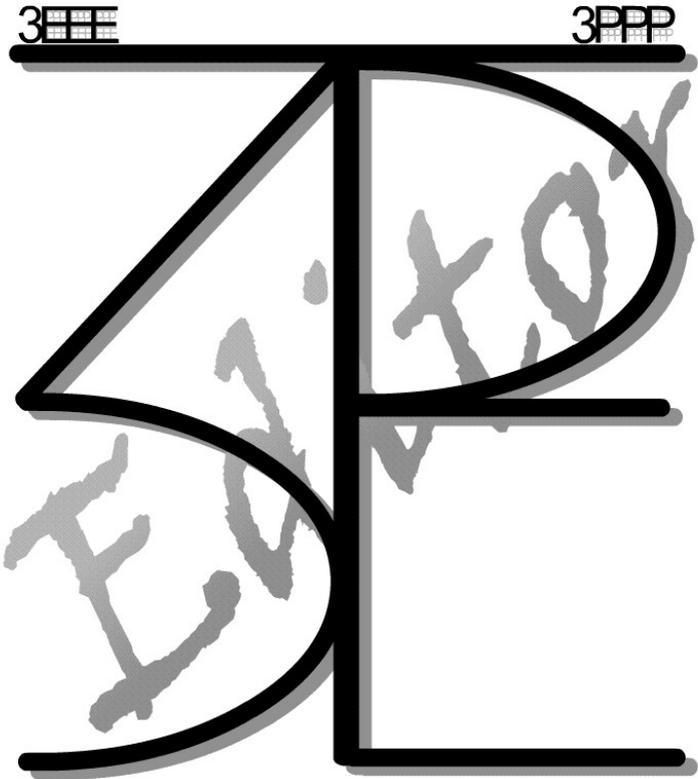


3E/3P-Editor, Juice Clinic, Manhattan Juice Clinic, MJC, and the MJC logo



are registered trademarks of Olymp Business Consulting, Inc.



ROMAN SCHREIBER

Das Wunder von Süsel

Es war und ist NUR die Natur!

**3 - P - Verlag - PPP
Pleasure - Publisher - Porto
Plesir - Publication - Paris**

**3 – E – Verlag – EEE
Exeter - Edition - England
Exquisit - Edicion - Espana**

**Pictures by
Benjamin's Dinosaur Museum**

Kolbnitz / Österreich, April 2011

Inhaltsverzeichnis

Inhaltsverzeichnis	5
Über den Autor Roman Schreiber	6
Was hat sich nicht alles in den letzten Jahren getan!	8
Altes Vorwort	9
Ergänzttes Vorwort Januar 2018	11
Die halbe Vorgeschichte	15
Ein sonntäglicher Mutmacher	34
Die Manhattan Saft Therapie, aber jetzt geballt	36
Die alte Verkäuferseele	64
Die Natur sorgte bereits in nur wenigen Wochen für Verwunderung	66
Die erste Erleichterung beim Mutmacher	68
Besorgte Nachfrage	72
Optimistische Ortbesichtigung	74
Das Wunder nimmt Formen an	75
Meine ehrliche Erleichterung und Freude	77
In den Händen der Pharmazie	83
Ein 'fürchterlich' umtriebiger 'Dr.'	83
Positive Reaktionen	90
Wonach strebt der Mensch? Nach Anerkennung!	95
Sorgen meiner Sorgen'kinder'	99
Traurige Nachrichten	101
Die kleine Dana	105
1. Süseler Jahrestag mit Säften	114
Es ist schwierig sich zu zerteilen	117
Wenigstens ein super Weihnachtsgruß	125
Das ist toll!	126
Grüße in die Welt	127
Grüße aus Süsel und zurück	130
Verteufelt schlechte Nachrichten aus Süsel	139
Es gibt doch auch wieder erfreuliche Nachrichten	151
Die beste Frucht zur Heilung: Papaya	156
'Gestern' und 'Morgen' in einer Meldung	157
Schon wieder der aufdringliche Schreiber	164
Frühlingserwachen	172
Zum guten Schluss	180
Bisher außerdem vollendet	190

Roman Schreiber



...erst lesen, dann kritisieren...



...schon einmal selbst ein paar Zeilen
zu Papier gebracht?

Roman Schreiber

Roman Schreiber wurde zwei Tage nach der Einführung der 'DM' in der Königin der Hanse geboren. (In nüchternen Worten also am 23.6.1948 in Lübeck, Deutschland.)

Nach Betriebswirtschaftsstudium, fast 20-jähriger Selbständigkeit, dann erfolgreicher Übergabe seiner Firma, konnte er im 'jugendlichen Alter' von 44 sich nun ganz den schönen Dingen des Lebens hingeben. Weil er davor gearbeitet und gelebt hatte, als seien es mehr als 70 Jahre gewesen!

Heute, 18½ Jahre weiter, vertreibt er sich die Zeit, indem er mit seiner Familie immer noch mal wieder umzieht, stets auf der Suche nach dem idealen Platz zum Altwerden. Bislang jedoch nur mit mäßigem Erfolg. Es gibt nämlich keinen Flecken auf dieser Erde, der diesem stets kritischen Zeitgenossen so gut gefiel, dass ein Verweilen auf ewig lohnte! Allerdings ist er inzwischen in Kärnten, sehr nahe dran, weil ein Aufenthalt für mindestens 10 Jahre geplant ist; 1½ Jahre sind davon nun auch schon wieder verstrichen. Dennoch, wenn es wahr sein soll, dass alle Lübecker, die in ihrer Jugend in die Ferne aufbrachen, um 'zum eigenen Ende hin', oder wenn sie mindestens erwachsen geworden sind, schließlich wieder in Lübeck zu landen, dann wird das wohl nicht auf diesen romanschreibenden Reiselustigen zutreffen, noch nicht einmal, wenn er des Reisens irgendwann einmal müde geworden ist. Warum? Das ist aus seinen kleinen Büchern zwischen einigen Zeilen immer wieder herauszulesen.

3-P-/3-E-Verlag-PPP/EEE, April 2011

Was hat sich nicht alles in den letzten Jahren getan?

Roman Schreiber wurde zwei Tage nach der Einführung der 'DM' in der Königin der Hanse geboren. (Am 23. Juni 1948 in Lübeck, Deutschland.)

Nach Betriebswirtschaftsstudium am Bodensee, mehr als 20-jähriger Selbständigkeit, Übergabe seiner Deutschlandweit-, manchmal auch Weltweit aktiven Handelsfirma (an zwei Nachfolger, leider ein trauriger Flop! = Er hatte übersehen, dass aus zwei Nullen niemals eine Eins werden kann!), konnte er im 'jugendlichen Alter' von 44 sich nun ganz auf seinen Lebensraum konzentrieren: zu schreiben. Weil er davor gearbeitet und gelebt hatte, als seien es mehr als 70 Jahre gewesen! Heute, auch schon wieder mehr als 25 Jahre weiter, des Reisens und Umziehens immer noch nicht müde geworden, wirklich auf die 70 zugehend (!), stets auf der Suche nach dem idealen Platz zum Altwerden, ist es tatsächlich nur noch eine Frage von wenigen Monaten, bis der geplante 38. Umzug vollzogen wird! Zum gerne Bleiben gehört ja auch, dass die Lebensbedingungen sinnvoll sind. Das gilt besonders für die Möglichkeit sich einzubringen in eine Gesellschaft, ebenso für das gezeigte Engagement belohnt (entlohnt) zu werden.

Die inzwischen fast 700 Video-Produktionen, - die wichtigsten, weil kreativsten, politischsten, sind sichtbar auf der 'Wolke7' - 'Microsoft-OneDrive', also der eigenen Internet-Seite <http://www.romanschreiber.com/> -, der 'große Rest' dazu auf den noch verbliebenen Internet-Portalen Dailymotion und YouTube, zeigen, und bei richtigem Hinhören ist das seit langem zu erkennen, wohin die Reise gehen soll. Eines ist klar, dieses Deutschland, dass ja nur aus 'wirtschaftlichen Vernunftgründen' als kleiner Zwischenschritt genutzt wurde, kann niemals wieder wirkliche Heimat werden und sein!

3-P-/3-E-Verlag-PPP/EEE, Januar 2018

Altes Vorwort

Das Wunder von Süsel. Es klingt so gewaltig und das ist es wohl auch. So großartig wie die Natur nun einmal ist! Zweifler sollten versuchen sich in die Situation zu versetzen, wo von einem Kranken am Ende des langen Weges der Schulmedizin jede fremde Hilfe mehr als willkommen angenommen wird, in der Hoffnung auf wirkliche Heilung. - Eigentlich wäre mit dem Ausdrucken der Kopien zweier wichtiger E-Mails das ganze Thema durch. Ich will es dem Leser und mir aber nicht so einfach machen und mein Bangen und Hoffen geht ja weiter, wird ganz sicher ein ewiger Begleiter dieses Mannes sein.

Das Thema 'Krebs-krank' zu sein ist natürlich nun nicht so prickelnd für die, die zum Glück nicht betroffen sind. Es gibt so viel kluges Geschriebenes, dass meistens dann hervorgekramt wird, wenn es für den Einzelnen schon zu spät ist. Dieses kleine Buch soll belegen, dass es NUR die Natur ist, die wahre Wunder schafft. Etwas spaßig könnte ich bemerken, dass es schon ein Wunder ist, das Titelbild zu verstehen. Es ist nur die simple Darstellung des Krebs-Kreislaufs. Als Krebs bezeichnet man entartete Zellen, bei denen der Regelmechanismus von Wachstum, Reifung, Teilung und Absterben von Zellen gestört ist. Krebszellen teilen sich aufgrund dieser Störung häufiger als gesunde Zellen, sodass es zu einer unkontrollierten Vermehrung kommt und sich eine Geschwulst beziehungsweise ein Tumor bildet. Ich will, möchte und kann auch gar nicht hier tiefer in diese Problematik einsteigen. Die Internetplattform Onmeda formulierte die beiden vorigen Sätze so prächtig und

einleuchtend, dass ich sie übernahm, denn sie umfassen 'alles'. Einen lustigen Krebs im Photoshop zu bearbeiten, wäre dem Thema sicher auch nicht gerecht geworden! - Ich wünsche niemand die schrecklichen Erfahrungen, die unser 'Wundermann' hat durchleiden müssen. Tragisch ist, dass trotz ausgesprochener 'Heilung', die Leidensgeschichte niemals beendet scheint. Aus der Distanz und ganz sicher nicht immer mit allen Einzelheiten an Informationen ausgestattet, ist es für mich schwer, stets die richtigen Worte zu finden, wenn neue Hiobsbotschaften aus dem Norden bei mir eintreffen... deren Ursachen in der Vorgeschichte liegen. Aber ich versuche es, ich bemühe mich und Sie, liebe Leser, können sich davon überzeugen. - Und wenn es mir gelungen ist, dem einen oder anderen Leser ein bisschen Mut gemacht zu haben, doch auch einmal der Natur zu vertrauen und besonders kritisch gegenüber der Pharmazie und ihren Handlangern zu sein, dann hat dieses Büchlein seinen Sinn erfüllt. Die Schulmedizin ist nur eine Weiterentwicklung der Naturmedizin, allerdings mit zum Teil erheblichen Nebenwirkungen! Und diese Nebenwirkungen sind es, die dieses Buch eben nicht nach nur zwei erhaltenen Kopien von E-Mails haben enden lassen. Gute Unterhaltung zu wünschen, bei diesem Thema, ist schon gewagt, aber ich tue es trotzdem. Es tauchen bestimmt auch einige nette Begebenheiten zwischen den Zeilen auf, die uns alle Schmunzeln lassen.

Ihr

Roman Schreiber

April 2011, Kolbnitz, Kärnten, Österreich

Ergänzttes Vorwort Januar 2018

Ich will die vor so vielen Jahren zu Papier gebrachten Zeilen gar nicht alle durchlesen. Ich kenne ja den Inhalt. Ich habe eigentlich auch ganz anderes vor, als in alten Büchern Ergänzungen vorzunehmen. Aber hier ist ein besonderer Fall, denn das Thema Gesundheit ist permanent existent, meistens bei denen, die wirklich bedürftig sind, aber auch das nicht nur bezogen auf die Tatsache ihrer Krankheit, sondern es fehlt den meisten Menschen ja 'an allem'. Ich weiß, ich bin schrecklich direkt. Das können nicht alle vertragen. Aber die vertrugen es über Jahrzehnte, so glaubten sie wenigstens, ihrem Körper ausschließlich Müllfraß anzubieten und ihn damit krank zu machen.

Mit wenigen Gläsern allerbesten Saftes ist nichts, aber auch gar nichts zu erreichen. Das ist dann schwerlich zu verstehen, für diese große Gruppe der 'Dummen'. Wenn ich von 95% dummer Menschen ausgehe, dann klingt das zunächst ja gewaltig überheblich, doch wer sich an diesem Prozentsatz stört, schreibe mir einmal und beweise mir das Gegenteil! Es fängt beim simpelsten zu formulierenden Satz an, glauben Sie mir bitte!

Ich habe vielen Menschen vom 'Wunder von Süsel' erzählt. Das interessiert ja nur am Rande! Dass die völlig unwichtige Madame soundso über den Kampf gegen ihren Krebs ein Büchlein schrieb, dass wird erwähnt, wahrscheinlich dann sogar noch überteuert, weil unsinnig, gekauft! Das ist das, was mich immer härter formulieren lässt, weil es die Dummheit war, die die natürlich Hilfesuchenden Menschen zu mir trieb, in Form von zuvor erlebten Enttäuschungen, von voll-

mundig präsenten Scharlatanen! Das macht mich 'rasend', weil es ungerecht zugeht in der Welt! - Ja, es ist nicht leicht, ein neuer Albert Schweizer zu sein, so könnte ich klagen...

Damals, als ich voller Stolz meine Erlebnisse mit diesem dann ehemaligen Krebspatienten in diesem Büchlein festhielt, ich kann mich noch sehr gut erinnern, da wartete ich auf das (gar nicht notwendige) OK dieses beschriebenen Mannes zur Veröffentlichung im Buch mit vollem Namen usw. Das Buch war komplett fertig. Ich musste es nur zu Amazon, damals noch, hochladen. Eine Korrektur oder eine neue Bearbeitung, dann ohne Namen usw. war gar nicht möglich, wenigstens nicht an meinem damaligen 'Arbeitsplatz'. Ich war nämlich tatsächlich in 'Chicago-land', also in Naperville, im Büro meiner dann zur eigenen Firma gewordenen 'Zufalls-Bekanntschafft' via Internet. Ich hatte gar nicht die Tools auf meinem neuen Laptop, der richtige Computer mit allen Programmen stand in Kärnten. Ich war geplant drei Wochen in den USA, so lange wollte ich nicht warten. Ich glaube auch, dass ich Amazon schon das Uploaden dieses und anderer neuen Werke ankündigte.

Aber ob man es glaubt oder nicht, es erreichte mich per E-Mail in Naperville die zuvor von mir forcierte Antwort; ich erwartete natürlich nur eine positive, eine bejahende, diese Familie meinte tatsächlich, dass ich doch besser ihren Namen nicht veröffentlichen sollte! Man befürchtete quasi eine Art Kultstätte zu werden, also ein Pilgerort für Hilfesuchende...

Ich schrieb damals, ich weiß nicht, ob irgendwo einmal eine Kopie dieser Mail auftaucht, dass der Druckprozess via Amazon leider nicht mehr zu stoppen sei...

Danach war dann, meine ich, irgendwie auch Funkstille... Nein, nicht ganz. Traurige Nachrichten wurden mir gesandt, die letztlich nur bewiesen, dass diese lieben Menschen permanente Betreuung benötigt hätten! Ich erinnere die Schilderung dummer Unfälle des braven Mannes. Irgendwie hatte er sich wohl die Schulter ausgekugelt... Dann Zahnarztbesuche... und was gab man ihm, bzw. was nahm der Kerle auch an: Antibiotika. Wundervoll! Dazu Medizin ohne Ende und das alles brachte sein komplettes Immunsystem wieder durcheinander. Er lag wohl in der Uni-Klinik Kiel wegen einer Schulter-Operation. Im Nebenbett ein 'Unwissender', der ihn negativ bzgl. Karottensatz bequatsche und sogar noch von der dortigen Ärzteschaft mit völlig falschen Fakten zum Karotin verunsicherte... Wo war das Selbstbewusstsein, das Wissen, dass ich in ihm zuvor aufgebaut hatte!? ... Wie dort oben in norddeutschen Landen dann die Geschichte weiterging, es entzieht sich meiner Kenntnis. Ich habe nur wieder von dieser Familie erfahren, von der dann zur Witwe gewordenen zuvor so positiven Mitstreiterin, als es leider zu spät war.

Was lernen wir daraus? Ein einmal eingeschlagener Weg kann doch nicht so einfach wieder verlassen werden, ohne dass man mit irgendwelchen Folgen rechnen muss! In jedem pharmazeutischen, eigentlich krankmachenden Produkt, wird zunächst auf

Nebenwirkungen und Risiken hingewiesen. Wenn nun aber ein Mediziner auf vermeintliche 'Nebenwirkungen' der Natur hinweist, dann beweist der damit nur seine große Unkenntnis, um nicht Dummheit zu schreiben! Wenn dann ein kranker Mensch, immer noch verunsichert, durch, in diesem Fall über zuvor zehn lange Jahre erlebte Leidensgeschichte, weil eine starke Hand nicht zur Seite stand, quasi umfällt und plötzlich wieder Pharmaziehörig wird und diese Bomben einnimmt... Dann ist er natürlich selbst verantwortlich für sich und seine Entscheidung, dann würde ich als Witwe diese Dilettanten aber vor Gericht gezerrt haben, denn die Pharmaziebomben haben sicher sein Leben ausgelöscht! Nicht die Natur!

Als ich damals vom Tod dieses Mannes erfuhr habe ich bitterlich geweint! Einmal, weil es ein sehr netter Mensch war, der nicht so früh hätte sterben müssen! Dann aber vor Wut, denn man hatte mich nicht rechtzeitig eingeschaltet! Wer immer dafür verantwortlich war, muss das mit sich ausmachen!

Am 22. Dezember 2011 verstarb Siegfried Westphal. Kurioserweise ist das der Tag des Geburtstages meiner Mutter. Auch die hätte, wenn sie mit der gleichen Besessenheit, wie sie 'Frechheiten' in die Welt setzte, meiner Saft-Therapie gefolgt wäre, und sich nicht einer idiotischen Brustkrebsoperation unterzogen hätte, noch mehr als nur ein knappes Jahr weiterleben können. Sie verstarb am 12.12.2012 um ca. 12 Uhr... Das ist eine ganz andere Geschichte, natürlich.

Die halbe Vorgeschichte

Vor rund 20 Jahren leistete ich einen etwas irrwitzigen Schwur: Ich wollte niemals zurückkehren in meine Heimatstadt Lübeck, nie wieder nach Deutschland. Ein ebenso verrückter, weil so nicht zu erwartender Anlass, ließ mich meine damals ausgesprochenen Worte vergessen; ich hatte meinen knapp zwei Jahre älteren Bruder auf seiner letzten Reise zu begleiten. Das war so natürlich nicht geplant und wie grausam musste diese Situation erst für unsere Mutter sein, die fast 87-jährig dann die Frage stellte: „Warum er und nicht ich?“ Und alle anderen fragten natürlich auch. Komisch, dass offensichtlich NUR ich die Antwort kannte!

Eine kleine, eigentlich traurige Story genau dazu passend, bringt den geneigten Leser dieser Zeilen auch der Antwort näher: Eines Tages kam der Coca Cola-Repräsentant für das Gebiet Ostholstein, Scharbeutz etc. in das Geschäft, wo mein Bruder nicht nur seine Getränke kaufte. Da fragte der Verkäufer dieses Marktes den Coca Cola-Mann, "Sagen Sie mal, könnten Sie auch 5 Liter Kanister mit Coca für uns organisieren?" - Die Antwort des Coca-Cola-Mannes war: "Wieso, ist Herr Schreiber Ihr Kunde?" ... Es hatte sich herumgesprochen, dass mein Bruder ca. 3 - 4 Liter Coca-Cola pro Tag, in den letzten 10 Jahren also rund 10.000 Liter Coca-Cola getrunken hatte...

Mehr brauche ich intelligenten Menschen doch wohl nicht zu erklären, und wenn 'Sie' dann sich noch vorstellen, dass ein Glimmstängel nach dem anderen durch die Lunge gezogen wurde, die Zigarette ging niemals aus und die Berge von Süßigkeiten und

Weißmehlschleckereien ihn schon in die Nähe vom späten Elvis brachten! Obwohl, ganz so auffällig aufgeschwemmt war er nicht, wenn ich mit ihm über Skype und per Kamera korrespondierte und mich über seine Ernährung ausließ. Ja, er verspottete mich geradezu und biss gewöhnlich noch in einen schönen Keks in den Stunden des Vormittags, wenn meine Frau mich zu unserer 'zweiten morgendlichen Safrunde' vom Computer abrief...

