

DR. CHRISTINA RAHM

DEUTSCHE SONDERAUSGABE

CURE THE CAUSES

LIVE THE LIFE YOU WANT
NOT THE ONE PRESCRIBED

Leseprobe

HEILE die URSACHEN

Lebe das Leben, das du willst,
nicht das,
das dir verschrieben wurde

DR. CHRISTINA RAHM

Heile die Ursachen:

Lebe das Leben, das du willst, nicht das, das dir verschrieben wurde

Eine deutsche Sonderausgabe Dr. Christina Rahm´s ROOT-Familie

Urheberrecht © 2021 von Dr. Christina Rahm

Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil dieses Werkes, das unter das Urheberrecht fällt, darf ohne vorherige schriftliche Genehmigung der Autorin in irgendeiner Form oder mit irgendwelchen Mitteln - grafisch, elektronisch oder mechanisch - vervielfältigt oder verwendet werden. Jede Anfrage nach Fotokopien, Aufzeichnungen, Tonbandaufnahmen oder Informationsspeicher- und -abrufsystemen von Teilen dieses Buches ist schriftlich an Dr. Christina Rahm unter christinarahmcook@gmail.com zu richten.

Es wurde äußerste Sorgfalt darauf verwendet, die Eigentumsverhältnisse des in diesem Buch enthaltenen urheberrechtlich geschützten Materials zu ermitteln. Die Autorin freut sich über jede Information, die es ihm ermöglicht, Verweise oder Quellenangaben in späteren Ausgaben zu berichtigen.

Diese Publikation enthält die Meinungen und Ideen der Autorin und soll nützliche Ratschläge in Bezug auf das behandelte Thema geben. Die Autorin erbringt mit dieser Publikation keine medizinischen, therapeutischen oder sonstigen Dienstleistungen. Wenn Sie sich wegen einer Erkrankung in ärztlicher Behandlung befinden, sollten Sie den Rat Ihres Arztes einholen, bevor Sie die in diesem Buch enthaltenen Ratschläge befolgen, und keine Änderungen an den verschriebenen Medikamenten ohne dessen Zustimmung vornehmen.

Diese Publikation ist nicht dazu gedacht, eine Grundlage für Handlungen unter bestimmten Umständen zu bieten, die nicht von einem kompetenten Fachmann geprüft wurden. Die Autorin lehnt ausdrücklich jede Verantwortung für Haftung, Verlust oder Risiko, persönlich oder anderweitig, ab, die als direkte oder indirekte Folge der Verwendung und Anwendung des Inhalts dieses Buches entstehen.

Alle Markenzeichen sind Markenzeichen der jeweiligen Eigentümer. Anstatt ein Markensymbol hinter jedes Vorkommen eines markenrechtlich geschützten Namens zu setzen, verwenden wir die Namen nur in redaktioneller Weise und zum Nutzen des Markeninhabers, ohne die Absicht einer Verletzung der Marke. Wo solche Bezeichnungen in diesem Buch erscheinen, wurden sie mit Großbuchstaben gedruckt.

Widmung

Dieses Buch ist meinen Kindern Duquesne, Preston, Crider und Merritt Ella gewidmet, für ihre ständige liebevolle Ermutigung und ihre ständigen liebevollen Unterbrechungen meines beruflichen und privaten Lebens. Ohne das wunderbare Chaos in eurem Leben wäre ich nie in der Lage gewesen, die Aufgabe meines Lebens zu erfüllen. Gott hat mich allein dadurch gesegnet, dass ich euch kenne! Ich habe so viel von euren wunderbaren Herzen gelernt. Das Buch ist auch meinen Eltern, Stephen Christopher und Jean Rahm, meinen Großeltern, Robert und Lawanda Merritt, Florence Margaret und James Rahm, und meinen Geschwistern, Mary Margaret und Robert Christopher, gewidmet. Ich wache jeden Tag mit Dankbarkeit für euren Einfluss auf mein Leben auf. Ich preise Gott, dass er euch um mich gelegt hat wie eine Decke in der Kälte - ihr habt mich beschützt. Danke, dass ihr mich trotz meiner vielen Fehler liebt.

