

GESUNDHEIT

GIFTIG: Künstliche Duftstoffe überall

GESELLSCHAFT

Ukrainekonflikt: Wie sich der Westen ins Abseits schießt

NATUR

Neues Verfahren: Schwarzes Gold aus Altreifen

FORSCHUNG

Schock: Graphen in den mRNA-Spritzen





raum&zeit *thema*:

Hormone - Botenstoffe des Lebens

+ SELBSTTEST
Ist hormonell alles in Ordnung?

Manche bezeichnen Hormone als die Architekten unseres Lebens. Immerhin, diese Botenstoffe signalisieren unseren Körperzellen, was sie zu welcher Zeit zu tun haben und sie steuern damit Entwicklungen, die unser ganzes Leben bestimmen: Verdauung, Wachstum, Reife, Liebe,

Sexualität, Stimmung, Rhythmus oder auch Resilienz oder Umgang mit Stress.

Doch im Menschen ist nichts eingleisig. Denken und Stimmungen wirken ebenfalls auf unsere Hormone. Hormonelle Dysbalancen können also auf vielerlei Arten entstehen und nehmen außerdem stark zu: Nebennierenschwäche und Erschöpfungszustände, Schlafstörungen, Erkrankungen der Schilddrüse (Hashimoto usw.), Endometriose, Zyklusstörungen aller Art, ADHS, Bluthochdruck oder Herzrhythmusstörungen – um nur ein paar aus unserem Heft zu nennen.

In unserer neuen Ausgabe von raum&zeit *thema* „Hormone“ begeben wir uns auf Spurensuche nach den Ursachen der Zunahme hormonell bedingter Erkrankungen.

Heilen

- ▶ TCM
- ▶ Hildegardmedizin
- ▶ Naturheilkunde
- ▶ Clustermedizin
- ▶ Homöopathie
- ▶ Hormonyoga

Basis

- ▶ Evolution und Hormone
- ▶ Rolle der Zirbeldrüse
- ▶ Wie wir denken, wie wir fühlen
- ▶ Wie entsteht Krankheit?
- ▶ Hormone in der Umwelt

- ▶ Intelligenz des weiblichen Zyklus
- ▶ Dopamin als Quelle von Glück und Zufriedenheit
- ▶ Jod als Voraussetzung einer gesunden Schilddrüse

raum&zeit *thema* Abonnement – das Plus zu Ihrem raum&zeit-Abo

Sie können sich die raum&zeit *thema* Hefte regelmäßig im Abonnement bequem nach Hause schicken lassen, und das zum günstigen Abonnementpreis und ohne zusätzliche Versandkosten (nur Inland). Das raum&zeit *thema* Abonnement umfasst 2 Ausgaben pro Jahr und kostet nur 22,- €/Jahr. raum&zeit Abonnenten können das Themenheft-Abo zum vergünstigten Kombi-Preis von 20,- € pro Jahr beziehen. Bei Versand ins Ausland zzgl. Versandkosten (EU 6,- €/non-EU 7,- €).

▶ Einfach bestellen unter 08171/41 84-60 oder per Mail an abo@ehlersverlag.de. ◀

raum&zeit *thema* ist eine 2x jährlich erscheinende Sonderheft-Edition der raum&zeit mit wechselnden Schwerpunktthemen.

Bei Einzel-Bestellung im Verlag: 12,90 € zzgl. Versandkosten 1,50 € Inland / 4,- € Ausland.

Im Abonnement: 11,- € je Ausgabe (im Inland ohne zusätzliche Versandkosten).

ehlers verlag gmbh, Geltinger Str. 14 e, 82515 Wolfratshausen,

Tel.: 08171 / 41 84 60, Fax: -66, E-Mail: vertrieb@ehlersverlag.de. www.raum-und-zeit.com



Liebe Leserinnen, liebe Leser,

Duft - dufter - Düfte

Der Geruchssinn ist einer unserer wichtigsten Sinne. Bei Tieren ist dieser Sinn noch viel ausgeprägter, hier werden Informationen übertragen. Pferde beschnüffeln sich um sich zu begrüßen, um wahrzunehmen wie das andere Pferd gerade so drauf ist. Der Geruch von Feuerrauch löst beim Tier sofort Aufmerksamkeit und die Bereitschaft zur Flucht aus. Beim Menschen ebenfalls, jeden von uns macht es unruhig, wenn plötzlich Feuerrauch in die Nase dringt. Die natürlichen Düfte von Blumen oder Kräutern haben demgegenüber positive Wirkungen auf Psyche und Immunsystem. Allerdings sind diese Düfte, wenn wir sie rein und natürlich verfügbar machen wollen, nicht unbegrenzt zu beschaffen und die Herstellung ist kostspielig.