Ich hatte tatsächlich keine Vertreter von Coca Cola, Marlboro, Bahlsen oder Haribo während dieser speziellen Trauerfeier gesehen. Wohl aber einen, wie alle anderen kreidebleichen Besucher, der mir als ehemaliger Kollege meines Bruders vorgestellt wurde. Zehn Jahre zuvor, und so lange war dieser Mann nun schon arbeitsunfähig, wurde er an Lungenkrebs operiert, soweit das überhaupt operabel war, wie er berichtete. Nun sei eine neue Metastase aufgetreten. Er und seine Frau waren fix und fertig und sie befürchteten wirklich das Schlimmste. Ich nahm Gelegenheit, selbst im 'Trauerhaus', etwas intensiver mich dieser Beiden anzunehmen. Mir wurde sogar ziemlich unflätig von der frischen Witwe häufig der Mund verboten, weil die doch der irrigen Auffassung war, dass nun alle Welt auf die gleiche Weise, wie sie selber, leiden und die Trauer ausleben würden.

Die beiden Gezeichneten hingen an meinen Lippen und meinen Worten und wollten immer mehr hören. Die Schwägerin wollte trauern, die Beiden wollten leben! Ich versprach ihnen meine Kenntnisse, die ich mir ja auch nur angelesen hatte, sofort nach meiner Rückkehr per E-Mail zuzusenden.

Gesendet: Montag, 24. November 2008 11:25

An: siegfried.westphal.suesel@t-online.de

Cc: contact@romanschreiber.com; info@manhattanjuiceclinic.com

Betreff: Ein Gruß von ganzem Herzen... und wichtiger: auch noch mit Verstand!

Attachment:



ROMAN SC
HREIBER - Sie

Noch einmal Hallo nach Süsel!

Ich hab nur einige wichtige Seiten herauskopiert aus meinem Büchlein ... 'Die Manhattan Saft-Therapie' ... es ist noch gar nicht auf meinen Internetseiten zu finden, weil mein Sohnemann leider mehr in der Luft, als auf dem Boden ist...

Die RICHTIGE Ernährung ist das Einzige, was wir für unseren Körper tun können! Kein Medikament der Welt vermag dem Blut irgendetwas zu liefern, womit der Körper dauerhaft 'Reparaturen' durchführen kann! Fruchtsäfte sind Reiniger des menschlichen Körpers, aber die Früchte müssen reif sein. Früchte versorgen den Körper mit allen Kohlenhydraten und Zucker, die er braucht.

Gemüsesäfte sind dagegen die Baumeister und Erneuerer des Körpers. Sie enthalten alle Aminosäuren, Mineralien, Salze, Enzyme und Vitamine, die der menschliche Körper benötigt. Vorausgesetzt, sie werden roh und ohne Konservierungsstoffe getrunken und richtig extrahiert.

Wir haben einen - und das sehe ich besonders jetzt nach dem Erlebnis bei meiner Schwägerin - extrem guten Entsafter und ich weiß, aber ich wusste es auch schon früher, warum unser Gerät, ein Champion Juicer aus den USA, damals, im Jahre 2000, rund 900 DM kostete! Aber der Nutzen! Und das Ding läuft und

läuft und läuft! Dennoch, wenn er mal den Geist aufgibt, wollten wir eine inzwischen auf dem Markt erschienene Alternative kaufen. Green-Star heißt die Firma. Das Internet wird es Ihnen verraten, oder ich schau mal gerade selber... Klar, Google sagt es uns: http://www.perfektegesundheit.de/shop/default.php?cPath=53_57&gclid=CMqfudeZjpcCFQrsXgodJk6g9A

Der Teuerste ist der Beste! Und das Beste ist für unsere Gesundheit das Wichtigste! Ich bin sicher, es lohnt! So ein 'Luder' werden wir uns in jedem Fall zulegen, wenn unser Champion nicht mehr will... Noch läuft er irre! Diese Maschine meiner Schwägerin, sicher für einen 'Normal-Haushalt' angeschafft, - mit einem Saft pro Tag - eventuell mal alle 10 Jahre -, wahrscheinlich sogar recht teuer gewesen, von Krups, ist gegen das Produkt, was wir haben und SIE brauchen, ein 'Scheißdreck', pardon! Also es ist alles relativ, nur Sie liegen dann später bei der täglichen Nutzung um ein Vielfaches günstiger, weil Ihr Gerät dann mindestens 30% MEHR an Saft aus den Produkten bringt, und vor allem, Ihnen die wichtigen Vitamine liefert! - Jetzt ist genug getippt, für den Moment. - Wenn Sie Fragen haben, wir sehen uns ja vielleicht am Donnerstag. Ich bin am Samstag, wohl ab 18:00 Uhr wieder in der Champagne und mein Computer läuft dann, also bin ich auf Empfang!

Beste Grüße und ich bitte um Zwischenmeldungen über den Gesundheitszustand vom Siegfried! Es muss doch wieder 'Farbe' ins Gesicht dieses Kerls kommen!
Ihr

Dr. Roman Schreiber

<http://www.romanschreiber.com/> contact@romanschreiber.com
info@manhattanjuiceclinic.com

ROMAN SCHREIBER
Die
Manhattan
Saft-Therapie



Vorwort

Ich habe die Antwort auf jede Gesundheitsreform: Fangen Sie bei sich mit einer Veränderung Ihrer Ess- und Lebensgewohnheiten an! - Äußere Sauberkeit ist der erste wichtige Schritt zu einem gesunden Körper, aber er muss einhergehen mit der Reinheit unserer natürlichen Ausscheidungs-Kanäle, wie den Lungen, den Hautporen, den Nieren und dem Darm. Unsere Saft-Therapie stützt sich dabei auf über 200 Jahre alte Erkenntnisse von Menschen in der ganzen Welt, die durch ihre Erfahrungen und Forschungen auf dem Gebiet der Saft-Therapie phänomenale Erfolge erzielt haben. Hervorheben muss ich Dr. Norman Walker, der bereits 1910 in New York das 'Norwalk-Laboratorium für Ernährung und Forschung' gründete und im Jahre 1930 seinen größten Beitrag mit der Entdeckung des therapeutischen Wertes von Obst- und Gemüsesäften leistete. Aus eigener Erfahrung kann ich viele der Ergebnisse des Dr. Norman Walker nur bestätigen, der übrigens erst im Alter von 115 Jahren an den Folgen eines Verkehrsunfalls ums Leben kam. Das gilt besonders für seine alte Behauptung, dass nur ein Champion-Entsafter die gewünschten Resultate liefert.

Es gibt inzwischen auch andere Produkte auf dem Markt mit ähnlichen Werten. Natürlich ist jeder rohe Saft, der mit einem anderen Entsafter gewonnen wurde, besser, als überhaupt kein Saft. Ich zitiere Dr. Norman Walker, dem wir diese großartigen, hier zusammengetragenen Erkenntnisse verdanken, und auf den ich mich selbstverständlich im gesamten Werk beziehe, auch wenn vielleicht manche wörtlich übernommene Formulierung heute veraltet, gar überholt klingt. Immerhin stammen seine Forschungsergebnisse zum Teil schon aus den 1930'er und 1940'er Jahren: „Impfstoffe, Medikamente, Hitze, Elektrizität und eine Vielzahl herkömmlicher Patentrezepte haben sich als wertlos erwiesen. Die Linderung von Schmerzen heilt nicht die Ursache! Wenn der Körper leidet, weil die grundlegenden Gesetze seiner Ernährung missachtet werden, dann muss die Reinigung des Organismus von Ablagerungen erfolgen und eine Ernährung mit lebendiger Nahrung aus frischem Gemüse und frischen Früchten die zurückgehende Energie und Vitalität zumindest teilweise wiederherstellen. Wenn diese Nahrung in Form von frischen, rohen, richtig gepressten Säften getrunken wird, zeigen sich die Ergebnisse schneller und deutlicher, sobald man Ärger und Frustrationen aus seinem Bewusstsein entfernt!“ Es liegt an Ihnen selbst, weise Worte für sich nützlich einzusetzen. Ich finde, es ist nicht schlimm dumm zu sein, es ist viel schlimmer an diesem Zustand nichts zu ändern.

Ihr

Roman Schreiber

Chalons-En-Champagne, Frankreich, Juli 2008

Bitte beachten Sie, dass Kinder und Jugendliche nur die Hälfte der angegebenen Saftmengen trinken sollten. Wenn Sie die Karotten vorbereiten, schneiden Sie diese ca. einen Zentimeter unter dem Ring ab, wo die grünen Stiele anfangen. Um Spritzmittel usw. zu beseitigen, waschen Sie das Gemüse gründlich mit viel kaltem, laufendem Wasser und benutzen, wenn nötig, eine harte Bürste. Verwenden Sie möglichst einen geeigneten Entsafter, der die Früchte und Gemüse **zerreißt und zugleich hydraulisch** presst. Es gibt auf dem Markt einige zwar teure, dafür aber sehr leistungsfähige Geräte. Wenn Sie einen anderen Entsaftertyp verwenden, ist es notwendig die Mengen zu erhöhen. Jeder Saft, so er frisch und roh ist, ist besser, als gar kein Saft!

Erwachsene sollten täglich mindestens $\frac{1}{2}$ Liter der angegebenen Rezeptmischungen über mehrere Wochen hinweg trinken, um spürbare Resultate zu erzielen. Die Säfte sind in der Reihenfolge ihrer größten Wirksamkeit bei der jeweiligen Krankheit genannt. Sie sollten so viel Saft trinken, wie Ihnen bekommt und sich nicht quälen, um die zum Teil bewusst vielfältig vorgeschlagenen Varianten zu konsumieren. Natürlich erreichen Sie spürbar schnellere, schmerzlindernde Resultate, je mehr Saft Sie trinken. Wenn Sie die eine oder andere Saftmischung aber nicht mit Ihren im Hause vorrätigen Lebensmitteln gewinnen können, nehmen Sie einfach eine andere beschriebene Mischung, die Ihnen bekommt.

Als Krebs bezeichnen wir Gruppen oder Nester von Epithelzellen, die aufgrund fehlender organischer Nahrung halb verhungert sind. Sie gedeihen beim Verzehr konzentrierter Stärkeprodukte und von Fleisch. Als eine der Mitursachen bei der Krebsentwicklung hat sich lang andauernder Ärger herausgestellt. (Lesen Sie das Kapitel Karottensaft!)

Trinken Sie täglich zunächst einen ½ Liter frisch bereiteten Saft aus ca. 500g Karotten. Zwei Stunden später sollten Sie nun einen ½ Liter Saft trinken, bereitet aus ca. 300g Karotten und ca. 200g Spinat.

10:00 Uhr 500g Karotten



12:00 Uhr 300g Karotten



200g Spinat



Wiederholen Sie die Prozedur am Nachmittag bis in den Abend mit den gleichen Mengen Saft.

14:00 Uhr 500g Karotten



16:00 Uhr 300g Karotten



200g Spinat



Äußere Sauberkeit ist der erste Schritt zu einem gesunden Körper. Jede Anhäufung oder Zurückbehaltung von krankhaften Stoffen oder von Abfallprodukten jeder Art in unserem Körper verzögert unsere Fortschritte in Richtung Genesung. Die natürlichen Ausscheidungskanäle sind die Lungen, die Hautporen, die Nieren und der Darm.

Schwitzen entsteht durch die Tätigkeit der Schweißdrüsen, die Gifte ausscheiden, die für uns schädlich wären, wenn sie im Körper zurückblieben. Die Nieren scheiden die Endprodukte der Nahrung und des Körperstoffwechsels aus, die sie von der Leber bekommen. Der Darm scheidet nicht nur den Nahrungsabfall aus, sondern auch Abfallstoffe, die man Körperabfall nennt, nämlich die aufgebrauchten Zellen und Gewebe - das Ergebnis unserer körperlichen und geistigen Aktivität -, die, wenn sie nicht beseitigt werden, Eiweißfäulnis hervorrufen, was zur Vergiftung oder Übersäuerung führt.

Das Zurückbehalten dieses Körperabfalls hat eine viel heimtückischere Wirkung, als man gewöhnlich erwartet, und eine Besichtigung ist einer der ersten Schritte in Richtung auf einen spürbaren Fortschritt. Eine wirksame Methode, diese Beseitigung rasch zu bewirken - vor allem bei Erwachsenen - ist die folgende:

(Aber bitte wenden Sie dieses Entgiftungsverfahren NICHT bei Appendizitis oder einer Neigung dazu an!)

Als erstes trinken Sie am Morgen nach dem Aufstehen ¼ Liter Salzlösung oder mischen Sie

einen Esslöffel voll Glaubersalz (Natriumsulfat) in einem $\frac{1}{4}$ Liter warmem oder kaltem Wasser.

Der Zweck dieser Salzlösung ist nicht hauptsächlich, den Darm zu entleeren - was sie jedoch ohnehin tut - sondern vielmehr Giftstoffe oder Körpergifte, falls sie vorhanden sind, in den Darm zu ziehen und auszuscheiden. Diese Salzlösung wirkt auf den giftigen Lymph- und Körperabfall, wie ein Magnet Nägel und Metallspäne zu sich heranzieht. Der Körperabfall wird so in den Darm gezogen und in einer Serie von Darmentleerungen, die zusammen 4 Liter oder mehr ausmachen können, aus dem Körper entfernt. Würde man nichts tun, um die ausgeschiedenen Substanzen durch etwas von gleichem Volumen zu ersetzen, würde der Körper natürlich in diesem Ausmaß entwässert. Darum ersetzen wir die beseitigten giftigen oder sauren Stoffe, indem wir 2 Liter frisch gepressten Zitrusfruchtsaft trinken, den wir zur rascheren Absorption im Körper mit 2 Liter Mineralwasser verdünnen. Dies führt zu einer alkalischen Reaktion in unserem Organismus. Der Zitrusaft wird frisch und in folgenden Anteilen bereitet:

4 große oder 6 mittelgroße Grapefruits, 2 große oder 3 mittelgroße Zitronen und genügend Orangen, um eine Mischung von insgesamt 2 Litern zu erhalten. Fügen Sie 2 Liter Mineralwasser hinzu. Trinken Sie von dieser Mischung einen $\frac{1}{4}$ Liter, eine halbe Stunde nachdem Sie die Salzlösung zu sich genommen haben. Danach trinken Sie ein Glas des verdünnten Saftes alle zwanzig bis dreißig Minuten, bis die 4 Liter Saft

aufgebraucht sind. Essen Sie den Tag über nichts; wenn Sie gegen Abend sehr hungrig sind, können Sie Orangen oder Grapefruits essen oder deren Saft oder etwas Selleriesaft trinken.

Bevor Sie abends zu Bett gehen, machen Sie in kniender Stellung einen Einlauf, wobei Sie etwa 2 Liter Wasser verwenden, das etwas kälter als lauwarm ist und in das Sie den Saft von 1 bis 2 Zitronen gegeben haben.

Der Zweck dieses Einlaufs ist es, aus den Falten des Dickdarms und des übrigen Darms alle Abfallstoffe zu entfernen, die dort verblieben sein mögen und die andernfalls während des Schlafs in den Organismus gelangen können.

Wiederholen Sie diese Entgiftung an drei aufeinander folgenden Tagen. So werden ca. 12 Liter giftige Lymphe aus dem Körper entfernt und durch 12 Liter alkalische Säfte ersetzt. Dies beschleunigt die Realkalisierung des Organismus.

Am vierten Tag und an den darauf folgenden Tagen beginnen Sie damit, Gemüsesäfte zu trinken und Gemüse und Früchte zu essen, jeweils roh.

Sie brauchen nicht erschrecken, wenn Sie sich während oder nach dieser Entgiftung etwas schwach fühlen. Die Natur benutzt unsere Energie für die Reinigung in unserem Inneren, und Sie gewinnen bald größere Energie und Vitalität zurück - die Folge eines sauberen und gesunden Körpers!

¼ Liter Salzlösung

oder

ein Esslöffel voll Glaubersalz (Natriumsulfat) in einem ¼ Liter warmem oder kaltem Wasser. Nach

ca. 30 Minuten trinken Sie alle 20 / 30 Minuten ein Glas von dem 4 Liter Saft-Gemisch bestehend aus:

4 große oder 6 mittelgroße Grapefruits,



+ 2 große oder 3 mittelgroße Zitronen



+ genügend Orangen,



um eine **Mischung** von **insgesamt 2 Litern** zu erhalten.

Fügen Sie **2 Liter Mineralwasser** hinzu. = **4 Liter** Gemisch.

Trinken Sie **alle 20 / 30 Minuten 1 Glas** davon.

Essen Sie den Tag über nichts; wenn Sie gegen Abend sehr hungrig sind, können Sie Orangen oder Grapefruits essen oder deren Saft oder etwas Selleriesaft trinken.

Endokrine Drüsen

Ohne das endokrine Drüsensystem könnte der menschliche Körper nicht bestehen. Die Drüsen in unserem Körper sind die aktivierenden Organe, die für

jede Funktion und für jeden Vorgang in unserem Körper verantwortlich oder daran beteiligt sind.

Es gibt Drüsen mit innerer Sekretion und Drüsen mit äußerer Sekretion. Alle diese Drüsen stellen in winzigen Mengen Substanzen her, die wir als Hormone kennen.

Hormone sind Produkte, die in den Drüsen gebildet und in den meisten Fällen an das Blut oder an die Lymphe abgegeben werden, während sie in manchen Fällen eine Art elektrischen Kontakt an einer Stelle herstellen, um eine Wirkung an einer anderen und vielleicht entfernten Stelle auszuüben, aufzuheben oder zu mildern.

Endokrin bedeutet, dass die Bildung von Hormonen innerhalb der Drüse stattfindet, ohne dass es einen Ausführungsgang gibt. Die Abgabe erfolgt durch Osmose aus dem Inneren der Drüse durch die Haut, und das Hormon wird außerhalb der Drüse vom Blut oder von der Lymphe eingesammelt.

Drüsen mit äußerer Sekretion sind jene mit einem oder mehreren Ausführungsgängen, die direkt vom Ort der Hormonbildung in der Drüse aus der Drüse hinaus ins Blut oder in die Lymphe oder in die Umgebung der Drüse führen. Die Mandeln und der Appendix (Wurmfortsatz des Blinddarms) sind Drüsen mit äußerer Sekretion. Die Mandeln geben ihre Hormone an den Rachen ab, während der Appendix sein Produkt in den Dickdarm entlässt.

Die Hormonmenge, die abgesondert wird, ist so winzig, so unendlich klein, dass man zum Beispiel die Hormone von mehr als 20.000.000 Drüsen sammeln

müsste, um sieben Gramm des Zirbeldrüsenhormons zu gewinnen!

Wie jeder andere Körperteil benötigen Drüsen ständig Nahrung, damit sie wirksam arbeiten können. Diese Nahrung sollte von allerbesten Qualität sein, da von den Drüsen eine wichtige, komplizierte und delikate Arbeit verlangt wird.

Das wenige, was wir tun können, damit unser Drüsen-system so wirkungsvoll wie möglich arbeitet, ist, unseren Körper gründlich von Abfall- und Ausscheidungsprodukten sauber zu halten, den Körper mit den besten natürlichen, rohen Lebensmitteln und Säften zu ernähren die es gibt, und zu lernen, wie wir unsere Seele und unsere Gefühle beherrschen können.

Wenn wir diesem Programm die entsprechende Sorgfalt und Aufmerksamkeit widmen, erlangen wir auch die Energie, die wir brauchen, um ein glückliches, nützliches und fröhliches Leben zu führen.

