



28
JAHRE

Die Wurzel

Nr. 2/23 Das Vitalkost-Magazin

Entdecken Sie Ihre Selbstheilungskräfte

D: 6,90 €

**Der Arzt behandelt,
aber die Natur heilt!**
Florian Sauer



**Die Polarität der Knochen
magnetisch oder elektrisch**

Wie Stress Borreliose triggert



**Wer heilt, hat recht!
Wer darf heilen?**

Nr. 2 / 2023 28. Jahrgang
D: 6,90 € CH: 10,50 SFR
Übrige EU-Länder: 7,40 €
ISSN 1869-7860



Jenni Auer

Wie Stress Borreliose triggert

Foto: Jenni in der Natur

Von der Tanzlehrerin zur Naturkosmetikerin...

Zu meiner Person

Jenni Auer: Am 18.10.1969 bin ich auf die Erde gekommen. Essen in NRW sollte erst Mal mein bevorzugter Aufenthaltsort sein. Nach Grundschule, Gymnasium, Abitur entschied ich mich für den Beruf meiner Eltern, ich wurde Tanzlehrerin - in der damals größten Schule (2000 m²) in Deutschland, in Dortmund.

Ich war zu dieser Zeit noch sehr schüchtern und sprang ins kalte Wasser. Ich hatte nur eine Chance: Meine Schüchternheit abzulegen und auf die Menschen zuzugehen.

Knieschmerzen, Bronchitis, angeschlagene Stimme

Mainstream-Tanzlehrer zu sein bedeutet, immer dann zu arbeiten, wenn andere frei haben, immer lächeln, egal, wie es einem geht. Und in Vollzeit meistens eine 7-Tage-Woche. Nach 3 Jahren war ich ziemlich fertig. Ich hatte Knieschmerzen (meistens trug ich Tanzschuhe mit 6 cm Absatz), sehr oft Bronchitis und immer eine angeschlagene Stimme. So überwarf ich mich mit meinen Eltern, lehnte das Angebot ab, in der Familien-Tanzschule zu arbeiten und heiratete.

Danach fing ich eine Umschulung zur EDV-Kauffrau an, die ich abbrechen musste, weil sich mein erstes Kind ankündigte (1994). In einer Umschulung gibt es keinen Mutterschutz.

Wir freuten uns sehr auf das Elternsein. 1995 schrieb ich mich an der Uni Dortmund ein. Ich dachte, ich könnte mit Kind und Familie im Rücken studieren. Das gestaltete sich aber etwas schwierig. Mein damaliger Mann hatte eine Firma, meine Eltern arbeiteten noch voll, meine Schwiegereltern hatten auch nur selten Zeit und meine Großeltern, die mich schon mit aufgezogen hatten, halfen mir zwar, wo sie konnten, aber sollten eigentlich mehr zur Ruhe kommen.

Schwangerschaftsübelkeit

1996 kündigte sich mitten in einer Vorlesung mein zweites Kind an. Ich hatte beim zweiten mit deutlich schlimmerer Schwangerschaftsübelkeit zu kämpfen. Insgesamt hing ich 3 Wochen am Tropf. Danach fing ich mir eine Magen-Darm-Grippe ein.

Leider werde ich nie erfahren, ob meine Schwangerschaften ohne Übelkeit verlaufen wären, wenn ich schon damals mehr auf gesundes Essen geachtet hätte!

Natur-Kosmetikerin

Mit zwei Kindern entschied ich mich, Natur-Kosmetikerin zu werden und richtete mir ein Studio in unserem Haus ein. So konnte ich von zu Hause aus, abends, wenn die Kinder schliefen, Behandlungen und Massagen anbieten.

6 Jahre nach dem 2. Kind kündigte sich Kind Nr. 3 (2002) an. Diesmal waren es 23 Wochen mit Schwangerschaftsübelkeit! Ich kam aber ohne Tropf aus.

Vollwertkost nach Dr. Bruker

2003 war das Startjahr für die vitalstoffreiche Vollwertkost ohne tierisches Eiweiß nach Dr. Bruker. Ich schmiss alles, was nicht dazu passte, aus meiner Küche.

Mein Eigen-Studium begann, meine Ehe scheiterte. Damals stand die Gesundheit meiner Kinder im Vordergrund. Mein erstes Kind hatte Asthma, Neurodermitis, immer wieder Mittelohr-, Mandel- und Lungenentzündung.

Tanzpädagogin

2005 fing ich wieder als Tanzlehrerin in Grund- und Tanzschulen zu unterrichten an. 2007/08 kam es endlich dazu, dass ich eine Tanzfort-

Tanzunterricht war mein Leben...

bildung zur integrativen Tanzpädagogin machte. Bis dahin steckte ich in der Schablone der ADTV-Tanzschulen fest - der Lehrer bestimmt wie getanzt wird. Mit dieser Weiterbildung befreite ich mich, denn JEDER KANN TANZEN - bei mir durfte jeder seinen Stil entwickeln.