Kostspielige Herstellung und begrenzte Rohstoffe sind für Global Player ein schlechtes Geschäft. Die Industrie liebt es, besser, schneller und billiger zu sein: So wurden die künstlichen Duftstoffe geboren! Der Wunsch, sich selbst und seine Umgebung gut duften zu lassen, wurde zu einem großen Industriezweig mit leider auch negativer Auswirkung. Mir war es selbst gar nicht bewusst, wo man schon überall mit künstlichen Duftstoffen regelrecht bombardiert wird und wo man diese überall findet: In Waschmitteln, Weichspülern, Haarsampoos und den meisten Putzmitteln.

Da ich selbst schon seit Jahren meine Kosmetik und meine Seifen (auch angeregt durch unser zweites Magazin: *Deine Gesundheit*) selbst herstelle, sind diese komplett frei von diesen künstlichen Duftstoffen. Allerdings gibt es da auch einige Kritiker, die bemängeln: „Deine Seifen duften ja gar nicht richtig“. Klar, natürliche Aromen verfliegen schneller,

riechen sanft und zart, was für manche Nasen wohl zu wenig ist. Aber künstliche Duftstoffe haben einen großen Nachteil: Sie sind giftig und können schlimme Krankheiten auslösen. Deswegen ist es gut zu wissen, wo sie enthalten sind, denn es macht sehr viel Sinn, diese konsequent zu vermeiden oder ihnen aus dem Weg zu gehen: Daniela Arbter-Öttl: „Künstliche Duftstoffe: Auslöser von Symptomen?“ Seite 6

Kennen Sie das Lied: „Wozu sind Kriege da?“ arrangiert und komponiert von Udo Lindenberg, gesungen von einem kleinen Jungen. Daran muss ich jetzt oft denken. Ich bin kein Kind mehr und verstehe den Sinn bis heute genauso wenig. Aber von der Sinnlosigkeit von Kriegen mal abgesehen, versteht der globale Süden den Standpunkt des Westens und damit von Deutschland auch nicht mehr. Im Gegensatz zu unserer Tagespresse, die uns jeden Tag aufs neue erklärt, die Ukraine sei ein unschuldiges Opfer eines Angriffskrieges, ihr bliebe nichts anderes übrig als sich gegen den bösen Russen zu wehren. Und NEIN, ich bin kein Putin-Versteher. Aber so einfach ist es eben nicht, wie es uns die Medien weiß machen wollen und das Schlimme ist, Deutschland und der Westen isolieren sich mit ihrer Haltung selbst. Die Sanktionen gegen Russland sind so wirkungsvoll wie ein Tropfen auf den heißen Stein. Ist das alles Absicht? Wer profitiert wirklich? Patrick Baab, ehemaliger ARD-Korrespondent, zeigt hier einen ruinösen Selbstbetrug der dekadent politischen Klasse des Westens auf: „Wie der globale Süden den Ukraine Krieg sieht.“ Seite 34

Die sogenannte Corona Pandemie ist ja nun schon fast 2,5 Jahre vorbei, mir kommt es sogar länger vor, so unwirk-

lich erscheinen mir inzwischen diese unfassbaren Dinge, die da passiert sind. Viele von uns spüren sie heute noch, weil sie sich, aus welchen Gründen auch immer, die mRNA-Corona-Impfung verabreichen haben lassen oder dazu genötigt wurden. Ich kenne viele, die „Gott sei Dank“ keine Probleme damit hatten, von der nicht vorhandenen Schutzwirkung mal abgesehen. Aber eben auch andere, die schwere Nebenwirkungen haben und immer noch darunter leiden. Joe Romanski hat dazu recherchiert und schlüssige Beweise von Graphen-Verunreinigungen in verschiedenen Chargen der Covid-Impfung gefunden. Schlamperei? Agenda? Lesen Sie selbst: „Graphen in den Covid-Spritzen“ Seite 54