Oxalsäure

Eines der Rätsel des menschlichen Körpers ist die Peristaltik. Diese Funktion findet im Verdauungskanal statt, in den Blutgefäßen und im Geburtskanal sowie im Ausscheidungskanal, und zwar durch aufeinander folgende, wellenartige Bewegungen, die alles, was sich im Kanal befindet, vorwärts zwingen. Es handelt sich um eine Serie aufeinander folgender Nerven- und Muskelkontraktionen und -erschläffungen, ein Vorgang, der ohne Zutun unseres Willens und anscheinend gänzlich automatisch abläuft, soweit es unsere eigene Willenskraft angeht. Die Wirksamkeit der Peristaltik hängt aber natürlich vom Tonus und der gesunden und kräftigen Verfassung der Nerven und

Muskeln dieser Kanäle ab. - Organische Oxalsäure ist eine der wichtigsten Substanzen, die benötigt wird, um den Tonus der Peristaltik aufrecht zu erhalten und sie zu stimulieren. Natürlich ist es ganz offensichtlich, dass jede körperliche Bewegung, die von der unwillkürlichen Tätigkeit der Organe ausgeht, vom Leben in den Zellen und Geweben dieser Organe abhängig ist. Leben ist aktiv; dagegen gibt es keine Tätigkeit im Tod oder in toter Materie, und dies gilt ganz eindeutig auch für die Zellen und Gewebe unseres Körpers. Wenn die wichtigsten Organe oder Teile von ihnen, die zum Verdauungs- und Ausscheidungssystem unseres Körpers gehören, im Sterben begriffen oder tot sind, arbeiten sie gar nicht mehr oder nur noch mit eingeschränkter Wirksamkeit, um es vorsichtig auszudrücken. Ursache dieses Zustandes kann nur das Fehlen oder der Mangel an lebendigen Wirkstoffen in der Nahrung sein, die die betreffenden Zellen und Gewebe ernähren soll. Lebendige Nahrung ist jene Nahrung, die lebendige, organische Wirkstoffe und Enzyme enthält, wie man sie nur in rohen Lebensmitteln findet. Wenn die Nahrung roh ist, entweder ganz oder in Form von Säften, ist jedes Molekül in der Nahrung lebendig, organisch und mit Enzymen gesättigt. Darum ist die Oxalsäure in rohem Gemüse und in ihren Säften organisch, und als solche ist sie nicht nur nützlich, sondern lebenswichtig für die physiologischen Funktionen des Körpers. Oxalsäure in gekochten und verarbeiteten Nahrungs-mitteln ist dagegen tot oder anorganisch, und insofern ist sie sowohl gefährlich als auch schädlich. Oxalsäure verbindet sich leicht mit Kalzium. Wenn beide

organisch sind, ergibt dies eine konstruktive Verbindung, da die erstere die Aufnahme des letzteren im Verdauungskanal unterstützt und gleichzeitig die Peristaltik im Körper anregt. Wenn die Oxalsäure durch Kochen oder Verarbeiten der Nahrungsmittel, die sie enthalten, organisch geworden ist, bildet diese Säure eine feste Verbindung mit dem Kalzium in anderen Nahrungsmitteln, die während derselben Mahlzeit gegessen werden, und zerstört in beiden den Nährwert. Dies führt zu einem Kalziummangel, der Knochenabbau verursacht. Aus diesem Grund sollte man, zum Beispiel, nie gekochten Spinat oder Spinat aus Dosen essen. Was die Oxalsäure selbst angeht, so ist sie häufig die Ursache für die Bildung anorganischer Oxalsäure-kristalle in den Nieren, wenn sie durch das Kochen oder Verarbeiten der Nahrung in eine anorganische Säure umgewandelt wird. Es lohnt sich, daran zu denken, dass die Mineralien in unseren Lebensmitteln, zum Beispiel Eisen, oft nicht vollständig aufgenommen und verwertet werden können, wenn sie durch Kochen anorganisch geworden sind, und dass sie durch chemische und andere Reaktionen häufig die Verwertung anderer Wirkstoffe verhindern. Folglich kann das Eisen in frischem rohem Spinat zu 100% verwertet werden, aber in gekochtem Spinat ist nur ein Fünftel dieser Menge oder noch weniger verwertbar. Vergessen Sie nicht, dass die organische Oxalsäure für unser Wohlbefinden so wichtig ist, dass man die frischen rohen Säfte der Gemüse, die sie enthalten, täglich trinken sollte. Der reichste Gehalt an organischer Oxalsäure findet sich in frischem rohem Spinat-Saft, sowohl in der üblichen Art, als auch im

neuseeländischen Spinat, im Mangold, in Rüben-, Steckrüben- und Senfblättern, im Grünkohl und allgemein in jedem Kohl, sowie im breitblättrigen französischen Sauerampfer.

Wichtige Bemerkung zu den Mengenangaben

Sie werden bei der Zubereitung der Säfte sehr schnell herausfinden, wie viel Gramm die verschiedenen Gemüsesorten tatsächlich an Saft ergeben. Die alte Faustregel, dass die angegebene Menge von 500g Gemüse oder Obst auch wirklich einen ½ Liter Saft ergibt, muss nicht immer genau aufgehen! Ich selber konnte in den letzten Jahren feststellen, dass es schon einen Unterschied macht, ob man zum Beispiel in Andalusien 500g Karotten aus des Nachbarn oder kleinen Obsthändlers Garten nimmt und dann tatsächlich ca. ½ Liter Saft erhält, oder Jahre später, in der Mitte Spaniens, auf die Lieferung durch Supermarktketten angewiesen war, die ihre Ware von den großen Anbaufarmen Spaniens bezogen. Da fehlten mindestens 10% an Saftmenge. Im Augenblick, hier in Frankreichs Champagne, beziehen wir unser Obst und Gemüse natürlich auch wieder nur über die großen Ketten, doch versucht meine Frau auf dem zweimal wöchentlich stattfindenden Markt unsere Versorgungssituation zu verbessern. Das Problem liegt allerdings ein wenig tiefer, denn die wenigen Obst- und Gemüsebauern aus der Region, die früher einmal auf dem Markt ihre Produkte verkauften, die scheuen offensichtlich den mühseligen Weg und sind nur hin und wieder präsent. Und dann oftmals mit Preisen, die ein Einkaufen dort wirklich nicht lohnend machen! Wer fast ausschließlich von Obst und Gemüsen lebt, so wie

ich, bzw. wir in meiner Familie, der wird sehr schnell feststellen, dass wir leider zu den Mühen der Bearbeitung noch den weitaus höheren finanziellen Aufwand zu tragen haben, gegenüber den Fastfood Junkies, die in die Abhängigkeit der Lebensmittelindustrie geraten sind. Gesundheit hat also im wahrsten Sinne des Wortes ihren Preis. Wir nehmen es etwas lockerer und stellen nach jedem Einkauf immer wieder fest, dass wir das Geld, das wir in unsere Ernährung investieren, zum Glück den Ärzten, Pharmakonzernen, Krankenkassen, und Hospitälern vorenthalten! Dennoch: Ich bin fest davon überzeugt, dass wir langfristig günstiger leben, weil wir tatsächlich ohne besonders auffällige Altersprobleme 'alt' werden, Dank unseres konsequenten Verhaltens und der Nutzung der Säfte und ihrer positiven Wirkung. Die Lebensmittelindustrie in Verbindung mit der chemischen-, sprich Pharmaindustrie, hat es in so großartiger Weise geschafft, dass die Böden der Landwirte ohne ihre Produkte keine Erträge mehr bringen. Ich möchte behaupten, dass dahinter Methode steckt. „Friss Du dummer Bürger mal schön unseren zuvor mit Pestiziden verseuchten Kram, dann kommst Du schneller an unsere Pillenabteilungen!“ Den Teufelskreis, den 'die Herrschaften aus dieser Lebensmittelmafia' einmal in Gang brachten, können wir kaum zurückdrehen. Ich will es hier nur anreißen, als man zum Beispiel die Vögel immer mehr aus dem normalen Kreislauf von Saat, Aufzucht, Pflege usw. verdrängte, da konnten sich dann ja die Parasiten so schön ausbreiten und damit die Chemiekeule endlich zuschlagen! Ein Doktor Walker und in die gleiche

Richtung arbeitende Kollegen wurden und werden wahrscheinlich immer noch ein wenig belächelt. Obwohl sie mit ihren Arbeiten bewiesen haben, dass nur ihr Weg der richtige ist! Aber die Mächte der Lebensmittel- und Chemie-Industrie sind so gewaltig, dass es nur sehr schwierig ist, sich aus diesen Fastfood-Ketten - und von diesen - zu befreien!

Es fehlt den Politikern an wirklichen Visionen; es sind in der Realität nur kleine, die Tagesprobleme abarbeitende Bürokraten; wer will sich sonst schon um die anderen kümmern? Aber statt Konzepte über zum Beispiel 'Zurück aufs Land', ich meine, es attraktiver für die Menschen zu machen, wieder aufs Land, in die kleinen Gemeinden zu ziehen, sich regional zu ernähren von dort produzierten Gütern usw., wird lieber darüber nachgedacht, wie die nächste Megametropole mit noch größeren Projekten in die Schlagzeilen kommen kann. - Genug davon, ich will hier nicht weiter politisieren, zumal ja auch einer der positiven Leitgedanken aus Dr. Walkers Werken ist, dass die Säfte eine noch größere Wirkung haben, wenn wir alle negativen Gedanken und den Frust aus unseren Köpfen und Herzen verdrängen.

Noch eine wichtige Anmerkung

Es ist bezeichnend für unsere Gesellschaft, dass sich zu allem und nichts überall geäußert, aber stets im Nachsatz jegliche Verantwortung für Reaktionen daraus ausgeschlossen wird. Alles ist immer 'ohne Gewähr'. Selbst in der englischen Originalausgabe mit dem Titel 'Raw Vegetable Juices - N. W. Walker', und der deutschen Übersetzung, betitelt 'Dr. Norman W. Walker - Frische Frucht- und Gemüsesäfte', diesen,

meinem Buch zu Grunde liegenden Arbeiten, sind diese 'Anmerkungen' nicht zu überlesen. Natürlich ist das juristisch richtig so. Wo Rechtsverdreher Chancen wittern, unrechtmäßig Profit aus einer Situation zu schlagen, da muss entsprechend im Vorfeld formuliert werden. Darum übertrage ich die Bemerkungen auch mit meinen Worten: Die in diesem Buch aufgelisteten Mangelercheinungen, Leiden, Krankheiten und die entsprechenden Rezepturen sollen dem Benutzer als allgemeine Information dienen. Sie basieren auf Erfahrungen und den Ergebnissen intensiver Forschungen durch den anerkannten amerikanischen Wissenschaftler und Mediziner Dr. N. W. Walker in Zusammenarbeit mit Dr. med. R. D. Pope. Die erste Ausgabe datiert von 1936. Die Probleme sind von mir nach sorgfältigster Bearbeitung in dieser leicht überschaubaren Form neu dargestellt worden und da ich einige Krankheitsbilder und die Reaktionen auf eine angewandte Safftherapie selber erfahren konnte, ist nur selbstverständlich für mich, dieses so öffentlich zu machen. Wir haben es beim interessierten Leser mit einem intelligenten Menschen zu tun, der seine eigenen Schlüsse zu ziehen in der Lage ist!

Ein sonntäglicher Mutmacher

Gesendet: Sonntag, 30. November 2008 13:05

An: siegfried.westphal.suesel@t-online.de

Betreff: Nur ein sonntäglicher E-Mail-Gruß nach Süsel

Guten Tag, liebe Westphals!

Sie sind NICHT bei mir vergessen; ich habe, wie nicht anders erwartet, schon eine Menge Informationen auf meinen Computer erhalten, in den Tagen, in denen ich

bei Ihnen allen im Norden weilen durfte... Die will und muss ich noch ein wenig sortieren, dann komme ich gleich auf das uns treibende Thema 'Krebs' zurück.

Unabhängig von allen guten Ideen und Ratschlägen, die Ihnen kompetente und weniger kompetente Menschen geben und gaben, allein die Aufnahme von frischen, rohen Gemüsesäften ist ein wundervoller, ganz wichtiger Schritt in die richtige Richtung, weil NUR aus rohem, frischem Gemüse frisches organisches Wasser gewonnen werden kann! Und NUR dieses erneuert unsere - in uns allen - absterbenden Zellen! Meiden Sie Stärke und Zucker!

Bis 'später,

Ihr

Dr. Roman Schreiber

P.S. nach meinem Besuch auf dem Windberg werde ich heute oder morgen einfach noch ein ganz persönliches Kapitel meinem Buch 'Die Manhattan Saft-Therapie' hinzufügen - MÜSSEN'... Zum einen, wegen dieses tatsächlich vorgefundenen 'Unverständes', ja geradezu großer Ignoranz und Dummheit, die sich durch tägliches Belästigen durch mich, mit nur wenigen 'Tropfen' dieser von mir bereiteten Säfte... in erstaunliche Aufmerksamkeit wandelte! Und das, obwohl das Equipment meiner Schwägerin für den Normalhaushalt ganz ok ist, es auch sicher teure Geräte sind, doch leider große 'Mängel' im angestrebten Sinne hat und zudem mindestens 30% weniger Saftleistung produzierte. (Das ist natürlich KEIN Vorwurf an den Windberg... bei Euch Mimosen im Norden muss man natürlich immer aufpassen, sonst sind alle immer gleich kollektiv beleidigt. Ich

hätte mir ein Gerät kaufen müssen, wenn nicht der 'tolle' Krups im Hause gewesen wäre!) Für SIE, liebe Frau Westphal, ist ein 'normaler' Entsafter nur bedingt brauchbar! SIE brauchen unbedingt für Ihren Mann so eine Maschine, wie ich erzählte, GreenStar, zum Beispiel. Die zerreibt nämlich auch die Fasern der Lebensmittel richtig und beseitigt damit auch die mögliche Sorge von Pestiziden in den Gemüsen und Früchten! Also die Mischung aus hydraulischer und zentrifugaler Bearbeitung macht es!

Die Manhattan Saft Therapie, aber jetzt geballt

Gesendet: Montag, 1. Dezember 2008 17:45
An: siegfried.westphal.suesel@t-online.de
Betreff: Ein erweiterter E-Mail-Gruß nach Süsel

Guten Abend nach Süsel!

Liebe Familie Westphal, ich habe Sie nicht vergessen! Wie könnte ich? Es war nicht ganz einfach, alle aufgelaufenen Dinge, die eigentlich nicht so drängend sind wie das Leben (!), in diesen wenigen Stunden zu aktualisieren. Im Grunde ist ja auch 'fast alles' zuvor gesagt worden. Das wichtigste ist die richtige Ernährung und da gibt es endlose, nützliche Lektüre. Aus meinem kleinen Saftbüchlein kopierte ich gerade noch einmal die im Anhang befindlichen Kapitel. Es ist natürlich die Summe aller kleinen Puzzle, die langsam in jedem Körper Erfolge erzielt. In einem Wettlauf mit der Zeit vermag ich den Sieger nicht zu erahnen, ich kann nur hoffen, dass das Gute siegt, so wie ich stets an das Gute glaube, trotz vieler Enttäuschungen im Leben. Die positive Herangehensweise an eine Sache, das gilt ganz allgemein, war für mich schon immer die

halbe Miete! Ich kann nur aus meinen gemachten Erfahrungen erzählen und das sind eine Menge, und in einer Vielzahl eben eine Menge mehr, als alle Menschen, die ich kenne. Darum wirke ich auf Unwissende oder mich auch überhaupt nicht richtig Kennende, häufig arrogant. Okay, oftmals ist das sogar von mir gewollt. Aber ich bin hier nicht die Hauptperson, sondern der Siegfried... der ja im Nibelungenlied es mit einem Drachen aufnahm, dann wird er 'den Krebs' wohl auch besiegen!

Für den Abend, nur einen schönen Gruß

Ihr

Dr. Roman Schreiber

...zufrieden, wieder zunächst in der Champagne zu sein!

Algen

Millionen Jahre hat der Regen Lage um Lage des Bodens und des Schwemmsandes von den Bergen, von den Hügeln und vom restlichen Land gewaschen. Dies alles gelangte hinab auf den Grund des Meeres und machte das Bett der Ozeane dadurch zum fruchtbarsten Boden auf der Welt. Wenn ich Fleischesser wäre, würde ich Fisch essen. Da sich Fische aus dem Inhalt der Meere und Flüsse ernähren, enthält ihr Fleisch natürlicherweise mehr Elemente - Mineralien und Spurenelemente - als irgendein anderes Tierprodukt. Was Pflanzen angeht, so zählen Meeresalgen zu unseren wertvollsten Zusatznahrungsmitteln. Ihre Wurzeln befinden sich manchmal 6.000 bis 9.000 Meter unter der Meeresoberfläche, ihre Tentakel treiben zur Oberfläche, wo sie mit Hilfe der Sonnenstrahlen zu Knötchen und Blättern aufbrechen. Die Blätter kennt man als

Rotalgen. Rotalgen sind in Schottland, Irland und in vielen anderen Ländern eine wichtige Beigabe zu den Mahlzeiten. In den USA und in Kanada werden Rotalgen in Form von getrockneten Algenblättern als gesundes Nahrungsergänzungsmittel verwendet. Die Algen mit großen Blättern werden gewöhnlich getrocknet, zerstoßen oder gemahlen und in Pulver- oder Granulatform verwendet. Meeresalgen sind eine ausgezeichnete Quelle für organisches Jod und für Spurenelemente, deren Bedarf wir durch unser normales Gemüse und unsere Salate nicht decken können.

Wenn wir bedenken, dass mehr als 59 der Elemente in der Nahrung in gelöster Form im Meerwasser vorhanden sind, können wir verstehen, welchen Wert Nahrungsmittel aus dem Meer haben. Es handelt sich um die folgenden 59 Elemente: Actinium, Aluminium, Argon, Arsen, Barium, Blei, Bor, Brom, Cäsium, Cer, Chlor, Chrom, Eisen, Erbium, Fluor, Gold, Indium, Iridium, Jod, Kalium, Kalzium, Kobalt, Kohlenstoff, Kupfer, Lanthan, Lithium, Mangan, Magnesium, Natrium, Neptunium, Osmium, Phosphor, Platin, Plutonium, Quecksilber, Radium, Rhenium, Rubidium, Ruthenium, Samarium, Sauerstoff, Scandium, Schwefel, Selen, Silber, Silizium, Stickstoff, Strontium, Tantal, Thallium, Thorium, Thulium, Uran, Wasserstoff, Wismut, Yttrium, Zinn, Zink, Zirkonium.

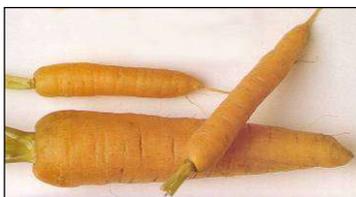
Wenn Sie Algen in Maßen verwenden, können Sie ziemlich sicher sein, Ihren Organismus zumindest mit einigen der Spurenelemente zu versorgen, die für Ihr Wohlbefinden notwendig, in Gemüse, Salaten und Früchten aber nicht enthalten sind.

Wenn Sie der Kalium-Säftemischung aus Karotten-, Sellerie-, Petersilien- und Spinatsaft etwas Algen beigeben, vergrößern Sie den Nutzen, den Sie aus dieser Mischung ziehen können, und Sie werden feststellen, dass sie für das Drüsensystem, vor allem für die Schilddrüse, sehr nützlich ist.

Algen sind in Reformhäusern oder Naturkostläden erhältlich. Verwenden Sie in Ihrem Essen niemals Jod, wie es von Apotheken verkauft wird!

MJC-DE 206

Karotten-Saft



Je nach der Verfassung eines Menschen kann Karottensaft unbegrenzt lange in jeder vernünftigen Menge getrunken werden - von einem ½ Liter bis zu 1 bis 2 Liter täglich oder auch mehr. Er trägt zur Normalisierung aller Körperfunktionen bei. Er ist eine der besten Quellen für Vitamin A, das der Körper rasch aufnehmen kann und enthält auch reichlich Vitamin B, C, D, G und K. Er regt den Appetit an und ist eine gute Verdauungshilfe. Karottensaft hilft, die Knochenstruktur und die Zähne zu erhalten.

Stillende Mütter sollten viel richtig gepressten rohen Karottensaft trinken, um die Qualität ihrer Milch zu verbessern, da Muttermilch unter bestimmten Umständen nicht genügend lebendige Wirkstoffe enthalten kann. Während der letzten Schwangerschaftsmonate kann Karottensaft die Gefahr von

Kindbettfieber nach der Geburt reduzieren. Ein ½ Liter Karottensaft täglich hat einen größeren Wert für den Körper als 25 Pfund Kalziumtabletten.

Karottensaft ist ein natürliches Gegenmittel für Geschwüre und Geschwulste. Er erhöht sehr die Widerstandskraft gegen Infektionen. Karottensaft verhindert Augen- und Halsentzündungen wie auch Entzündungen der Mandeln, der Nebenhöhlen und der Atemorgane im Allgemeinen. Er schützt ferner das Nervensystem und ist ein unerreichtes Kräftigungs- und Vitalisierungsmittel.

Darm- und Lebererkrankungen sind manchmal auf einen Mangel an gewissen Mineralstoffen zurückzuführen, die in rohem Karottensaft enthalten sind. Es kann eine bemerkenswerte Reinigung der Leber eintreten, und Sie können feststellen, dass die Substanzen, die die Leber verstopfen, sich auflösen. Häufig werden aber diese Stoffe in so reichlichem Maße freigesetzt, dass die Darm- und Harnkanäle diese Ausscheidungsmenge nicht bewältigen können, und werden dann an die Lymphe weitergeleitet und durch die Hautporen aus dem Körper ausgeschieden. Diese abgelagerten Substanzen haben eine orange oder gelbe Färbung, und während sie aus dem Körper ausgeschieden werden, verfärben sie manchmal die Haut. Immer wenn eine solche Verfärbung nach dem Trinken von Karottensaft oder auch anderen Säften eintritt, ist dies ein Zeichen dafür, dass die Leber eine dringend notwendige Reinigung erfährt. Nicht der Karottensaft selbst und auch nicht das Karotin kommen durch die Haut, denn diese Verfärbung tritt selbst dann ein, wenn man den Saft soweit filtert, dass

er frei von allen Farbstoffen ist. Weder der Karottenfarbstoff selbst, noch der rote Farbstoff von Roter Bete kann durch die Haut dringen und den Körper rot färben. Auch Chlorophyll von grünem Gemüse und Salaten kann die Haut von innen heraus niemals grün färben.

Es ist auf jeden Fall besser eine gesunde, samtene Haut zu haben - auch wenn sie einen leichten Karottenfarbton hätte - als die blässliche Gesichtsfarbe, die, zusammen mit ihren Pickeln und anderen Hautfehlern, den schlechten Gesundheits-Zustand des Körpers zeigen. Beunruhigen Sie sich nicht über das eventuelle Auftreten einer Hautverfärbung, die auf jeden Fall wieder verschwindet. Seien Sie dankbar dafür, dass eine weitere Beeinträchtigung der Leber durch das Trinken dieser Säfte aufgehalten bzw. verhindert wurde. Die mögliche Verfärbung ist jedoch etwas geringer, wenn Sie den Reinigungsprozess verlangsamen, indem Sie auf andere Säfte überwechseln oder diese dem Karottensaft hinzufügen. Mangel an ausreichender Ruhe und an Schlaf sowie Überarbeitung kann ebenfalls zu einer gewissen Hautverfärbung führen.

