# Gesunder Schlaf

*Die Auswirkungen von Elektrosmog und geopathischen Störfeldern auf unseren Schlaf und damit unsere Gesundheit werden immer stärker. In den letzten Jahren hat sich ein unübersichtlicher Markt für entsprechende Produkte entwickelt, deren Nutzen für den technischen Laien jedoch schwer nachzuvollziehen ist. Ich habe es mir daher nicht leicht gemacht und jahrelang den Markt beobachtet, bevor ich mich selbst für eine Lösung entschieden habe. Umso mehr habe ich mich gefreut, als ich 2018 auf den äußerst guten Blog von Sebastian Krüger gestoßen bin. Er ist selbst gesundheitlich betroffen gewesen und schreibt so, dass man es versteht. Er hat damals unser Haus baubiologisch untersucht und uns seine Entstörungsmodule von Biogeta zum Test hier gelassen – mit Geld-zurück-Garantie! Ich habe die Veränderungen sofort gespürt und will die Module seitdem nicht mehr missen. Daher habe ich ihn eingeladen, sein Wissen hier mit uns zu teilen.*

Liebe Leser von Natürliche-Therapie.de,

in diesem Artikel möchte ich über eines der fundamentalsten Dinge sprechen, die Sie tun können, um Ihrer Gesundheit – und der Ihrer Familie – etwas Gutes zu tun. Es ist im Grunde so elementar, logisch und vor allem ursächlich, dass wir es in der heutigen „symptomorientierten“ Zeit leider viel zu selten beachten – und wenn, dann aus einem völlig unzureichenden Blickwinkel.

Ich rede von unserer Schlafqualität – bzw. unserer Schlafsituation!

Sie werden jetzt vielleicht denken „Klar, logisch – wer nicht ausgeschlafen ist, ist nicht richtig fit und ständig müde“ … doch so einfach ist es nicht!

Im Schlaf finden die wichtigsten Regulationsprozesse des Körpers statt, welche die Grundlage – sprich das Fundament – für eine gute und nachhaltige Gesundheit bilden.

Unsere Zirbeldrüse produziert z.B. nachts das Hormon Melatonin, welches quasi als Chefhormon bezeichnet werden kann, da es den gesamten Hormonstoffwechsel – sprich das endokrine System – beeinflusst. Melatonin ist maßgeblich für die Zellregeneration verantwortlich und beeinflusst sogar den Zulauf zur Harnblase – so dass Bettnässen bei Kindern – und häufiges nächtliches zur Toilette gehen müssen bei Erwachsenen – oft mit einer gestörten Melatoninproduktion in Verbindung gebracht werden können.

Für unsere Gesundheit ist es ebenfalls sehr wichtig, dass unser vegetatives Nervensystem nachts in den Parasympathikus oder Vagotonus schaltet. Wird unser Körper jedoch nachts unter Stress gesetzt, schaltet er in den Sympathikus. Das ist quasi der Fluchtmodus, in dem der Körper darauf ausgelegt ist, einem Feind zu entfliehen, oder einen Gegner anzugreifen. Dazu produzieren die Nebennieren die Stresshormone Cortisol und Adrenalin, der Herzschlag wird erhöht, und sämtliche Regulationsprozesse werden unterbrochen oder verändert. Es geht dabei im Grunde einzig ums Überleben.

Cortisol ist in großen Mengen sogar hochtoxisch und durch einen dauerhaften sympathikotonen Zustand beginnt der Körper schnell zu übersäuern, wodurch der Grundstein für viele weitere Erkrankungen gesetzt wird. Denn Viren, Bakterien und auch Krebszellen lieben ein saures Milieu und können in einer basischen Umgebung nicht existieren.

Der deutsche Arzt Otto Warburg hat für diese Erkenntnis bereits 1931 den Medizin-Nobelpreis erhalten!

Wenn ich also von einem schlechten Schlaf spreche, dann meine ich damit vor allem, dass unsere nächtlichen Regulationsprozesse durch äußerliche Einflussfaktoren empfindlich gestört werden und den Körper in seinen natürlichen Prozesszyklen stören.

Und die bedeutendsten dieser äußerlichen Einflussfaktoren sind heute sicherlich Belastungen durch Elektrosmog, Mobilfunk und WLAN – aber auch durch geopathische Störzonen, sprich Erdstrahlen wie z.B. einer Wasserader, einer Verwerfung oder eines der Globalgitter-Netze.