Kindertanzkurse

Durch die Kindertanzkurse entdeckte ich meine Liebe zu kreativem Tanz, Tanzgestaltung, Tanzen mit allen Sinnen. Es entstand eine Mischung aus meinen Grundlagen, Gesellschaftstanz für Alle und kreativem Tanzen. Der Begriff „FALSCH“ verschwand aus meinem Wortschatz. Tanzen zu unterrichten war mein Leben, und zwar im zweiten Anlauf!

Corona-Maßnahmen

2020 war ich auf dem Höhepunkt meiner „Karriere“ mit „Rent-a-Tanzlehrerin“ angekommen. Ich wunderte mich jede Saison aufs Neue, dass ich immer noch mehr arbeiten konnte, obwohl ich unter Dauerkopf- und Wanderschmerzen, Neuralgien, Seh-, Herzrhythmus- und Konzentrationsstörungen, Gehirnebel, Vergesslichkeit und immer wieder unter dieser bleiern Müdigkeit litt! Und ich wog mit viel Glück zwischen 50 und 55 kg bei 170 cm. Doch meine Jobs bekam ich immer fröhlich lächelnd und mit viel Power hin. Und dann kam Corona, der erste Lockdown.

Ich verstand die Welt nicht mehr. Durch Dr. Brukers Bücher und durch die Bücher „Virus-Wahn“ (siehe Wurzelshop), „Die Krebslüge“ usw. hatte sich meine Einstellung zu Krankheiten völlig verändert. Impfungen lehnte ich schon lange ab.

Corona-Lockdowns in der Natur verbracht

Nun trafen Corona-Politik und ich aufeinander. Meinen Ehepaaren erklärte ich schon vor dem Lockdown: Ich ernähre mich antiviral und gehe mit Krankheiten anders um. Fragt mich gerne, warum ich so tiefenentspannt bin, was diesen C-Virus angeht.

Es fragte leider fast keiner und ich ging erstmal brav in den Lockdown, was für mich in den Wald bedeutete.

Ich nahm meine Hunde und meine Kamera mit und war teilweise 6 Std. am Stück unterwegs, drehte Videos, tanzte die Choreos, die meine Tanzkinder choreografiert hatten zwischen Bäumen und auf Feldern usw. Und ich lud alles hoch, fast ohne zu überprüfen, ob das Video „gut“ war.

Tanzvideo mit 2,7 Mio Aufrufen

Irgendwann startete ich bei Tik Tok einen Account und ein Tanzvideo wurde 2,7 Mio-mal aufgerufen und bescherte mir über 20.000 Follower. Viele bezeichneten mich als Tik Tok-Oma, was ich witzig fand. Weitere Themen, wie „was ist antivirale Ernährung?“, „wie kann ich durch Spiel meinen Hund an mich binden?“, „draußen Bäume umarmen“, „Vorratshaltung“ usw. gesellten sich dazu.

In den Lockerungsphasen durfte ich tatsächlich mit einigen wenigen Tanzkindern mal spazieren gehen, meist mit der ganzen Familie, manchmal auch als „Kindersitterin“. Dafür war ich so dankbar. Leider war es nur eine Handvoll Kinder. Denn selbst die Rohköstler kamen kaum bis gar nicht aus ihren Höhlen hervor. Die meisten hatten doch zu viel Respekt vor dieser Corona-Politik.

Die Lockerungen machten mich dann fertig. Es gab eine



Woche, da durfte ich meine Ehepaare montags in der Tanzschule normal zusammen tanzen lassen und donnerstags (in der gleichen Woche!) musste ich meine Ehepaare in dem Tanzsportverein auf 1,50m Abstand trennen. Breitensport hatte die Auflage 1,50m Abstand, nur Einzeltanzen war erlaubt.

Brief an Herrn Laschet und Corona-Demo-Spaziergang

Ich schrieb einen Brief an Herrn Laschet¹ und fragte, was er sich dabei gedacht hat?! Die Antwort war sinngemäß folgende: „Das Land NRW hat seine Fachleute, die sich viele Gedanken machen um die Lockerungen. Ich hätte diesen Ergebnissen einfach zu vertrauen.“ Ich hatte so gehofft, dass meine Ehepaare nun endlich aufwachen würden! Nö, sie fanden das zwar doof, aber sie fügten sich. Ich ging daraufhin in der Essener Innenstadt spazieren (damals gab es den Begriff Spaziergang in dem Zusammenhang noch gar nicht) und lud ein Foto im WhatsApp-Status hoch und verlor meine ersten Tanzkinder.

