

Bibliografische Information Der Deutschen Bibliothek  
Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

Peter Eberhart

## Alles Charakter ... und ICH!

ISBN: 978-3-00-026471-9

Das Werk ist urheberrechtlich geschützt. Nachdruck, Übersetzung, Entnahme von Abbildungen, Wiedergabe auf fotomechanischem oder ähnlichem Wege, Speicherung in DV-Systemen oder auf elektronischen Datenträgern sowie die Bereitstellung der Inhalte im Internet oder anderen Kommunikationsdiensten ist ohne vorherige schriftliche Genehmigung der Autoren auch bei nur auszugsweiser Verwertung strafbar.

Sofern in diesem Buch eingetragene Warenzeichen, Handelsnamen und Gebrauchsnamen verwendet wurden, auch wenn diese nicht als solche gekennzeichnet sind, gelten die entsprechenden Schutzbestimmungen.

Fit in die Kiste – Ganzheitsverlag, Sieper&Eisenmann GbR, [www.FitindieKiste.de](http://www.FitindieKiste.de)  
Satz: Echters Textbüro, 86343 Königsbrunn

Umschlagabbildung: 1000-jährige Sukow Eiche mit den 2 Birken.

„Wie ein Tor zu einem langen Leben“. Auf der Insel Usedom

Printed in Germany: Kessler Druck und Medien, Bobingen

Hinweis: Die Ratschläge in diesem Buch sind von den Autoren sorgfältig erwogen und geprüft. Sie bieten jedoch keinen Ersatz für kompetenten medizinischen Rat. Jede Leserin und jeder Leser ist für sein eigenes Handeln selbst verantwortlich. Alle Angaben in diesem Buch erfolgen daher ohne jegliche Gewährleistung oder Garantie seitens der Autoren. Eine Haftung der Autoren für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist ausgeschlossen. Bei eventuellen Fragen wenden Sie sich an Ihren Arzt oder Heilpraktiker.

## Inhaltsverzeichnis

Vorwort .....	9
1. Einleitung .....	11
2. Vier Elemente für die Gesundheit .....	17
3. Das Gehirn und unsere Gene – Gedankenkraft .....	19
• Einige Zahlen und Erläuterungen zum Gehirn .....	20
• Nicht unsere Fähigkeiten begrenzen unsere Leistungen, sondern unsere Ängste .....	21
• Das Trauma .....	23
• Das Unterbewusstsein .....	25
• Heilen .....	28
• Wenn wir nicht mehr vorwärts schauen fangen wir an zu sterben .....	29
• Die Organsprache .....	32
4. Vitamine – unsere Ernährung .....	35
• Wechselwirkungen der Nährstoffe .....	36
• Mangel durch Überdosierungen .....	37
• Vitamine und Spurenelemente .....	38
• Gegenspieler im Stoffwechsel .....	41
• Aminosäuren .....	46
• Wasser .....	47
5. Natürliches Vorkommen der Schüssler Mineralstoffe in den Nahrungsmitteln .....	51