aller Reiztherapien überhaupt ist.

Viele weitere Methoden zur Mobilisierung der Selbstheilungskräfte werden vorgestellt.