Und dann fand ich Menschen, die mich verstanden: Ich tanzte in Essen auf den Demos ganz spontan mit den anwesenden Kindern und Erwachsenen. Es war so überwältigend schön mit Menschen zu tanzen, die weder Maske trugen noch mich anklagten, dass ich keine trug. Ich hatte anfangs eine Baumwollmaske gekauft, weil ich nicht wusste, wie die Gesetzeslage war. Mir fehlte damals das Wissen über geltendes und gültiges Recht. Auch war ich zu nachlässig und versäumte, mir die Verordnung genau durchzulesen! Da stand: Wer aus gesundheitlichen und sonstigen Gründen keine Maske tragen kann, der kann es sein lassen! Getragen habe ich sie nur ein einziges Mal.

Eine Freundin empfahl mir ein Tuch, ähnlich wie ein Bankräubertuch. Das erwarb ich dann in der Farbe schwarz für meine Paartanzkurse. Ich trug es tatsächlich einige Wochen, obwohl ich genau wusste, dass es der Gesundheit mehr schadet.

Unterrichtsverbot wegen Demo-Teilnahme

Am 01.08.2020 fuhr ich dann nach Berlin. Ich wollte selbst sehen, wer und wie viele dort hinkommen und ob es friedlich abläuft. Es waren so viele tolle Menschen, Menschen wie du und ich. Als meine Ehepaare und Eltern der Tanzkinder durch Facebook-Posts von mir erfuhren, dass ich in Berlin war, kam es noch am 01.08. zu Reaktionen.

Zwei Vereine verboten mir 14 Tage lang meine Kurse zu unterrichten. Ein Verein informierte ALLE Mitglieder, also auch die, aus den anderen Kursen, per Rundmail, dass ich in Berlin war und ihr Vertrauen missbraucht hätte, verantwortungslos wäre usw.

¹Damals Ministerpräsident von NRW

Anzeige

seit 20 Jahren **AQUAQUANT**® wartungsfrei

schützt vor Schadstoffen, Kalkschäden und Bakterien
Umweltbelastungen werden wirkungslos
Cluster lösen sich auf

Rufen sie uns an - und wir beweisen das!

Tel.: 089-4545 4646 oder Tel.: 089-6300 5888



Foto: Jenni tankt Kraft in der Natur

Kindertanzkurse hielten mich am Leben

Jobverlust

Ich setzte meine Atteste durch und verlor einen Job nach dem anderen. Es lag aber nicht nur an den Attesten. Ich weigerte mich auch, nun meine langjährigen Kursteilnehmer zu überprüfen, ob sie auch 3G waren. Die Vereine und die Tanzschule wollten, dass ich mir den Personalausweis und das jeweilige Zertifikat zeigen lasse und dieses dokumentiere. Ich sagte zu meinen Kursteilnehmern: Ihr seid erwachsene Menschen, wenn ihr mir sagt, dass ihr geimpft, genesen oder was auch immer seid, dann glaub ich euch das! Das fanden die meisten nicht gut! Am Ende hatte ich keine Privat-, keine Tanzschul-, keine Tanzsportverein-, keine Kirchen-Tanzkurse mehr!

Die letzten Male in einem bestimmten Verein waren so schlimm. Ich stand daneben, als man sich den „Ball der Geimpften“ oder auch „endlich die Impfpflicht für alle“ wünschte. Ich wollte nur noch weg!

Hinzu kam, dass nun auch Tests von mir verlangt wurden. Durch einen Teilnehmer eines Rohkosttreffens fand ich meinen Personal-Tester. Er hatte sich bei den Acura-Kliniken zertifizieren lassen und durfte ganz legal Spucktests zertifizieren. Spucktests waren mein Kompromiss, PCR-Tests niemals! Ich wollte eigentlich auch keine Spucktests machen, aber Miete und Nebenkosten mussten bezahlt werden! Einzig meine Kindertanzkurse hielten mich noch am Leben. Anfangs sollte ich sie auf Yogamatten tanzen lassen. Dreijährige mit Müttern, denn ich hatte allen mitgeteilt, dass ich niemals ein Kind zwingen würde, auf der Matte zu bleiben.

Die Kinder ab 5 Jahren blieben tatsächlich allein auf der Yogamatte. Sie „klebten“ an ihrer Matte fest und hatten vor oder nach dem Tanzen die Maske oft in einer Art auf, als hätten sie einen Schnuller im Mund - bei mir trug niemals ein Kind während des Tanzens eine Maske! Bis November 2021:

Ich hatte schon alle Kindertanzkurse außer die Jekits-Kurse an den Grundschulen verloren. Zwei städtische Musikschulen hatten bis jetzt mein Vorgehen toleriert oder übersehen. Am 23.11.2021 wurde ich vom Gelände einer Essener Grundschule geschmissen. Mein Draußen-Tanzen sollte nun drinnen stattfinden - drinnen galt Maskenpflicht!