Die endokrinen Drüsen, vor allem die Nebennieren und die Keimdrüsen, benötigen Nährstoffe, die man in rohem Karottensaft findet. Manchmal hilft Karottensaft bei Unfruchtbarkeit. Die Ursache der Unfruchtbarkeit ist unter anderem auf den ständigen Verzehr von Nahrungsmitteln zurückzuführen, in denen die Vitalstoffe, besonders die Enzyme, durch Kochen oder Pasteurisieren zerstört wurden.

Trockene Haut, Dermatitis und andere Hautkrankheiten sind auf den Mangel an Nährstoffen zurückzuführen, die im Karottensaft enthalten sind. Dieser Mangel spielt auch eine Rolle bei Augenproblemen wie Ophthalmie (Augenentzündung), Konjunktivitis usw.

Wenn man Karottensaft aus frischen Karotten guter Qualität richtig presst, ist er reich an Natrium und Kalium. Er enthält ferner Kalzium, Magnesium und Eisen, während die gleichfalls enthaltenen Elemente Phosphor, Schwefel, Silizium und Chlor die Wirkung auf den menschlichen Körper in idealer Weise vervollkommen. Als wahres Wunder wirkt Karottensaft bei der Autolyse von Geschwüren. Selbst bei Krebs hat sich roher Karottensaft als wunderbares Hilfsmittel erwiesen. Es ist jedoch unerlässlich, dass der Karottensaft richtig gepresst wird und dass alle konzentrierten Zucker-, Stärke- und Mehlprodukte aus der Ernährung verbannt werden. Als besonders heimtückische Ursache von Geschwüren und Krebs sind Groll, Angst, Ärger und Stress über einen langen Zeitraum hinweg anzusehen. Wenn solche negativen Gefühle nicht völlig ausgeräumt werden, helfen ansonsten wirksame Bemühungen nur wenig.

Wenn Sie größere Mengen Karottensaft getrunken haben, kommt es manchmal vor, dass Ihr Körper in der einen oder anderen Weise reagiert, vielleicht verspüren Sie sogar Unbehagen. Dies ist eine ganz natürliche Folge, denn es ist ein Anzeichen dafür, dass Ihr Körper mit dem 'Großreinemachen' begonnen hat und den Saft als dringend benötigtes Mittel verwendet. Ziehen Sie nicht den Schluss, dass Sie den Saft nicht

vertragen; Karottensaft ist das allerbeste organische Wasser und die beste Art von Nahrung, die Ihr Körper braucht. Wenn der Saft frisch ist und richtig gepresst wurde, gibt es nichts Besseres, das Ihnen die notwendigen Vitalstoffe und das lebenswichtige organische Wasser für Ihre Zellen und Ihr Gewebe liefern kann.

Die Zugabe von etwas roher Ziegenmilch oder reiner Sahne von Rohmilch gibt dem Karottensaft einen etwas exotischen Geschmack und stellt für manchen eine Abwechslung dar. Dabei muss erwähnt werden, dass Sahne einfach ein Fett ist, während Milch ein konzentriertes Eiweißprodukt ist. Sahne wird in unserem Körper ganz anders verdaut als Milch. Obwohl auch Sahne bis zu einem gewissen Grade schleimbildend ist, gehört sie nicht in die gleiche Gruppe schädlicher Nahrungsmittel wie Tiermilch.

Wenn Sie von Müdigkeit, Stress oder nachlassender Leistungsfähigkeit betroffen sind, sollten Sie an Ihren Dickdarm denken, der vielleicht für Probleme und Schädigungen in Ihrem Körper verantwortlich sein kann. Nach Dr. Walkers Erfahrung ist es völlig unmöglich, dass ein Dickdarm gesund bleibt und richtig arbeitet, wenn Sie hauptsächlich oder gänzlich von gekochten und verarbeiteten Nahrungsmitteln leben. Die erste Maßnahme zur Darmsanierung bei Stress oder Leistungsrückgang ist eine Reihe von Darmspülungen oder zumindest eine Anzahl von Einläufen. Die beste Nahrung für den Dickdarm ist eine Mischung aus Karotten- und Spinatsaft. Denken Sie daran, dass die Säfte, die der Körper braucht, von ihrer Qualität abhängig sind. Gewöhnlich benötigt der

Körper viel größere Mengen an Säften, wenn diese mit Entsaftern hergestellt werden, die mit Zentrifugalkraft arbeiten. Viel besser sind Entsafter, die die Fasern zunächst aufreißen und dann wie eine hydraulische Presse arbeiten, wie zum Beispiel der Champion-Entsafter. Seien Sie sich folgender Tatsache stets bewusst: Säfte sind die allerbeste Nahrung, die Sie bekommen können, und wenn Sie diese regelmäßig trinken, so lange Sie leben, dann haben Sie gute Aussichten, ein gesünderes Leben zu führen und länger zu leben, als Sie ohne Säfte leben würden.

Karottensaft setzt sich aus einem Vitalstoffgemisch zusammen, das den ganzen Körper aufbaut und ihm dabei hilft, sowohl sein Gewicht, als auch sein Gleichgewicht zu erhalten. Er ist vor allem auch eine gute Nahrung für die Sehorgane. Bei Untersuchungen der Sehkraft von Marine- und Fliegeranwärtern in den USA wurde bei Bewerbern mit ungenügender Sehkraft festgestellt, dass bei täglich reichlich frischem Karottensaftgenuss die erforderliche perfekte Sehfähigkeit wieder erreicht wurde.

Nicht weniger wirksam ist frischer Karottensaft bei der Behandlung von Geschwüren und von Krebs. Gewebe, die von diesen heimtückischen Zerstörungen ausgezehrt wurden, konnten durch reichliches Trinken von Karottensaft als Ergänzung einer sorgfältig ausgewählten und zubereiteten Rohkost wieder in einen besseren Zustand gebracht werden. Der Laie ist beim bloßen Gedanken an dieses Leiden gewöhnlich von Scheu und Furcht ergriffen und steht vor einem Rätsel; und doch sind ihre Ursache und ihre Entwicklung leicht zu verstehen. Wir dürfen uns nicht

vorstellen, dass Geschwüre und Krebs nur von körperlichen Mängeln herrühren. Wie bereits aufgezeigt, können diese Krankheiten, und viele andere natürlich auch, sehr wohl auf eine lebenslange negative Einstellung zurückzuführen sein, auf Stress als Folge von Gemütszuständen wie Eifersucht, Furcht, Hass, Sorge, Frustration und anderen unbestimmbaren Fehlhaltungen. Diese Zustände müssen aufgelöst und gebannt werden. Trotzdem ist auch falsche Ernährung ganz sicherlich eine Mitursache.

Beim Mangel an lebendiger Nahrung kommt der Körper aus dem Gleichgewicht. Andererseits muss der Körper von Abfallstoffen gereinigt werden, damit die entstehenden Gifte ausgeschieden werden und die Heilprozesse nicht stören. Je früher wir erkennen, dass kein einziges Organ im menschlichen Körper ohne Beziehung zum Körper als Ganzes arbeitet, desto früher sind wir imstande, die Funktionen unseres Organismus zu verstehen. Wir wissen nicht, welche Art von Intelligenz die verschiedenen Teile des menschlichen Organismus besitzen oder auf welche Weise sie arbeiten, aber wir wissen, dass sich eine innere Intelligenz ständig darum bemüht, jede Drüse, jeden Knochen, jeden Nerv und jeden Muskel unseres Organismus zu schützen, trotz allem, was der Mensch aufgrund fehlenden Wissens unternimmt, um sich durch die Nahrung, die er isst, selbst zu zerstören.

Karotten enthalten bei 500g Frucht 440g destilliertes Wasser, 6g Eiweiß, 49g Kohlenhydrate und 1g Fett. Sie enthalten 66000 Einheiten Vitamin A; der Vitamingehalt ist wie folgt: 77mg Vitamin C; 0,4mg

Thiamin; 0,32mg Riboflavin; 3,47mg Niacin; an Mineralien enthalten Karotten: 0,53g Kalzium; 0,2g Magnesium; 1,72g Kalium; 0,6g Phosphor; 0,3 Schwefel; 0,04g Eisen; 0,11g Silizium; 0,22g Chlor; 1g Natrium; 144g Sauerstoff; 289g Wasserstoff; 0,9g Stickstoff.

Noch eine wichtige Anmerkung

Es ist bezeichnend für unsere Gesellschaft, dass sich zu allem und nichts überall geäußert, aber stets im Nachsatz jegliche Verantwortung für Reaktionen daraus ausgeschlossen wird. Alles ist immer 'ohne Gewähr'. Selbst in der englischen Originalausgabe mit dem Titel 'Raw Vegetable Juices - N. W. Walker', und der deutschen Übersetzung, betitelt 'Dr. Norman W. Walker - Frische Frucht- und Gemüsesäfte', diesen, meinem Buch zu Grunde liegenden Arbeiten, sind diese 'Anmerkungen' nicht zu überlesen. Natürlich ist das juristisch richtig so. Wo Rechtsverdrehen Chancen wittern, unrechtmäßig Profit aus einer Situation zu schlagen, da muss entsprechend im Vorfeld formuliert werden. Darum übertrage ich die Bemerkungen auch mit meinen Worten: Die in diesem Buch aufgelisteten Mangelerscheinungen, Leiden, Krankheiten und die entsprechenden Rezepturen sollen dem Benutzer als allgemeine Information dienen. Sie basieren auf Erfahrungen und den Ergebnissen intensiver Forschungen durch den anerkannten amerikanischen Wissenschaftler und Mediziner Dr. N. W. Walker in Zusammenarbeit mit Dr. med. R. D. Pope. Die erste Ausgabe datiert von 1936. Die Probleme sind von mir nach sorgfältigster Bearbeitung in dieser leicht überschaubaren Form neu dargestellt worden und da

ich einige Krankheitsbilder und die Reaktionen auf eine angewandte Safttherapie selber erfahren konnte, ist nur selbstverständlich für mich, dieses so öffentlich zu machen. Wir haben es beim interessierten Leser mit einem intelligenten Menschen zu tun, der seine eigenen Schlüsse zu ziehen in der Lage ist!

Von: siegfried.westphal.suesel; siegfried.westphal.suesel@T-Online.de

Gesendet: Dienstag, 2. Dezember 2008 18:53

An: Dr. Roman Schreiber

Betreff: Grüße aus Süsel

*Guten Abend lieber Dr. Schreiber,
vorab bedanken wir uns für Ihre Mails vom Wochenende ganz herzlich. Da wir uns bisher nicht so häufig im Internet bewegt haben, bitten wir Sie, uns unsere späte Reaktion auf Ihre E-Mails nachzusehen. Wir werden uns jetzt daran gewöhnen, denn wir sind doch sehr interessiert an Ihren Informationen und Ratschlägen. Wir glauben sehr an eine positive Wirkung Ihrer Saft-Therapie und beabsichtigen, kurzfristig unsere Ess- und Lebensgewohnheiten entsprechend zu verändern. Da wir ab morgen für ein paar Tage zu einer Hochzeit fahren, können wir uns erst nach unserer Rückkehr wieder bei Ihnen melden. Wir freuen uns sehr, Sie kennen gelernt zu haben, wenn auch der Anlass ein trauriger war.
Liebe Grüße aus Süsel
Ihre Westphals*

Gesendet: Dienstag, 2. Dezember 2008 20:06

An: siegfried.westphal.suesel

Betreff: schnell Grüße zurück aus der Champagne

Guten Abend liebe Familie Westphal!

Sie brauchen sich überhaupt nicht zu 'entschuldigen', nicht genau SO tippbegierig wie ich zu sein! Mein Pensum schafft doch sowieso kaum jemand... Sie haben zukünftig Ihre Zeit sinnvoll in der Küche bei einer Super-Saftmaschine zu verbringen! Sie glauben gar nicht, wie viel Freude es mir macht, von den Windbergern, in diesem Fall vom Achim Haase gestern zu hören, dass dort tatsächlich 'Ernst' gemacht wird und so gab es zum Frühstück schon mal für alle Anwesenden - auch ohne mich ! - frischen Fruchtsaft! Ein erster Schritt. Und die Marianne weiß, dass Karotten mit Sellerie zum Beispiel ihr sehr gut schmeckten und sie versprach mir, auch genau dort weiter zu machen. Dass dann nach und nach immer mehr die Gedanken in ein verbessertes Equipment und eine intensivere Beschäftigung mit dem Thema einhergeht, ist für mich nur logisch! So kann nur jeder intelligente Mensch reagieren!

Also, tragen Sie die Ideen ruhig in die Hochzeitsgäste, Sie werden wahrscheinlich nicht ganz so barsch unterbrochen wie ich von den 'aufgewühlten' Trauer-'weibern' des Windbergs (dafür hatte ich doch in höchstem Masse Verständnis!), aber Hartnäckigkeit zahlt sich für die Betroffenen aus! Die richtigen Bücher stehen, von mir veranlasst zu meiner Mutter geschickt zu werden, seit knapp 10 Jahren unbenutzt im Regal meiner Mutter in Lübeck! Meinem Bruder und der Marianne wollte ich ebenfalls zwei Bücher schicken lassen von meinem damaligen Buchhändler aus Bad

Reichenhall, er berechnete uns auch die Beträge, erhielt wohl auch die Bezahlung, doch eine Lieferung ging nie auf dem Windberg ein... Ich will dem guten Buchhändler keine Schuld zuweisen, aber... wer weiß, wenn die Bücher angekommen wären? Vielleicht hätte der 'Genussmensch' Harald zufällig mal hineingeschaut, nach aufkommenden Beschwerden?

Viel Spaß bei der Hochzeit und lassen Sie sich nicht aufhalten, dennoch frische Säfte zu trinken!

Obstsäfte sind die Reiniger des Darmes, Gemüsesäfte sind die Erneuerer Ihrer Zellen! - Aber nur, wenn sie frisch und aus rohem Obst bzw. Gemüse bereitet wurden!

Herzlichst,

Ihr

Dr. Roman Schreiber

Die erhaltenen oder gesandten E-Mails zwischen der Familie Westphal und mir mögen nicht ganz komplett im Outlook-System gespeichert worden sein, so könnte das eine oder andere freundliche Schreiben fehlen, ich hoffe aber doch, dass die wesentlichen Informationen in diesem Report erscheinen.

Von: siegfried.westphal.suesel@T-Online.de
Gesendet: Mittwoch, 24. Dezember 2008 13:17
Betreff: **Herzliche Weihnachtsgrüße**

Lieber Dr. Schreiber,

wir bedanken uns ganz herzlich für Ihre Informationen und Ihre Wünsche für uns zum neuen Jahr. Wir wünschen Ihnen und Ihrer Frau ein paar besinnliche,

wie auch erholsame Festtage und für das kommende 2009 viel Gesundheit und Zufriedenheit. Ihre Ankündigung einer deutschen Ausgabe Ihrer 'Manhattan Saft-Therapie' haben wir gern aufgenommen und werden uns dieses Buch mit Sicherheit zulegen.

Wir haben uns zwischenzeitlich zwei Taschenbücher des Dr. Norman W. Walker gekauft und damit begonnen, uns mit dem Thema zu beschäftigen. Die Titel der Bücher:

1. Frische Frucht- und Gemüsesäfte
2. Auch Sie können wieder jünger werden

Bei der Saftpresse haben wir via Internet Vergleiche angestellt, sind aber zu dem Resultat gekommen, dass nur die von Ihnen empfohlene Green Star GS1000 die richtige Wahl ist. Wir werden uns diese jetzt über Ihre Empfehlungsadresse per Internet bestellen. Wir informieren Sie gern, sobald diese Saftpresse in unserem Besitz ist. Bis dahin verbleiben wir mit herzlichen Grüßen

Ihre ***Familie Westphal***

Gesendet: Mittwoch, 24. Dezember 2008 14:06

An: siegfried.westphal.suesel

Betreff: RE: Herzliche Weihnachtsgrüße

Liebe Familie Westphal!

Vielen Dank für Ihr 'Lebenszeichen'! Toll, dass Sie sich die Bücher gekauft haben! Sie sind ja in jedem Fall auch Basis für mich gewesen mich tiefer mit der Materie zu befassen! Bei der Übersetzung aus dem Original Amerikanischen kamen ein paar, wahrscheinlich aber eher unwesentliche Abweichungen zu

Tage. Mein Buch ist ja nur ein üppiges aufbereitetes kleines 'Werk', das in der Küche parat liegen sollte und man dann als Hausfrau oder Hausmann auch damit etwas anfangen kann... Es sei denn, sie haben Lust auf das Auswendiglernen der einzelnen Nummern wie 11, 30, 61... Darum kam ich ja überhaupt auf die Idee, es viel besser und praktischer zu machen! Wie ich wohl auch schon einmal sagte: Ich habe das Rad nicht erneut erfunden! Das Meinige läuft nur 'besser'... Bis diese tolle Maschine bei Ihnen eingetroffen ist, müssen Sie unbedingt schon mit dem Equipment arbeiten, dass Sie zur Verfügung haben! Jeder Saft, frisch und roh bereitet, ist besser als keinen zu trinken!

Es wäre nur vernünftig, wenn Sie alle, es geht ja gar nicht nur um den Siegfried, sich durch diese Situation zum wirklich bewussteren Essen bewegen! Dabei braucht man auf irgendwelche Leidenschaften oder Genüsse ja gar nicht verzichten! (Doch: auf Rhabarber mit Zucker in jedem Fall!)

Alles Gute für 2009,

Herzlichst

Ihr

Dr. Roman Schreiber

P.S. Und ich 'möchte' bitte den einen oder anderen Zwischenbericht, was es so an der Gemüsefront an Ergebnissen gibt. Wie viel Saft tatsächlich dann aus 500g Karotten kommt etc... Das wäre nett!

Von: siegfried.westphal.suesel; siegfried.westphal.suesel@T-Online.de

Gesendet: Samstag, 17. Januar 2009 12:43

An: Dr. Roman Schreiber

Betreff: Grüße aus Süsel

*Hallo, lieber Dr. Schreiber,
das Jahr hat begonnen und seit 1 Woche
üben wir uns im Gemüsesaft pressen. Die
ersten Tage waren fast chaotisch, denn
es nahm immer mehr Zeit in Anspruch als
wir eingeplant hatten und der allgemeine
Tagesrhythmus geriet ganz schön durch-
einander. Nun allmählich tritt schon
etwas Routine mit der neuen Saftpresse
ein, auch haben wir uns jetzt an einen
Wochenmarkt-Gemüsehändler gewandt, der
uns ab sofort wöchentlich mit Karotten
und Spinat versorgt. Es war vorher zu
aufwendig, die Versorgung über den
Supermarkt abzuwickeln, wobei Spinat in
den meisten Märkten gar nicht erhältlich
ist. Wir gewinnen aus 1 kg Karotten
ca.600 ml Saft. Mein Darm hat sich durch
die Mengen Gemüsesaft ganz schön in
Bewegung gesetzt, ich hoffe jedoch, dass
er sich mit der Zeit wieder beruhigt.
Was uns jetzt noch Gedanken bereitet,
ist die allgemeine Ernährungs-
kombination. Allein uns bzw. mich von
den Säften zu ernähren, fällt schwer, da
ich aufgrund meiner Krankheit bzw.
meines nicht sehr üppigen Körper-
gewichtes mir keine weitere Gewichts-
abnahme zumuten möchte. Wie halten Sie
es mit zusätzlicher Ernährung? Was kann*

man sich erlauben, um nicht den ganzen Vorteil der gesunden Säfte wieder zu Nichte zu machen. Sie haben zum Beispiel erwähnt, dass man Zucker und Stärke in der Ernährung vermeiden sollte. Was uns hierbei Schwierigkeiten bereitet ist die Stärke. Stärke ist fast überall vorhanden, in Brot, Nudeln und Kartoffeln. Wenn man gerade diese Ernährungsgrundlagen vermeiden muss, worauf kann man dann alternativ zugreifen. Sie sehen, dass uns noch eine große Portion an der richtigen Vorgehensweise fehlt. Können Sie uns hierbei noch etwas Unterstützung geben und uns auf den richtigen Weg führen? Wir wären hierfür sehr dankbar. An die Entgiftung habe ich mich noch nicht getraut. Ich darf wegen meines Medikamentes, das ich einnehmen muss, keine Grapefruits zu mir nehmen. Welche Alternative besteht, um trotzdem eine entsprechende Wirkung bei der Entgiftung zu erreichen? Wir haben uns jetzt noch das Buch 'Täglich frische Salate erhalten Ihre Gesundheit' von Dr. Norman W. Walker bestellt. Wir denken, dass wir mit Salaten auch einen großen Teil gesunder Ernährung abdecken können. Wir würden uns freuen, wieder von Ihnen zu hören und grüßen ganz herzlich aus Süsel. Ihre Familie Westphal.

