



Homöopathie, Naturheilkunde, Mindset & Co.:

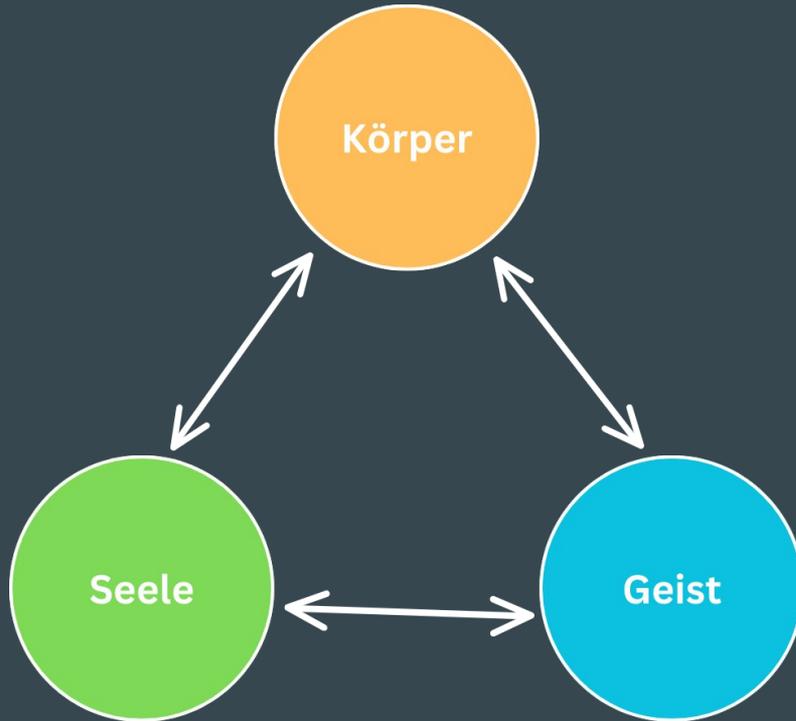
Clean & light – be free!
Detox für Körper, Geist & Seele.



Für ein Leben in Gesundheit, Leichtigkeit & Befreit-SEIN!

Gabi Schörk, Heilpraktikerin
Dr. Nicole Kikillus, Glücksknirpse

Der Loop: Körper - Geist - Seele



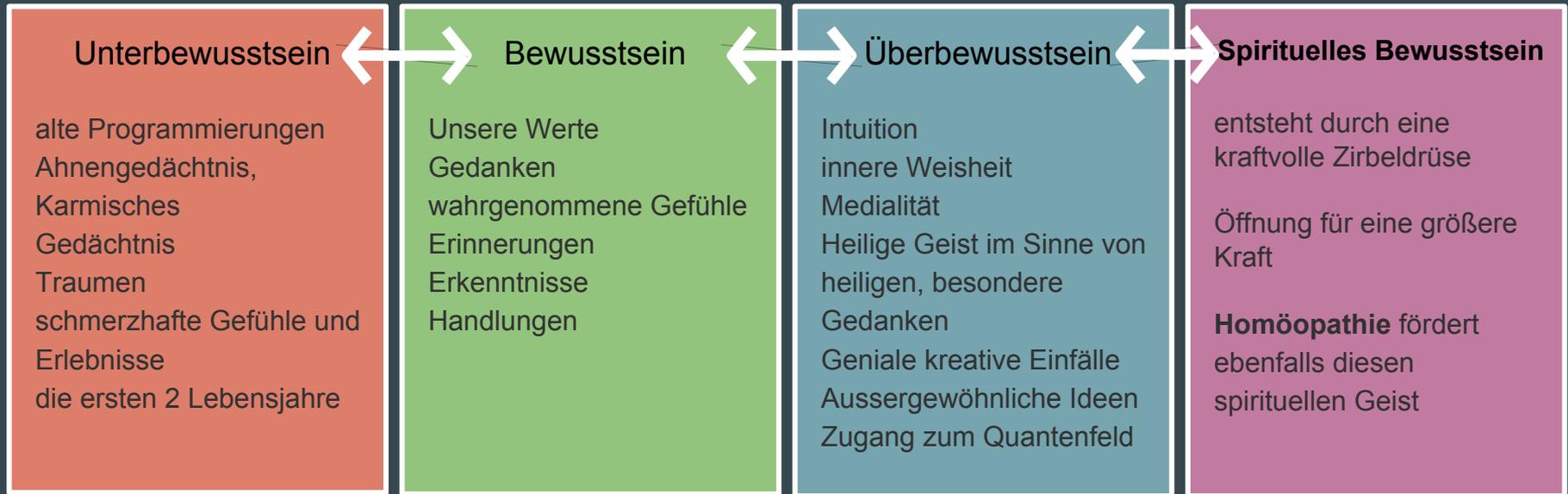
Nachhaltigkeit und Heilung
funktioniert nur