Ich argumentierte mit meinem Attest. Das lehnte der Schulleiter ab. Er brachte das Argument des von mir missbrauchten Hausrechts und schmiss mich raus - da war so viel Hass und Ablehnung in seinem Gesicht!

Ich rappelte mich noch mal auf, telefonierte mit meinem Auftraggeber, der Essener Musikschule, und dieser schien mich zu verstehen, sodass ich weitermachte. Bis zum 29.11.21 musste ich dann schon 3 Kinder mit Maske tanzen lassen - die Eltern forderten das ein. Dann erfuhr ich, dass die Musikschulen von mehreren Eltern bombardiert wurden, weil die Kinder keine Masken tragen würden, ich nicht geimpft sei und dann auch noch ohne Maske unterrichten würde. Die Anrufe häuften sich. Nach einem Gespräch mit einem Vater am 29.11.21 musste ich wirklich damit rechnen, dass meine Tanzkinder zu Hause bestraft werden würden, wenn ich sie weiter ohne Maske tanzen ließe.

Ich hörte auf, ans Telefon zu gehen, beendete meinen letzten Kurs und fuhr völlig fertig zu meinem Hausarzt. Er schrieb mich krank, weil er erkannte, dass ich am Ende meiner körperlichen wie seelischen Kräfte war.

Als ich aus der Praxis kam, fand ich eine Mail von

Maskenverbot vom Arzt verschrieben...

meinem Chef (ich hatte einen Angestelltenjob), dass ich bis auf Weiteres Unterrichtsverbot hätte. Meine Tests, die ich eingereicht hatte, stellte man in Frage! Und mein Maskenattest müsste von einem Facharzt kommen und vom Betriebsarzt überprüft werden! In welcher Verordnung steht das denn? Zum Glück brauchte ich mich darum nicht weiter zu kümmern. Ich war tatsächlich richtig krank! Mein Hausarzt unterstützte mich bis Januar 2022. Dann meinte er, er könnte mich nicht mehr krankschreiben, ich bräuchte einen Facharzt, obwohl sich meine Symptome überschlugen. Ich gab mein Bestes, einen Facharzt bzw. neuen Hausarzt zu finden. Mit dem Ergebnis, dass ich aus diversen Praxen rausflog - ohne Maske keine Behandlung. In einer Praxis galt sogar 2G.

Ich konnte aber doch nicht eine Maske für eine Stunde Gesprächstherapie beim Arzt aufsetzen, wenn ich de facto vom Maskentragen krank wurde! Und meinem Chef sagen, mit Maske kann ich nicht unterrichten, aber mit Maske zum Arzt gehen. Wie verlogen und inkonsequent wäre das gewesen.

Einmal durfte ich in die Praxis, um mir vom Nerven-FACHARZT sagen zu lassen, dass ich eine Anpassungsstörung hätte. Ich sollte mich gefälligst an die Maske gewöhnen, dann könnte ich auch wieder arbeiten gehen. In dieser Zeit ging es mir sehr schlecht, ich hatte Stressdurchfall, konnte kaum noch schlafen, hatte Magen- und Kopfschmerzen, Neuralgien, Sehstörungen, Herzrhythmusstörungen etc.

Mein Noch-Hausarzt ignorierte das und machte mir noch mehr Druck. Was sollte ich tun? Tatsächlich fand ich eine Ärztin, die meine Beschwerden ernst nahm und mich mit halbem Bankräubertuch in die Praxis ließ. Sie nahm Blut- und Stuhlproben und erschlug mich mit Diagnosen: Histaminpatientin, Nickelallergie (auch in der Nahrung), Leaky Gut, irgendeine Fehlbesiedelung im Dünndarm, Bauchspeicheldrüse würde nicht richtig arbeiten etc. Ich dachte, ohne diese C-Politik und ohne den Druck von meinem Hausarzt würde es mir eigentlich ganz gut gehen. Vielleicht hatte ich einen erneuten Borrelioseschub aufgrund des Stresses bzw. sind meine Eppstein-Barr-Viren durch den Stress getriggert worden. Aber laut der Laborergebnisse schliefen meine Borrelien und auch Eppstein-Barr... wer Anthony William gelesen hat, der weiß, dass das nichts zu sagen hat!