Die gute Nachricht ist, man kann Graphen ausleiten und man kann sich wehren gegen diese Art von schleichender Vergiftung in Medikamenten, Nahrung oder anderen Dingen des täglichen Lebens. Nein, wehren ist das falsche Wort. Man lehnt es ab, man macht einfach nicht mit: „*Stell Dir vor es ist Krieg und keiner geht hin!*“ Man baut Alternativstrukturen auf für Nahrung, Energie und Soziales, so wie es gerade nach Corona immer mehr passiert. Abwendung statt Kampf!

raum&zeit sieht sich als Teil dieser neuen Strukturen und ist gerne Multiplikator dieser wunderbaren, positiven Energie. Diese Energie, die eine hoffnungsvolle Bewegung in Gang gesetzt hat und deren Früchte im Moment wie Pilze aus dem Boden sprießen.

In diesem Sinne
Herzlichst

Andrea Ehlers

Gesundheit

Auslöser von Symptomen
■ Künstliche Düfte 6
 Von Daniela Arbter-Öttl

Homöopathie-Serie Teil 3
Placebo – die unterschätzte Kraft 12
 Von Monika Liegl (Hp.)

Corona & Co. 16
 Ausleitungskur zur Unterstützung einer Intervention von Long Covid, Post Covid und Post Vac
 Von Christine Sanftl (Hp.)

Ikigai 20
 – oder: Was das Leben lebenswert macht
 Von Joachim Armbrust (Sozial.-Päd./Hp.-Psych.)

Teil 2: Die männlichen Wechseljahre
Zurück in die Manneskraft 26
 Von Rea Demenat von Behr (Hp.)

raum&zeit-Punkte 32

Gesellschaft

Der Westen isoliert sich selbst
■ Wie der globale Süden den Ukraine-Krieg sieht 34
 Von Patrik Baab

Interview mit Prof. W. Stefan Hockertz
Corona-Politik: „Es gab kriminelle Handlungen“ 40
 Von Beat Biffiger

raum&zeit-Punkte 46

Forschung

Teil 1: Das fehlende Paradigma
Die Mathematik des Genetischen Codes 48
 Von Ulrike Granögger

Schlamperei oder transhumanistische Agenda?
■ Graphen in den Covid-Spritzen 54
 Von Joe Romanski

Quantum Numerologie
Null – Basis des Seins 60
 Von Wulfing von Rohr

raum&zeit-Punkte 66

■ Titelthemen

Cover © ArtStage/Adobe Stock

S. 6

Giftig: Künstliche Duftstoffe überall

Kennen Sie das? Sie steigen in die U-Bahn ein und da „steht“ ein penetranter Parfum- oder Deodorant-Geruch. Oder Sie gehen spazieren im Wald und Ihre Vorgänger haben einen Weichspüler-Duft hinterlassen. Synthetische Duftstoffe sind mittlerweile überall. Weil sie flüchtig sind, kommen sie in unsere Lungen und so in unseren gesamten Organismus. Bislang weiß niemand, was sie da so bewirken. Unsere Autorin Daniela Arbter-Öttl beschreibt ausführlich, wie sich Multiple Chemikaliensensitivität (MCS) anfühlt. Auch in dem schweizerischen Gesundheitsfernsehen QS24 spricht die Umweltmedizinerin Dr. med. Petra Wiechel in mehreren Sendungen über diese neue Krankheit.

S. 34

Ukraine-Konflikt: Wie sich der Westen ins Abseits schießt

„Wir sind die Guten“ – denkt man im Westen, und daher geben wir global die Narrative vor. Dumm nur, dass der Großteil aller Länder heute einen feuchten Kehricht darauf gibt. Zu oft schon hat der Westen seinen berühmten berüchtigten Doppelstandard praktiziert, wonach er sich selbst Rechte einräumt, die er anderen verweigert. Der Ukraine-Konflikt ist da nur ein Beispiel in einer langen Folge. Kaum ein Land außerhalb NATO und EU folgt den Sanktionen gegen Russland. Man weiß, dass der Westen mal wieder die Demokratie-Karte aus dem Ärmel zieht, während er sein falsches Spiel treibt. Patrik Baab über den endgültigen Verlust an Glaubwürdigkeit des Westens im globalen Süden.