wenn wir allen
3 Ebenen

Beachtung,
Bewusstsein und
Fürsorge

schenken

Der homöopathische Weg um nachhaltig und in der Tiefe heilen zu können



Zirbeldrüse

Organ des Über-Bewusstseins, der Intuition und Wahrheitsfindung

- **Mögliche Ursachen:**

- Kein natürliche Lebensrhythmus
- Mangelndes **Sonnenlicht**
- Unzureichende **Nachtruhe**
- **Hohe Belastung mit Toxinen**
- **Fluorid** (Salz, Wasser, Zahncremes)
- Impfungen, Hormone, Quecksilber, Koffein, Tabak, Alkohol und raffinierter Zucker
- **Strahlungsfelder**



Zirbeldrüse

Organ des Über-Bewusstseins, der Intuition und Wahrheitsfindung

- **Aktivierung der Zirbeldrüse:**

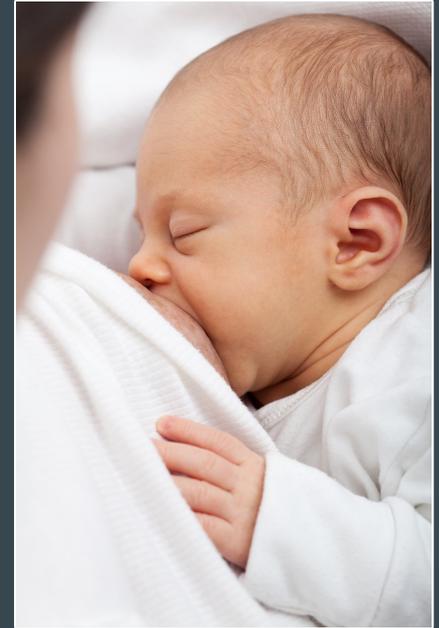
- Kein Fluorid!
- Regelmäßige **Entgiftung des Körpers**
- **Leber** entlasten + regelmäßige Leberreinigung
- **Schwermetalle** ausleiten mit Chlorella
- Täglich ausreichend **gutes Wasser** trinken
- **Neroli-Öl** einatmen
- Mind. 15 min täglich in die **Sonne**
- **Singen**
- Meditation: Tief und bewusst atmen: **Konzentration auf das sog. 3. Auge**
- **Bergkristall**



Colostrum

Erstmilch / Vormilch

- **stärkste hom. akut Beruhigungsmittel** nach **emotionalen** und **seelischen Überforderungen** und **Schocks**
- enthält **Endorphine** -> das Leben wird schmackhaft gemacht, um **Geburtsstress, Schmerzen zu vergessen**, zu verarbeiten
- enthält viele **Immunglobuline**, um das **Abwehrssystem** des Neugeborenen zu **stärken**
- Booster für den Start
- Colostrum ist ein **Lebensquell** für Mensch und Säugetier
- Einzigartiges Füllhorn, das alle Säugetiere bekommen.



Colostrum

Erstmilch / Vormilch

- Stress, um den **Bauchnabel** spürbar ist.
- Hilft bei Verdauungsproblemen
- Hilft bei **Immunsystemthemen**, die durch **seelische Herausforderungen** & Überforderungen entstehen
- Es bringt uns **in die Mitte**, raus aus dem inneren Stress.
- **Beruhigt das innere Kind**, wenn es in Not ist.
- Keine direkte Todesangst, sondern: Man hat was Anstrengendes, Herausforderndes erlebt & **steht** jetzt **neben sich**, ist aus seiner Mitte, kann **nicht mehr klar denken**
- Ergänzend zu Lac Humanum oder Streptococcinum
- **Empfehlung für Schwangere**: nach Geburt aus **eigenem Colostrum eine Nosode** für Dich und deine Kinder **herstellen** lassen.