Die Lösung sollte demnach nicht sein, regelmäßig Schlaftabletten zu nehmen, die den Körper quasi lähmen – so dass sein natürliches körpereigenes Alarmsystem ausgeschaltet wird – und er sich kampflos der auf ihn einwirkenden Belastungen hingibt (so wie es schulmedizinisch leider mit vielen Krebspatienten geschieht, die erst mit der Chemotherapie vergiftet und geschwächt werden und ihnen dann mit Morphium der letzte Lebenswille genommen wird) – sondern aktiv etwas dagegen zu tun – und sich und Ihre Familie zu schützen!

## Menschen sind Strahlenflüchter

Für die Generation meiner Großeltern war es noch selbstverständlich, einen Rutengänger kommen zu lassen, wenn jemand schlecht geschlafen hat oder häufig krank war. Jedenfalls bei uns auf dem Land. Und auch heute wissen noch viele ältere Landwirte, wie sich Wasseradern auf das Verhalten und die Gesundheit der Tiere und Pflanzen auswirken können.

Pferde reagieren z.B. besonders empfindlich auf Erdstrahlung und werden in belasteten Boxen häufig aggressiv und anfällig für Infekte. Oft kommt es dabei zu Atemwegserkrankungen, die dann nicht selten zum Tod führen. Kühe geben in belasteten Ställen keine oder weniger Milch – und Kälber sterben oft ohne ersichtlichen Grund.

Auch Pflanzen reagieren empfindlich auf natürliche Strahlungsfelder. Man kann das sehr gut an einer Apfelbaumplantage erkennen. Die meisten Bäume wachsen ökonomisch nach oben in Richtung Sonne. Doch ein paar Bäume wachsen immer sehr schräg oder verdrehen sich. Diese Bäume sind dann meistens auch recht mickrig und tragen weniger Äpfel, denn sie haben Stress und versuchen einer Störzone auszuweichen.

Der Apfelbaum ist genau wie der Mensch ein sogenannter Strahlenflüchter und versucht deshalb immer schädlichen Erdstrahlen-Zonen auszuweichen.

Auch wir versuchen das in unseren Betten. Sofern das möglich ist jedenfalls. Bei

Kindern geht das aufgrund ihrer Größe noch recht gut. Sie verdrehen sich dann im Bett und wachen an einer anderen Stelle auf, als an der sie eingeschlafen sind. Bei uns Erwachsenen ist das schon etwas schwieriger. Unser Körper reagiert dann häufig mit Verspannungen, da er versucht, der Störzone irgendwie auszuweichen, es aber aufgrund der Größe oft nicht möglich ist.

Wenn er nicht ausweichen kann, zehren wir meist langsam aus und werden anfällig für Infekte und Krankheiten, denn wir verlieren jede Nacht wichtige Lebensenergie und/oder unser Körper wird gestresst. Oft schlafen wir dann auch schlecht, träumen wirr, wachen häufig auf und müssen nachts zur Toilette … und irgendwann reißt das schwächste Glied der Kette.

Wer sich einmal näher mit dem Thema beschäftigt hat, versteht, dass es empfindliche Folgen für den Körper haben kann, wenn der Vagotonus (Parasympathikus) dauerhaft gestört wird. Ich persönlich vermute, dass dies eine der Erklärungen für das hohe Vorkommen von Krebserkrankungen in Verbindung mit durch Erdstrahlen belasteten Schlafplätzen ist.

Kennen Sie die Geschichte mit dem Elefanten im Raum, den keiner sieht?

So ähnlich sehe ich mittlerweile das Thema Erdstrahlung im Bezug auf die Gesundheit!

Alle reden heute von 5G, aber ich glaube ernsthaft, dass es kaum einen größeren Hebel für nachhaltige Gesundheit gibt, als einen störfreien Schlafplatz, und zwar frei von Elektrosmog UND Erdstrahlung!

Ich bin immer wieder fassungslos, zu sehen, wie wenig Ärzte über die Zusammenhänge von Erdstrahlung und Krankheiten in der heutigen Zeit Bescheid wissen und bin der Meinung, dass dies eigentlich fester Teil des Medizinstudiums sein müsste. Das gleiche gilt natürlich für Elektrosmog und Funk – sprich Mikrowellen.