Ich fand eine neue Hausärztin, die endlich Ruhe in mein Leben brachte. Sie schickte mich nochmals zu einem Nervenarzt. Dieser Arzt war hinter seiner FFP2-Maske noch emphatisch und nahm seinen Hippokratischen Eid ernst. Er beruhigte mich erst Mal und ich merkte, dass er mich verstand. Er diagnostizierte eine soziale Angststörung, hervorgerufen durch die 2 Jahre Corona-Maßnahmen, Corona-Lockerdrama und die Diffamierung, Denunzierung, das Mobbing, die Ablehnung usw. Er empfahl mir eine online-Psychotherapie, die jetzt gerade auch begonnen hat.

Nun habe ich eine sehr nette Therapeutin, die mit mir gemeinsam versuchen wird, wieder Struktur in mein Leben zu bekommen.

Heute lebe ich viel in meinem Auto/ Wohnwagen und bin lieber draußen in der Natur zum Spazieren, Tanzen, Waldbaden, Meditieren, Wildpflanzensuchen & -essen und Videodrehen als dauernd in Wohnungen.

Borreliose

Die Wurzel: Wie kam es, dass Du Borreliose bekamst?

Jenni Auer: 2008 kam ich mit 5 Zeckenbissen von meiner integrativen Tanzfortbildung aus dem Westerwald nach Hause. Mein Heilpraktiker beruhigte mich und ich fuhr eine Woche später mit mei-

nen 2 Mädchen auf die Insel Krk nach Kroatien.

Kurz nach der Ankunft stand ich mit den Füßen im Mittelmeer und fühlte eine Veränderung in meinem rechten Fuß. Genau zwischen den ersten beiden Zehen nach dem großen Zeh hatte eine Woche vorher noch eine kleine schwarze Minizecke gesessen.

Meine Zehen verwandelten sich innerhalb kurzer Zeit in fast schwarze Mini-Würstchen und der stark geschwollene Fuß nahm auch diese Farbe an - nicht ganz bis zum Fußgelenk.

Ich wollte es von Anfang an ohne Schulmedizin schaffen und telefonierte mehrfach täglich mit meinem Heilpraktiker, da ich Schmerzen am ganzen Körper und Nackensteifigkeit hatte und nachts vor Schmerzen nicht schlafen und tagsüber kaum am Leben teilnehmen konnte. Meine Mädchen gingen einkaufen und versuchten mit der Situation klarzukommen.

Ich verlängerte den Aufenthalt und irgendwann schaffte mein Heilpraktiker es, dass ich wieder einen Schuh anziehen konnte - zum Autofahren brauchte ich das. Beim Packen merkte ich, dass die Entzündung in meinem Bein nach oben in die Leiste rutschte.

Nun hatte ich also einen dicken Fuß und Lähmungserscheinungen im rechten Bein und noch mehr Schmerzen! Ich fuhr unter wirklich höllischen Schmerzen die 1300 km nach Hause.

Alt- und Neuinfektion mit Borrelien

Mein Heilpraktiker schickte mich zum Blutabnehmen zum Arzt und der diagnostizierte eine Alt- und Neuinfektion mit Borrelien.

Nun wusste ich wenigstens, warum ich schon seit Jahrzehnten mit diversen Symptomen wie Herzrhythmus- & Sehstörungen, Gelenk- & Nervenschmerzen, bleierne Müdigkeit usw. zu tun hatte.

Ich machte erst mal klassisch homöopathisch mit meinem Heilpraktiker weiter. Seit 2003 hatte ich schon den Industriezucker und das Weißmehl aus meiner Küche verbannt, aß schon sehr viel Rohkost, aber immer noch viel zu viele Vollkornprodukte nach Dr. Bruker.

Irgendwann versuchte ich die Kardenkur (Wolf-Dieter Storl) mit dem Ergebnis, dass mein Heilpraktiker mich wieder herstellen musste. Die Herxheimer Reaktion¹ hatte bei mir heftigst zugeschlagen, hieß es.

Heute sage ich: Es ist mir völlig egal, ob es Viren, Borrelien, Spirochäten, Bakterien, Würmer oder Aliens sind! Irgendetwas macht meinem Körper zu schaffen. Greife ich es an, versuche es mit allen Mitteln loszuwerden, und zwar am besten mit Überdosierungen, dann geht es gewaltig nach hinten los! Mache ich nichts, ist es auch schlecht!

Also versuche ich so gut wie möglich, mich zu entstressen und nur das zu essen, was mir hilft. Ich bin auch nicht mehr so dogmatisch wie in meinen 100%-Rohkosttagen. Das ist auch krankmachend!

2012 begann ich dann mit der veganen Rohkost. Ich hatte gelesen, dass es in der Rohkost-Szene viele Erfolgsgeschichten gab, was Borreliose anging. Auch konnten einige mit der Rohkost-Ernährung ihre Brille wieder absetzen. Ich war hochmotiviert.