Inhalt

Vorwort

EINLEITUNG

Heile die Ursachen ..1

KAPITEL EINS

Dein Körper ist eine Stadt und du bist der Bürgermeister!
Wie wirst du deine Stadt verwalten? ..3

KAPITEL ZWEI

Alles ist miteinander verbunden ..15

KAPITEL DREI

Geistige Entgiftung 23

KAPITEL VIER

Lebe das Leben, das du willst, und nicht das Leben,
das dir jemand verordnet hat29

KAPITEL FÜNF

Du bist der Kapitän deines Schiffes - willkommen an Bord ...37

KAPITEL SECHS

Du renovierst ein Haus, aber was wirst du tun
um deine Gesundheit zu verbessern45

KAPITEL SIEBEN

Mit Umweltgiften leben . 53

KAPITEL ACHT

Dein Arbeitsplatz ist keine Ausnahme bei der Entgiftung ...61

KAPITEL NEUN

Anti-Aging und Hautpflege ..67

KAPITEL ZEHN

Schütze deine Kinder und halte sie ein Leben lang gesund .. .73

KAPITEL ELF

Tanze, um zu entgiften79

KAPITEL ZWÖLF

Achte auf deine Ernährung85

KAPITEL DREIZEHN

Es ist Zeit für köstliche Detox-Mahlzeiten ..97

KAPITEL VIERZEHN

Bist du bereit, nach der Entgiftungsmethode einzukaufen? .135

KAPITEL FÜNFZEHN

Den Detox-Lebensstil für ein ganzes Leben übernehmen .143

KAPITEL SECHZEHN

Dr. Christina Rahms webbasierte Ausbildungskurse .151

Über die Autorin ..155

Literaturhinweise . .157

Fürsprachen159

Vorwort

Ich fühle eine große Wertschätzung für das Team, das mit mir zusammengearbeitet hat um zu vermitteln, wie man die Ursachen von Gesundheitsproblemen auf der ganzen Welt an der Wurzel packen kann. Gemeinsam können wir Veränderungen zum Wohle der Menschen und der Welt bewirken - Mary, John, Stephanie, Christopher, Carolyne, Elizabeth, Odessa, Wyeth, Jocelyn, Brad, Patrick, Darren, Robert, Melissa, Jennifer, Clay, Pender, Dino, Dori, Lisa, Mimi, David, Joy, Michael, Crystal, Scott, Henrik, Susan, Bruno, Dani, Temple, Janet, Kristi, Tom, Megan, Viktor, Marihna, Zsuzsa, Dr. Ketskes, Penny, Don, Eric, Lesa, Jessica, Leah, Erin, Jim, Angelica, Nan, Ted, Javier, Laura, Chloe, Preston, Fernando und die "Wild Ones" aus Dexter, Missouri.

Duquesne, Preston, Jean Rahm, Erin, Melissa, Mary und Mimi Pohlman - danke, dass ihr euch für die Endbearbeitung extra Zeit genommen habt. Besondere X's und O's an Clay. Sie alle zusammen haben in einzigartiger Weise dazu beigetragen, die Notwendigkeit von Entgiftung und Nahrungsergänzung in die Welt hinauszutragen.

An meine Anwälte: Ich weiß, dass die meisten Autoren ihre Anwälte nicht erwähnen, aber ich muss es tun, denn ohne sie hätte ich es nicht geschafft. Als kleines Mädchen, das in Dexter, Missouri, aufwuchs, bereitete mich niemand auf ein Leben im Krieg vor. Das erlebte ich oft dann, wenn ich mich entschied, das zu tun, was richtig und gerecht war. Ich ziehe den Frieden vor, aber das war leider nicht immer mein Weg und ich bin meinen Anwälten dankbar, dass Sie sich dafür eingesetzt haben, das größere Wissen zu verbreiten und mich vor den Menschen zu schützen, die versuchen, die Wahrheit zu verhindern. Frauen und Minderheiten werden oft für das, was sie sagen oder glauben, angegriffen. Innovative Wissenschaftler und medizinisches Fachpersonal werden oft

kritisiert oder verklagt für das, was sie wissen und sagen. Danke, dass ihr an mich geglaubt habt und mich beschützt habt, als ich dafür angegriffen wurde, wer ich bin, was ich weiß und was ich getan habe, um dieses Wissen ans Licht zu bringen. Danke, Kline, Jeff, Steve, Chris, Phil und Andy!

An meine Freunde und Familie: Das Leben und die Menschen sind unvollkommen, aber weil jeder von euch ein Teil in meinem Leben ist, sind die unvollkommenen Teile zu einem perfekten Puzzle geworden. Ich bin so dankbar für euren wunderbaren Anteil an all dem, denn ohne euch wäre das Leben nicht annähernd so wunderbar! Frieden, Liebe und Glück - Familie Rahm, Familie Cook, Familie Thomas, Familie Combs, Familie Merritt, Familie Holt, Familie Crider, Familie Boyd und Familie Hayden.