Schon der große Arzt und Gelehrte Paracelsus schrieb im 16ten Jahrhundert:

„Der sicherste Weg, die Gesundheit zu ruinieren, ist ein krankes Bett!“

Und damals gab es weder Elektrosmog, noch Mobilfunk oder WLAN.

In meiner langjährigen Erfahrung im Bereich der Baubiologie und Bioenergetik –

mit über 1200 selbst durchgeführten baubiologischen Schlafplatzanalysen im gesamten deutschsprachigen Raum bei überwiegend kranken Menschen, sind mir 3 elementare Dinge klar geworden:

1. Ein guter Schlafplatz ist das Fundament (oder der Schlüssel zu guter Gesundheit) für nachhaltige Gesundheit
2. Die Hauptwurzeln von Krankheit sind meistens Stress und Energiemangel
3. Viele Krankheits-Symptome bessern sich deutlich, wenn eine gesundheitsförderliche Schlafsituation hergestellt wird

und zwar sowohl bei älteren Menschen, als auch bei Kindern!

Das Problem in der heutigen Zeit – in unserer technokratischen Gesellschaft – ist, dass einem von klein auf beigebracht wird, dass nur das real ist, was wir anfassen, sehen oder mit technischen Geräten messen können.

Und das ist nicht nur ignorant – sondern vor allem auch arrogant!

## Exkurs

Hätten Sie zu Paracelsus` Zeiten im 16ten Jahrhundert behauptet, es gäbe unsichtbare Wellen in der Luft, die Bilder auf einem Brett – sprich Monitor – erzeugen können, hätte man Sie vermutlich eingesperrt oder verbrannt. Denn es gab zu der Zeit noch kein Gerät, welches in der Lage gewesen wäre die 2,4GHz des WLAN Netzes zu messen …

Und genau so verhält es sich auch heute noch – bzw. wieder – mit dem Thema Erdstrahlung in sogenannten wissenschaftlichen Kreisen. Es wird unterdrückt, lächerlich gemacht oder negiert, weil man es bis heute nicht geschafft hat, ein Gerät zu entwickeln, welches diesen hohen Frequenzbereich tatsächlich messen kann.

Vor 100 Jahren konnte man bis ca. 1GHz messen. Darüber begann nach Max Planck der feinstoffliche Bereich. Heute beginnt er dann wohl bei 80GHz oder etwas höher. Max Planck hat diesen Begriff übrigens geprägt – auch wenn er heute weitgehend in Esoterik-Kreisen Erwähnung findet.

Um die Trägerfrequenz von Erdstrahlung messen zu können, bräuchte man ein Gerät, welches bis 10hoch45 Hertz messen kann. Eine 10 mit 45 Nullen. Denn so hoch schwingt die „Trägerwelle“ von Erdstrahlung, wie ich sie nenne. Dieser Wert stammt nicht von mir, sondern von dem Diplom-Ingenieur und Radiästheten Otto Höpfner, der genau wie sein Zeitzeuge Paul Schmidt in den 1970er Jahren maßgeblich an der Entwicklung der Bioresonanztechnologie beteiligt war.

Um solch hohe Frequenzen „messen – oder eher abfragen“ zu können, muss man den Körper als Empfänger nutzen und ein radiästhetisches Skalensystem verwenden. So wie es der französische Physiker André Bovis vor ca. 80 Jahren getan hat – nur eben für Frequenzen.

An dieser Stelle möchte ich erwähnen, dass alle großen Geister unserer Zeit radiästhetisch gearbeitet haben. Man kann sich das heute nicht vorstellen, aber sie haben alle gependelt! Max Planck, Albert Einstein – der den Begriff metaphysisch geprägt hat – und sogar Johann Wolfgang von Goethe.

Von ihm stammt das folgende Zitat: „Das feinste physikalische Messinstrument ist der Mensch, wenn er sich seiner Sinne bedient“.

Ich selbst nenne diesen Sinn, den wir als Menschen alle haben, aber meist nicht bewusst nutzen können „Taktile Empathie“.

