

Die 6 Ebenen der Gesundheit

Gesundheitspraxis bewusstsgesund

Die sechs Ebenen der Gesundheit

1. Ebene, biomechanisch
2. Ebene, biochemisch
3. Ebene, biologisch
4. Ebene, bioenergetisch
5. Ebene, seelisch
6. Ebene, mental

Was ist Gesundheit?

Der Körper strebt immer zu optimaler Gesundheit hin, reguliert ständig mit den Selbstheilungskräften.

Es ist wichtig, dass wir gerne in unserem Körper sind, Sorge zu ihm tragen, ihn unterstützen und unserer Seele Heimat bieten.

Dauernde Regulation im Organismus ist sehr wichtig, der Körper muss ständig reagieren und sich den Veränderungen anpassen können.

Einflüsse können auf einer Ebene oder mehreren Ebenen sein, z.B. seelische Ebene wirkt auf den Körper oder umgekehrt.



Lebendige Kraft der Liebe



Folge deiner inneren Stimme

Wie / wo reagiert oder funktioniert unser Körper in den 6 Ebenen.

Einige Beispiele:

Biomechanisch:

- Blut- und Lymphsystem
- Bewegungssystem

Biochemisch

- Hormonsystem
- Atmungssystem
- Verdauungssystem
- Immunsystem

Biologisch

- Zelleprozesse
- Stoffwechsel
- Immunsystem

Bioenergetisch

- Nervensystem

Seelische Ebene

- Erfahrungen im Leben
- Soziale Kontakte
- Gefühle

Mentale Ebene

- Zentralnervensystem, Gehirn
- Gedanken



Negative Einflüsse auf unseren Körper in den 6 Ebenen

Einige Beispiele:

Biomechanische Ebene

- Ungenügende Durchblutung und Lymphstau
- Asthma durch Feinstaubbelastung

Biochemische Ebene

- Nährstoff- und Vitaminmangel
- Toxine, Schwermetalle
- Antibiotikarückstände im Fleisch
- Hormonrückstände im Fleisch und Trinkwasser

Biologische Ebene

- Viren
- Bakterien

Bioenergetische Ebene

- Elektromagnetische Einflüsse von Auto und Elektroauto
- Statische Elektromagnetische Schwingung

Seelische Ebene

- Streit
- Seelische Konflikte und Traumatas

Mentale Ebene

- Reizüberflutung
- Stress im Beruf
- Negative Gedanken



Bin ich es mir wert, gesund zu sein?



Jedes Tier kann fühlen und lebt gerne, es sei denn es ist eingesperrt!

Selbstunterstützung in den 6 Ebenen

Einige Beispiele:

Biomechanische Ebene

- Bewegung in der Natur
- Körperübungen
- Tanzen
- Yoga

Biochemische Ebene

- Hochwertige Lebensmittel (frisch, biologisch, regional)
- Guter Essenszyklus
- Genügend Wasser trinken
- Kräutertees
- Gute Körperpflegeprodukte
- Gut kauen

Biologische Ebene

- Genügend Schlaf
- Regeneration
- Ruhe
- Hochwertige Proteine, Amino- und Fettsäuren

Bioenergetische Ebene

- Naturspaziergänge
- Sonne tanken
- Freunde und Seelenpartner
- Für Entspannung und Ruhe sorgen
- Meditation, Pilates, Yoga usw.
- Gute Beziehungen pflegen
- Gute Bücher lesen

Seelische Ebene

- Verzeihen, dort wo es etwas zu verzeihen gibt
- Seelische Konflikte auflösen
- In Liebe leben
- Sich der himmlischen Welt nicht verschliessen
- Schenken und Geschenke annehmen

Mentale Ebene

- Aufbauende Arbeit und Hobbys wählen
- Moderat Sport treiben
- Sich reflektieren
- Musik hören
- Auf die innere Stimme hören
- Lebendige Liebe zu sich selbst und zu allen Seelen
- Weshalb bin ich hier, was kann ich beitragen?

Für Körper, Geist und Seele:

Gabriel-Chip gegen Elektromagnetische Strahlung

www.bewusstgsund.ch

Membrini, Kristalle, Schmuck Edelsteine aus Chur

www.membrini.ch

Goldschmiede Benovici, Bad Ragaz

www.goldschmiede-benovici.ch

Musikhaus Schaan

www.musikhaus.li



Gesundheitspraxis bewusstsgund
Irmgard und Markus Benz
Kanalweg 38, 9470 Buchs SG
www.bewusstsgund.ch

Unser Therapie-Angebot in den 6 Ebenen:

Biomechanische Ebene

- Verschiedene Massagen
- Colon Hydro Therapie / Darmspülung
- Schmerztherapie Liebscher und Bracht
- manuelle Lymphdrainage
- Fussreflexzonenmassage

Biochemische Ebene

- SoCheck-Messung Vitamine, Mineralien und Schwermetalle
- Beratung und Zusammenstellung von Nahrungsergänzung und Vitamine
- Darmberatung

Biologische Ebene

- Bioresonanz, Unterstützung der Selbstheilungskräfte für alle Krankheiten incl. Corona-Bescherden und Krebstherapie

- Milta Pod

Lichttherapie mit kohärentem Licht;
entzündungshemmend, ödemhemmend,
krampflösend, biostimulativ, heilend, immun-
anregend, neurostimulierend

Bioenergetische Ebene

- Bioresonanz, Unterstützung der Selbstheilungskräfte für alle Krankheiten incl. Corona-Bescherden und Krebstherapie
- Klangmassage Peter Hess
- Optisan Pro (Lichtbehandlung)
- e-Relief: energetische Unterstützungsprogramme

Seelische Ebene

- Auflösung und Heilung im seelischen Bereich
- Auflösung von Minderwertigkeiten

Mentale Ebene

- Unterstützende und klärende Gespräche
- Bücher zum Ausleihen

