

SCHLUSS MIT Süchtig

Immer mehr Menschen erkennen die fatalen Auswirkungen des raffinierten Zuckers auf die Gesundheit. Der israelische Heiler Amir Weiss hat eine Methode entwickelt, die uns dabei hilft von dem „weißen Gift“ loszukommen.



Sie können einfach nicht von der Schokolade lassen, sie löst sich quasi in Minutenschnelle vor Ihren Augen auf. Und irgendwie haben Sie immer noch nicht genug und begeben sich auf die Suche nach süßem Nachschub. „Zuckersucht“ nennt die Wissenschaft diesen ungebremsten Drang nach Süßem, der oft in Krankheit und Übergewicht mündet und normalerweise schwer behandelbar ist. Normalerweise. Der israelische Heiler Amir Weiss hat vor 30 Jahren eine Methode entwickelt, die Suchtinformationen in der Aura inaktiv stellt, was zu einem sofortigen Desinteresse oder einer Gleichgültigkeit gegenüber dem jeweiligen Suchtmittel führt.

Suchtmittel Zucker

Zucker ist schon lange ein Streitpunkt zwischen Lebensmittelindustrie und Gesundheitsexperten. Für die Lebensmittelindustrie ist er ein preiswerter Füllstoff und Geschmacksverstärker, für Gesundheitsexperten ein hohes gesundheitliches Risiko und die Ursache vieler Krankheiten. Studien zufolge ist Zucker beispielsweise nachweislich mitverantwortlich für Übergewicht, Diabetes sowie Herz- und Kreislaufkrankheiten. Für manche Tumore ist Zucker sogar ein wahrer Treibstoff, wie aktuelle Forschungen ergaben. Mit diesem Wissen im Hinterkopf sind es erschreckende Zahlen, die zeigen, dass der Deutsche im Durchschnitt täglich 100 Gramm raffinierten Zucker zu sich nimmt, wobei die Weltgesundheitsorganisation (WHO) höchstens ein Viertel dessen empfiehlt. Bei dem Versuch, zuckerfrei zu leben, wie etwa beim Verzicht auf Süßigkeiten während einer Diät, stellt man schnell fest, dass entzugsähnliche Symptome auftreten wie zitterige Hände, Reizbarkeit und das große Verlangen nach Zucker, welchem selten lange Stand gehalten werden kann. Eine Parallele zu Drogen wird häu-

fig deswegen hergestellt, da viele Drogen ähnliche Glückshormone aktivieren, so wie sie bei Zuckerkonsum im Gehirn ausgeschüttet werden. Gleichzeitig verbinden viele Menschen mit Essen eine emotionale Komponente wie etwa Trost oder Belohnung und dabei ist es kein Zufall, dass hier weniger die Möhre als der Schokoladenriegel zum Einsatz kommt.

Wie man sich von der Sucht befreien kann

Immer mehr Menschen erkennen die fatalen Auswirkungen des raffinierten Zuckers, der mittlerweile im Großteil der industriell gefertigten Lebensmittel enthalten ist. Wie man von der Zuckersucht loskommt, dazu hat der israelische Heiler Amir Weiss bereits Ende der achtziger Jahre des letzten Jahrhunderts eine Methode entwickelt. Seine nach ihm benannte Weiss-Methode stellt Gewohnheits- und Suchtkreisläufe erfolgreich inaktiv. Dabei geht sie davon aus, dass jeden Menschen ein elektromagnetisches Feld (Aura) umgibt – ähnlich wie unser Planet von einer Atmosphäre umgeben ist. In dieser Aura hinterlassen Gedanken, Gefühle, Emotionen und unsere Tätigkeiten tagtäglich Signale. Wird etwas oft gedacht, gefühlt oder getan, wird auch das Feld stärker. Das kann sich sehr positiv auf unser Leben auswirken, wenn es sich um konstruktive Gedanken oder Emotionen handelt. Es kann aber auch zur Belastung werden, wenn diese Gewohnheiten in Geist und Seele beginnen, gegen die Person zu wirken und Gedanken ins Rotieren kommen oder emotionale Endlos-Schleifen bilden.

