



RAINER KÖRNER

STOP
nadwadze

Redukcja wagi poprzez
rozwiązywanie konfliktów

**Ustalenia zgodne
z BioLogiczną Wiedzą Leczniczą**



STOP
nadwadze

RAINER KÖRNER

STOP **nadwadze**

Redukcja wagi poprzez
rozwiązywanie konfliktów

**Ustalenia zgodne
z BioLogiczną Wiedzą Leczniczą**



Tytuł oryginału: *Stopp Übergewicht*

Copyright © 2015 Autor Rainer Körner, terapeuta medycyny naturalnej

All rights reserved

Copyright © for the Polish edition by PURANA 2026

Wszelkie prawa zastrzeżone. Książka, włącznie z jej częściami, jest chroniona prawem autorskim. Powielanie jej w jakiegokolwiek formie, zapisywanie cyfrowe oraz rozpowszechnianie za pośrednictwem telewizji, filmu oraz nośników dźwięku, a także wykorzystywanie do wykładów i seminariów, również we fragmentach, jest dozwolone wyłącznie za pisemną zgodą autora.

Za błędy drukarskie autor nie ponosi odpowiedzialności.

Autor schematów przedstawiających przebieg konfliktów:

Atelier Thomas Buchter 79868 Feldberg, tel.: 07655-333006, info@atb-media.com

Źródła ilustracji:

Ryba na brzegu morskim (s. 11): Theo Klems, Quelle www.pixelio.de, Image-ID 483853

Pomnik kobiety z brązu (s. 12): Bernadette Schilder, Quelle www.pixelio.de, Image-ID: 482914

Konsultacja: Monika Stawicka

Projekt okładki: Michał Duława

Kompleksowe opracowanie książki:

Agencja Wydawnicza Synergy Elżbieta Meissner

www.agencja-wydawnicza-synergy.pl

Zespół w składzie:

Przekład: Jakub K. Ulmer

Redakcja: Elżbieta Meissner

Korekta: Krystyna Małek

Skład i łamanie: Barbara Kryska

Analiza tekstu: Lingventa

ISBN: 978-83-68200-32-4

Wydawca:

Wydawnictwo PURANA

ul. Agrestowa 11, 55-330 Lutynia

tel.: 71 35 92 701, 603 402 482

e-mail: biuro@purana.com.pl

www.purana.com.pl

Facebook: FB Wydawnictwo Purana

Instagram: IG Wydawnictwo Purana

YouTube: YT Purana Talk

Zapraszamy do naszej
księgarni internetowej:
www.purana.com.pl

Bezpieczne i skuteczne stosowanie BioLogicznej Wiedzy Lecznicznej wymaga bardzo zróżnicowanej wiedzy i bogatego doświadczenia. Niniejsza książka nie zastępuje terapii medycznej ani psychoterapii. Autor nie ponosi odpowiedzialności za jakiegokolwiek szkody, które mogłyby powstać bezpośrednio lub pośrednio w wyniku korzystania z tej publikacji, ani nie jest zobowiązany do żadnych odszkodowań.

SPIS TREŚCI

Przedmowa	7
Czy przybieranie na wadze (nadwaga) ma sens?	9
Powstawanie nadwagi	10
Konflikt uciekiniera	11
Konflikt egzystencjalny	11
Konflikt samotności	11
Konflikt braku	11
BioLogiczne programy kryzysowe	13
Program magazynowania wody	13
Program oszczędzania energii	13
Wilczy apetyt	14
Recykling elementów składowych białka	14
Zdjęcia mózgu potwierdzają ustalenia	15
Terapia nadwagi	17
1. Gotowość przyjęcia nowej perspektywy	17
2. Rozpoznanie konfliktu	17
Konflikt samotności	18
Konflikt egzystencjalny	21
Konflikt uciekiniera	21
Konflikty trwające latami	22
Wprowadzenie do rozpoznania konfliktu w praktyce	23
3. Rozwiązanie konfliktu	26
Archaiczne rozwiązanie konfliktu: kąpiel solankowa!	26
Zmiana sytuacji życiowej	28
Terapia konfliktów i traum (TKT)	29
Etapy kształtowania postawy życiowej	30
Rozwój kompetencji komunikacyjnych	32
Ogólna redukcja stresu	35
Rozwiązywanie konfliktów: samodzielnie lub z pomocą innych	36
Znaczenie ruchu	36
Znaczenie odżywiania	38
Zapewnić organizmowi to, czego naprawdę potrzebuje	38