DD Aconit

Bei Aconit geht es innerlich oder **konkret um Leben und Tod**
Verletzungen, Unfälle, schwere Diagnosen (sagt die Todesstunde voraus)
Es geht um die Angst, das Leben verlieren zu können.

Neroli-Öl

Ätherisches Öl aus den Blüten der Bitterorange

- **Entspannend** und **anregend** für die Psyche
- Stress- und angstlösend
- Schmerzlindernd und magenberuhigend
- Antibakteriell und entzündungshemmend
- **Antidepressivum** (ähnlich wie RESCUE REMEDY)
- Wunderbares Mittel gegen **Angst**, **Schockzustand**, **Depressionen** und gehört zu den natürlichen **Tranquilizern**
- Duft dringt tief ein, stabilisiert und baut auf, entspannend und anregend
- **stärkt die Kraft der Zirbeldrüse** und reinigt sie



Svetlana Zhukova / Shutterstock.com

Der Bergkristall - Stein für die Zirbeldrüse

Klarheit, Ordnung, Gleichgewicht

- makellose Bergkristall ist ein sogenannter Master Healer, ein **Stein der Macht**
- einer der **wichtigsten und mächtigsten Edelsteine**
- Er wirkt **harmonisierend**, **gleicht Energien aus** und ist bekannt aus **spirituellen** und **schamanischen Ritualen**.
- Schon Ägypter, Römer, Maya oder Kelten nutzten den Bergkristall, um z.B. negative Energien zu vertreiben.
- **Entstehung**: Wenn sich fremdstofffreies **Siliciumdioxid** abkühlt und kristallisiert



Der Bergkristall - Stein für die Zirbeldrüse

Klarheit, Ordnung, Gleichgewicht

- **Wirkung & Bedeutung:**
 - ebnet den Weg zu einem **höheren Bewusstsein**
 - erhöht die **Selbstwahrnehmung** und **lindert seelisches Leiden**, das durch eigene, innere Zwänge entstanden ist.
 - Stein für das **Kronenchakra**
 - unterstützt die **Zirbeldrüse** durch seine Transparenz
 - steht ebenfalls für **Offenheit** und eine **verbesserte Wahrnehmung** gegenüber anderer Menschen



Der Bergkristall - Stein für die Zirbeldrüse

Als Vermittler, als Medium

- **Als Speichermedium für Informationen**
 - kann Informationen abspeichern, transportieren und übermitteln.
 - besitzt die Fähigkeit, die **innere Wahrheit zu stärken** und die **Einflüsse von außen zeitgleich zu schwächen**, ohne diese vollständig auszublenden.
 - Träger des Bergkristalls kann sich **bewusst abgrenzen** und die **eigenen, intuitiven Wünsche besser wahrnehmen**.



Der Bergkristall - Stein für die Zirbeldrüse

Klarheit, Ordnung, Gleichgewicht

- **Optimaler Begleiter für Meditationen und spirituelle Rituale**
- Fördert die Konzentration, Achtsamkeit und stärkt das Gedächtnis
- Als Kette tragen: die Spitze des Edelsteins zeigt nach unten und liegt ungefähr auf Höhe des Solar Plexus.



Tipp: Bergkristallwasser eignet sich hervorragend zum Trinken. Den Heilstein einfach mit Wasser in eine Karaffe legen und von den wunderbaren Eigenschaften des Kristalls beim Trinken profitieren.

Silicea

Kieselsäure - Ausleitungsmittel als Kombination mit Okoubaka

- **Ausleitung** von **Impfungen** & **Fremdkörpern** wie Splitter, Spike Proteine
- Wenn sich nach Impfung Symptome zeigen wie Kopfschmerzen oder seitdem immer wieder auftreten
- **Immunsystemstörungen** nach Impfungen
- **Wundheilungsstörungen**
- Erkältungskrankheiten (verschleimter Husten)
- **Verschleimung der Nebenhöhlen**
- **Haut, Haare, Nägel, schwach/brüchige Zähne**
- **Saure Schweiß** (durch Übersäuerung)
- Silicea hilft Dir **überflüssiges**, ungesundes **loszuwerden**. Es bringt die Reinigungsorgane wie **Leber, Darm und Niere in Schwung**.