PS: Haben Sie die Champagne schon verlassen ?

Gesendet: Samstag, 17. Januar 2009 17:57

An: siegfried.westphal.suesel

Betreff: RE: Grüße aus Süsel

Guten Abend nach Ostholstein!

Das sind doch zunächst einmal ganz tolle Nachrichten! Es geht nun darum, die nötige Art 'Besessenheit' zu entwickeln, die man schon braucht, um mit diesem ganzen 'Küchenkram' klarzukommen. Wenigstens empfinde ich mich so, wenn ich 'nur dafür' morgens jeweils ca. 5:50 Uhr aufstehe. Ich will Ihnen gerne beschreiben, wie wir es schaffen, unser Gewicht zu halten und dennoch auf sämtliche künstlichen Süßstoffe und althergebrachte regelmäßige Aufblähung mittels Brot- und Getreideprodukten verzichten! Dazu gleich...

Verrückt ist ja die Tatsache, dass Sie nur ca. 600 ml Karottensaft aus 1 kg Karotten gewinnen... Ich weiß, ehrlich gesagt, gar nicht wie das bei uns ist, aber ich brauche mich ja auch an keine Mengenangaben halten, wir trinken die Säfte aus dem Verstehen um die Sache, nicht zur Therapie! Ich messe es mal hier genau und berichte Ihnen dann. Da sind einige Faktoren, die das beeinflussen. Als diese Berechnungen gemacht wurden, also in den 1930'er Jahren und davor (!), da müssen also die Böden wesentlich 'gesünder' gewesen sein! Mehr kann ich aus dieser Tatsache zunächst einmal nicht ablesen. Aber wenigstens ist es beruhigend, dass Sie die richtige Maschine benutzen, die nämlich die Schadstoffe, die die Karotte im 'Produktionsprozess' aufgenommen hat, durch das Aufbrechen der Fasern von den nützlichen Stoffen trennt!

Ganz wichtig ist es, dass Sie langsam Ihren Körper umstellen auf diese wundervolle Ernährung! Keinen 'Schock' verursachen, denn Ihr Körper wird fragen: "Was ist denn nun lost? Kein Brot, keine Nudeln, keine Kartoffeln? Soll ich jetzt vom Fleisch fallen?" - Sie geben Ihrem Körper die richtige Antwort! Sie bauen ihn mit den herrlich frischen Säften wieder auf!

Dass Ihr Darm sich auch wundert, wundert mich NICHT!

Ich möchte zunächst noch ein paar Gedanken zur Grapefruit äußern: Ich denke, ich hatte Ihnen das Kapitel 'Entgiftung' schon geschickt. Dabei geht es um den Ausgleich der ausgeschiedenen Substanzen mit dem vergleichbaren Volumen an Zitrusaft/Wasser. Die Grapefruit ist niemals schädlich! (Es gibt eigentlich kein natürliches Gewächs, das 'schädlich' ist! - Okay Rhabarber mit raffiniertem Zucker - Sie denken dran!)

MJC-DE 197

Grapefruit-Saft



Grapefruits (Pampelmusen) sind nachweislich eine der wertvollsten Früchte bei der Beseitigung oder Auflösung anorganischen Kalziums, das sich - wie bei Arthritis - als Folge übermäßigen Verzehrs denaturierter Weißmehlprodukte in den Knorpeln der Gelenke angereichert hat. Frischer Grapefruitsaft enthält organische Salizylsäure, die hilft, anorganisches Kalzium im Körper aufzulösen.

Grapefruits sind reich an anderen Fruchtsäuren und Zucker. Sie enthalten fast 87% Wasser und sind reich an Kalium und anderen alkalischen Elementen. Geben Sie Grapefruits niemals Zucker bei, da die Säure eine Gärung des Zuckers im Körper bewirkt. Die Frucht reagiert dann im Körper eher sauer als alkalisch. Wenn Sie Grapefruits oder ihren Saft eindosen oder auf irgendeine Weise konzentrieren, geht der Wert der organischen Elemente verloren, und die Säuren werden in anorganische Säuren umgewandelt, die nur von geringem Wert sind.

Grapefruits enthalten bei 500g Frucht 444g destilliertes Wasser, 2,8g Eiweiß, 50g Kohlenhydrate und 0,27g Fett. Sie enthalten 700 Einheiten Vitamin A; der Vitamingehalt ist wie folgt: 1500mg Vitamin C; 0,28mg Thiamin; 0,2mg Riboflavin; 1,3mg Niacin; an Mineralien enthalten die Grapefruits: 0,14g Kalzium; 0,08g Magnesium; 0,8g Kalium; 0,21g Phosphor; 0,07g Schwefel; 0,02g Eisen; 0,01g Silizium; 0,03g Chlor; 0,02g Natrium; 146g Sauerstoff; 293g Wasserstoff; 0,46g Stickstoff.

Darum kann ich Ihre Bedenken wegen der von Ihnen zu nehmenden Medizin nicht ganz verstehen; schon teilen, weil Sie besorgt sind und keinen Fehler machen möchten. Doch diesen Konflikt, den kann eigentlich nur ein Arzt Ihres Vertrauens lösen. Das BESTE wäre natürlich ein Arzt, der sich sowohl mit der Schulmedizin, als auch mit der Naturmedizin auskennt! Ein 'normaler' Arzt wird vielleicht einen Dr. Walker verfluchen - weil er selber nicht den Hauch einer Ahnung hat! Nur aus unserer Nahrung beziehen wir für unseren Organismus die Nährstoffe die wir zum

Leben benötigen! Nur die frische Nahrung aus Obst und Gemüse gibt unserem Körper die Dinge die wir zum Erneuern unserer Zellen brauchen! NUR und ausschließlich! Keine Medizin der Welt baut Ihnen eine Zelle wieder auf! Sie wissen es viel besser als ich = sie zerstört sogar die gesunden Zellen! Ich vermag NICHT zu entscheiden, was in einem solchen Fall zu tun ist. Ich würde es so formulieren: Ich kann nicht auf der einen Seite Atheist sein und wenn es mir dann an den Kragen geht, plötzlich zu Gott beten, er möge mir doch bitte helfen...

Ich kann eigentlich in nur ganz wenigen Lebenslagen sowohl 'das Gute', wie 'das Schlechte' zu meinem Nutzen einsetzen. Ich weiß nur - für mich - ausschließlich für mich (!) was ich täglich mit mir und meinem Körper praktiziere: Ich vermeide seit Jahren, ich will fast einem Jahrzehnt sagen, jegliche Medizin der Pharmaindustrie! Okay, mein Sohn hatte mir zwischendurch mit indischer Naturmedizin gegen Arthritis / Rheuma etc. sehr geholfen, aber seit langer Zeit nehme ich auch diese Dinge nicht mehr, sie bereiten mir mehr Unwohlsein.

Beim Stegemann'schen Sommertreffen an der Saar hatte ich 'dummer' Kerle eine Flasche Champagner schon im Vorfeld eines zu erwartenden deutschen Fußballsieges mitgebracht. Die Flasche wurde auch nach dem Sieg über Portugal (3:2) geleert und zuvor hatten wir noch einen eigentlich besser mundenden Wein aus der Region getrunken. Da Marianne und ich die einzigen 'richtigen Trinker' unserer Vierer-Runde waren, verursachten die an diesem Tag nicht ganz optimal verlaufene Ernährung, die sehr frühe Anreise,

eigentlich lange nicht gekannte 'Strapazen', am nächsten Morgen schon ganz schöne Probleme in mir. Marianne meinte es gut mit einer 'Chemiebombe'... "damit es mir schnell besser gehen solle". Ich glaube Thomaperin-Extra, oder so. Spei übel war's mir, bis ich dann nach einem gequältem Frühstück mit einigem Obst endlich an die frische Luft kam... Das war die einzige Pille im letzten Jahrzehnt! Ich hätte sie nicht nehmen sollen...

Ich hätte viel besser mich zuvor in dem Hotel, und wenn es nur für den einen Tag war, für MEIN Frühstück stark machen sollen und nicht glauben, "ach, das überbrücke ich schon so irgendwie..." Mein Rhythmus beginnt, wie oben erwähnt um 5:50 Uhr und den will ich mal beschreiben, wie es heute früh und stets so oder ähnlich zugeht:

Das Frühstück und die ersten knappen 2 Liter Saft des Tages sind meine Aufgabe. Abends zuvor habe ich aber schon sämtliche Gerätschaften und Obst, das nicht im Kühlschrank lagert, bereitgelegt. Ebenso den Frühstückstisch schon (fast) perfekt gedeckt, dann ist es leichter beim 'Arbeiten' in der Küche, die ersten Tassen Tees (so zwischendrin) zu genießen! (Nur gesüßt mit Honig und Zitrone.) Also weil ich ein guter Aufsteher bin, übernehme ich diesen Morgen-Job. Meine Frau kommt in etwa 1 Stunde später herunter und füttert dann die Hunde. Während ich die Hundemeute natürlich schon als Erstes in den Garten ließ, den Computer starte, die Musikversorgung im ganzen Haus damit sicherstelle und dann kann es losgehen:

Das heutige Frühstück für 2 Personen:

Es bestand aus 5 Äpfeln, 2 Birnen, 2 Bananen, 2 Kiwi, 4 Litschi, etwas Mango, eine kräftige Scheibe, vielleicht 5 cm Ananas, 5 große Karotten, etwas frische Kokosnuss, ein paar Wal-, Haselnüsse und Mandeln, einen großen Esslöffel rohe Weizenkörner, 4 Datteln, vielleicht 25 Weintrauben... Das Obst wurde kräftig gewaschen und nun geschält. Die Schalen jeweils in einen separaten Bottich, denn die sollen ja noch 'später' mit zu Saft werden... Natürlich nicht die Schalen der Bananen, Kiwi, Litschi, Mango und Ananas, die landen im Abfall; aber die Apfelschale, die Birnenschale und auch die Schale der Karotten sammele ich schon in den Bottich für den späteren Obst-Saft (mit Karotten). Da landet dann ja auch jeweils das Gehäuse der Äpfel, Birnen, Trauben usw. Zum Saft kommen dann noch knapp 1kg Karotten, 6 Orangen (die waren heute etwas kleiner) 3 Mandarinen, 1 Grapefruit. - Während ich also zuerst den schönen 'Brei' bereite, ihn in eine große Schüssel mit Deckel fülle, ist ja schon wichtig, den fertigen 'Kram' abzudecken, weil es noch ein wenig braucht, bis wir endlich frühstücken (können). Danach ja zunächst wieder Reinigung des Gerätes, damit der Saft mit dem feinen Sieb starten kann. Dann kommt der inzwischen mit all den 'Resten' und den Südfrüchten gefüllte Bottich an die Reihe und es ergibt immer so eine große Kanne, ca. 1.3/4 Liter + herrlichsten Saft. Das erste Glas trinke ich schon mal vorab, dann fülle ich die Obstschüssel mit unserem 'zähen Brei' im Wohnzimmer ein wenig mit dem Saft auf. Dann kann es gleich losgehen...

Aber erst, nachdem die Küche wieder komplett sauber ist! Das ist zugegeben, auch bei unserem Champion eine Arbeit, aber wir haben das Gerät jetzt ja fast 10 Jahre - ich hätte eine andere Farbe als weiß genommen, weil die Fruchtsäure dem Material doch arg zusetzt - braun, zum Beispiel, wie manche anderen Küchengeräte.

Während dieser Abspül- und Reinigungsarbeiten hat auch meine Frau inzwischen eingegriffen, sich ihren Kaffee bereitet... und wir können so in etwa 7:30 +/- mit dem Frühstück beginnen. (Wenn auch alle Hunde separat gefrühstückt haben, bzw. zum Teil auch auf einen kleinen Teller mit Sahne dann auf das Obst warten!)

Ich wiederhole mich gerne: Sie müssen eine Art Besessenheit entwickeln, weil es NUR Ihr Körper ist, der es Ihnen dankt! Und NUR Sie sind dafür verantwortlich. Später hat niemand mehr die Zeit, für Sie die Arbeit zu verrichten! Sie allein, und mag es noch so langweilig sein. Darum spielt ja ab 6 Uhr ungrad über unser Soundsystem in allen Räumen, die ich morgens betrete, meine Musik. Die heißeste, die Sie sich denken können! Allerdings so, dass Madam die knappe Stunde nicht unbedingt aus dem Bett fällt. Dafür ist sie es nämlich, die um ca. Mitternacht die Hunde im Garten noch beschäftigt! Dann fahre ich nämlich meistens den Computer herunter... So ist das ein wirklich runder Tag, was mich betrifft.

Vormittags ca. 11 Uhr macht sich meistens meine Frau daran, uns wiederum so eine große Kanne mit Gemüsesaft zu bereiten! 60% Karotten und alles Grüne, was vorrätig ist. Nicht täglich garantiert, aber

zu 95% unserer Zeit. Zum Mittagessen gibt es immer etwas Leichtes. Immer Gemüse, mal mit Fisch (meistens ohne - hier gibt es nur eine Sorte - tiefgefroren-, die wir vielleicht alle 14 Tage mal essen: Collin aus Alaska...). Kleine Portionen. Natürlich schon richtig gekocht! Nie Gebratenes. Aber keine gekochten Kartoffeln! Klar, auch manchmal Nudeln... Wenn wir ganz ehrlich sind, 'sündigen' auch wir hin und wieder... (aber auch NUR vor einem Dr. Walker!) ... und auch nur ein ganz klein wenig... aber wir haben diese Säfte ja nicht aus therapeutischen Gründen 'gefunden'! Wir haben das Glück, dass die 'kleinen Wehwehchen' des Alltags ja ein NICHTS gegenüber wirklichen Krankheiten sind! Ganz kalt, nur von Säften, das wollten wir noch nicht einmal ausprobieren ... Obwohl wir es tatsächlich schon mal so zwischendurch machten, dann aber eigentlich mehr aus 'Zeitmangel'... Dann ist nämlich nur ein Saft, auch in weniger als 20 Minuten bereitet, getrunken, fast schon verdaut. (Das geschieht manchmal, wenn Madam einen sehr langen Einkauf zu bewältigen hatte.) - Nach dem Mittagessen (oder - trinken) lege ich mich für 1 - 2 Stunden richtig schlafen, sonst hätte ich bei allem Saft, wohl kaum die Energie, um danach wiederum bis Mitternacht zu 'arbeiten'... Was ich so arbeiten nenne... Am späten Nachmittag, nach unserer täglichen Teestunde, ca. 17:00 / 18:00 Uhr, bereitet meine Frau dann den gleichen Obst-/Karotten'brei', wie ich zum Frühstück. Nicht ganz so viel, aber schon eine gute Schale voll, wie man sie beim Essgeschirr zum Beispiel für Gemüse hat. Das kann schon 21:00 Uhr oder auch mal später werden... Und selbst danach gibt es immer

noch ein wenig Käse... Ich nehme eine Scheibe Knäckebrot... Keine Butter, also keine tierischen Fette, bis auf... unseren Appenzeller oder die diversen - aus über 400 - Käsesorten der Franzosen...

Ja, und nun sind wir immer noch in der Champagne, weil es nicht so einfach ist, mit 7 Hunden und unseren verrückten Ansprüchen auch das richtige Objekt zu finden. Bis vorhin waren Belgien oder Österreich im Rennen... Wenn sich alles so fügt, wie ich es anstrebe, dann könnten wir nächste Woche Österreich perfekt machen... Ein Domizil, sogar geeignet für kleine Saftseminare, bzw. wir könnten sogar Seminargäste über eine Woche unterbringen... Schauen wir mal. Es kann aber auch alles platzen... Dann schauen wir eben weiter, es drängt uns niemand, nur wir uns selber. (Vor einigen Tagen noch, schickte mir unser Sohn - wohl mehr zum Spaß - einen Link aus dem Internet - eines Hauses... in >>>Süsel! Klar, verrückt! Aber wirklich wahr... Sogar knapp 1.000 m² Land, glaube ich... Ich zuckte nur kurz... und warf die info in den 'Müll'...) In jedem Fall eine GUTE NACHT, einen schönen Sonntag und eine tolle Saftwoche und alles erdenklich GUTE! Herzlichst,

Ihr

Dr. Roman Schreiber

Gesendet: Sonntag, 18. Januar 2009 8:38

An: siegfried.westphal.suesel

Betreff: Nur noch mal kurz zur 'Entgiftung'

Guten Tag, **lieber Herr Westphal & Familie** natürlich! Ich schaute mir gerade noch einmal Ihre Message an... so richtig habe ich nicht jede Frage (mich befriedigend) beantwortet. Besonders die Entgiftung

beschäftigt mich. Es geht bei der '4-Liter-Auffüllung' - sprich 2 Liter Zitrusaft plus 2 Liter Mineral-Wasser - eben nur um Zitrusaft... Da Orangensaft für Sie verträglich ist, nehmen Sie doch statt der Grapefruit nur die Orangen und die Zitronen, die die Menge von 2 Litern ergeben. Dann gehen Sie ja gar kein Risiko ein, was die 'vermeintlichen' Probleme des Grapefruit-saftes betreffen! Eines ist doch unbestritten, 'Im Darm steckt der Tod'. Dieses alte Wort kommt NICHT von ungefähr und beweist nur, warum zum Beispiel der Dr. Walker so unheimlich viel Wert auf 'innere Sauberkeit' legte! Machen Sie doch ruhig eine Woche lang täglich die beschriebenen Einläufe mit dem Klistier! Das schadet NICHT! - Wenn ich an mich denke, der nun seit mehr als einem Jahrzehnt KEIN einziges Stück Fleisch mehr zu sich nahm, der braucht zum Beispiel morgens eigentlich gar nicht Zähne zu putzen! Tue ich auch nicht! Ich spüle nur mit einem Schluck Mineralwasser! Warum? Weil ich kein Aasfresser mehr bin! Es ist doch völlig klar, warum alle Welt aus dem Maul stinkt! Weil eben 'alle Welt' sich aus Bequemlichkeit zu Aasfressern hat 'entwickeln' lassen... und der tote Kram ja über Nacht verarbeitet wird! - Die Bücher vom Dr. Walker sind wundervoll! Mehr Weisheiten brauchen Sie dann eigentlich nicht! Sie müssen Schritt für Schritt und dann eben konsequent immer mehr von der Brot- und damit Stärkeschiene zum Gemüse kommen, in jeder Form. Und das Obst hat jeden Zucker den Ihr Körper braucht! Wenn Sie süßen wollen, zum Beispiel Ihren Tee, dann NUR mit Natur-Honig! Süßigkeiten gibt es seit Urzeiten nicht mehr so richtig (und doch wird

immer mal wieder gesündigt! Zum Beispiel wenn unsere Lieben es gut meinen und uns Niederegger-Marzipan schenken! Klar, wird das verschlungen! Ich war ja mal ein ähnlicher Süßer wie mein Bruder... doch seit 10 Jahren eben nicht mehr! Und mal ein Stückchen Schokolade, aber nur so selten, dass es nicht erwähnt werden braucht. Man muss sich im Griff haben. Es gibt wundervolle, frische Datteln, die sind auch sehr süß. - Versuchen Sie die naturbelassenen zu bekommen. Nicht unbedingt die geschwefelten! Da braucht 'man' keine künstlichen Süßigkeiten vom Haribo oder selbst Niederegger! Genug für heute aus der Champagne, die sich auch gerade ausgeweint hat und nun wieder heller wird... Ihr

Dr. Roman Schreiber

Die alte Verkäuferseele

Gesendet: Mittwoch, 21. Januar 2009 11:39

An: siegfried.westphal.suesel

Betreff: Ein Idee... bitte diese als NICHT zu aufdringlich zu verstehen!

Guten Tag nach Süsel und Umgebung!

Ich hatte gestern - mehr im Auftrage einer sich schon rührend bemühenden 'Interessentin' ein etwas längeres Telefonat mit meinen 'fleißigen Druckern' aus Lübeck. Ich will NICHT den Stab über diese kleine Crew brechen, die mit diesem Neuland, also Bücher, noch überfordert scheint, bzw. der 'Chef', dieser alte Schulkamerad von mir, wohl auch unter dem Druck 'erfolgreich zu sein', so dies und das nicht ganz im Griff zu haben scheint. Ich weiß nicht, ob die nicht doch noch zum richtigen Partner werden können... Ich gebe denen alle Zeit der Welt. Doch ich weiß, dass

einige Menschen auf das eine oder andere Büchlein warten. 'Zurück' zu meinen alten, unzuverlässigen Portugiesen, Spaniern oder Indern will ich nicht, um quasi denen zu bestätigen, dass der so groß angekündigte deutsche Partner auch nur ein 'Saftladen' ist... Und beim 'Saft' kam mir die Idee, den Menschen, die nach meinem Saftbuch sich erkundigten, folgendes anzubieten: Als 'E-Book' bin ich ja heute schon in der Lage jedes fertige Büchlein - nach dem organisatorischen 'ok' von unserem amerikanischen Online-Shop - blitzartig per E-Mail oder Skype zu versenden. Es kostet zwar 20 €, aber es ist, zumindest aus meiner Sicht, eine Investition in die eigene Gesundheit. Und praktisch ist so ein richtig gespeichertes Buch dann auch... Es knittert nicht so. Spaß beiseite. Es hätte zum 522 Seiten umfassenden Büchlein auch echte Vorteile, nämlich sich nur das auszudrucken, was dringend und interessant genug ist... Und die Suche nach Begriffen im Buch ist auch erheblich leichter, wenn man sich mit seinem PC gut auskennt! - Da dieses Buch aber noch gar nicht im Shop von meinem Sohnmann eingebaut ist, schlage ich vor, unter 'Werke & Projekte' auf das Buch Nr. 33 - 'Dr. Juice And The Manhattan Juice Clinic' und dann auf das 'E-Book' (so Sie das Saftbuch wirklich haben möchten) zu klicken... Nach der Meldung aus den USA, weiß ich ja, was, welcher Besteller wohl tatsächlich meinte... (Gewiss keine eher spaßigen Geschichten um Obst oder Gemüse, in Englisch, wo ich die 'Arbeit' stoppte, als ich zufällig von so einer ähnlichen Thematik erfuhr, ich glaube mit dem Titel 'Die Vegies', ist aber schon etwas ganz anderes...