Picie wody	39
Zielone koktajle	42
Soki owocowe i warzywne	44
Jeść, ale w jakich okolicznościach?	47
Możliwe reakcje zdrowotne i regulacja wagi	49
Całkowite rozwiązanie konfliktu	49
Złagodzenie konfliktu	50
Wspólnota z innymi ludźmi	51
Dodatek	53
Wspólny rozwój zwierząt i ludzi	53
Inne przyczyny nadwagi	53
Nadwaga spowodowana przyjmowaniem leków	54
Nadwaga spowodowana nieodpowiednią dietą	54
Nadwaga spowodowana innymi konfliktami	
biologiczno-duchowymi	55
Inne choroby prowadzące do nadwagi	57
Fizjologia nerki i kanalików zbiorczych nerki	58
Pięć bioLogicznych praw natury w skrócie	60
Wykaz źródeł	62
Podręcznik, atlas ilustrowany i leksykon <i>Uzdrowianie biologią</i>	62
Wspólnota zainteresowań uzdrawiania BioLogiczną Wiedzą Leczniczą	63
O autorze	64
Seminaria w Jachenau (koło Walchensee)	65
Szkolenia w zakresie uzdrawiania BioLogiczną Wiedzą Leczniczą	66
Szkolenia w zakresie terapii konfliktów i traum	68

Przedmowa

Drogie Czytelniczki i drodzy Czytelnicy, codziennie stykam się w moim otoczeniu i w praktyce terapeutycznej z sytuacjami, w których dolegliwości fizyczne ludzi (i zwierząt) wynikają w znacznej mierze z napięć emocjonalnych, nierozwiązanych konfliktów i nadmiernych obciążeń. To jedno z kluczowych doświadczeń w uzdrawianiu BioLogiczną Wiedzą Leczniczą, metodzie, w której zebrano i uporządkowano wyjaśnienia naukowe dotyczące genety i leczenia najróżniejszych objawów chorobowych.

Wyjątkowo frapujący jest dla mnie problem powstawania nadwagi. W życiorysie każdego pacjenta mogłem znaleźć konkretne czynniki natury emocjonalnej, które do niej doprowadziły. Jest to o tyle znaczące, że właśnie w przypadku nadwagi popularny jest pogląd, wedle którego odpowiedzialne są za nią „zbyt duże ilości jedzenia” i „brak ruchu”. Oba te czynniki należy jednak w większości przypadków postrzegać jako następstwo konfliktu biologicznego. Na kolejnych stronach zostanie to w sposób przekonujący wykazane.

Niniejsza publikacja powstała przede wszystkim z myślą o osobach, których dotyczy problem nadwagi, i dzięki temu jest wyjątkowo praktyczna. To zaś sprawia, że powinna być przydatna dla wszystkich zainteresowanych, również dla terapeutów.

Terapeuci poznają tu kompleksowe ujęcie problemu, pomocne w zastosowaniu właściwie ukierunkowanej i skutecznej terapii, pozwalające wybrać taki model działania, jaki zaproponowano w książce osobom, których dotyczy problem nadwagi.

