



House of Light Κείμενα & Αρχεία για download

[http://www.house-of-light.gr/com\\_downloads/](http://www.house-of-light.gr/com_downloads/)

## *Corona - COVID19*

### *Πώς προστατεύω & θεραπεύω τον εαυτό μου;*

Αγαπητοί φίλοι,

**τούτη η εποχή της άνοιξης 2020 είναι πραγματικά μια πολύ ιδιαίτερη, μια εποχή στην οποία τα πράγματα στην παγκόσμια σκηνή έχουν έλθει στην κυριολεξία άνω κάτω!** Πολλοί άνθρωποι δεν αισθάνονται απλά ανασφάλεια αλλά έχουν γεμίσει με φόβο και τρόμο, ακόμα και πανικό. Υπάρχουν από την άλλη όμως και πάρα πολλοί οι οποίοι ξυπνούν από την μακροχρόνια τους «συστημική ύπνωση» και έχουν ξεκινήσει με την δική τους έρευνα για να βρουν την αλήθεια σχετικά με τα ‘τρελά’ πράγματα που συμβαίνουν.

**Αρκετές ήταν οι ερωτήσεις αλλά και η ανάγκη για προστασία από Κορώνα & Σια** και επίσης και για τρόπους θεραπείας, εφόσον κάποιος έχει τελικά κολλήσει και παρουσιάσει συμπτώματα. Έτσι, θέλουμε να σας δώσουμε λόγω επικαιρότητας μερικές συμβουλές για το πώς μπορούμε να προστατευτούμε ενεργά χωρίς κανένα άγχος από τον Κορώνα και οποιουσδήποτε άλλους ιούς. Τούτες οι συμβουλές σε αρκετούς ενημερωμένους ανθρώπους και εκείνους που έχουν ενεργό νου θα τους είναι τουλάχιστον εν μέρει γνωστές ενώ σε αρκετούς άλλους πάλι μπορεί αρκετές να είναι άγνωστες. Ειδικά εκείνοι που έχουν χάσει την ικανότητά τους για αυτόνομο σκέπτεσθαι λόγω επιτυχημένου αρνητικού προγραμματισμού με φόβο και τρόμο, οι βασικές κινήσεις για ένα δυνατό ανοσοποιητικό τους είναι άγνωστες και απλά έχουν παραδώσει και χαθεί μέσα σε έναν πανικό, έντεχνα δημιουργημένο από τα ΜΜΕ και τους εγκληματίες στα πολιτικά πόστα της χώρας. Σε όλα αυτά λοιπόν τούτο

το σύντομο κείμενο με τη λίστα 9 σημείων στοχεύει να δώσει ένα αντίβαρο και να ενδυναμώσει συνανθρώπους τούτη τη χρονική περίοδο.

**Αρκετοί Ιατροί και επιστήμονες από πολλές χώρες έχουν μιλήσει για το θέμα της προστασίας αλλά θα ήθελα επισημάνω τον Ελβετό ιατρό Dr. med. Andreas Bircher, (σε μερικούς ίσως γνωστός από το 'μούσλι Μπίρχερ') ο οποίος είναι ο εγγονός του ομώνυμου ιατρού που το 1918 θεράπευσε πάνω από 170 στρατιώτες που τότε είχαν νοσήσει από την Ισπανική γρίπη. Ο παππούς του λοιπόν είχε να κάνει με έργο θεραπείας και όχι απλής πρόληψης και με μια σειρά εφαρμογών, όλες χωρίς φάρμακα ή εμβόλια, κατάφερε να θεραπεύσει ΟΛΟΥΣ τους ασθενείς του την ώρα που παγκοσμίως πέθαναν εκατομμύρια άνθρωποι! Τότε αυτό που βίωσε η γη ήταν μια πραγματική πανδημία, καμία σχέση δηλαδή με την 'πανδημία' απάτη που παίζεται τώρα μέσα από τα ΜΜΕ...**

**Αναφέρουμε το γεγονός αυτό, επειδή οι περισσότερες των παρακάτω συμβουλές έχουν όχι σε πέντε έξη αλλά σε πάνω από 170 περιπτώσεις φέρει πλήρη θεραπεία και αυτό χωρίς χημικά ή άλλα ανθυγιεινές ουσίες και έτσι αποδειξίει την θετική, θεραπευτική τους επίδραση!**