Einnahmeempfehlung

- Als Schüssler Salz (Nr. 11) und/oder homöopathisch
- Als **3 Wochen** Schüssler-Salz-**Kur** in der D6 oder D12, täglich **3x3 Tabletten**
- Bei Impfschäden, chron. Verschleimungen, Immunsystemstörungen: **1 x die Woche 3 Globuli in C200**



Übung: Stimmige Entscheidungen treffen

Überprüfung durch die 3 Chakren

Solarplexus (Bauchraum)	Herzchakra (Brust/Lunge)	Kehlkopfchakra (Hals)
<p>positiv: Entspannung, freudiges Kribbeln, Weite, Geräusche, Verkrampfung löst sich, leicht aufgeregtes kribbelndes freudiges Gefühl</p> <p>negativ: Anspannung, Verkrampfung, Enge, Druck, Schmerzverstärkung</p>	<p>positiv: Gefühl von Liebe, Weite, Öffnung, besser durchatmen können, mehr Luft kriegen</p> <p>negativ: Gefühl von Enge, Druck, Zusammenschnürung, erstickend, schlechter atmen können, Verhärtung</p>	<p>positiv: Knoten oder Kloßgefühl löst sich, Enge und Druck werden weniger oder lösen sich auf, Impuls etwas zu sagen, etwas mitzuteilen, auszudrücken</p> <p>negativ: Kloßgefühl, Knoten, Enge, Erstickungsgefühl, Würgegefühl, Impuls etwas runter zu schlucken, zu verstummen, Gefühl sprachlos zu sein</p>

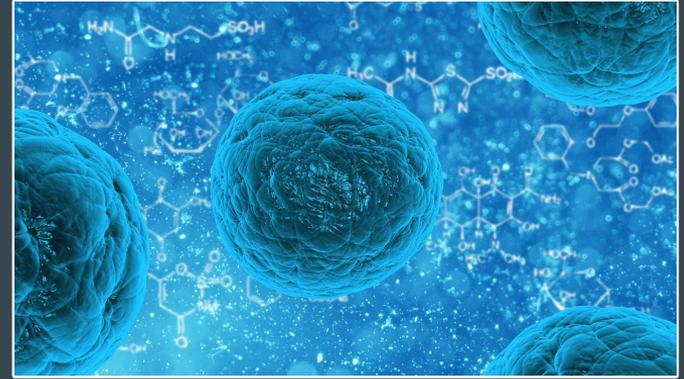
Stammzellennosode

- **Lernfähigkeit der Stammzellen**
- Jede dauerhafte Veränderung unserer Reaktionen läuft über eine epigenetische Veränderung der Stammzellen.
- **Stammzellen im Knochenmark sind übergeordnete Lernzentralen** - mit dem Gelernten unseren Organismus reguliert und Evolution vorantreibt. Evolution findet vor allem im Bindegewebe statt.
- Sie übernehmen wichtige Regeneration und Reperaturmechanismen, können sich erneuern und sich teilen und eine Kopie mit den gleichen Eigenschaften hervorbringen. Verletzte oder kranke Zellen werden so ersetzt



Stammzellennosode

- Bindegewebe: Sitz unseres Unterbewusstseins
- Bindegewebe ist DAS Organ des Immunsystems (Knochen & Knochenmark gehören dazu)
- Vermutlich sammeln + verarbeiten Gehirn & gesamtes Nervensystem Informationen, um sie an das Immunsystem weiterzugeben
- **Infektion = erfolgreiche Integration eines Keims über die Stammzellen**
- Keime müssen ständig vom Immunsystem integriert werden.
- **Infektion ist die Integration eines Keimes und nicht seine Bekämpfung.** (Kinderkrankheiten)