Barfußlaufen

Gleichzeitig entsorgte ich meine Schuhe und lief nur noch barfuß oder mit Minimalschuhen/Barfußsocken. Ich war auf einmal fit wie ein Turnschuh und rannte mit meinem Hund stundenlang durch den Wald. Es war ein Höhenflug der besonderen Art. Leider hielt dieses Gefühl nicht lange an. Die Symptomatik holte mich wieder ein. Hinzu kam, dass ich auch noch viel zu viel abnahm: < 50 kg bei 170 cm!

Nach fast 6 Jahren Barfuß-/Minimalschuhlaufen bekam ich eine

¹Spezielle Reaktion auf Bakteriengifte

Halsschmerzen & dicke Lymphknoten durch Maske

Danach konnte ich nicht mehr sprechen, hatte Halsschmerzen, Husten und dicke Lymphknoten. Am 28.08.2020, nach meinem letzten Tanzkurs abends um 22 Uhr, war ich dann so krank, dass ich mich leider gegen Berlin (Demo am 29.08.2020) entschied. Ich ging am Montag zu meinem Hausarzt, den ich seit 2009 nicht mehr aufgesucht hatte. Er stellte mir sofort ein Attest aus und verbot mir fast, eine Maske zu tragen!

Impfunfähigkeitsbescheinigung

Gleichzeitig besprach ich mit ihm meine Impfunfähigkeit. Ich hatte schon immer Allergien, die Alt- und Neu-Borreliose mit Lähmungserscheinungen im rechten Bein, Neuralgien und 3 anaphylaktische Schocks - das reichte für meine Impfunfähigkeitsbescheinigung. Nach zwei Jahren omnivorer Rohkost (mit Rohmilchprodukten) waren nämlich meine Allergien so was von heftig wiedergekommen, schlimmer als vorher. Und die anaphylaktischen Schocks kamen immer im Januar, in den anderen Monaten, seit der Ernährung nach Anthony William, ging es mir eigentlich gut.

¹Jekits ist ein Tanzangebot von Musikschulen an den Grundschulen

Anzeige


<p>Alt werden - gesund bleiben</p> <p>Manfred Bruer</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Das Buch für alle, die alt werden, aber gesund und vital bleiben wollen. • „Mit Siebzig spürte ich die Beschwerden des Alters. Heute mit Vierundneunzig fühle ich mich gesünder und vitaler als damals mit Siebzig“. Ein ganzes Kapitel ist dem Mann gewidmet, der diese Aussage gemacht hat. • Allein 50 Seiten wurden den Altersbeschwerden und ihrer natürlichen Heilung gewidmet. <p>180 Seiten, 23 EUR. Zu bestellen bei Manfred Bruer, Postfach Nr. 1164, 65219 Taunusstein, Tel. 06128-9526-0 oder unter www.manfred-bruer.de</p>
---	--



Foto oben v. links.: Alex Skirde, Sven Rohark, Jenni Auer

Ich habe Zeit!

Früher war ich komplett gegen Nahrungsergänzungsmittel und dachte, dass eine frische rohköstliche Ernährung mit viel Grün in Form von Wildpflanzen und Salat ausreichen müsste. Dann kamen

Jahre der Supplementierung nach Anthony William. In denen ging es mir wirklich viel besser. Heute nehme ich wieder Micro C, Zink, mal Vitamin D, B12 und Clean Slate wie oben beschrieben. Trinke mein Zitronenwasser und wenn ich meinen Angel Juicer nutzen kann, auch Selleriesaft. Esse viel Obst, Wildpflanzen, Salat und abends was Gedämpftes/Gekochtes wie (Süß-)Kartoffeln, Gemüse - wenig Salz, kaum Fett, AW-konform.

Die Wurzel: Durch welche Maßnahmen hat sich Deine Borreliose wieder verbessert?

Jenni Auer: Ich habe fast alles innerhalb der Rohkostlinien versucht. Viel Obst, gar kein Obst, fettreich, fettarm, auch tierische Produkte, rohe Milchprodukte, viel Grün, Smoothies, Säfte.

Was mir dann wirklich geholfen hat, jedenfalls bis zur Corona-Zeit, waren die Tipps von Anthony William. Wobei ich auch heute den Dauerselleriesaftkonsum etwas in Frage stelle, denn ich bekam nach ca. 2 Jahren auf einmal wieder Sonnenbrand und eine Sonnenempfindlichkeit, die ich mit der Rohkost lange vorher abgelegt hatte.

Stress- und adrenalinsüchtig

Und hinzu kommt, dass heute mein Budget für all die Nahrungsergänzungsmittel, Superfoods und Bio-Produkte einfach zu klein ist. Trotzdem halte ich mich an seine Nofoods und setze viele von seinen Tipps weiterhin um. Mit dem Buch *Mediale Medizin* entdeckte ich, dass STRESS wahrscheinlich mein schlimmster Feind ist.