Aber es war verrückt, es tauchte Wochen später auf, nachdem ich das Projekt im Internet verkündete!) Das brauchen Sie natürlich alles wirklich nicht unbedingt befolgen! Sie haben ja bereits mit dem Dr. Walker meinen 'Guru'... Allerdings gehe ich in meinem Buch nicht auf alles ein, was der für richtig hält. Ich denke, dass ich es dem Benutzer sehr viel leichter machte, durch die Art der einzelnen Beschreibungen jedes Saftes etc. Klar, die Basis ist Dr. Norman Walker! Aber in der deutschen Übersetzung sind einige gravierende Fehler, die mir beim Übersetzen aus dem englischen Original natürlich erst bewusst wurden. Nun sind meine Bücher vom Dr. Walker über 10 Jahre alt... Wer weiß, was Sie bestellt oder schon bekommen haben? Für heute nur beste Grüße nach Süsel, ich dachte, ich sollte Ihnen nicht verschweigen, was ich mit anderen, Interessierten gerade besprach!

Ihr

Dr. Roman Schreiber

Die Natur sorgte bereits in nur wenigen Wochen für Verwunderung

E-Mail an Dr. Roman Schreiber vom 6. März 2009 / 17:46 Uhr:

*Hallo lieber Dr. Schreiber,
zu Beginn des Jahres ereilte mich eine nicht sehr gute Nachricht aus der UNI Lübeck. Nach der CT-Untersuchung im Dezember hatte man mir eine Neuaktivierung des Krebses verkündet. Zwei bereits bekannte Stellen, die vor 10 Jahren operativ nicht entfernt werden*

konnten, hatten sich erheblich vergrößert und eine neue Metastase hatte sich in der Lunge gebildet. Diese Tatsache hatte mich erst einmal auf den Boden geholt. Darauf erfolgte eine Umstellung des Medikamentes, die mir mit ihren erheblichen Nebenwirkungen sehr zu schaffen machte. Aus diesem Grunde habe ich auch nicht viel Muße und Gelegenheit gehabt, mich am PC aufzuhalten. Jetzt habe ich aber die Nebenwirkungen ziemlich überwunden oder mein Körper hat sich daran gewöhnt. Für Ihre Mitteilungen aus dem Januar bedanke ich mich ganz herzlich. Ich habe trotz meiner Misere die Safttherapie weiter durchgezogen und ich glaube, dieses war eine sehr gute Entscheidung, wenn es mir aufgrund meines allgemeinen Befindens auch teilweise sehr schwer gefallen war. In der vergangenen Woche war ich wieder zur CT-Untersuchung und ich konnte es nicht glauben, die Mitteilung der Ärzte hat meine kühnsten Hoffnungen übertroffen. Die mir bekannten Stellen haben sich wieder erheblich verkleinert und die neu entstandene Metastase ist wie durch ein Wunder verschwunden.

Wenn ich auch nicht ausschließen kann, dass das neue Medikament eine gute Wirkung zur Bekämpfung der Krankheit aufzeigt, so glaube ich doch mehr an die positive Wirkung der Safttherapie, oder

dem Zusammenwirken beider Dinge. Ich danke Ihnen auf jeden Fall, dass Sie mich zu dieser Therapie geführt haben. Ich werde weiterhin daran festhalten, auch wenn die Bereitung der Säfte sehr viel Mühe macht und Zeit kostet. Mit derartig positiven Signalen beginnt man diesen Aufwand zu lieben. In der Ernährungsumstellung sind wir auch schon große Schritte in die richtige Richtung gegangen, obwohl wir noch nicht ganz das Optimum erreicht haben. Aber ich hoffe, eine konsequente Zielsetzung ist auch schon als positiv zu betrachten. Ansonsten erhoffe ich mir, dass es Ihnen und Ihrer Familie gut geht und Sie mir weiterhin als guter Ratgeber zur Verfügung stehen. Ich werde Ihnen gerne von meiner persönlichen Weiterentwicklung berichten. Erst einmal recht herzliche Grüße und einen herzlichen Dank für Ihre Hilfe, dieses auch von meiner Frau und Tochter.

Ihr Siegfried Westphal

Die erste Erleichterung beim Mutmacher

Gesendet: Freitag, 6. März 2009 20:30
An: siegfried.westphal.suesel
Betreff: Oh welch doch letztlich großartige Nachrichten!

Guten Abend nach Süsel!

Ob Sie es glauben oder nicht, ich wollte heute eigentlich schon Ihnen geschrieben haben! - Natürlich

bewegt mich nicht nur im Hinterkopf Ihr Schicksal, noch etwas tiefer, links! Und jeden Menschen, den ich persönlich kenne, würde ich am liebsten permanent in frisch bereitetem Saft 'baden'! Wenn Sie, so wie ich, dann zwischendurch Unterhaltungen führen, oder meistens kommt es noch nicht einmal ganz dazu, mit der großen Anzahl der 'Ungläubigen', besonders aus meiner eigenen 'Familie', dann verzweifle ich NICHT, denn ich weiß, dass ich für mich den RICHTIGEN Weg gefunden habe! Ich wäre elendig verreckt, hätte ich vor knapp 10 Jahren nicht die Säfte als gesündeste Ernährung der Welt für mich 'entdeckt'! Und es greift ja bis in den Alltag aktuell, wenn zum Beispiel sich hin und wieder am Hinterkopf meiner Frau kleine 'Lymphknoten' bilden, wie sie sagt, dann isst sie eine Woche lang ein wenig gehackten Knoblauch... fort! Usw. Ich, bzw. wir, sind auch nicht 'Besessene', aber 'Bewusste' - Genießer unserer Säfte und das sinnvolle Einsetzen der Natur! Und wenn nicht Sie selber die Zeit zu Ihrem Wohlbefinden aufbringen, wer soll es denn sonst für Sie übernehmen!? Für einige, die ich kenne, da ist es schon zu spät, für andere war es das bereits! Es klingt ja fast zynisch, wenn ich über diese 'Ignoranten' sage, dass es denen wohl noch nicht dreckig genug ging, um aufzuwachen! Ich muss immer wieder den 'guten, alten' Dr. Norman Walker zitieren: Die Gesetze der Natur sind einfach: Reinigung, Ernährung und Selbstdisziplin sind die Schlüsselworte! Nur wir selbst haben es in der Hand, dass wir mit den uns zur Verfügung stehenden Mitteln unser Dasein so angenehm wie möglich gestalten! Wenn mich dennoch manchmal der eine oder andere 'Schub' von

wahrscheinlich Gicht im linken großen Zeh durchläuft, dann weiß ich, dass ich einfach nicht konsequent genug die letzten 10 Jahre lebte. Auf der anderen Seite, lebte ich die 50 Jahre zuvor - bezogen auf die Ernährung - 'wie in Sünde'! Was erwarte ich denn von der Natur, mittels einiger Gläser Saft? Ich muss der Natur schon die Zeit geben, die ich mir zuvor auch nahm, um meinen Körper zu zerstören! Geduld ist also angesagt und NICHT Nachlassen! Die Mühe in der Küche ist ein Spaß! Die Küche mit Musik oder Fernsehbild sich in der Zeit der Zubereitung so angenehm wie möglich gestalten! So beginne ich den Tag schon vor 6:00 Uhr. Das freiwillige Meistern des eigenen Programms verleiht Energie! Kein Therapeut, schon gar kein Weißkittel kann Ihnen helfen, wenn Sie sich nicht selber helfen! - Ok, ok, die Schulmedizin mit ihrer Technik hat große Verdienste, doch sie ist nur auf einer anderen Ebene eine Weiterentwicklung in unseren Breiten! Es ist NICHT alles Gold was glänzt, und es ist NICHT alles richtig, was die Moderne uns brachte! - Als die erste Eisenbahn von Berlin bis nach Paris fahren konnte, das muss doch so Ende des 19. Jahrhunderts gewesen sein, da sagte der Preußenkönig in etwa, "nun wird es nie wieder Krieg zwischen den Völkern Preußens und Frankreichs geben"... Wie er doch irrte. Die Technik schaffte zunächst Arbeitsplätze und vernichtete dann Millionen - nicht nur durch die Folgen der Kriege! Und heute, genau das gleiche Spiel. Die Menschen sind einfach dumm und haben NICHTS gelernt; nichts aus den Ereignissen der Vergangenheit, NICHTS aus den Gesetzen der Natur! Genug für heute Nacht. Ich will

Sie nicht langweilen! Wir waren seit Wochen, ja eigentlich seit Monaten auf der Suche nach dem geeigneten Objekt im deutschsprachigen Raum, wo man diese oder jene sicher gute Idee verwirklichen kann. Ich freue mich sagen zu können, dass wir heute Vormittag, ja tatsächlich (!), einen Vertrag in Niederösterreich unterschrieben haben, der nicht das Objekt betrifft, von dem ich 'damals' sprechen konnte, weil es einfach nicht frei wurde. Es ist ein so genannter Vierkanthof, mit einem tollen Innenhof von ca. 175 m² und umbauter Gebäudefläche von über 500 m². Also wenn wir genügend Zeit und wohl auch Geld investieren, dann können wir auch dort, ganz langfristig gesprochen, das verwirklichen, was in der 'anderen Mühle' vom Start her leichter schien. Aber hier haben unsere Hunde sofort ein sicheres Refugium, und darum geht es uns auch immer besonders! Für deren letzten Jahre, die biologische Uhr ist ja unaufhaltbar ablesbar - obwohl die alle, je nach Tagesform, morgens auch mit einem kleinen Löffel unseres Obst-Frühstücks den Tag beginnen! Die werden also auch noch einige Jahre uns begleiten, dürfen! - Von heute an gerechnet sind es noch 11 Tage, die wir in Frankreich sind! Wir sitzen schon seit einigen Tagen auf zu 99% fertig gepackten Kisten und Kästen! Wir sind einfach 'perfekte Umzieher'... und wir pokerten bis heute früh um unsere Bedingungen, obwohl ich schon vor einigen Wochen hier kündigte (!) und den LKW bestellt hatte, für den 17.3. - Da braucht man Nerven wie Drahtseile, oder anders ausgedrückt: mit mir braucht man wohl so etwas. Aber die Säfte helfen! - Sicher auch meiner Frau! Ich melde mich!

Unsere E-Mail-Adresse bleibt ja gleich, egal was die Zukunft noch bringt. Ich, wir, also auch natürlich meine Frau, wünschen allergrößte Energie beim Bereiten der Säfte, dem disziplinierten Essen, dem Verzicht auf Stärkeprodukte! usw., usw. Machen Sie es gut, lieber Herr Westphal! Sie machten mir mit Ihren netten Zeilen ebenfalls großen Mut! Dafür danke ich Ihnen aufrichtig! Herzliche Grüße an die ganze Familie Westphal! Ihr

Dr. Roman Schreiber

noch 11 Tage in der Champagne

Besorgte Nachfrage

Gesendet: Donnerstag, 2. April 2009 16:32

An: siegfried.westphal.suesel

Betreff: Nur mal eine kleine Anfrage nach Ihrem Befinden

Guten Tag, liebe Westphal's!

Seit gestern sind wir nun endlich wieder mit der Welt verbunden! Ich hoffe, Sie sind ALLE 'wohl auf' und das nicht nur durch die Säfte! Aber es bewegt mich immer wieder das Thema 'Zeitaufwand', den 'wir' angeblich zu bringen haben, beim Bereiten der Säfte. Wenn Sie kochen, dann nehmen Sie einmal diese Zeit, die Sie dafür aufwenden! Und dann nehmen Sie die endlosen Stunden, die 'Sie' (alle) ab 50 in den Wartezimmern der Weißkittel verbringen! Muss ich noch genauere Zahlen präsentieren, um bewusst zu machen, dass es NUR uns und unserem Organismus dient, wenn wir uns mit unserer gesunden Ernährung befassen! Es darf NICHT als lästiges Übel gesehen werden, es gehört einfach zum gesunden Tagesablauf! Ich hatte ähnliche Gedanken gerade einigen Menschen etliche

Kilometer südlich auseinander setzen müssen, darum dachte ich gerade an Sie, lieber Herr Westphal. Es klingt vielleicht verrückt, aber ich nutzte kurz vor unserem Umzug einen Teil Ihrer netten Zeilen und baute diese in eine Mail unter anderem an unsere 'Hannoveraner' ein. Natürlich ohne persönliche Namen etc. Und siehe da, es ist wie immer: Die Menschen möchten gerne die Wunder persönlich erleben, möglichst noch anfassen. Aber aufgrund Ihrer Worte ist doch die viel zu kräftige Madame Christine aus Hannover so weit, dass sie sich von mir nun raten ließ, welches Gerät sie kaufen soll! Das wird ihrem dicken Hans auch zu Gute kommen. Gut Ding braucht manchmal eben... So wie hier... denn nicht nur Rom ist nicht in ein paar Tagen erbaut worden! Das Nest Franzen, und ein übler, leider sooooo NICHT erwarteter Saustall, der meine Frau zu täglichen Tränen und Flüchen bringt, braucht ebenfalls erheblich länger... Vielleicht ist es sogar komplett sinnlos!? Schauen wir mal, wie es sich entwickelt, wenn wir die nächsten Tage in etwas ruhigeres, 'saubereres' Fahrwasser kommen. Bis dahin, viele Grüße und ich erbitte doch Ihre freundlichen Worte mit hoffentlich stets guten Nachrichten zur Gesundheit! Aber das sollte vielleicht auch langsam in eine Selbstverständlichkeit einkehren? Ich weiß nicht, was die Natur mit Ihnen vorhat, aber ich weiß, dass, wenn Sie sich auf dem eingeschlagenen Weg weiter bewegen, dass Sie zumindest ALLES in Ihren Kräften getan haben, um das Leben lebenswert zu gestalten!

Herzlichst, Ihr

Dr. Roman Schreiber

Franzen 47, 3594 Franzen / NÖ; Tel. 0043 / 2988 / 20177

Optimistische Ortbesichtigung

Gesendet: Samstag, 04. Juli 2009 14:00

An: siegfried.westphal.suesel

Betreff: Ein kleiner Gruß zum Wochenende zum Ausdrucken oder Fortwerfen...



Ein herzliches Hallo den lieben Westphals in Süssel!

Hier ein paar Snapshots vom 29. Juni 2009. Und alles unter dem Titel "Vier 'Mann' und ein Glas". Es war sehr nett bei Ihnen, wenn auch viel zu kurz! Aber wir haben in diesem Leben sicher noch viele Gelegenheiten so entspannt und 'gesund' zusammen zu plaudern! Das Größte ist, dass die Marianne so ganz langsam die Kurve zu bekommen scheint...! Ich meine jetzt die der Safftinker. Als wir uns am nächsten Tag aus Franzen meldeten, verkündete sie mir stolz die Wiederholung des Safterlebnisses vom Vortage und das Versprechen, wenn auch nicht besessen, so doch sehr häufig am Ball zu bleiben! = Die Lust nach 'mehr' kommt mit dem Genuss und vor allem, mit dem 'richtigen' Gerät!

Ich hatte dann übrigens inzwischen bei Keimling es möglich gemacht, dass die sicher super Maschine des GreenStar aus Hannover (von unseren 'Dicken') zurückgenommen wird und in einen Champion umgetauscht wird, mit Rückzahlung der Differenz natürlich.

Dennoch: Sie, liebe Westphals, haben wirklich für Ihre therapeutischen Notwendigkeiten das allerbeste Gerät! Das bestätigte man mir dort bei Keimling erneut. Räumte aber natürlich den unheimlichen

Zeitaufwand ein. Aber zu diesem Thema hatte ich mich ja schon sehr oft, sehr kritisch geäußert. Lieber die Zeit angenehm in der Küche beim Bereiten der Säfte verbracht, als beim Arzt oder im Krankenhaus! Und ganz wichtig ist diese Nahrung für unser Hirn! Da gibt es NICHTS auf der Welt, was 'unsere' Säfte schlägt! Und mit der Intelligenz, dem Willen und der Stärke Ihr Wissen in die Tat umzusetzen, besiegen Sie Ihre Krankheit! Es darf nicht anders sein! - Sie glauben gar nicht, wie sehr ich Ihnen für die kommende Woche die Daumen drücke! - Und ich 'erwarte' bitte eine super positive Meldung!

Herzlichst

Ihr

Dr. Roman Schreiber

Das Wunder nimmt Formen an

E-Mail an Dr. Roman Schreiber vom 20. Juli 2009 / 20:00 Uhr:

*Hallo lieber Dr. Schreiber,
wir möchten uns ganz herzlich für Ihre
lieben Zeilen vom 4. Juli und die
schönen Bilder bedanken. Es ist
tatsächlich wie Sie es angekündigt
haben!!!*

*Die Untersuchung hat weiter positive
Ergebnisse ergeben.*

*Die Ärztin hat festgestellt, dass die im
Dezember dokumentierte Metastase weiter-
hin nicht mehr erkennbar ist.*

*Im gesamten sind alle Bereiche nur noch
als narbiges Residuum erkennbar, also*

hat sich alles Alte zurückgebildet auch das, was im Brustbereich nicht operabel war.

Wenn ich mich daran erinnere, hatten die Ärzte mir seinerzeit erklärt, dass die verabreichten Medikamente eine Verzögerung der Metastasenbildung, jedoch keine Heilung möglich machen.

Erstmals sprach die Ärztin von der Heilung der Krankheit, ich denke nicht, dass sie sich versprochen hat.

Also kann ich die Entwicklung nur Ihren Empfehlungen und Ratschlägen zuschreiben.

Ihre Hilfe kann ich nicht mit Gold und allen materiellen Gütern abgelten, aber mit einem ganz herzlichen Dank fange ich an, und bin gern jederzeit bereit, für Sie als lebendes Beispiel der positiven Wirkungen Ihrer Safttherapien, für Ihre Klientel zur Verfügung zu stehen. Ihre Bemühungen müssen einfach weiter greifen, denn es gibt unzählige Menschen, die Ihre Hilfe so nötig haben wie ich.

Nochmals unendliches Dankeschön.

Wir haben die kurze Zeit mit Ihnen genossen und würden uns sehr auf ein baldiges Wiedersehen freuen. Ganz herzliche Grüße auch an Ihre Ehefrau und Ihre Mutter. Bis bald Ihre Gabi und Siegfried Westphal aus Süsel

Meine ehrliche Erleichterung und Freude

Diese erhaltenen Zeilen waren für mich gleichfalls so etwas wie eine Aufforderung, nun noch intensiver an diesem Thema zu arbeiten und Aufklärung überall dort zu betreiben, wo man meine Worte hören wollte. Zunächst also hier meine Antwort, die aber auch zeigt, dass ich mich nicht ganz so wichtig nehme, wie es vielleicht den Anschein hat!

**E-Mail von Dr. Roman Schreiber am 20. Juli 2009 / 22:16 Uhr:
Guten Abend, liebe Westphal's im schönen Süsel!**

Oh wie habe ich für Sie genau diese Meldung erhofft und war schon ganz ungeduldig, denn ich wusste doch, dass die letzte Woche eine entscheidende Etappe für Sie sein sollte!

Ich bin es doch gar nicht gewesen, lieber Herr Westphal! Es ist die Natur und es sind die wundervollen Kräfte der Säfte, die dieses so herrliche Ergebnis erbrachten, aber vor allem sind es Sie selber mit Ihrer Energie, Ihrer Willensstärke (!), und es ist Ihre liebe Frau, die mit ihrer Beharrlichkeit dieses Programm durchzog!

Ich bin überglücklich und kann Ihnen nur empfehlen, keinen Millimeter vom aktuellen Status preis zu geben, im Gegenteil, mit gleichem Eifer weitermachen und immer bewusster jeder Versuchung der 'Sünde' zu widerstehen, wie ich immer den vermeintlichen Genuss von irgendwelchen Schleckereien bezeichne. (Was wir im Augenblick unserem Spar-Markt in Horn an niemals zuvor gemachtem Umsätzen in Richtung Stärke- und Zuckerprodukten, natürlich auch an Zigaretten, mit meiner Mutter Hilde verschaffen, geht

ja auf keine Kuhhaut; und da wären wir auch schon bei den Produkten aus diesen netten Vierbeinern, die aber allesamt NICHT besonders gesundheitsförderlich sind!) Wenn Schleckereien, dann die herrlichen Früchte, die wir aus aller Welt heute erhalten! Wenn Lust auf Süßes, zum Beispiel, dann Datteln oder Feigen, wenn Sie die bekommen! Je bewusster Sie auch die entsprechende Lektüre verinnerlicht haben, je leichter lässt es sich mit diesem Thema leben! Und nur darum geht es: Um Ihr gesundes Leben.