Genau an dieser Stelle beginnt die Sucht. Unerwünschte Gedanken oder Emotionen, die wir nicht wahrhaben wollen, betäuben wir gern durch die verschiedensten Arten von Suchtmitteln. Das können Alkohol, Nikotin oder harte Drogen sein. Aber auch Industriezucker dient dem Gehirn zur Betäubung, indem er kurzfristige Glücksgefühle bereitet, die Stress oder unerwünschte Gedanken und Gefühle kurzfristig verdrängen.

Die verblüffende Entdeckung, die Amir Weiss machte, ist, dass es über das feinstoffliche Feld des Menschen möglich ist, selbst ausgeprägte Gewohnheiten einfach aufzulösen, sodass eine Person bereits nach einer Behandlung beispielsweise keinen Bedarf mehr nach Industriezucker verspürt.

Eine seiner Patientinnen berichtete von dem Phänomen, dass sie am Morgen nach ihrer Zuckorentwöhnung an den Kühlschrank ging und ihre Hand gewohnheitsmäßig nach dem Marmeladenglas fasste. Und dann – so ihre Worte – „beobachtete ich mich dabei, wie die Hand sich wie von selbst, ohne mein Zutun, zurückzog“.

Andere erfolgreich Behandelte berichten nach der Zuckorentwöhnung, dass sie einfach keine Lust mehr auf Süßes haben und selbst ohne jegliche Diät stark abnehmen. Was nicht verwunderlich ist, wenn die großen Mengen an Industriezucker wegfallen, die jeder Bundesbürger zu sich nimmt. Und das schafft schlussendlich ein verbessertes Wohlbefinden, mehr Vitalität, und ein rundum gesünderes Leben.

bl

Joachim Deichert

Die Weiss-Methode

Amir Weiss, der Begründer des Weiss-Instituts, beschäftigt sich seit über 27 Jahren mit den Ursachen von Süchten. Das Weiss-Institut hilft Menschen erfolgreich dabei, sich auf einfache und wirkungsvolle Weise von der Sucht nach Zucker und Weizen, Ess-/Fress-Sucht und Heißhungerattacken, Rauchen und Alkohol sowie verschiedenen Zwängen zu befreien.

Die Weiss-Methode funktioniert auf rein bioenergetische Weise, ist absolut schmerzfrei und kommt ohne Medikamente, Hypnose oder Nadeln aus. Die Erfolgsrate liegt bei über 80 Prozent, und in der Regel ist eine einzige Behandlung ausreichend (bei Zwängen und Alkohol bis zu vier). Bei Bedarf werden ein Jahr lang kostenlose Nachbehandlungen angeboten.

Behandlungstage finden regelmäßig in Berlin, München, Wien, Köln, Stuttgart, Rorschach/Schweiz sowie der Oberpfalz/Nähe Nürnberg statt.

Ein TV-Interview mit Amir Weiss, das einen guten Einblick in die Philosophie und den Hintergrund der seiner Methode erlaubt, ist auf YouTube abrufbar. Die Sendung trägt den Titel: „Schluss mit der Sucht – Zucker-, Rauch- und Alkoholfrei mit der Weiss-Methode“. Ebenfalls wurde im letzten Jahr auf OTV über eine erfolgreiche Alkoholentwöhnung berichtet. Die ganze Fernsehsendung finden Sie ebenfalls auf YouTube unter „Erfolgreich alkoholfrei mit der Weiss-Methode – Alkoholsucht erfolgreich beenden“. Weitere Informationen zur Weiss-Methode, zu Behandlungsmöglichkeiten und Seminaren erhalten Sie unter Tel. (0800) 5 12 99 99 (bundesweit kostenlos) oder per E-mail an suchtfrei@weiss-institut.de und unter: www.weiss-institut.de



SÜßES OHNE Zucker

Jetzt wird's praktisch: Zwei leckere Rezeptvorschläge für einen gesunden, zuckerfreien Genuss

Quinoa-Schoko-Crispies

Für alle die's knusprig mögen! Wer schon immer etwas für krosse Schokoschlemmereien übrig hatte, wird diese Crispies lieben. Das Tolle dabei: Sie sind zucker- und weizenfrei und einfach selbst zu machen.