Stammzellennosode

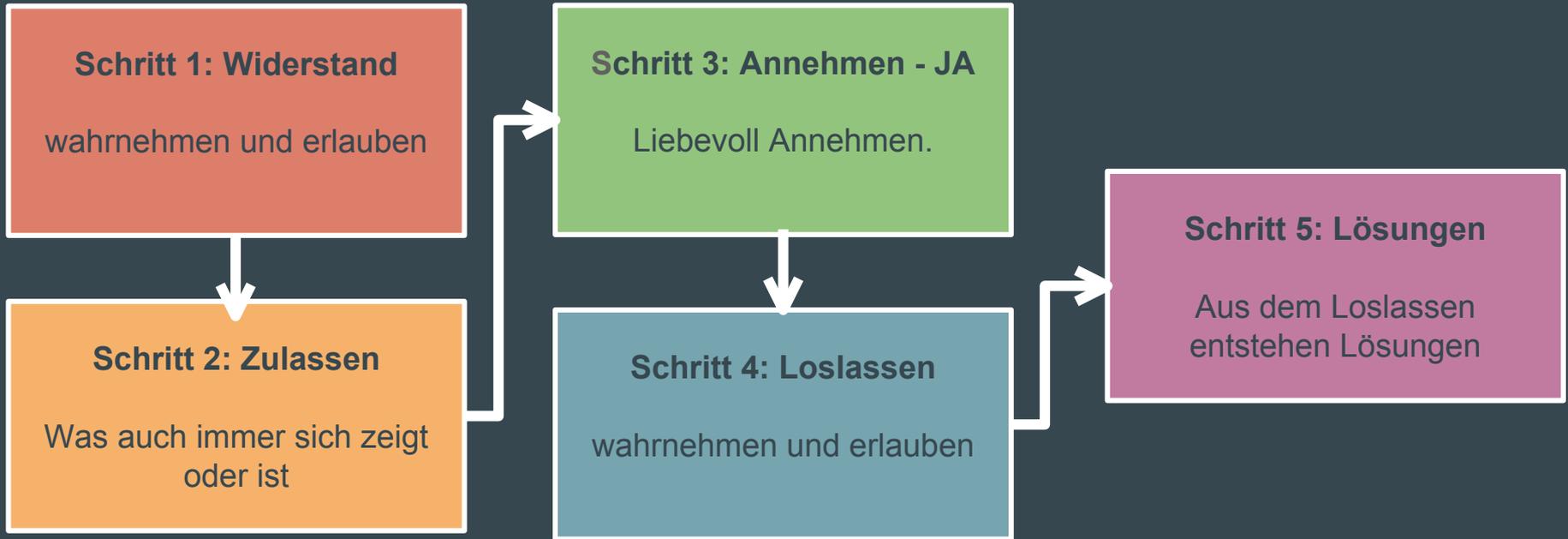
- **Integration kann scheitern** (z.B. Durch Impfung)
- Mit Homöopathie: Versuch eine missglückte Integration nachzuholen
- **Frequenzakkord** basieren auf Keim + Impfung
- Frequenzakkord beinhaltet 25 Einzelpotenzen (C6,C,7, ...C30)
- **Komplexakkord** besteht aus einzelnen Frequenzakkorden
- **Anwendung der Akkorde:** 2x täglich einen Sprühstoß in eine Nasenseite oder Rachen.
- Komplexakkord Stammzellen



Bezugsquelle

www.sophiaviva.de
5% Rabatt mit Code gluecksknirpse

Übung: Gesundes Loslassen



7 Erfolgs- Gesetze für dein Wohlfühlgewicht

Und warum Diäten nie funktionieren

1.

Gesetz der Freude

Am Lernen & Experimentieren
Vertrau deinem Körpergefühl

Bsp: Ist Kaffee schlecht? Probier
es aus. Morgens? Mtttags? Welche
Milch?

2.

Gesetz des Adaptierens

Anpassen & Verändern

Jahreszeiten (z.B. Sommer:
Salat, Winter: Suppe), Gewicht,
Alter

3.

Gesetz des Ausgleichs

80/20 Regel

80% "gesund"
5-20% Genuss pur

4.

Gesetz: "Die Dosis macht das Gift"

BioKaffee ohne Zucker mit Genuss
oder
3 mal täglich Kaffee mit weißem
Zucker To Go

5.