Bewusstsein

Neue Serie

I Ging – Zugang zum Unterbewusstsein

76

Von Claudia Scheiderer

Fraktale bewusst bearbeiten und auflösen

Raus aus belastenden biografischen Mustern

82

Von Dr. Christine Born

Teil 2: Wie wir unsere Traumata auflösen

Der große Kampf um Ressourcen

88

Von Christian Appelt

raum&zeit-Punkte

93

Natur

Innovatives und umweltschonendes Recycling-Verfahren

■ Eine runde Lösung für Altreifen

94

Von Gerhard Lukert

Funkie, Taglilie und Co.

Leichter gärtnern mit mehrjährigem Gemüse

98

Von Eleni Ehlers

Vom Geben und Nehmen

Netzwerke der Natur

102

Von Josef Scheppach

raum&zeit-Punkte

108

Fixpunkte

Editorial

3

Bücher

70

Online-Tipps

75

Liebenswerte Pflanzenwesen vorgestellt von Wolf-Dieter Stori

Stinkender Storchenschnabel

110

Impressum / Vorschau

111

Dialog Briefe an die Redaktion

112

Newsletter-Artikel:

Lesen Sie auch den Newsletter-Artikel von Beat Biffiger „Nikola Teslas Umfeld und sein Vermächtnis“, der dem nächsten Newsletter kostenlos beigelegt ist. Falls Sie noch nicht zu unseren Newsletter-Lesern gehören, können Sie sich für diesen anmelden oder ihn in unserem Newsletter-Archiv finden: www.raum-und-zeit.com/newsletter

Schock: Graphen in mRNA-Spritzen

S. 54

Das überstürzte, als Impfung deklarierte Massen-Spritzen von mRNA-Seren hat wahrscheinlich Millionen Menschen weltweit Schaden zugefügt bis hin zum Tod. In der Folge fanden in zahlreichen privaten Laboren Analysen statt, die allesamt auf Stoffe stießen, die nicht in den menschlichen Körper gehören. Beispielsweise gibt es Indizien dafür, dass sich Graphen in den „Impf“-Stoffen befand, eine Kohlenstoffmodifikation, die auch in der Nanotechnik eine wichtige Rolle spielt. Joe Romanski versucht eine Einordnung der Befunde.

Alte Weisheit: I Ging

S. 76


Das chinesische Weisheits- und Orakelbuch I Ging gehört zu den ältesten Büchern Chinas. Gleichnishaft kann es dem Benutzer Gegenwart und auch die Richtung, in die sie sich weiterentwickelt – sprich: grobe Zukunftstendenzen – aufzeigen. Hermann Hesse war begeisterter Anwender des iGing: „Es ist in diesem Buch ein System von Gleichnissen für die ganze Welt aufgebaut.“ Ab Seite 76 erfahren Sie mehr über das I Ging. Gleichzeitig möchten wir eine neue Serie ins Leben rufen - „Frage das I Ging“: Sie stellen Ihre Fragen und wir antworten mittels des I Gings.

S. 94

Neues Verfahren: Schwarzes Gold aus Altreifen

Wenn Altreifen nicht mehr runderneuert werden können, stellen Sie ein Umweltproblem dar. Entweder werden sie unter Freisetzung von Schadstoffen verbrannt oder man entsorgt sie auf gigantischen Müllhalden in einem ärmeren Land. Als eine solche einmal Feuer fing und den ganzen Himmel schwärzte, funkte es bei Helmut Haneklaus, einem deutschen Erfinder. Fortan widmete er sich der Suche nach einer umweltgerechten Lösung für Altreifen – und fand sie. Gerhard Lukert stellt das innovative Verfahren vor.

Künstliche Düfte



Von Daniela Arbter-Öttl, Mammendorf

„Welche Folgen Duftstoffe generell und speziell im Gehirn haben, ist noch weitgehend unbekannt.

Deshalb ist ihr zunehmender Einsatz kritisch zu bewerten.“

(Umweltbundesamt)

Auslöser von Symptomen?