Vor der Coronazeit verließ ich das Haus morgens um 8 Uhr, fuhr von Tanzkurs zu Tanzkurs und kam zwischen 20 und 1 Uhr wieder zurück.

Jetzt kann ich meine Gesundheit ganzheitlich unterstützen, einfach mal nur sein, ich habe Zeit!

Mit 19 Jahren hatte ich Pfeiffersches Drüsenfieber, die Eppstein-Barr-Krankheit, und mit 16 Jahren Windpocken, also Herpes-Viren.

Und ich glaube mittlerweile, dass alles den Eppstein-Barr-Virus triggert: Zeckenbiss, Mückenstich, Prellungen, Grippe, Corona, Kinderkrankheiten, Durchzug usw.

Akute Reaktionen auf Geimpfte

Ich hatte mittlerweile bei mir Veränderungen bemerkt. Ich schien auch auf geimpfte Menschen zu reagieren und zwar mit noch stärkeren Kopfschmerzen und Neuralgien, als ich sowieso schon hatte.

Im Sommer 2021 hatte ich das erste Mal einen Drehschwindelanfall, nachdem ich täglich mit Geimpften oder Menschen mit frisch geimpften Angehörigen zu tun hatte.

Raus aus dem Hamsterrad!

Wie komme ich jetzt raus aus dem Hamsterrad? Ich fing an, zu minimalisieren, weg von Konsum und Mainstream, hin zu bewusstem Leben, Natur, Liebe, Freiheit und ZEIT.

Wie gesagt, ich lebe jetzt im Auto/Wohnwagen und neue und alte Freunde bieten mir ihre Hilfe an. Es ist überwältigend. Und nur wenige verstehen, dass ich gerne im Auto/Wohnwagen lebe. Denn ich hatte schon vor Corona den Traum auszusteigen: Reisemobil, Wohnwagen, Tinyhouse etc. Am liebsten Reisemobil und einfach losfahren.

Leben im Reisemobil...

Es scheiterte nicht allein am Geld. Nun hat er sich irgendwie erfüllt. Immer schön aufpassen, was du dir wünschst! Ich hatte mir so oft Zeit gewünscht, um in der Natur zu tanzen.

Die Wurzel: Wie bist Du auf die Vitalkost gestoßen?

Jenni Auer: 2012 besuchte ich das erste Mal die Rohvolution in Mülheim und fand rohkostorientierte, gleichgesinnte Menschen und die kleine Gruppe „Essener Rohkosttreffen“ und schloss mich ihr an. Leider löste sich diese Gruppe aber ziemlich schnell auf. Ich half sie wieder aufzubauen und am Ende organisierte ich über Jahre das „Essener Rohkosttreffen“ und auch diverse Wanderungen. Ich lernte meine Rohkost mit Wildpflanzen zu bereichern.

2016 dann der Wechsel auf omnivor, was mir viel Ablehnung innerhalb der Rohkostszene einbrachte. Von meist 40 Teilnehmern schrumpfte die Beteiligung auf 10 bis 20.

Heute esse ich viel Obst, Blattgrün, Wildpflanzen, auf jeden Fall alles roh. Selten, dass ich vor 17 Uhr mal was Gekochtes esse. Ich versuche alle 1,5 bis 2 Stunden etwas zu essen.

Gibt mir mein Körper das Signal durch Durchfall oder Übelkeit, dass etwas nicht passt, dann gehe ich auch in den Fastenmodus. Ansonsten stresst mich Fasten zu sehr. Bei 170 cm und knapp 52 kg (wenn ich Glück habe), ist mir der Weg von Anthony William auch viel sympathischer! Ich esse viele Datteln, freue mich über Feigen, liebe Durian, die selten bis gar nicht auf meinem Speiseplan stehen, weil sie preislich jenseits von Gut und Böse liegen.

Dafür liebe ich mittlerweile unsere hiesigen Obstangebote, wie Äpfel, Birnen, Pflaumen, Felsenbirnen, Wildkirschen, Hagebutten usw. Im Sommer esse ich oft ausschließlich Rohkost, ansonsten gerne abends Gedämpftes oder Gekochtes. Je nach Budget würde ich aber jederzeit wieder in die reine Rohkost gehen. Alles OHNE DOGMA!

Ein gesunder Körper kann mit vielem umgehen, auch mit Stress oder ungesunden Ausnahmen. Es ist alles relativ im Leben und jeder is(s)t einfach anders!

Mit Nussy Raw, die das Essener Rohkosttreffen übernommen hat, habe ich jetzt meine kleine Rohkostfamilie gefunden.