Gesetz des homöopathischen Prinzips der Einzigartigkeit

Was für Dich gut ist, muss für mich nicht gut
sein

z.B. Obst

6.

Gesetz von Genuss & Freiheit

Kasteie dich niemals

7.

Gesetz von Struktur & Ordnung

Individuell angepasst

Anleitungen, Angaben
Regelmäßigkeit (z.B. Lusttag)
Kann Sicherheit und Kraft geben

Gabis Ernährung

- **Basis:** zu **90 Prozent Trennkost** mit **sehr wenig Gluten** (Brot); Brot macht Bauchfett, Tier und Milchprodukte in größeren Mengen übersäuern
- **Sehr viel Salat, Gemüse, Kräuter**
- **Kein rohes Obst** (tut Gabi nicht gut); selten gedünstetes Obst
- **Tägliches Intervallfasten** - Verzicht macht stark
- **4 Stunden Abstand** zwischen den Mahlzeiten
- Ausgleichend 1-2 mal im Jahr **Basenfasten**
- 1-2 mal im Jahr **Leberreinigung**
- Täglich gutes **Wasser 2 Liter !!!**
- **10 Prozent Pippi Langstrumpf: Genuss**



Wildkräuter für die Frühlingskur

Löwenzahn, Giersch, Brennessel

Löwenzahn

- Gut für **Leber**, **Galle** und **Niere**
- Reich an Vitamin C, Beta Karotin, Kalzium, Kalium, Eisen und Magnesium
- Positive Wirkung auf die **Verdauung**: **Bitterstoffe**, Förderung des **Gallenflusses**
- **Unreine Haut**



Wildkräuter für die Frühlingskur

Löwenzahn

Löwenzahn-Tee - blutreinigend, Milz stärkend

(Hautreinigend, bei Shedding + Impfschäden aufgrund von Spikeproteinen)

Frisch gesammelte Blätter oder auch die ganze Pflanze zerkleinern, mit kaltem Wasser ansetzen. Zum Kochen bringen und anschließend 10-15 Minuten ziehen lassen.

- Wirkung von Löwenzahn wird wissenschaftlich untersucht:
 - **Entgiftende, Leber-stärkende Wirkung**
 - Scheint für Krebstherapie geeignet
 - **UV-B abwehrende Komponente** (Sonnenöl oder Löwenzahn-Salbe)



Wildkräuter für die Frühlingskur

Giersch - Entsäuerung

- Reich an Vitamin C, Beta-Carotin, Vitamin A, Calcium, Magnesium, Kalium, Eisen und Zink.
- wirkt harntreibend, antibakteriell, **entzündungshemmend**, antifungal, entkrampfend und **entsäuernd**
- Regt **Verdauung** an, unterstützt, **Schadstoffe auszuschwemmen**
- Hilft bei:
 - Verdauungsproblemen, Durchfall
 - Erkältungen, Husten Schnupfen
 - bei Hautleiden wie Insektenstichen, Sonnenbrand, Verletzungen, Ausschlag, Verbrennungen oder Verspannungen.



Wildkräuter für die Frühlingskur

Giersch - Entsäuerung

- Giersch **ernten**: April/ Mai die kleinen Blätter. Kann das ganze Jahr über geerntet werden
- Nicht mit **Riesen-Bärenklau verwechseln!** (App oder Buch zur Bestimmung!)
- Frisch verarbeiten oder trocknen
- Giersch-Pesto, Smoothie oder Giersch-Quark



Wildkräuter für die Frühlingskur

Brennessel - Nierenkraft & Blutreinigung

- Reich an: **Kalium, Eisen, Magnesium** und **Vitamin C** -> verbessert Stoffwechsel
- Harntreibend -> **Nieren** werden zur **Reinigung** angeregt
- Kaffeoylähfelsäure + der Anteil an ungesättigten Fettsäuren sorgen für eine **schmerzlindernde** und **entzündungshemmende Wirkung**
- Bei Arthrose, Arthritis, Prostatabeschwerden, Blasenprobleme sowie entzündliche Darmerkrankungen
- Vorbeugung von Nieren- und Blasensteinen



Brennessel - die Königin der Wildpflanzen

Wildkräuter für die Frühlingskur

Brennessel - Nierenkraft & Blutreinigung

- **Stärkt das Immunsystem**
- Hilfreich auch bei **Hautproblemen**
- Samen der Brennessel lassen sich als **Vitalitätstonikum** einsetzen
- Brennessel hat **viel Histamin**
- Frisch verarbeiten oder Trocknen
- Tee, Smoothie, Brennessel-Spinat.
- Brennesseltee **entschlackt stark**, was zur Austrocknung führen kann. Ausreichend Wasser trinken!