# Was genau sind Erdstrahlen und wie können wir sie messen?

Für alle, die sich bisher noch nicht mit dem Thema Erdstrahlung beschäftigt haben, folgt nun eine kurze Erklärung zu den einzelnen Störzonen:

In der Baubiologie unterscheiden wir zwischen fünf, für uns schädlichen, natürlichen Strahlungsverursachern. Und zwar zwischen den Wasseradern, den Gesteinsbrüchen oder Verwerfungen sowie den Globalgittern – sprich dem Hartmann-Gitter, dem Curry-Gitter (Diagonalgitter) und dem Benker Kuben-Gitter. Es gibt allerdings noch durchaus weitere „Phänomene“, die man hier erwähnen kann, z.B. Erzadern, radioaktives Radon-Gas oder geomantische Ströme, auch wenn sich die Arbeit eines Geopathologen, Baubiologen oder Rutengängers jedoch meistens auf die beschriebenen fünf beschränkt.

Umgangssprachlich hat sich der Sammelbegriff der Erdstrahlung zwar durch- und in den Köpfen festgesetzt, aber genau genommen handelt es sich lediglich bei den Wasseradern, Gesteinsbrüchen und Verwerfungen um reine Erdstrahlen, die irgendwo im Erdinneren ihren Ursprung haben und deren Auswirkungen wir an der Oberfläche spüren können. Bei den Gittersystemen handelt es sich um magnetische Strukturen mit unterschiedlichen energetischen Qualitäten, die die Erde umspannen – aber nicht aus der Erde kommen. Woher sie genau stammen, weiß niemand. Es sind alles nur Annahmen und Mutmaßungen. Wir können die bioenergetischen Qualitäten jedoch messen und die Zonen sicher definieren.

Bei den Wasseradern müssen wir zusätzlich zwischen sogenannten linksdrehenden und rechtsdrehenden Adern unterscheiden. Die sogenannte Spinresonanz beschreibt physikalisch in welche Drehrichtung Elektronen abgegeben werden. Dies erfolgt immer korkenzieherartig.

Rechtsdrehende Adern sind meistens gut für uns und schwingen höher als wir Menschen. Sie spenden demnach Energie, sofern sie magnetisch ausgeglichen sind. Auf solchen Adern wurden früher Burgen und Schlösser gebaut, denn die alten Dombaumeister und Steinmetze wussten um diese Dinge. Das Schlosshotel Wartensee am Bodensee steht z.B. auf einer sehr breiten hoch rechtsschwingenden Ader. Genau wie das Schloss Detmold.

Diese alten Bauten wurden nicht zufällig dorthin gesetzt, sondern genau geplant.

Da bin ich sehr sicher! Und auch heute gibt es noch an vielen Stellen solche Kraftorte und hochschwingende Zonen. Doch leider lernen wir dieses Wissen nicht in der Schule – genau so wenig wie Kräuterkunde und Gesundheit.

Zum Aufspüren von Erdstrahlen wurde seit vielen hundert oder wohl eher tausend Jahren meist eine Wünschelrute verwendet. Es gibt einen 2000 Jahre alten Kupferstich aus China, der einen Rutengeher beim Suchen einer Quarzader zeigt. Sogar Moses soll mit einem Stab Wasser in der Wüste gefunden haben – wenn man der Bibel glauben schenkt. Vermutlich gab es bis vor 100 Jahren keine Erzader, Ölfeld o.ä. die nicht von einem Radiästheten gefunden wurde.

Ich persönlich verwende dazu jedoch ein Bioresonanz-Gerät, mit dem sich individuelle Frequenzspektren miteinander vergleichen lassen. Dieses Vorgehen ist mittlerweile baubiologischer Standard. Dadurch lassen sich präzisere Aussagen machen als es mit einer Wünschelrute möglich ist und die Messung wird reproduzierbar. Sprich ein anderer Baubiologe mit dem gleichen System findet die gleichen Störzonen an der gleichen Stelle. Das ist bei Rutengängern leider oft nicht der Fall! Ebenso lassen sich Abschirm- oder Ausgleichsmaßnahmen damit sehr gut kontrollieren und gegen messen.

## Was können Sie nun tun, um sich und Ihre Familie zu schützen?

Als erstes ist es wichtig, das Problem zu erkennen. Sprich, zu wissen, dass es das gibt. Check … diesen Punkt haben wir hiermit erledigt 

Und wenn Sie jetzt hoffentlich damit beginnen, sich aktiv mit dem Thema zu beschäftigen, werden Sie schnell erkennen, dass es z.B. besser ist, das WLAN nachts einfach auszuschalten, und das Handy nur im Flugmodus mit ins Bett zu nehmen.