**Εδώ λοιπόν η λίστα των συμβουλών, οι οποίες αναφέρονται και έχουν χρησιμοποιηθεί από τον Dr. med. Andreas Bircher και από τον παπού του και τις οποίες έχουμε συμπληρώσει με μερικές ακόμα ενδιαφέρουσες συμβουλές - τη συνέντευξη σε Ελβετικό εναλλακτικό κανάλι μπορείτε να την δείτε εδώ (μόνο Γερμανικά):**

<https://www.youtube.com/watch?v=3w7aONfIsQA&t=68s>  
(κάντε copy-paste στον browser σας)

**Ας ξεκινήσουμε λοιπόν με τη λίστα των 9 συμβουλών από το House of Light Hellas:**

### **1) Εσωτερική ηρεμία, γαλήνη και ισορροπία:**

**Τούτη η συμβουλή για εμάς βρίσκεται στη πρώτη θέση** επειδή τη θεωρούμε πιο σημαντική από όλες, αφού οι σκέψεις και τα συναισθήματά μας έχουν άμεση επίδραση και μάλιστα την κάθε στιγμή πάνω μας. Έχει πλέον και επιστημονικά αποδειχτεί πως οι σκέψεις και τα συναισθήματά μας δεν επηρεάζουν μόνο τη γενική μας αίσθηση του εαυτού μας αλλά έχουν άμεση επίδραση σε όργανα ακόμα και σε κυτταρική βάση. Νεότερες μελέτες μάλιστα έχουν αποδείξει πως ο άνθρωπος μπορεί να επηρεάσει ενεργά ακόμα και το δικό του γενετικό κώδικα (DNA) είτε θετικά είτε αρνητικά! Επίσης, όταν σκεφτούμε λίγο το γεγονός πως όλα έχουν μια ακτινοβολία και δόνηση και πως όλα μπορούν

να μετρηθούν αντίστοιχα π.χ. σε μονάδες Hz (Herz) και λάβουμε υπόψη άλλο ένα γεγονός που είναι ο νόμος της έλξης όπου όμοιο έλκει όμοιο, τότε όλα βγάζουν ιδιαίτερα λογικό νόημα όταν βλέπουμε την παγκόσμια ελίτ να προγραμματίζει, αιώνες τώρα, τους ανθρώπους έντεχνα με φόβο:

**Ο φόβος έχει πολύ χαμηλή δόνηση και Herz και το ίδιο ισχύει και για τις ασθένειες, βλαβερούς μικροοργανισμούς, ιούς κ.λπ., άρα η προπαγάνδα που βομβαρδίζει τους ανθρώπους 24 ώρες το 24ωρο με ‘ειδήσεις’ φόβου και τρόμου στοχεύει στην μαζική δεκτικότητα στον Κορωνοϊό και όχι στην δήθεν προστασία των ανθρώπων!**

**Βλέπετε λοιπόν πόσο σημαντικό είναι να αποκτήσουμε ανοσία στο φόβο και ταυτόχρονα έτσι και σε ασθένειες και απειλές στην υγεία όλων των ειδών!**

**Πώς μπορώ να πετύχω εσωτερική ηρεμία, γαλήνη & ισορροπία;**

**Αυτό είναι ένα αρκετά ευρύ πεδίο, αλλά σε εποχές καραντίνας και ‘σπιτο-φυλάκισης’ ας επικεντρωθούμε σε όσα μπορεί να κάνει ο καθένας στο σπίτι του:**

- Ασκήσεις συγκέντρωσης
- Ασκήσεις χαλάρωσης
- Ασκήσεις αναπνοής
- [Διαλογισμός](#)
- [Οραματισμός](#)
- [Προσευχή](#)

ανήκουν σε αυτές. Ήδη μερικά λεπτά ημερησίως θα έχουν μια πολύ θετική επίδραση και θα κάνουν μεγάλη διαφορά. Και πάντα ας θυμόμαστε: Η πράξη είναι που μετράει και όχι η θεωρητική, νοητική ενασχόληση.

Καλέστε μας για καθοδήγηση στα θέματα αυτά, εάν δε γνωρίζετε πού και πώς να ξεκινήσετε!