Larus argentatus

Silbermöwe

- Erstes **Vogelmittel** (von Wilfried Fink geprüft)
- Thema: **Freiheit**
- Heißhunger Gefühle, **Heißhunger-Attacken**, Fress-Gelage, **keine Fressbremse** mehr
- **Fettleibigkeit**
- **Heilung:**
 - Freiraum
 - Respekt
 - Lebenssinn
 - Seele braucht Nahrung
 - Gier & Neid auflösen



Larus argentatus

Silbermöwe

Einnahmeempfehlung:

- Täglich morgens drei Globuli in der **Q6 Potenz**
- Bei Heißhunger Attacken: Stell **Globuli neben Deinen Kühlschrank** und hänge Dir eine Postkarte mit einer **verfressene Möwe** auf Deinen Kühlschrank.
- Falls viele Heißhunger-Attacken, falls es sehr schwer fällt: Löse **3 Globuli in einer Flasche Wasser** auf und trinke **schluckweise über den Tag** verteilt



Flotsam / Shutterstock.com

Bezugsquelle für Q6 Potenz

www.homeocur.com

www.gudjons.com

Fucus vesiculosus

Blasentang; Braunalge

- Reich an **Mineralstoffen**
- Erfolgreich eingesetzt bei **Gewichtsreduzierung**
- Fucus vesiculosus hat zahlreiche **lipophile Fasern**, welche die **Fette im Körper binden** kann.
- Als **NEM, Globuli, Tee**
- **Tee vor den Mahlzeiten**: eingelagerte Fettzellen im Körper verbrennen besser + Giftstoffe lassen sich leichter aus dem Körper schwemmen



Fucus vesiculosus

Blasentang; Braunalge

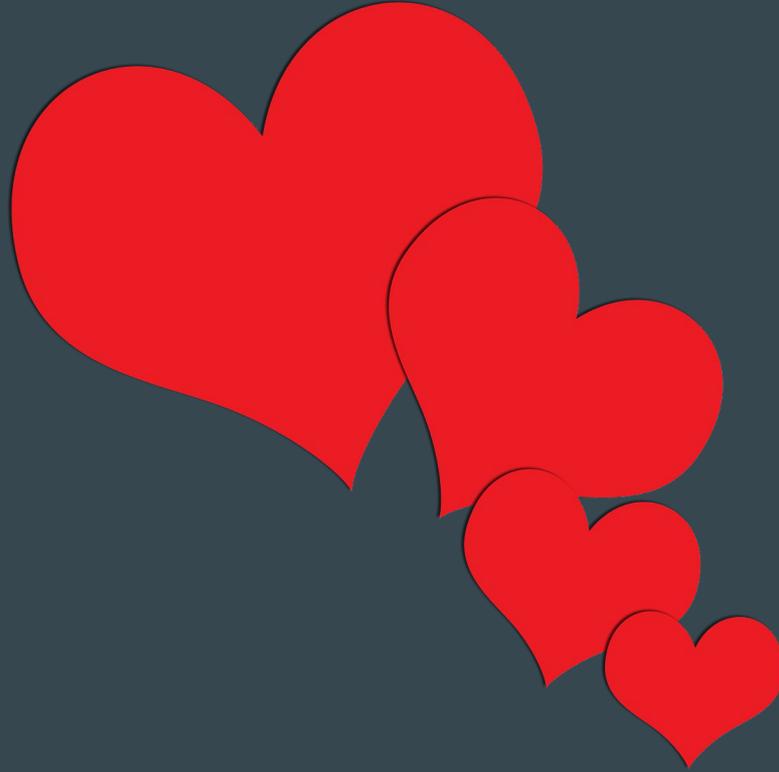
- **Leicht abführende Wirkung**
- **Dosierung** bei Adipositas: Fucus vesiculosus in D1; dreimal täglich 10-20 Tropfen
- **NICHT für Schwangere** und **Menschen mit Schilddrüsenüberfunktion**



Bezugsquelle

<https://www.natuerlichangleben.de/>

Übung: Herzöffnung



Zusammen weiter gehen?