Beim Thema Erdstrahlen ist das so eine Sache. Sie können einen Rutengänger beauftragen Ihre Wohnung zu untersuchen, doch der wird Ihnen mit hoher Wahrscheinlichkeit dazu raten Ihre Betten umzustellen. Aus meiner eigenen langjährigen Erfahrung kann ich Ihnen jedoch sagen, dass das erstens oft gar nicht möglich ist, und zweitens oft auch nicht viel bringt, denn Erdstrahlen-Zonen können sich verschieben oder neu entstehen. So sind z.B. 2018 nach der großen

sommerlichen Dürre, an vielen Stellen neue Verwerfungslinien aufgetaucht. Deshalb würde ich Ihnen eher raten einen Baubiologen zu Rate zu ziehen, der Ihnen auch mögliche Lösungsansätze anbieten kann.

Wenn Sie sich näher mit der Thematik beschäftigen möchten, lade ich Sie herzlich ein, sich einige Artikel dazu in meinem Blog „Strahlenfrei Wohnen“ durchzulesen. Dort gibt es ebenfalls zahlreiche Videos zum Thema und die Möglichkeit eines Online-Selbst Tests. Sie beantworten dort einfach 14 Fragen und erhalten direkt eine Auswertung zu Ihrer persönlichen Strahlenbelastung sowie wertvolle Tipps zur Minimierung technischer Felder und Erdstrahlung in – oder unter – Ihren vier Wänden.

Alternativ bieten wir mit unserem Biofeld-Home System ein „Baubiologie – Do it yourself Set“ an, in dem Sie zum einen wertvolles Wissen, hilfreiche Tipps und genaue Anleitungen erhalten, wie Sie technische Belastungen in Ihrer Wohnung / in Ihrem Haus bestmöglich selbst minimieren können. Dazu habe ich einen Ratgeber mit dem Titel „Elektrosmog Soforthilfe“ geschrieben und einen dazu passenden Video-Kurs gedreht. Und zum anderen bieten wir mit den BIOGETA® FM Biofeldformern wirksamen Schutz vor der nicht abschalt- oder abschirmbaren Restbelastung sowie einen messbaren Ausgleich von geopathischen Störzonen (Erdstrahlung).

Ein FM Biofeldformer ist im Grunde ein Bioresonanz-Modul, welches ein harmonisierendes bipolares Frequenzspektrum im Raum aufbaut, und damit sämtliche geopathische Störzonen, sowie Belastungen durch Elektrosmog, WLAN, Bluetooth und Mobilfunk im gesamten Haus, bzw. der gesamten Wohnung wirksam ausgleicht. Nähere Infos zu den FM Biofeldformern, dessen Funktionsweise und Wirkung finden Sie ebenfalls auf meiner Seite „Strahlenfrei Wohnen“. Dort haben Sie auch die Möglichkeit ein BIOGETA® Biofeld-Home System komplett risikofrei für 3 Monate zu testen.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen allerbeste Gesundheit und vor allem einen erholsamen und gesunden Schlaf.

Bleiben Sie gesund,
Ihr Sebastian Krüger

Strahlenfrei Wohnen

*Kristine ist übrigens Affiliatepartner von Biogeta. Wenn Ihr über diesen Link etwas bestellt, ist es für Euch nicht teurer, aber sie bekommt eine Provision als Ausgleich für ihre Arbeit an diesem Blog*

---

Die Inhalte der Seiten beinhalten weder eine Heilkunde noch ersetzen sie eine ärztliche Abklärung und/oder Behandlung. Die hier dargestellten Erfahrungsberichte und Heilungsmethoden entsprechen nicht der offiziellen medizinischen Lehrmeinung. Wer Informationen aus dem hier Gesagten anwendet, tut dies in eigener Verantwortung. Es werden weder Diagnosen gestellt noch Therapieempfehlungen oder Heilversprechen abgegeben. Diese Seite ersetzt keinen Arztbesuch und stellt keine Beratung im medizinischen Sinne dar. Bitte besprechen Sie alle Anregungen, die Sie auf dieser Seite bekommen, mit Ihrem Arzt.

---

Bildrechte: Pixabay