EINLEITUNG

Heile die Ursachen

" Du bist die Hilfe und die Lösung, die du suchst. "

--Dr. Christina Rahm

Ich fühlte mich nicht wie ich selbst. In den letzten Wochen hatte ich mich schwindlig und übel gefühlt. Mein Sohn war erst ein paar Wochen alt und seine beiden älteren Brüder waren kleine Kinder, fünf und acht Jahre alt. Es kam mir nicht einmal in den Sinn, dass ich schwanger sein könnte.

Ich bekam starke Schmerzen im Rücken. Auf Drängen meines Arztes unterzog ich mich Untersuchungen, darunter auch ein MRT. Die Tests ergaben, dass ich an Syringomyelie litt, einer Erkrankung, bei der sich eine Zyste, ein Tumor oder ein Hohlraum im Rückenmark bildet. Zunächst stand ich unter Schock. Es wurde über eine Operation oder Bestrahlung diskutiert. Ich unterzog mich zwei Bestrahlungen mit radioaktiven Nuklearisotopen, einer Behandlung, die auf den Tumor abzielt.

Während ich mich von dem Eingriff erholte, spürte ich immer noch den Schwindel und die Übelkeit, die ich schon die ganze Zeit über verspürte. Der Gedanke, dass ich schwanger sein könnte, schoss mir durch den Kopf. Ja, es könnte möglich sein. Ich bat um einen Schwangerschaftstest und er war positiv!

Meine Ärzte waren absolut sicher, dass ich die Schwangerschaft nicht durchhalten würde. Sie sprachen meine schlimmsten Befürchtungen aus. Sie sagten mir, dass mein Kind wahrscheinlich nicht überleben würde und dass es, falls es doch geboren würde, ein extrem hohes Risiko hätte, Krebs zu entwickeln oder eine Missbildung zu haben. Außerdem warnten die Ärzte, dass eine

Dr. Christina Rahm

Entbindung bei Syringomyelie meine eigene Gesundheit gefährden und möglicherweise zu Lähmungen oder zum Tod führen würde. Ich konsultierte zahlreiche Experten - sogar einen Kernphysiker - und alle sagten das Gleiche. Man sagte mir, dass ich eine medizinische Abtreibung vornehmen lassen müsse, um mein Leben zu retten. Ich weigerte mich, darauf zu hören. Ich war fest entschlossen, einen anderen Weg einzuschlagen ... mein Kind zu bekommen und es zur Welt zu bringen.

Monate später wurde meine wunderschöne Tochter gesund und glücklich geboren. Ich hatte mich geweigert, den Rat aller Spezialisten und Ärzte zu befolgen, die sich alle sicher waren, dass ein gesundes Kind unmöglich war. Die Schulmediziner hatten mir ein Leben verordnet, ein Leben, in dem ich die Schwangerschaft abbrechen sollte, um mich anstrengenden medizinischen Maßnahmen zu unterziehen, um mein eigenes Leben zu retten. Ich wollte beweisen, dass es einen anderen Weg gibt, und das habe ich getan.

Unsere heutige Medizin kann lebensrettend sein. Sie kann Krankheiten heilen, die noch vor einer Generation tödlich waren. Aber was wäre, wenn wir, anstatt Krankheiten und Gebrechen zu heilen, ihre Ursachen bekämpfen würden? Was wäre, wenn Krankheit und Seuchen gänzlich vermieden oder zumindest auf ein Minimum reduziert werden könnten?

Ich habe mich entschlossen dieses Buch zu schreiben, um uns allen Mut zu machen, dass es möglich ist, die Ursachen zu beseitigen: Unsere Welt wird derzeit von schädlichen Giften geplagt. Unsere Erde und damit auch unser Körper müssen entgiftet werden. Ich glaube, dass die Giftstoffe die Ursache für die Krankheiten und Beschwerden sind, die wir erleben. Wir müssen diese Gifte ausrotten, damit wir das Leben länger in vollen Zügen genießen können, als wir es uns vorstellen können. Der biblische Noah baute die Arche im reifen Alter von 600 Jahren. Das bedeutet nicht nur, dass er mehr als das Sechsfache unserer heutigen Lebenserwartung erreicht hat, sondern auch, dass er vital und körperlich leistungsfähig war. Das sollte unsere Erwartungen neu definieren.