Clean & light – be free!
Detox für Körper Geist & Seele.

Homöopathie, Naturheilkunde, Mindset & Co.: Dein Transformations- & Befreiungsprozess für ein Leben in Gesundheit, Leichtigkeit & Befreit-SEIN!

Clean & Light Kurs - 3 Säulen

- ★ Einzigartiges Detox-Konzept: Körper, Geist & Seele
- ★ Unterstütze Dich durch Homöopathie, Naturheilkunde & mentale Techniken
- ★ Transformations- und Befreiungsprozesse brauchen Zeit: 6 Monate begleiten wir Dich!

Kursbereich

- Jeden Monat neue Videos mit viel Hintergrundwissen
- >2h Videomaterial
- Schau, wann immer du Zeit hast
- Jeden Monat ein Skript
- Passende hom. Mittel

Live Begleitung

- 8 Live Online Treffen mit Gabi
- Innerhalb von 6 Monaten
- Übungen
- Fragen
- Immer wieder Motivationskick

Im Team gehts leichter

- Nie allein
- Telegram Gruppe
- Forum
- Buddy
- Verbundensein
- Gemeinsam
- Schwarmintelligenz

Clean & Light: 6 Monate

Monat 1: Die Transformation beginnt – das Fundament

- Bestimme Deine Laufrichtung
- Mache Deine Seele glücklich
- Flut an positiven Gefühlen
- Selbstfürsorge, Loslassen Vertrauen
- Geist & Leben aufräumen
- 7 Schritte Transformationsprozess

Monat 2: Detox von Geist & Emotionen + Abhängigkeiten & Süchte

- Ungesunde Verhaltensmuster und Unfreiheiten erkennen
- Suchtmuster durchbrechen
- homöopathische Sucht- und Abhängigkeitsarzneien

Monat 3: Detox des Körpers (Teil 1): Basics, Ernährung, Entsäuerung & mehr

- Darmgesundheit
- Ernährung aus hom. Sicht
- Wasser
- Entsäuerung
- Darmnosoden

Monat 4: Detox des Körpers (Teil 2): Starke Entgiftungs- und Ausleitungswerkzeuge

- Entgiftungs- und Ausleitungsprozesse
- Leber- und Nierenreinigung
- Parasiten & Mykosen

Monat 5: Detox des Körpers (Teil 3): Schwermetalle ausleiten + schwere miasmatische Belastungen

- Entgiftungserscheinunge
- Schwermetall-Prävention; 5G, Shedding
- Stötelers Methode

Monat 6: Forever Clean & Light

- Clean & Light -Körpergefühl stabilisieren & erhalten
- 12 neue Arzneien für Dein homöopathisches Repertoire

So läuft der Online Kurs ab

- ★ **6 Monate lang: jeden Monat neue Videos** > 2h Videomaterial
- ★ Begleitende Texte + **Skript** zum Ausdrucken
- ★ **Telegram** Gruppen + **Forum** + **Buddy**
- ★ **8 Live Online-Treffen** mit Gabi
- ★ Jeden Monat 1 toller Bonus (u.a. Andreas Tilch, Christel Ströbel u.a. :-)

Begrenzte Teilnehmerzahl
Anmeldeschluss: 28.03.2023

479€ statt 997€ / monatliche Ratenzahlung möglich (81,50€)

<https://www.homoeopathie-selbsthilfekurs.de/clean-and-light-be-free/>

Ich möchte mich von Herzen bei dir, Gabi bedanken. Du hast uns so gut geholfen und es ist immer wieder ein Wunder wie gut die Homöopathie wirkt und wir sie erfahren, weil sie durch deinen Kurs in unserem Leben Einzug genommen hat. Gabi, Kiki und Christian, ihr habt unser Leben verändert und dafür bin ich so sehr dankbar.
M. aus Österreich

Über 9000
glückliche
Teilnehmer