Ich werde Sie niemals 'missbrauchen' und werde mir nur bei wenigen 'Ungläubigen' (und besonders am Herzen liegenden Menschen) erlauben, von Ihrem Schicksal und unserer ja leider nur kurzen Bekanntschaft zu berichten. Ich will nicht sagen "wenn doch nur der eine oder andere aus meiner Familie schon 9 Jahre früher die von mir dorthin beorderten Bücher gelesen hätte, dann..." Aber so, wie es durch unsere zufällige, schicksalhafte Begegnung sich nun ereignete, ist doch zumindest die Aufrechnung mit dem 'Teufel' einigermaßen ausgeglichen, wenn Sie meine etwas blumige Formulierung bitte verstehen.

Ich bin einfach nur begeistert und darf das auch im Namen meiner Frau und meiner Mutter zum Ausdruck bringen, die sich auch sehr über Ihre wundervollen Zeilen gefreut haben!

Für heute Abend soll's hiermit genug sein! Wie ich ja vor einigen Tagen schrieb, es wird noch Gelegenheit geben, viele schöne Stunden gemeinsam mit Plaudern zu verbringen! - Übrigens, ich kann sogar zuhören, auch wenn man mir 'dort oben' das gar nicht mehr

abnimmt, weil man mich ja nur noch plaudernd, vortragend erlebt! Aber ich weiß, wozu es gut war und nur darauf bin ich ein klein wenig stolz, denn wäre ich aus anderem Holze, hätte ich Sie NICHT überzeugen können, in den wenigen Minuten, die uns damals blieben.

Herzlichst

Ihr

Dr. Roman Schreiber

P.S. Nun werde ich schon bedrängt endlich hier abzuschließen, denn 'Mensch Ärgere Dich Nicht' steht mit Hilde (87) und meiner Ute auf dem Programm, und das ist ja viel wichtiger, als die Gesundheit. Nein, im Spaß liegt so viel Ernst: ÄRGER VERMEIDEN - in jedem Moment Ihres kostbaren Lebens!

Gesendet: Donnerstag, 13. August 2009 12:10

An: siegfried.westphal.suesel

Betreff: Ich hoffe, Sie lassen NIEMALS nach, in Ihrem Bemühen,
gesund zu leben!

Hallo nach Süsel, nur mal so zwischendurch!

Habe ich eigentlich jemals gefragt, wie denn die 'gute Gabi' so ganz nebenbei die vielen gesunden Säfte verträgt? Das kam mir doch gerade in den Sinn, denn Sie, liebe Frau Westphal, müsstes ja als 'Nebenprodukt' Ihrer großartigen Versorgungsleistung ebenfalls SEHR gesund sein!?! Wir haben hier ein krasses Gegenprodukt (aus 87 Jahren Katastrophen-Ernährung) seit nun ja schon etlichen Wochen vor Augen... Wenn es eines Beweises für eine völlige Umstellung der Ernährung gibt - egal jetzt, wie dringend geboten durch eine akute Krankheit - dann

das Abbild (m)eines 87-jährigen Mütterchens! Natürlich ist sie - ich spreche natürlich von der Hilde - schon gewaltig 'verjüngt' worden und ist absolut NICHT mehr das völlig klapprige Persönchen, dass ich in Empfang nahm, als ich oben bei Ihnen war! Dahinter verbirgt sich auch KEIN Vorwurf an Marianne, zum Beispiel, oder 'andere', die es gut meinen, wenn man mit einem Kuchenpaket mal zum Kaffeetrinken bei ihr vorbeikommt, usw. ... Es ist ganz offensichtlich, wie ein Mensch in steter Gesellschaft 'aufblüht', nicht nur die wohl inzwischen 2 kg Gewichtszunahme. Die Folge unserer 'Frischzellenkur' und 'Zwangsernährung': Sie hat ohne das ich es überhaupt ansprach, ihre Berge von Medizin, die sie ja meinte mitschleppen zu müssen, bei Seite gelassen! Sie hatte selber festgestellt, dass durch unsere Säfte - und sie - und wir auch - trinken ja im Grunde viel zu wenige, ich meine jetzt bezogen auf eine wirklich therapeutische Nutzung der Säfte - sie des Nachts keine Krämpfe mehr in ihren Beinen (Stampfer wäre wohl die bessere Beschreibung dieser hässlichen Gebilde) verspürt! Keine Bluthochdruck-Pillen etc., etc. Alles braucht sie nicht mehr. Selbst die Tropfen für ihre Augen, die ihr nur Brennen verursachen, lässt sie fort, weil langfristig der Karottensaft bestimmt bessere Ergebnisse liefert! Wenn sie doch nur mehr trinken würde! Natürlich begreift sie langsam und immer, wenn sie sich wieder mit irgendeiner dummen Formulierung sträubt, nehme ich Sie, liebe Westphals, und reiche ihr auf dem Tablett der Worte das Wunder zum Anfassen! Und sie begreift!

Nur, was ist, wenn der Alltag wieder einzieht? Der Windberg ist zwar endlich auch auf dem Saft-Trinken-Trip, aber ja noch weit entfernt, von einer 'echten Gesundheitsreform'! Und nur Eltern mit Kindern können über das Altwerden und Zusammenziehen oder Heimaufenthalte ehrlichen Herzens eine zu akzeptierende Meinung abgeben. Der Windberg hat es - ganz sicher nicht in böser Absicht - geschafft, dass in den letzten wohl 27 Jahren das Thema 'Altwerden mit allen Folgen' sehr weit weg geschoben wurde. Wenn ich mir aber vorstellte, ich sollte, als 87-jährige alte Person, hässlich, schrumpelig, mich in einem 'solchen Zustand' in die Obhut von anderen Menschen begeben, die noch weiter entfernt sind, als jedes Familienmitglied, also auf einem Abstellgleis sitzend, liegend, was weiß ich, auf den Tod warten? Dann kann es doch nur ein gemeinsames Zuhause bei den Kindern geben! Dort kann man alt werden, in Würde, dort kann man sterben, ohne anderen zur Last zu fallen! Dort gibt es heute auch professionelle Hilfe! Nur die eigenen Kinder können ein so hässliches Häuflein Elend schließlich noch akzeptieren! Was mutet man denn anderen zu? Ich lasse mich hier über ein ganz spezielles Thema aus; ich kenne noch nicht einmal Ihre Tochter. Aber es wird sie angehen und es ist wichtig, dass sie rechtzeitig genau diese Kurve des Lebens mitnimmt, ohne hinausgetragen zu werden... Wir sollten begreifen, dass nur ein gemeinsames Leben, jung und alt, Sinn macht! Mein Bruder Harald gab mir immer vor, dass ja durch seine Anwesenheit und der allgemeinen Situation in und um Lübeck für Hilde gar keine andere Lösung gebraucht würde.

Irgendwie gingen 'die' wohl davon aus, dass sie sich so blitzschnell verabschiedet, wie es mein Bruder nun tat...? Das war NICHT vorgesehen und das ist eine Situation, die 'man' auch der Marianne auf ewig gar nicht zumuten darf! Wenn die 'Alte' doch nur nicht so stur an 'ihrem' Lübeck festhalten würde... Was hält sie dort? Ich jedenfalls wüsste, wenn ich in der Situation von Hilde-heute wäre, was ich täte! - Aber zurück zum Thema: Wir kommen gar nicht in die gleiche Situation! Wir haben im Unterschied zur Hilde noch ca. 27 Jahre Vorsprung! Mit unseren Säften! Mit dem Wissen, so viele 'Sünden' wie möglich zu unterlassen: Fortlassen von Stärke- und Zuckerprodukten! - Ich wiederhole mich und langweile Sie... Wenn mein Sohnmann es endlich schafft, auch hier: <http://manhattanjuiceclinic.com/> mich endlich in ein perfektes Licht zu setzen, dann werden Sie mir - und auch die alte Hilde - Triebfeder sein, die Wunder der Natur in die Welt hinauszutragen! Nur, oder auch, unserer gesunden Ernährung verdanke ich meine Energie; und die treibt mich nicht nur über den Atlantik! Für heute nur beste Grüße... wir sollten es irgendwie schaffen - OHNE das große Saft- und Ernährungs-thema - uns am Mittwoch den 9. September in Travemünde zu treffen... 'ganz zufällig'? Marianne fragte nämlich, was ich denn unternehmen wollte, an dem Tage, nachdem ich mit Hilde wieder oben gelandet bin. = So geplant der 8. September 18:51 in HL-Hbf. Sie schlug dann Travemünde vor und ich sagte natürlich 'Ja'. Herzliche Grüße auch von Hilde und meiner Ute, Ihr

Roman

In den Händen der Pharmazie

Gesendet: Freitag, 11. September 2009 22:05

An: siegfried.westphal.suesel

Betreff: ... ich komme gerade aus dem Süden ins Waldviertel zurück...

Nur einen schnellen, schönen guten Abend nach Süsel!

Hier ist einmal ein wohl sicher interessanter Link der zu Sutent führt...

<http://www.mpg.de/bilderBerichteDokumente/dokumentation/pressemitteilungen/2006/pressemitteilung200602071/>

ich schaue später, also morgen, nach anderen Beiträgen zum Thema... Für den Augenblick nur Gute Nacht... Ich habe noch eine Menge zu tun, darum heute Nacht so kurz! Bis 'später' dann, viele Grüße auch an die noch so 'ungläubige' Tochter!

Euer **Roman**

Ein 'fürchterlich' umtriebiger 'Dr.'

Gesendet: Samstag, 19. September 2009 22:19

An: siegfried.westphal.suesel

Betreff: ... ein 'fürchterlich' umtriebiger 'Dr.'

Attachment:



Hallo, Ihr Lieben Westphal's in Süsel!

Seit meiner letzten Message, da war ich ja im Grunde zuvor schon kaum zur 'Besinnung' gekommen, denn das war am vergangenen Freitag und da kam ich gerade aus der Steiermark nach einer Rund-um-die-Uhr-Aktivität zurück... Also es war die Woche mit An-

und Rückreise, Weiterreise usw., usw. Das Ergebnis einiger Telefonate danach: Wieder hinunter in die Steiermark, dieses Mal am Montag früh per Postbus 5:15 Uhr quasi vor der Haustür, aber dann 4:48 Stunden bis auf ein Kaff 80 km nördlich Graz. Eine Route, ganz nett, wundervoll, wenn man es so genießen kann, doch irgendwie sollte ja auch ein Ergebnis dabei herauskommen. Ich traf auf einen Hartklotz von 84 Jahren und seiner knapp 80-jährigen 'Dienerin'... Ein Wahnsinn, wie unterwürfig dort das 'Leben' abging... Eigentlich für unsere Zivilisation ziemlich unwürdig! Die Rückreise mit Stop in einem Haus, wo ich dachte meine Saftseminare in Österreich geben zu wollen... Oh Schreck, oh Graus... Bitte überall, doch nur dort nicht! Wie gut, dass ich im Ort Payerbach eine Nacht schlief, also zufällig parallel in dem Ort, wo sich uns ein schönes Haus bot (wie im Internet beschrieben). Weit gefehlt! Das so prächtig ins Netz gestellte Haus im Schlosspark entpuppte sich als 'kleine Katastrophe'... Die gemachten eigenen Bilder sprechen eine deutliche Sprache! Das Internet ist prima und deckt eine Menge auf, doch vor Ort, mit eigenen Augen, das ist etwas ganz anderes. Das gilt sicher auch für die eigenen Erfahrungen mit der Medizin, zum Beispiel, und den Berichten über SUTENT, die man nachlesen kann.

Gestern konnte ich in einem erneuten Telefonat mit diesem 'sturen Kerl' (ein Krebs, wie ich, 2 Tage vor mir geboren...???) eigentlich wohl unser 'Häuschen' für die nächsten Jahre perfekt machen, wenn er Wort hält und meinen ihm heute per E-Mail zugesandten Mietvertrag, wie ich ihn formulierte, akzeptiert und

unterschreibt. Dann hätte ich das verwirklichen können, was sich bei uns in den vergangenen Wochen in wundersamer Weise wie von selbst einstellte: Meine Mutter Brunhilde kam doch tatsächlich während der Zeit hier auf genau DAS Thema, das mich seit ewigen Zeiten umtreibt, wenn es um eine Familie geht! Ich hatte es schon einmal angedeutet, dass Kinder ja nicht nur die Aufgabe haben, den Eltern Sorgen zu bereiten, sondern auch dann eventuell etwas zurückgeben können, wenn die Zeit es verlangt!

Im Deutsche-Bank-Rundherum-Versorgungsplan war diese Situation natürlich so nicht eingeplant, doch die Fakten ließen Hilde nun einmal, vielleicht zum ersten Mal seit langer Zeit, richtig nachdenken. Ich wäre dafür, dass kinderlose Politiker keine Positionen mit großer Verantwortung einnehmen dürfen! Ich wäre auch dafür, dass kinderlose Ehepaare kein Mitsprache- (Beeinflussungs-) -recht bezüglich der Zukunft der alternden Eltern / Mutter haben dürfen, denn es ist einfach eine Tatsache, dass Kinderlose, aus welchen Gründen auch immer, größere Egoisten sind. Aus dieser falschen Perspektive heraus lässt sich kein objektives Bild einer tollen Zukunft in einem Altenheim malen und im Gegenteil, durch die falsche Sicht wird dann über Jahre und Jahrzehnte geradezu ein Horrorszenerium kreiert, wo sich eine Mutter dann nicht vorstellen konnte, zu den eigenen Kindern zu ziehen. Nun geschah das 'Wunder von Franzen', stets begleitet mit allen typischen Hild'schen Tränen und Missverständnissen, doch wenn sie sich dann beruhigte, kam sie zum logischen Schluss, dass es NUR und ausschließlich ein würdiges Altern in

der Obhut und mit der Fürsorge in der eigenen Familie geben kann! Und so fragte sie uns, was wir von der Idee halten! Nicht umgekehrt! Im Gegenteil, wenn Ihr die Zeilen lesen könntet, die ich ihr mit auf den Weg nach Lübeck gab, dass es KEINE Gnade Ihrerseits wäre, wenn sie zu uns käme, sondern umgekehrt, wir 'Idioten' sicher nicht sehr häufig auf dieser Welt sind und dieses Abenteuer auch noch eingehen wollen! Damit, aus rein wirtschaftlichen Gründen, das was ich immer anforderte, nämlich die Nutzung der vorhandenen Ressourcen, übrigens 'Mein' Thema, als ich vor sooooo vielen Jahren Betriebswirtschaft studierte und genau DAS 'im Grunde meinen egomanen Dokortitel' begründete (den ja nicht ich mir gab!), denn überall in der Welt wäre diese Arbeit damals, genau eine Dissertation wert gewesen. Das aber nur am Rande, damit Ihr einmal genauer wisst, warum ich so bin, wie ich bin! - Diese, meine Zeilen gehen NICHT gegen die 'gute Marianne'! Sie ist ja auch so wie sie ist und darum NICHT in der Lage, eine solche Atmosphäre zu verbreiten, wie es meine Ute hier offensichtlich für Hilde schaffte! Ohne es darauf anzulegen, einfach das Leben wieder in den Mittelpunkt gestellt. Einfach NICHT den Fernseher abgeschaltet und wieder diskutiert über die Dinge, die draußen in der gar nicht so heilen Welt so laufen. In 10 Wochen vielleicht drei Mal nur Kreuzworträtsel versucht zu lösen, sonst ständig nur Diskussionen und Teilnahme am 'LEBEN'! Und dann gab und gibt es so tolle Reportagen, stets und überall auf den Programmen der Welt, über Altenheime, Pflegeheime, Krankenhäuser usw., usw. Zum ersten Mal seit Jahren wird sich die Hilde in eine

solche Reportage gedacht haben... Und kam eben zu dieser - nur für Außenstehende - und Kinderlose - überraschenden Entscheidung! Für mich war es immer eine Selbstverständlichkeit, genau eine solche Situation zu haben. Für mich ist es eine große Dummheit gewesen, über die letzten mehr als 20 Jahre eine Wohnung sinnlos zu unterhalten, die bei organisatorischer Optimierung, aufgeteilt auf den Windberg, bei uns, in Hannover, überall, wo sie sich wohl fühlte, hätte sein können. Hunderttausend Euro hat Hilde sinnlos so zum Fenster hinaus geworfen, nur um dem Irrsinn zu folgen "Ich will 'selbständig bleiben' und werde niemals zu meinen Kindern ziehen!" - Welch ein dummes Zeug! - Warum schreibe ich das Euch, so ausführlich? Einmal, weil ich es nicht persönlich erzählen kann. Aber auch, damit Eure Tochter diese Zeilen liest und nochmals liest. Richtig verdaut und verstanden und für sich die richtigen Schlüsse zieht! Wir haben nur diese Eltern. Und wenn ein Elternteil nicht mehr da ist, dann ist es für den allein zurück bleibenden Elternteil besonders schwer. Sicher kann man sich an 27 Jahre Alleinsein gewöhnen. Dann wird man schließlich auch noch überall hin mitgenommen und geduldet. Aber richtig einbringen? Wenn man unbequem wird, ist es besser, die Alte (oder den Alten) ruhig zu stellen. Am besten mit der Pharmazie, am Ende. Dann kommt man doch sehr gerne ins Altenheim alle 14 Tage und macht winke, winke... NEIN, so eine Zukunft ist eine absolute Scheiße und wer mir das schon seit Jahrzehnten ausreden wollte, der hat zumindest in diesen Tagen eine Lektion erhalten!

Aber mir vor vielen Monaten eine unverschämte Frage stellen: "Sag mal, bist Du scharf auf die Rente Deiner Mutter!?" - Wo ich schon sah, dass ich Hilde von 'dort oben' befreien musste, weil ich mit offenen Augen und Ohren ausgestattet bin! Und eine falsche Position gipfelt dann in einer falschen Analyse: "Würdest Du mit Dir Chaoten unter einem Dach leben wollen?" - Furchtbar, furchtbar! Wahrscheinlich ist noch nicht einmal die wortwörtliche Bedeutung des Wortes 'Chaot' bekannt...

Jetzt habe ich mich doch noch über meine Schwägerin 'ausgekotzt', denn das sind die Worte, die MIR wehtaten und mich verletzten! Jeder bekommt am Ende seine Rechnung präsentiert! Und genau das dumme Gerede von der eigenen Gesundheit (wie beim ungesunden Tortenessen bei Hilde), das kommt mir doch verdammt bekannt vor. Wenn ich es recht erinnere, dann wohl noch am Montag, den 17. November 2008, so während des Vormittags! Und ich sehe noch sein Lachen und Zuprosten über Logitech auf dem PC-Screen mit einem Glas Coca Cola und das Abbeißen von einem Keks! Ich hingegen wurde von meiner Ute zu einem super frischen Gemüsesaft gerufen!

In meinem Vorwort zu meiner Manhattan Saft Therapie schreibe ich einen Satz, den mein Bruder Harald natürlich nur ironisch kommentierte:

„Es liegt an Ihnen selbst, weise Worte für sich nützlich einzusetzen. Ich finde, es ist nicht schlimm dumm zu sein, es ist viel schlimmer an diesem Zustand nichts zu ändern.“

In diesem Sinne kämpfe ich für meinen 'dummen' Bruder und es ist eine Herausforderung, Menschen auf einen gesünderen Ernährungsweg zu bringen! Jeder muss selber wissen, welchen Weg er einschlägt. Der einfache Weg, der führt garantiert langfristig zur Reduzierung der Lebensqualität. Es kommt doch ausschließlich darauf an, den Lebensweg, den wir vor uns haben, mit so wenig wie möglichen Störfällen zu absolvieren. Und wenn man selber nicht erkennt, dass die Nahrungsmittelbranche, die Pharmazie und deren Handlanger nur ein Interesse an unseren Krankheiten haben und uns zum eigenen Broterwerb möglichst lange an ihrem Haken leiden lassen wollen... dann ist man selber Schuld! Du, liebes Fräulein Tochter 'W', ich kenne noch nicht einmal Deinen Namen, pardon, wahrscheinlich fiel er, bestimmt sogar, doch offensichtlich habe auch ich zu wenig Saft zum Aufbau meiner Hirnzellen konsumiert, Du hast doch das allerbeste Beispiel für die wundervollen Wirkungen der Natur vor Augen! Ich sah Deinen lieben Daddy als leichenblassen Kerl vor einigen Monaten... und heute? Als auf mich wie das blühende Leben Wirkender! Wenn er doch noch viel mehr Besessenheit an den Tag legte, und das hat mich fast ein wenig 'enttäuscht' - bei allem Wunsch nach ein wenig Abwechslung in der Ernährung - das er offensichtlich doch so manches Mal 'sündigt'... Es fängt schon beim Milchkaffee am Morgen an! Ganz schlimm! KEINE Milch bitte! Ihr habt doch die entsprechende Lektüre! Da kann doch in einem Kapitel nichts Falsches stehen, wenn sonst die Dinge richtig sind! Das ganze hat nur Sinn, wenn man sich total kontrolliert und keiner Versuchung der

'leichteren' Schleckereien erliegt! - Auch ich Idiot bin Schuld und lade zu einem Tee/Kaffee am Nachmittag bei Hildchen ein mit Niederegger Nusstorte...