Selbstversorgung durch Wildpflanzen

Heute fragen mich tatsächlich viele Menschen, ob ich ihnen zeigen kann, was sie draußen essen können, um satt zu werden.

Ich hatte zwar schon ein umfangreiches Wissen, was Wildpflanzen anging, konnte mein Wissen aber 2020 an der Heilpflanzenschule von Birgit Straka ausweiten und damit ein Diplom vorweisen, was für viele Menschen ein wichtiges Blatt Papier ist.

Ich sehe mich in der Natur, minimalistisch - wobei, mehr geht kaum. Bin ich unterwegs, lebe ich in meinem Auto. Mein Wohnwagen steht fest in Hessen. Dort bin ich am allerliebsten. Sollte das Leben in Deutschland für mich weiter möglich sein, könnte ich mir ein Leben in meinem Wohnwagen gut vorstellen. Ich könnte aber auch einfach auf Reisen gehen. Mein Berlingo ist völlig ausreichend dafür.

Vielleicht gehe ich auch einfach zu Fuß oder auf ein Segelschiff, um auszusteigen. Alles ist offen. Denn „Leben ist

das, was passiert, während du eifrig dabei bist, andere Pläne zu machen.“ (John Lennon)

Die Corona-Politik hat mir den nötigen Tritt verpasst, endlich ins TUN zu kommen.

Die Wurzel: Vielen Dank für das Interview. Wir wünschen Dir alles Gute.

Kontakt:
Jennifer Auer
 Tel: 0175-1515501
Jenni@jenni-auer.de
www.jenni-auer.de



Foto oben: Jenni mit einer Durian



Foto unten: Jenni (re.) mit ihrer Wandergruppe

Nervenendköpfchenentzündung in meinem linken Fuß!

Halte ich mich an ¹AW-konforme Ernährung und entstresse mich, ist meist alles gut. Es sei denn, ich tanze oder laufe zu viel auf Beton-/Parkettboden barfuß!

Meine Favoritenbücher damals waren *Willst Du gesund sein, vergiss den Kochtopf*² und *Rohkost statt Feuerkost*². Für mich waren die Tipps auf Dauer leider nicht so gut.

Zig Versuche, das Untergewicht auszugleichen

Dann begann ich viel Fett zu essen, weil ich so dünn war, was mir aber auch nicht guttat. Beim Wechsel von veganer auf omnivore Rohkost unterstützte mich damals Sven Rohark. Er empfahl mir, Rohmilch zu trinken. Das brachte mich tatsächlich weit nach vorne, was meine Konstitution anging. Ich nahm zu und wurde wieder etwas fitter! Er sagte damals: Rohmilch als Kur, für ein paar Wochen, dann aufhören! Ich ignorierte es. Sie tat so gut.

Dann aß ich Käse, als mein Körper die Milch ablehnte. Käse ging und machte noch satter. Fleisch aß ich auch, meistens Wildschwein oder Schaf. Was mir besonders auffiel: Mein Körpergeruch veränderte sich, nicht unangenehm, fand ich, aber anders. Meine Haare waren dauerfettig. Meine Haut war toll! Aber mein Gesamtzustand war eher eine Katastrophe!

Ich habe immer nur versucht, die Diagnose Alt- und Neuinfektion mit Borrelien mit alternativen Methoden in den Griff zu bekommen. Auch heute lehne ich Antibiotika ab und würde das auch rückwirkend genauso wieder machen! Die Kardentinktur hatte ich damals überdosiert! Ansonsten wäre sie vielleicht ganz gut für mich gewesen.

Nahrungsergänzungsmittel

Seit kurzem baue ich mir ein Standbein als Botschafterin der Produkte der Firma Root auf und nehme seit einigen Monaten deren Nahrungsergänzungsmittel Clean Slate. Ich bin damit tatsächlich sehr zufrieden! Es unterstützt mein Bemühen, meine alten und neuen Beschwerden loszuwerden, auszuleiten und schützt mich vor weiteren neumodischen Angriffen! Und es unterstützt meine mentale Stärke! Aufgrund meiner Hochsensibilität nehme ich nicht mehr als 1 Tropfen auf 1 Liter Wasser pro Tag.

¹AW = Anthony William (seine 2 neusten Bücher findest Du auf Seite 35)

²Buch ist vergriffen. Dafür findest Du sein Nachfolgewerk „Rohkost statt Feuerkost“ im Webshop: www.die-wurzel-shop.de

Anzeige

Die Pioniere auf dem Gebiet der Naturenergie.

- ▶ Schutz vor 5G, Wasseradern, EMF
- ▶ Lebensmittelqualität verbessern
- ▶ Quellwasser aus dem Wasserhahn

Siehe Interview in dieser Wurzel.

www.pen-yang.de