Osoby zmagające się z problemem nadwagi poczuć się prawdopodobnie po raz pierwszy w pełni zrozumiane, bo rzeczywista przyczyna nadwagi została tu jasno określona i nazwana. Wyjaśnienia przedstawiono krok po kroku, dzięki czemu łatwo można rozpoznać przyczynę konfliktu, który doprowadził do przyrostu wagi. Równocześnie przedstawiono różne możliwości redukcji nadwagi poprzez rozwiązanie konfliktów.

Wszyscy zainteresowani na pewno skorzystają z okazji poznania i zrozumienia zasad funkcjonowania życia oraz ludzkiego organizmu i ewentualnie będą się mogli podzielić tą wiedzą z innymi.

Zapraszam do zapoznania się z poniższą wiedzą. Warto od razu zastosować zdobyte informacje i wdrożyć je w praktyce, nie odkładając niczego „na zaś”. Bo owo „zaś” to zawsze tylko mglista, nieokreślona przyszłość.

Zarówno w swojej praktyce, jak i w otoczeniu codziennie stykam się z objawami i „chorobami”, które w głównej mierze spowodowane są obciążeniami, konfliktami emocjonalnymi oraz różnymi przeciążeniami. Szczególnie interesującym problemem jest przy tym powstawanie nadwagi. W życiu każdego z moich pacjentów mogłem znaleźć prowadzące do niej określone przyczyny emocjonalne. Jest to o tyle znaczące, że w wypadku nadwagi popularny jest pogląd, wedle którego za przyrost masy ciała odpowiedzialne są „zbyt duże ilości jedzenia” i „brak ruchu”. Oba te czynniki należy jednak w większości przypadków postrzegać jako następstwo konfliktu biologiczno-emocjonalnego.



RAINER KÖRNER

W książce **Stop nadwadze** Rainer Körner konsekwentnie opiera się na odkryciach dr. Ryke Geerda Hamera, ukazując biologiczne podłoże **NADWAGI** w oparciu o Germańską Nową Medycynę i Pięć Praw Natury. Szczegółowo omawia podstawowy konflikt biologiczny stojący za nadwagą z uwzględnieniem płaszczyzny psychicznej, narządowej oraz – co jest niezwykle interesujące – podświadomej. Autor nie zatrzymuje się na teorii. Z dużą wnikliwością rozwija aspekt terapeutyczny, pokazując, w jaki sposób można pracować z konfliktem, a jednocześnie wspierać ciało poprzez właściwą dietę, nawodnienie, ruch fizyczny czy kąpiele solankowe. Książka stanowi inspirację zarówno do autoterapii, jak i dla terapeutów poszukujących praktycznych wskazówek w pracy z osobami zmagającymi się z nadwagą. To książka dla tych, którzy są gotowi potraktować nadwagę jako proces biologiczny, którego przyczyny można świadomie rozpoznać i przepracować.

MONIKA STAWICKA, ekspertka Germańskiej Nowej Medycyny
www.5prawnatury.pl

W prosty sposób o złożonych zagadnieniach! Nowe ujęcie starych spraw! Czytelnik nawet nie zauważy, kiedy przeczyta tę książkę jednych tchem. Logicznie prowadzony przez Autora wywód sprawia, że chce się za nim podążać nieprzerwanie aż do końca. Liczne grafiki, tabele oraz ilustracje ułatwiają zrozumienie BioLogicznych Praw Natury, które wpływają na opisane tu mechanizmy regulacji wagi u ludzi i zwierząt. W czasach, kiedy nadwaga wydaje się coraz większym problemem społecznym, Rainer Körner mówi temu zjawisku: **STOP!** Nie sposób się nad tym nie zatrzymać. Miłośnicy BioLogicznej Wiedzy Leczniczej i zwolennicy życia świadomego z pewnością docenią własne korzyści płynące z tej lektury!

MAGDA WDOWIAK, ekspertka Biologii Totalnej
www.magdawdowiak.com



Odwiedź nas na stronie
www.purana.com.pl

ISBN 978-83-68200-32-4



9 788368 200324 >