Begleitet mich bei der Erkundung der Alternativen im Gesundheitswesen, die uns heute zur Verfügung stehen. Es gibt so viel mehr, was du tun kannst, um das Leben zu leben, das du willst, und nicht das, das dir verordnet wurde.

Wir können die URSACHEN HEILEN!

KAPITEL EINS

Dein Körper ist eine Stadt und du bist der Bürgermeister! Wie wirst du deine Stadt verwalten?

"Der erste Reichtum ist die Gesundheit."

--Ralph Waldo Emerson

Ich will, dass du dir deinen Körper als eine Stadt vorstellst. Die ideale Stadt ist entwickelt und sauber. Jeder Aspekt ist gepflegt und in guter Ordnung. Die Umwelt ist wenig verschmutzt und auf den Straßen liegt kein Müll herum. Die Menschen sind freundlich und nett. Jeder in der Stadt ist sicher.

Jetzt möchte ich, dass du dir vorstellst, was mit einer Stadt ohne die richtige Führung und ohne einen guten Bürgermeister, der sie leitet, passieren könnte. Ohne einen guten, starken Bürgermeister für die Stadt beginnen schlimme Dinge zu passieren. Banden beginnen, die heruntergekommensten Gegenden der Stadt zu infiltrieren. Die Kriminalitätsrate steigt und die Systeme der Stadt werden korumpiert. Wenn die Systeme der Stadt nicht mehr richtig funktionieren, sinkt die Gesamtleistung.

So wie eine Stadt ohne angemessene Führung verfallen kann, kann auch dein Körper verfallen, wenn du - der Bürgermeister deines Körpers - dich nicht um ihn kümmerst.

Wenn Babys geboren werden, haben sie in der Regel noch nicht viele Verunreinigungen. Obwohl sie vielleicht schon im Mutterleib giftigen Stoffen ausgesetzt waren, werden sie relativ rein geboren. Wenn wir älter werden, sind

Dr. Christina Rahm

wir mehr und mehr Umweltgiften und Schadstoffen ausgesetzt. Diese Verunreinigungen führen schließlich zu einem toxischen Zustand. Diese Gifte können genauso wirken wie die Gangs und Schadstoffe, die eine Stadt infiltrieren.

Ich möchte, dass du verstehst, dass du als "Bürgermeister" deines Körpers für dein ganzes Leben vorbestimmt worden bist. Du hast keinen Konkurrenten, gegen den du antreten musst. Du trägst die volle Verantwortung. Jedes System berichtet dir und hört auf dich. Deinem Körper (deiner Stadt) kann kein Schaden zugefügt werden, wenn du es nicht zulässt. Du überwachst alles, was um dich herum geschieht. Du bist für die Aufrechterhaltung von Ordnung und Sauberkeit verantwortlich, so dass die gesamte Atmosphäre friedlich ist und die Systeme auf höchstem Niveau arbeiten können.

Wenn Systeme nicht funktionieren, versuchst du als Bürgermeister deiner Stadt vielleicht, die Probleme an der Oberfläche zu lösen. Wenn du anfängst, nach Lösungen zu suchen, stellst du jedoch fest, dass sich "Banden" langsam und unbemerkt mit bösen Absichten eingemischt haben. Du stellst fest, dass das Problem viel tiefer liegt als das, was du an der Oberfläche gesehen hast. Es kann sogar sein, dass sich eine Bande bereits fest in deiner Stadt verwurzelt hat und in vielen Bereichen deines Körpers Schaden anrichtet.

In einer Stadt sehen die Bandenmitglieder vielleicht nicht verdächtig aus, aber sie sind insgeheim darauf aus, illegale Dinge zu tun, die der Stadt schaden. Tatsächlich versuchen sie, unschuldige Menschen zu rekrutieren, damit sie sich ihnen anschließen und Teil ihrer Bande werden. Infolgedessen steigt die Zahl der Bandenmitgliedschaften rapide an. Die guten Menschen beginnen, sich vor den Bandenmitgliedern zu verstecken, während diese immer mehr Schaden anrichten. Die Polizei versucht zu helfen, aber sie wird schließlich von den Bandenmitgliedern überwältigt. Wenn dies unkontrolliert weitergeht, haben gesetzestreue Bürger keinen Platz mehr zum Leben.

