

Ich Susan 39 Jahre jung, kann nur für mich sprechen und die Erfahrung, die ich mit Weizengras, Tai-Chi, basische Ernährung und der Massagen in der SKEMA gemacht habe.

Ich leide seit ca. 20 Jahren an Rheumaschmerzen und, wie es schon zur Mode wird, erlitt ich vor 2 Jahren eine mittelschwere Depression. Es ist mir immer noch ein Rätsel, warum in der Rheumatologie weder von Ernährungsumstellung noch über alternative Möglichkeiten gesprochen wird. Mann bekommt automatisch das Standard Medikament Metrotrexat, Schmerzmittel und natürlich Kortisonspritzen. Gegen die Depression bekam ich natürlich ein Antidepressivum. Mein Sohn trainiert schon seit einigen Jahren Kung-Fu in der SKEMA, und da ich mein Leben umstellen musste, entschied ich mich, ebenfalls Mitglied zu werden. Gesundheitlich, die beste Entscheidung meines Lebens!

Im Tai-Chi Training lernte ich mich wieder zu entspannen, die Schnell-Lebigkeit aus meinem Leben zu verbannen und mich selbst zu spüren. Mein Lehrer empfahl mir das Weizengras (Energie-Drink) zu probieren, wegen den positiven Eigenschaften. Ganz ehrlich, für mich ein Wunderpulver. Ich fühle mich gestärkter, belastbarer und ich habe so gut wie keine rheumatischen Beschwerden mehr. Ich konnte nicht glauben, dass dies ein Zusammenhang haben könnte, so liess ich das Weizengras einige Tage weg. Und siehe da, die Schmerzen kamen zurück. Nun ist für mich klar, ich trinke 1 Liter Weizengras pro Tag, brauche weder das Metrotrexat noch Schmerzmittel und Spritzen lass ich mir auch keine geben. Überzeugt vom Weizengras, empfahl ich es meinen Kollegen im Geschäft. Sie bekamen die positive Wirkung ebenfalls zu spüren und sie trinken jetzt auch täglich das Weizengras. Sie trinken jedoch nicht die gleiche Menge wie ich. Ich bin sicher, dass die Dosis auf Grund meiner Erkrankung höher sein muss um die Rheumaschmerzen zu beeinflussen.

In der SKEMA kamen wir auf die basische Ernährung zu sprechen und so fing ich an, mich mehr mit der Ernährung zu befassen. Ich sag euch eins, für jede Krankheit ist ein Kraut gewachsen, so hab ich für meine das Weizengras entdeckt. Mein Fazit: Ich fühle mich fit, schlafe besser, bin belastbarer, habe keine Schmerzen (auch Menstruationsschmerzen) mehr und ich habe eine schönere und sanftere Haut.

Danke SKEMA!

Liebe Grüsse  
Susan