## **2) Βιταμίνη C:**

**Τη βιταμίνη C δεν την ανέφερε επί τούτου ο Dr. med. Bircher** ίσως επειδή το θεωρεί αυτονόητο πως ο καθένας (πρέπει να) γνωρίζει ότι πρόκειται για κάτι πολύ δυνατό για πρόληψη ακόμα και για θεραπεία στην περίπτωση κρυολογημάτων και ιώσεων. Πολλοί ιατροί συμβουλεύουν την

χορήγηση υψηλών δόσεων βιταμίνης C ειδικά σε περιπτώσεις ισχυρών συμπτωμάτων ή όταν υπάρχουν κι άλλες ασθένειες και συμπτώματα παράλληλα. Άρα, ας επιλέξουμε όλοι κάθε μέρα φρέσκια, υψηλή σε διατροφική αξία τροφή που εμπεριέχει και βιταμίνη C. Αυτό στην Ελλάδα είναι πολύ εύκολο ενώ σε περιοχές άλλες ίσως είναι φρόνιμο να παίρνει κανείς και ένα ποιοτικό συμπλήρωμα διατροφής που να βασίζεται όμως σε φυσικές πρώτες ύλες και όχι σε συνθετικές χημικές ουσίες! Στην Κίνα, στην Κορέα και στη Ιαπωνία, από τις ενημερώσεις που έχουμε δει, η χορήγηση υψηλών δόσεων βιταμίνης C (ενδοφλέβια) έχει φέρει καλά αποτελέσματα στο θέμα του Κορωνοϊού...

### **3) Βιταμίνη D3:**

**Η καλύτερη Βιταμίνη D3 είναι εκείνη, την οποία το ίδιο το σώμα παράγει.** Όμως γι' αυτό χρειάζεται έναν 'πράκτορα': τον ήλιο! Ειδικά για εμάς στην Ελλάδα, η έκθεσή μας στον ήλιο για κάποια ώρα ημερησίως είναι κάτι πολύ εύκολο. Σημαντικό είναι να έχουμε ΑΠΕΥΘΕΙΑΣ επαφή με της ακτίνες και όχι μέσα από τζάμι και ούτε με τη χρήση αντηλιακού! Όσο μεγαλύτερη η επιφάνεια του δέρματος, τόσο λιγότερη ώρα απαιτείται. Τούτη την εποχή οι μεσημεριανές ώρες είναι πολύ καλές και δεν έχουν κανέναν κίνδυνο για εμάς!

Ιδανικά μπορείτε να συνδυάζετε την ηλιοθεραπεία με κάποια ή κάποιες ασκήσεις της συμβουλής Νο 1. Ειδικά ο οραματισμός των εισερχόμενων ακτίνων μέσα στο σώμα μας είναι ικανός να πολλαπλασιάσει την θετική επίδραση στο σώμα μας. Τούτο είναι επίσης καλό όταν για κάποιο καιρό δεν έχει ήλιο. Όμως όταν αυτό συμβαίνει για μεγάλη περίοδο, τότε ένα καλό, φυσικό συμπλήρωμα διατροφής με βιταμίνη D3 είναι μια καλή λύση!

### **4) Καθαρή φυτοφαγία - ωμοφαγία**

**Καθαρή φυτοφαγία σημαίνει αποχή από όλα τα ζωικά προϊόντα αλλά επίσης και από όλες τις επεξεργασμένες τροφές, ζάχαρη, αλκοόλ κ.λπ.** Τούτο είναι ένα επίσης πολύ σημαντικό σημείο για προφύλαξη και θεραπεία διότι έτσι δίνουμε στο σώμα μας την ευκαιρία να καθαρίσει και να αποτοξινωθεί ενώ παράλληλα του δίνουμε καθαρή ενέργεια ζωής, ειδικά όταν ΚΑΘΕ μέρα έχουμε στο πιάτο μας και ΩΜΕΣ φυτικές τροφές! Όχι μόνο μύστες, Δάσκαλοι και σοφοί όλων το εποχών αλλά πλέον και η επιστήμη έχει αναφερθεί στην υψηλή διατροφική αξία της, στην υψηλή δόνηση και περιεκτικότητα σε φως και συνεπώς σε ζωτική ενέργεια η οποία είναι τελικά αυτό που μας θρέφει στην πραγματικότητα! Δεν είναι καθόλου τυχαίο που ο Ιπποκράτης, στον οποίο όλοι οι ιατροί κάνουν τον όρκο τους (χωρίς ωστόσο να έχουν την παραμικρή ιδέα για τη διατροφή αφού αυτή απουσιάζει σχεδόν πλήρως από το curriculum των σπουδών τους!) έχει πει:

**„Ας είναι η τροφή σου το φάρμακό σου,**

**και ας είναι το φάρμακό σου η τροφή σου“.**

Αλλά και η φράση:

### **„Κάθε ασθένεια ξεκινάει στο έντερο“**

είναι δική του και υπογραμμίζει πόσο σημαντικό είναι ένα ισορροπημένο πεπτικό σύστημα για την υγεία του ανθρώπου και αυτό είναι που αποκτάται ως άμεσο αποτέλεσμα με τροφές υγιεινές, φρέσκες και 'ζωντανές' δηλαδή με την καθαρή φυτοφαγία!