Es ist in aller Munde: „Du bist, was Du isst!“ Jeder weiß, dass Spritzmittel und chemische Zusatzstoffe in Nahrungsmitteln gesundheitsschädlich sind. Dass jedoch unsichtbare Chemikalien aus Kosmetik- und Reinigungsprodukten ebenfalls über den Mund in Lunge, Blut und damit den gesamten Körper gelangen, weiß bislang kaum jemand.

Synthetische Duftstoffe sind flüchtig und kommen über die Luft in die Lunge und auch in den Mund. Sie gelangen auf die Mundschleimhaut, sie werden eingeatmet und gehen über die Luftrohre in die Lunge und ins Blut. So verteilen sie sich auf alle Organe: die Leber, die Nieren oder die Gelenke. Auch bei Föten kommen sie an. Ein Großteil der Chemikalien findet schnell den Weg ins Gehirn, und zwar über die Nase, und ein beträchtlicher Teil der Moleküle landet sofort in den Augen.

Für den Körper sind diese Stoffe befremdlich. Wie soll er sie verstoffwechseln? Der eine schafft es besser, der andere weniger. Wer langsamer entgiftet, hat schlechtere Karten: Bei ihm reichern sich bedenkliche Chemikalien mehr an. Dass eine solche Anreicherung in der Folge zu Schäden führen kann, ist nicht verwunderlich.

Geruchsbelästigung: Duftschwaden in der U-Bahn

Gut riechende Produkte enthalten oft ein Sammelsurium an hundert sehr kritischen Chemikalien. Diese Düfte haben dann auch weitreichende Folgen. Manchmal ist der Geruch von einem einzigen Menschen, der Parfüm, kräftiges Deo oder Rasierwasser aufgetragen hat oder dessen Kleidung frühlingshaft „frisch“ duftet, meterweit wahrzunehmen. Zunehmend auffällig ist, dass der künstliche Duft, der viele Menschen umgibt, intensiver geworden ist und sogar dann noch wahrnehmbar ist, wenn die duftende

Person längst den Raum oder den U-Bahn-Wagon verlassen hat. Nur Geruchsbelästigung?

Schwindel, Kopfschmerz, Husten und Halsschmerzen

Besagte Person atmet 24 Stunden und sieben Tage die Woche potenziell toxische Chemikalien ein – und

wundert sich vielleicht, warum es ihr dauernd schwindelig ist, der Kopf schmerzt oder woher nur dieser lästige Husten und diese ständigen Halsschmerzen kommen. Noch viel schwerer aber wiegt, dass nicht nur diese Person diese Chemieduftmoleküle einatmet, sondern auch all jene Menschen, die in die von ihr ausgehenden unsichtbaren Duftschwaden



© Mas/Adobe Stock

Multiple Chemikaliensensitivität

Multiple Chemikaliensensitivität (MCS) ist eine komplexe, kontrovers diskutierte Erkrankung, bei der Betroffene auf niedrige Konzentrationen von Chemikalien, die in alltäglichen Produkten wie Reinigungsmitteln, Parfums, Pestiziden und Baustoffen enthalten sind, mit vielfältigen Symptomen reagieren. Diese Symptome können von Kopfschmerzen und Atembeschwerden bis hin zu Hautausschlägen und Erschöpfung reichen. Die genaue Ursache von MCS ist noch nicht vollständig geklärt, und es gibt unterschiedliche Theorien darüber, ob es sich um eine physische oder psychische Reaktion handelt oder um eine Kombination aus beiden. Was jedoch feststeht, ist, dass MCS die Lebensqualität der Betroffenen erheblich beeinträchtigen kann, da sie oft gezwungen sind, ihren Lebensstil drastisch zu ändern, um chemischen Auslösern zu entgehen.

Sehen Sie dazu auch den Beitrag über Multiple Chemikaliensensitivität auf QS24 mit der Umweltmedizinerin Petra Wiechel:

<https://qs24.tv/2024/07/14/multiple-chemikaliensensitivitaet-was-sie-tun-koennen-dr-med-petra-wiechel-visite-qs24/>

oder auf youtube:

<https://www.youtube.com/watch?v=y-xmx7stg6Q&list=PLWzccsezPgzarCa94Vh8QUw2lgSQRKrJ&index=1>