Zutaten:

- 2 1/2 Esslöffel Mandelbutter
- 6 Esslöffel Kokosöl geschmolzen
- 75 g rohes Kakaopulver
- 70 g gepopptes Quinoa
- 90 g Datteln
- 1 Teelöffel Vanillepulver
- 1 Tasse voller Freude
- Papierförmchen

Und so geht's:

Hacken Sie die Datteln mit der Küchenmaschine fein. Schmelzen Sie in einem kleinen Topf bei schwacher Hitze Kokosöl, Kakaopulver und Mandelbutter. Ist alles flüssig, rühren Sie die Datteln darunter. Den Topf vom Herd nehmen und das Quinoa unterziehen, bis eine schöne schokoladige Masse entstanden ist. Nun in kleinen Portionen in die Papierförmchen füllen und für etwa eine Stunde ins Gefrierfach stellen. Mit diesen Crispies machen Sie Ihren Liebsten jeden Tag zum Freudentag.

Superfoodballs

Süße, zuckerfreie Nascherei für zwischendurch. Diese Kugeln sind echtes Kraftfutter.

Sie bringen verbrauchte Energie zurück, machen satt und glücklich! Denn Kürbiskerne sind Lieferant für ungesättigte Fettsäuren, Vitamin E und Beta-Carotin, sowie Magnesium, Eisen, Zink und Selen. Die Superfoods Chia und Hanfsamen bringen zusätzlich noch Kalzium, Kalium, Schwefel und Eisen in die Kugeln. Klingt gesund – schmeckt aber trotzdem.



Zutaten:

- 3/4 Becher Kürbiskerne (großer Trinkbecher)
- 1/4 Becher Proteinpulver mit Vanillegeschmack
 - 2 Esslöffel Chia-Samen
 - 1 Esslöffel Hanfsamen
 - 1 sehr reife Banane
 - 2 Esslöffel Mandelmus
 - 1 Teelöffel Honig
- 1/4 Teelöffel Zimtpulver oder Zimtöl
 - 1 Prise Meersalz
 - 1 Schaumlöffel Liebe

PS:

Wussten Sie, dass Chia-Samen fünf Mal so viel Kalzium liefern wie Milch?

Und so geht's:

Zermahlen Sie Kürbiskerne und Hanfsamen in der Küchenmaschine zusammen zu grobem Mehl. Es können ruhig auch einige Kerne ganz bleiben, das erhöht den Crunch-Effekt beim späteren Genießen! Mischen Sie das Mehl mit dem Vanillepulver. Zerdrücken Sie die Banane mit einer Gabel und fügen Sie Bananenmus, Mandelmus, Chiasamen und Gewürze zur Mehlmischung hinzu. Jetzt das Ganze nochmals von der Küchenmaschine oder dem Mixer gut durchmengen lassen. Dann aus dem Teig kleine Kugeln formen und etwa 1 Stunde in den Kühlschrank stellen. Wer möchte, kann die Kugeln vorher noch in Kakao oder Kokosflocken wenden. So – fertig ist das Kraftfutter! Man erhält etwa 35 Kugeln aus dem Teig. Es kommt natürlich auch immer darauf an, wie groß man die Kugeln rollt.

Mehr industriezuckerfreie Rezepte finden Sie auf www.zucker-frei.de und www.weiss-institut.de