**Η καθαρή φυτοφαγία προσφέρει στο σώμα μας πολύ περισσότερο φως, ειδικά όταν εμπεριέχει ωμά συστατικά και αυτό είναι που δημιουργεί ζωή, αρμονία και ισορροπία μέσα μας και ενδυναμώνει και τονώνει το ανοσοποιητικό μας σύστημα.** Υπάρχουν επίσης και πολλά βότανα τα οποία έχουν αντι-ιικές και αντιμικροβιακές ιδιότητες και τα οποία μπορεί να εντάξει κανείς στην καθημερινή του διατροφή.

**Την εποχή αυτή λοιπόν της καραντίνας και φυλάκισης ας δοκιμάσουμε όλοι δημιουργικά την πραγματικά θεραπευτική φυτοφαγία, η οποία ήταν επίσης ένα από τα βασικά μέτρα στην κλινική του Dr. med. Bircher 100 χρόνια πριν! Τούτα όμως δεν είναι όλα τα οφέλη που μας προσφέρει:**

**Η θεραπευτική φυτοφαγία μας προσφέρει επίσης περισσότερη ηρεμία, γαλήνη, ψυχολογική ισορροπία, καθαρή σκέψη και πολύ λιγότερα αρνητικά συναισθήματα.** Τούτο σχετίζεται με την μετάδοση στον καταναλωτή, όλων των αρνητικών αισθημάτων και συναισθημάτων από τα βιώματα των ζώων, τα οποία είναι αποτέλεσμα μιας πραγματικής κόλασης δημιουργημένης και διατηρημένης από τον άνθρωπο, στην περίπτωση που καταναλώνουμε ζώα. Όλα αυτά περνούν σαν εγγραφή μέσα από την ζωική τροφή στον υποσυνείδητο νου του ανθρώπου και τον επηρεάζουν άμεσα και χωρίς αυτός να τα λαμβάνει υπόψη. Έτσι όλος ο φόβος, ο τρόμος, ο πόνος, η εκμετάλλευση, ο τραυματισμός, η ασθένεια και ο θάνατος των ζώων περνούν σαν αποτύπωμα στην ψυχοσύνθεση του ανθρώπου προκαλώντας ανισορροπία και συνεπώς ασθένεια... [Περισσότερες λεπτομέρειες για τη θεραπευτική φυτοφαγία εδώ.](#)

#### **5) Υπερθερμία:**

**Η υπερθερμία είναι μια υπερθέρμανση μελών ή ολόκληρου του ανθρώπινου σώματος** η οποία δημιουργεί ένα ακατάλληλο περιβάλλον για ιούς και μικρόβια ενώ παράλληλα τονώνει την κυκλοφορία του αίματος και ενεργοποιεί το ανοσοποιητικό σύστημα. Ο Dr. med. Bircher αναφέρει σαν πρόληψη δύο ζεστά μπάνια την εβδομάδα, αλλά και σάουνα μπορεί να κάνει παρόμοια δουλειά. Ιδανικά είναι η ξεκούραση μετά το μπάνιο με ζεστά σκεπάσματα για να συνεχίσει η αποτοξίνωση με τον ιδρώτα.

## 6) Λιβάνισμα:

**Από τα αρχαία χρόνια το λιβάνισμα χρησιμοποιείται σε θρησκευτικές τελετουργίες** και έτσι είναι γνωστό σε αρκετούς ανθρώπους. Λιγότερο γνωστό ωστόσο είναι οι αντισηπτικές ιδιότητες που έχουν οι καπνοί από βότανα, ρητίνες κ.λπ. Λιβανίστε λοιπόν τους χώρους σας τακτικά με λιβάνι, φασκόμηλο ή άλλα κατάλληλα υλικά με το γνωστό στη χώρα μας καρβουνάκι. Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε επίσης και αρωματικά στικ μόνο που σε αυτά θα πρέπει να είστε προσεκτικοί να είναι φτιαγμένα από 100% καθαρά φυσικές πρώτες ύλες (100% argabati) διότι αλλιώς δεν θα έχουν την επιθυμητή επίδραση και επιπλέον θα μολύνουν το χώρο σας με συνθετικές, τοξικές αρωματικές ύλες! Αυτός ο παλαιός τρόπος είναι πολύ καλύτερος και κυρίως, πιο υγιεινός από τα κοινά σπρέι με συνθετικές αρωματικές ύλες... Και για τα χέρια ακόμα μια Βότκα κάνει την ίδια δουλειά όπως τα γεμάτα με χημικά αντισηπτικά υγρά.