Das gleiche Szenario könnte auch in deinem Körper passieren. Anormale Zellen, Viren, Parasiten, schlechte Bakterien und Pilze können sich wie Bandenmitglieder verhalten, in deinen Körper eindringen und negative Entzündungen verursachen. Wenn die anormalen Zellen weitere Mitglieder rekrutieren, kann dein Körper wie eine Stadt voller Trümmer werden. Es muss eine massive Säuberungsaktion durchgeführt werden. Dein Körper besteht aus

CURE the CAUSES

Dies ist eine kostenfreie LESEPROBE

Vielen Dank für dein Interesse an diesem Buch. Du konntest nun einen ersten Eindruck gewinnen von diesem Buch, von Dr. Christina Rahm und von ihrem weit reichenden und ganzheitlichen Ansatz für deine und unsere Gesundheit. Mehr zu Dr. Christina Rahm findest du auch auf der nächsten Seite (dem Rücktitel des Buches).

Willst du mehr erfahren zur Heilung der Ursachen und das ganze Buch lesen?

Wende dich bitte an die Person,
von der du diese PDF erhalten hast.

HEILE DIE URSACHEN

LEBE DAS LEBEN, DAS DU WILLST,
NICHT DAS, DAS DIR VERSCHRIEBEN WURDE

Dr. Christina Rahm verfügt über eine umfassende Ausbildung auf Master- und Doktorebene, einschließlich Zertifizierungen von Harvard und Cornell und hat in über 80 Ländern in den Bereichen Beratungspsychologie, Nanotechnologie, Biowissenschaften, pharmazeutische und nutraceutical klinische Forschung und Entwicklung, Ernährung und pharmazeutisches Management gearbeitet. Dr. Christina Rahm hilft uns, die Ursachen zu heilen, damit wir gesünder und glücklicher leben können! Nachdem sie auf Reisen schreckliche Ereignisse wie Bombenanschläge und Entführungen miterlebt hatte und dann mit ihren eigenen alarmierenden Gesundheitsproblemen mit wiederkehrendem Krebs und Borreliose konfrontiert wurde, lernte Dr. Rahm, dass alles in unserem Leben eng mit dem Zustand unserer Gesundheit verbunden ist. Deshalb machte sie sich daran, nicht nur die Diagnose, sondern auch die Ursache ihrer Krankheit zu heilen. Diese Erfahrung in Verbindung mit ihrem Hintergrund hat ihr das Leben gerettet. Als Mutter von vier Kindern entfachte dies in ihr die Leidenschaft, anderen dabei zu helfen, dasselbe zu tun. CURE THE CAUSES erhebt nicht den Anspruch, irgendwelche Krankheiten zu heilen. Stattdessen erklärt sie uns, warum Krankheit jeden treffen kann und wie Heilung stattfinden kann, indem man sich auf die Grundursache konzentriert und nicht auf die Symptome. Mit leichtfüßigem Scharfsinn erörtert Dr. Rahm die vielen Facetten von Krankheiten und zeigt, wie die Gesundheit durch einfache tägliche Maßnahmen wiederhergestellt und revitalisiert werden kann..

„Dies ist das neue Modell des Gesundheitswesens, und es liegt direkt vor uns.“

~ **Scott E Burgess**, Gründer und Inhaber von Healthcare360 Media, LLC

„Dr. Rahm ist ein absolut engagierter Profi, Aktivist und ein großartiger Arzt, der immer bereit ist, sich für Sie einzusetzen.“ ~ **Dr. Norbert Ketskes**, MD Allgemeinmediziner und Gesundheitsspezialist für olympische Athleten, und seine Frau **Dr. Zsuzsa Csiszto**, ehemalige Olympiamedaillengewinnerin und preisgekrönte Schauspielerin.

„Dr. Christina Rahm zeigt mit ihrer Lebensgeschichte eine außergewöhnliche Hartnäckigkeit im Angesicht von Widrigkeiten, die nicht nur einen mutigen Menschen, sondern auch eine einzigartige Einstellung zum Leben selbst hervorgebracht hat.“ ~ **Clare G. Harvey**, CEO Floweressence CGH

„Ich habe ihr wichtige Entscheidungen anvertraut, um mich so gesund wie möglich zu halten, und sie hat alle Erwartungen übertroffen.“ ~ **Amelia „Mimi“ Pohlman**, Produktionsassistentin bei SI und CNN, Sports Illustrated, MSG Networks, und New York Rangers Broadcast.