



Mutter und Tochter April 1986 in New York Foto: David Reber

3 Leben im Dienst der Volksgesundheit mit den 5 Säulen: Wasser, Bewegung, Kräuter, Ernährung und Lebensgestaltung



"Ist das Wasser für den gesunden Mensch ein vorzügliches Mittel, seine Gesundheit und Kraft zu erhalten, so ist es auch in der Krankheit das erste Heilmittel. Es ist das natürlichste, einfachste, wohlfeilste und -wenn recht angewendet- das sicherste Heilmittel." Wasserdoktor Sebastian Kneipp, Bad Wörishofen
"Kneippe heute - kneippe morgen! Weg sind die Gesundheitssorgen"
Siehe **"Mit Schwung in die letzte Lebensphase"** auf www.swissmartha.ch



"Es ginge alles besser, wenn man mehr ginge."
German M. Schleinkofer, Bad Wörishofen



"Heilkräuter spielen in Kombination oder als Ergänzung zum Wasser-Heilverfahren in der natürlichen Gesundheitslehre eine bedeutende Rolle."
"Kräuterarzt" Johan Küenzle, Wangs/Zizers

www.pfarrerkuenzle.ch



"Mein Essen war einfach: morgens Kaffee mit viel Milch oder Mehlsuppe oder Habermus; mittags Suppe, viel eigenes Gemüse und Obst (wenig Fleisch); abends Suppe und Gemüse, je nach Jahreszeit." Kräuterarzt Johann Küenzle

www.sams-empowerment.com



"Musik ist die Sprache der Engel." "Von der Heilkraft der Steine"
Hildegard von Bingen, Naturwissenschaftlerin des 12. Jahrhunderts, Musikerin, Kirchenlehrerin, Begründerin unserer Heilkunst

"..... Erst als man den Zustand ihrer Seele kannte und da Ordnung hinein brachte, ging es mit den körperlichen Leiden auch besser." Wasserdoktor Sebastian Kneipp