## 7) Ασημένιο Νερό – Κολλοειδής Άργυρο (CS)

**Το ασημένιο νερό θεωρείται από τα αρχαία χρόνια ως φυσικό αντιβιοτικό.** Φαίνεται να έχει αντι-υκές και αντιμικροβιακές ιδιότητες και μπορεί να το χρησιμοποιήσουμε εσωτερικά και εξωτερικά, ακόμα και στα μάτια. Το CS υπάρχει σε διαφορετικές πυκνότητες που αναφέρονται σε ppm (parts per million = σωματίδια αργύρου ανά εκατομμύρια μόρια νερού). Όσο πιο υψηλός ο αριθμός αυτός, τόσο μεγαλύτερη η περιεκτικότητα σε άργυρο και μικρότερη η δόση αντίστοιχα. Εμείς χρησιμοποιούμε αργυρένιο νερό από 10 έως 30 ppm ανάλογα την χρήση... [Περισσότερες πληροφορίες για το αργυρένιο νερό εδώ.](#)

## 8) MMS

**Το MMS χρησιμοποιείται πολλές δεκαετίες ως καθαριστικό και για κάθαρση νερού.** Εδώ και μερικά χρόνια, αφού ο Αμερικάνος Jim Humble δοκίμασε με θετικά αποτελέσματα τη χρήση του στον άνθρωπο, το MMS έχει γίνει μια ‘μυστική συμβουλή’ και λέγεται πως έχουν θεραπευτεί αμέτρητες ασθένειες. Είχε γίνει και μια μεγάλη εφαρμογή και χορήγηση σε μεγάλο αριθμό ατόμων στην Αφρική, τα οποία ήταν φορείς της ελονοσίας. Το μεγάλο αυτό πείραμα είχε, απ’ ό,τι φαίνεται και την έμπρακτη υποστήριξη του ερυθρού σταυρού και τα αποτελέσματα ήταν κυριολεκτικά θαυμάσια: Όλοι όσοι συμμετείχαν σε αυτό το πείραμα θεραπεύτηκαν με μία ή δύο μόνο δόσεις! Μετά από κάποιο καιρό, ο Ερυθρός Σταυρός διέψευσε τη συμμετοχή του σε αυτό το πείραμα (μάλλον λόγω πιέσεων από το φαρμακευτικό λόμπι).

Η δική μας συμβουλή σχετικά με την ουσία αυτή είναι, να κάνετε την δική σας έρευνα και να μην την απορρίψετε χωρίς να εμβαθύνετε στο θέμα...

## 9) Προστασία από Ακτινοβολίες

**Η Προστασία από Ακτινοβολίες είναι κάτι το οποίο στην εποχή που ζούμε είναι ΑΚΡΟΣ ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΟ ΓΙΑ ΟΛΟΥΣ!** Ειδικά η λεγόμενη (δήθεν) πανδημία η οποία φαίνεται να σχετίζεται άμεσα με το φαινόμενο του 5G, μας δείχνει άλλη μια φορά πόσο σημαντική είναι η προστασία όλων μας από βλαβερές ακτινοβολίες. Η βλαβερή ακτινοβολία αποδυναμώνει το ανοσοποιητικό σύστημα και αυτό μας κάνει στη συνέχεια ευάλωτους σε πολλές επιθέσεις από χημικά και μικροοργανισμούς αλλά και σε αυτοάνοσα. Άρα η προστασία μας όταν ζούμε σε έναν κόσμο μολυσμένο παντού με βλαβερές ακτινοβολίες είναι μονόδρομος εάν η υγεία μας είναι σημαντική παράμετρος της ζωής μας. Ως ειδικοί στη Γεωπαθολογία έχουμε εδώ και πολλά χρόνια μια τέλεια λύση στο πρόβλημα της βλαβερής ακτινοβολίας. [Δείτε περισσότερα εδώ.](#)

**Σε αυτό το σημείο θέλουμε να κλείσουμε την σύντομη λίστα μας με την οποία ο καθένας μπορεί να διατηρήσει μια καλή ισορροπία ή/και να θεραπεύσει τον εαυτό του εφόσον έχει βγει εκτός ισορροπίας. Ευχόμαστε σε όλους ισορροπία και αρμονία και έτσι πάντα μια καλή, δονούσα και ακτινοβόλα υγεία! (Κατεβάστε αυτό το αρχείο σε μορφή PDF εδώ)**

με

**ΑΓΑΠΗ & ΦΩΣ**

πάντα

**αλέξανδρος m. pfaff**