Aber das darf man, wenn man sonst gesund lebt! Ihr müsst ihm und Euch selbst helfen, eine 'Besessenheit' zu entwickeln, die NICHT Spinnerei, sondern Eure Lebensqualität ist! Ihr müsst nicht nur therapeutische Säfte im genauen Mischungsverhältnis zu Euch nehmen, die vielleicht gar nicht schmecken! Immer so, dass es einem wirklich bekommt! Immer so, dass man gar nicht genug davon bekommen kann! Niemals nachlassen und versuchen niemals Stärkeprodukte und raffinierten Zucker zu sich nehmen, dann macht die gesunde Ernährung es mit den Säften schon von ganz allein! - Es wäre mehr als 'dumm', wenn das im Ganzen im Hause Westphal nicht von allen Beteiligten verinnerlicht und durchgezogen würde! Für den heutigen Abend nun genug von Moralpredigten, gesunden Naturwundern, die selbst die Seele und Einstellung zu Situationen und Umständen positiv verändern! Viele liebe Grüße, von Eurem

Roman

Positive Reaktionen

Von: siegfried.westphal.suesel; siegfried.westphal.suesel@T-Online.de

Gesendet: Freitag, 25. September 2009 12:31

An: Dr. Roman Schreiber

Betreff: Süsel antwortet

*Hallo, lieber Roman,
herzlichen Dank für Deine ausführlichen
Zeilen, wir haben uns mal wieder sehr
darüber gefreut.*

Unser Treffen bei Deiner Mutter hat uns sehr gefallen auch wenn die Verführung mit dem Kuchen nicht in unserem gemeinsamen Sinne war. Also mit dem Genuss von Gebäck halten wir uns sonst wirklich zurück. Nur der Milchkaffee war immer noch eine Sünde, die wir nicht so ins Bewusstsein genommen hatten. Wir haben aber sofort reagiert. Auch wenn wir uns von dem Kaffeegenuss noch nicht so recht befreien können, gibt es ihn ab sofort nur noch mit reiner Sahne und das für jeden begrenzt auf maximal zwei Becher pro Tag. Wir werden uns aber auf weiteren Entzug einfahren. Kräutertees sind ja auch ganz gut und bekömmlich. Gern hätten wir lieber Roman aber ein wenig mehr Zeit für ein Anliegen gehabt, das uns sehr am Herzen liegt. Doch hierfür wäre ein Treffen unter sechs Augen zutreffender gewesen, um mehr Ruhe im Dialog zu finden. Hierüber werden wir aber nachher noch berichten. Jetzt erst einmal zu Deinen lieben und informativen Zeilen.

Du hast ja wirklich eine geheure Strapaze auf Dich genommen, um zu Deinem Ziel einer gemütlichen und für Euch nutzbaren Immobilie zu gelangen. Wir hoffen nun für Euch, dass es zwischenzeitlich mit Erfolg für Euch gekrönt ist und der 'sture Kerl' den Mietvertrag unterschrieben hat. Wir möchten es Euch

wünschen, denn die Zeit, die Du dafür aufbringen musst, ist viel zu kostbar. Du solltest sie besser für Deine Seminare nutzen können.

Als wir 'Hildchen' bei unserem Treffen wieder gesehen haben, waren wir höchst überrascht, wie gut sie doch aussah. Auch ihre Ausstrahlung zeigte sehr viel Zuversicht und neue Freude am Leben. In so verhältnismäßig kurzer Zeit eine so positive Wandlung zu erleben hat uns sehr gefreut.

Umso mehr freuen wir uns, dass sie sich mit der Absicht trägt, zu Euch zu ziehen. Wir finden es toll, dass Ihr bereit dazu seid, Deine Mutter bei Euch aufzunehmen.

Umso weniger verstehen wir die Resonanz und Äußerung von Marianne hierzu. Wir sind auf alle Fälle davon überzeugt, dass dieser Schritt für Deine Mutter der beste wäre, den sie für sich tun könnte. Nur schon das Alleinsein in einer großen Stadt, in der eine große Anonymität herrscht, gerade bei älteren Menschen, ist wert, diesen Schritt zu gehen.

Nie mehr allein sein, immer eine helfende Hand in der Nähe und das von Menschen, die einem persönlich nahe stehen, das macht doch das Leben erst lebenswert.

Wir hoffen, dass diese Entscheidung

recht bald fällt, denn jeder Tag, der in der Einsamkeit weiter vergeht, ist vertan und zu kostbar.

Lieber Roman, wir haben Deine Zeilen unserer Tochter Sarah Lena zu lesen gegeben. Sie hat sich hierzu noch nicht richtig geäußert und trotzdem vernehmen wir eine gewisse Nachdenklichkeit. Wir würden uns sehr freuen, wenn sie ihr Bewusstsein hierzu, insbesondere zur Ernährung vertiefen würde, denn so wäre es für uns auch ein wenig leichter an unserer eigenen Art der Ernährung weiter zu drehen, um zum erwünschten Erfolg zu kommen. Da Sarah Lena noch bei uns lebt und versorgt wird, wäre ihre Überzeugung für eine Wandlung zur Ernährung für das gemeinsame Vorgehen erleichternd. Häufig werden deshalb Sünden eingegangen, um die Veränderungen nicht zu abrupt herbeizuführen. Junge, gesunde Menschen sind leider schwer zu überzeugen, neue Wege zu gehen, besonders wenn sie sich diese nicht selbst geebnet haben. Mac Donald bietet doch auch so viel Leckereien.

Lieber Roman, nun zu dem, was uns im Besonderen am Herzen liegt.

Da wir schon gern von den Erfolgen der Safttherapie in der Nachbarschaft und bei Freunden und Bekannten erzählt haben, werden wir überraschend von ebenfalls Betroffenen angesprochen, die sich

für diese Therapie interessieren und sogar ihre letzten Hoffnungen daran hängen.

Wäre es in Deinem Sinne, wenn wir einen Auszug Deiner uns zur Verfügung gestellten Informationen an diese Betroffenen weiterreichen oder würdest Du lieber selbst zu diesen Menschen Kontakt aufnehmen wollen? Wir haben jeden Betroffenen aber bereits informiert, dass diese Therapie keine Garantie auf Erfolg geben kann, jedoch für jeden eine Chance bietet.

Im Besonderen liegt uns ein Fall aus der Nachbarschaft am Herzen, in dem ein elf Jahre altes Mädchen an Knochenkrebs erkrankt ist und die Großmutter persönlich zu uns kam und uns darum bat, hier Hilfe zu bieten. Die Großmutter (unsere Nachbarin) ist auch von der Wirkung der Säfte überzeugt, jedoch haben wir, nach ihren Aussagen, das Gefühl, dass es sehr schwierig ist, diese Überzeugung den Eltern nahe zu bringen.

Bitte sage uns ehrlich, wie Du über eine Weitergabe denkst. Für heute möchten wir die Zeilen jetzt beschließen. Wir würden uns sehr über eine Nachricht von Dir freuen, weil Zeit in diesen Fällen wohl sehr kostbar ist.

Wir freuen uns, in Dir einen neuen Freund gefunden zu haben, einen guten

Freund in heutiger Zeit zu finden, ist nicht selbstverständlich. Liebe Grüße auch an Deine Frau, vielleicht bietet sich uns ja auch einmal die Gelegenheit des Kennenlernens.

Liebe Grüße von Deiner Gabi und Deinem Sigi

Wonach strebt der Mensch? Nach Anerkennung!

Gesendet: Freitag, 25. September 2009 15:57

An: siegfried.westphal.suesel

Betreff: Hier meldet sich der Roman!

Hallo, Ihr Beiden!

Vielen, vielen Dank für Eure - wie immer - wundervollen Zeilen! Ich bin so froh, dass Ihr als 'normale Menschen' meine Gedanken versteht und unsere Handlungen erst recht...!

Ob Ihr es glaubt, oder nicht, der 'harte Klotz' musste nun eben unverrichteter Dinge die Heimreise antreten... Weil dieser alte Kerl NICHT loslassen kann und immer weiter die Schraube der Gier drehte... Und hier noch etwas, und da noch etwas, usw. ... In Österreich scheinen die Mieter die letzten Trottel zu sein, die alles mit sich machen lassen müssen. Dachte der Herr.

Am Vortag hatte ich aber eine Eingebung: Am Nachmittag meldete unser Benni, dass seine Firma einen neuen Vertrag mit Warner Bros. aus Chicago für Tätigkeiten in den nächsten 12 Monaten abschloss...! (Ich erkläre gleich, warum Chicago dabei 'so wichtig' ist.)

Am Abend finde ich im Internet ein Haus, 30 km nördlich von Graz... rund 200 € preiswerter, groß genug, auch mit Hilde, größeres Grundstück im Gegensatz zum Ort des Gniesgnattels, knapp 2 km vor einem Ort mit 11.000 Einwohnern... wo mindestens drei Taxibetriebe arbeiten, wo die Bahnfahrt nach Graz gerade 40 Minuten beträgt... usw. usw. und Ruhe um uns herum... Voitsberg, kannte ich zuvor noch nicht. Da stand: Tiere Willkommen. Ich rief also dort an, privat, also kein Makler, das 'Willkommen' wurde von der Hausbesitzerin umgewandelt in 'Bedingung'! Also eine Tierliebhaberin! Ein Wort das andere... Ihr Vorname: Andrea (könnte man noch als tragisch bezeichnen, weil meine erste Frau ja aus so hieß)... Also ihre 'Schwingungen' bezüglich eines Tierfreundes sagten schon mal, dass wir das Haus wohl bekommen könnten, obwohl, wie sie sagte, 54 Leute schon angerufen hatten... Egal, ich sagte, es gibt aber nur den einen darunter, der 50 Bücher geschrieben hat, auch einige über Tiere, besonders über Hunde... Usw. Wir verblieben locker, dass ich mich nach dem Treffen mit den Alten aus Graz wieder melden würde. Ich hatte ihr vom eigentlich geplanten Zustandekommen des Vertrages offen berichtet... Aber auch gesagt, dass ich NICHT mehr wirklich will, seit ich von den Bedingungen ihres Hauses aus dem Netz erfuhr... Heute früh: Als erstes erhalte ich aus Amerika, häufig falsch gerichtet an einen Domain von uns 'schreibergroup.com', mal wieder eine E-Mail, die Adresse lautete: andrea@schreibergroup.com obwohl die richtige, die, gemeinte Adresse andrea@schreibergroupinc.com

gewesen wäre. Die hat ihr Büro in... natürlich Chicago. Ich wollte vor dem Besuch des Gniesgnattels noch einmal mich vergewissern, wo denn in ihrem Haus (also 'Andrea's Haus) der typische österreichische Haken sei... Ich rief erneut an. Es gäbe keinen... Und nun erzählte sie mir von einem Kuriosum: Vom so genannten Vulgonamen. Das ist statt des Familiennamens bis heute auf dem Land die übliche Benennung nach dem Namen des Bauernhofs oder nach dem Beruf. ... Und so wohnt diese 'Andrea' auf einem 500 Jahre alten Hof, unweit dieses nun möglichen 'Neuen Zuhauses' von uns, und trägt den Vulgonamen: Schreiber...! Sie würde also 'Schreiber-Bäuerin' heißen, wenn man nach alten Traditionen sie suchen würde... Ich finde, es ist ein irrer Kreis, den ich da geschlagen habe, aber so sind es doch einige 'Zeichen' - ob nun vom Himmel oder der Hölle - das muss ich wohl noch herausfinden bei einer Blitzreise in den nächsten Tagen.

Nun zu viel WICHTIGEREN Themen!

Es macht mich 'stolz' (ist das falsche Wort wohl), dass Ihr von 'mir' im Zusammenhang mit der Safttherapie sprecht! Es macht mir überhaupt NICHTS aus, wenn Ihr diese Informationen, die Sigi sinnvoll genug erschienen, sie auszuprobieren und daran festzuhalten mit den großartigen Resultaten, auch weitergebt! Ich habe damit KEIN Problem. Ich bin ja auch nur ein 'Apostel', ein 'Jünger', in diesem Fall sogar ein echter 'Gläubiger', weil ich die Ergebnisse am eigenen Leibe ja auch spüre. Aber ich hätte wirklich eine große Bitte, ich würde mich ehrlich sehr gerne auch und zusätzlich mit diesen Menschen zumindest per E-Mail

unterhalten! Ich glaube, überheblich wie ich bin (wie Hilde stets ja meint mich einzuschätzen), dass es auch nicht diesen Menschen schaden kann, wenn sie sich mit ihren Problemen 'öffnen', darüber reden und wertfrei, völlig unvoreingenommen von mir etwas zum Thema und zu ihrem Leben hören. Ich hatte schon früher, lange her, in Deutschland mit den wichtigsten Einkäufern der Großbauszene zu tun und eine große Anzahl 'missbrauchte' mich, neben unseren besten Preisen auf dem Markt, auch noch nach Feierabend als persönlichen 'Mülleimer'. Das war damals so spannend, wie heute! Damals konnte ich tatsächlich so manchem guten Kerl helfen, und wenn ich ihn nur in seiner Auffassung bestärken konnte. Das ist ganz wichtig, dass ein Gegenüber spürt, da ist jemand, der mit mir am gleichen Strang zieht!

Ich würde mich glücklich schätzen, mich mit all meiner Energie für die von Euch erwähnten Menschen einsetzen zu dürfen! Und lieber heute noch, als morgen!

Sarah Lena, den Namen konnte ich ja auch nur vergessen. Hätte sie jetzt auch noch Andrea geheißt... Spaß beiseite. Das liebe Menschenkind muss einfach einsehen, dass das, was wir täglich zu uns nehmen, auch ein Ticket zum Aussehen von Morgen ist! Sie soll in den Spiegel schauen und dann zeigt ihr doch mal die Handskizzen vom Dr. Walker über die Planschfiguren der Stärkefressenden Individuen... Die Menschen brauchen immer Beispiele, so lange sie nicht selber leiden. Tatsächlich ereilt es dann diese Ignoranten zuerst! Aber das Äußere ist eines, wie es 'drinnen' aussieht, das geht uns, den

Eltern, eben doch etwas an, denn das ist die Basis zu einem langen, aktiven Leben, mit Freude am Leben!

Genug für den Moment. Ich grüße Euch besonders herzlich (und hin und wieder schaute ich ins Netz, was denn so in Ostholstein an Häusern auf dem Markt ist... Es gibt ja das eine oder andere, doch ... das kann ich nun wirklich NICHT.)

Viele Grüße auch von meiner Ute

Euer Roman

Sorgen meiner Sorgen'kinder'

Von: siegfried.westphal.suesel; siegfried.westphal.suesel@T-Online.de

Gesendet: Mittwoch, 30. September 2009 18:32

An: Dr. Roman Schreiber

Betreff: Kurz aus Süsel

Lieber Roman,

ich hatte Dir ja versprochen, mich schnellstens wieder zu melden. Leider bin ich mit meinen Bemühungen noch nicht weitergekommen, da die Kleine wieder in der Klinik in Kiel ist. (Übrigens die Kleine hat das Ewing-Knochensarkom) Nach der zweiten Chemo geht es ihr wiederum nicht gut und sie wird zur Zeit künstlich ernährt. Der Vater ist Tag und Nacht mit in der Klinik und somit traut sich die Großmutter zurzeit nicht, ihn auf unser Anliegen anzusprechen. Die Nerven scheinen dort verständlicherweise blank zu liegen und die Mutter ist überhaupt nicht in der Lage, irgendetwas aufzunehmen.

Wir wollten bereits Saftproben zur Verfügung stellen, dieses ist jedoch erst einmal zurückgestellt. Wir hoffen, dass es der Kleinen bald besser gehen wird, dann werde ich Dich kurzfristig weiter informieren.

Als zweiten Fall hatte ich jetzt einen Anruf eines früheren Bekannten, der die Informationen über die Safttherapie von Gabi's Freundin erhielt, mit der sich Gabi vor ein paar Tagen nach längerer Zeit wieder getroffen hatte. Bei ihm wurde im Frühjahr Hautkrebs am Herzen festgestellt. Ein operativer Eingriff wurde von den Ärzten abgelehnt, die einzige Hilfe, die er erhält, sind Chemotherapien.

Zurzeit geht es ihm nicht sehr gut, da er vor ein paar Tagen die letzte Chemo erhielt. Er meldet sich für ein Treffen, sobald er wieder besser auf den Beinen steht.

Dann werde ich auch ihm von der Möglichkeit berichten, sich mit Dir persönlich zu unterhalten. Ich werde ihm eine Kurzinfo geben und unsere Saftpresse präsentieren.

Er steht den Dingen bereits sehr positiv gegenüber, zumal er dieses als letzte Chance für sich sieht. Da er Landwirt ist und viel Karottenanbau betreibt, ist die Versorgung für ihn natürlich kein Problem. Übrigens war er sehr überrascht

von den positiven Eigenschaften, die in dieser Pflanze schlummern. Hiervon hat er überhaupt nichts gewusst.

Als vorerst letztes sind wir natürlich sehr neugierig, ob es mit der Anmietung der neuen Immobilie geklappt hat? Wir haben Euch auf jeden Fall sehr die Daumen gedrückt.

Schöne Grüße und einen wundervollen Abend für Euch die Süseler Gabi und Sigi

Traurige Nachrichten

Gesendet: Donnerstag, 01. Oktober 2009 13:33

An: siegfried.westphal.suesel

Betreff: Ein schneller Gruß zurück!

Hallo Ihr lieben Süseler!

Oh, oh, was sind das zum Teil doch für sehr, sehr traurige Nachrichten! Gerade weil sich Metastasen stets überall, vor allem in den Weichteilen und der Lunge so rapid schnell bilden können, wäre doch eine parallele Ernährung zu den Methoden der 'Fachärzte' so absolut dringend, zwingend, notwendig! Ich habe eine Menge jetzt wieder neu darüber nachgelesen und die Überlebenschancen sind doch NICHT so schlecht, wie ich es anfangs, als Du, lieber Sigi, mir erzähltest, nun herauslas! Ich bin davon überzeugt, dass, wenn dem Mädchen einerseits fachärztlich geholfen wird, was eben in deren Kräften so möglich ist, dass mit den richtigen Säften, mit der gleichen Besessenheit wie die Gabi das Thema bei Dir anging, genau die gleichen Ergebnisse erzielt werden. Gerade weil sie noch so jung ist, die kleine Patientin! Ich würde liebend gerne

einen langen, offenen Brief an diese Familie schreiben, an die kleine Tochter und ihnen allen Mut machen und gelesen ist es vielleicht sogar besser, als 'erzählt'. Versuche doch bitte die postalische Adresse zu erhalten und dann werde ich mich konzentrieren und das Beste aus meinem Hirn und meiner Seele herausholen!

Das gilt natürlich auch für den Landmann! Da siehst Du mal, was ein Bauer doch für ein 'dummer Kerle' ist... 'KEINE AHNUNG' von seinen eigenen Produkten, wie Ihr ja berichtet. Verrückt. Dem Manne MUSS natürlich auch geholfen werden und auch da wäre die postalische Anschrift prächtig. Ich bin gerade richtig in genau der Stimmung, vielleicht die passenden Worte zu finden!

Finden, das wäre das beinahe ja noch wichtigere Wort in Richtung Häuser in Österreich. Wie gut, dass wir Nerven wie Drahtseile besitzen und echte Profis sind. Diese Kapitel werden das Büchlein 'Häusersuche in Österreich' nun zu einem richtigen Buch werden lassen! Drei Optionen habe ich zurzeit noch, Anfang der Woche muss ich dann wieder gen Süden reisen, und das zieht sich! Immer erst über Wien, immer 5:15 Uhr im Bus dorthin, dann weiter... eine Route immer rund 7 bis 8 Stunden... Und im Mietauto wäre es fast nicht anders, weil die nächste Station 45 km entfernt ist, auch nur über den Postbus in der Nacht zu erreichen und dann läge man schon zwei Stunden hinter dem Zeitplan der ÖBB... Also besser gleich die Bahn oder den Postbus genommen ... (Natürlich fand ich vor Tagen erneut in Süsel ein großes Wohnhaus im Netz... Ute meinte heute "Wenn - aus lauter

'Verzweiflung' dann eventuell doch Deutschland das Ziel sein 'müsste', dann doch vielleicht mehr in die Richtung Berlin, wenn da Hilfe gebraucht würde, wäre man ja ziemlich gleich zur Stelle" - Womit sie fast Recht hätte... Da sind wir wieder mit dem 'Mehrgenerationenhaus'... Das schlug ich schon vor, da hatten unsere beiden Berliner noch nicht einmal ans Heiraten gedacht. Da wurde ein tolles Objekt im Elsass glatt ausgeschlagen...) Für den Moment liebe Grüße aus dem sonnigen Waldviertel!

Euer

Roman,

der gespannt auf Namen und Adressen wartet... ein Brief kann NICHT wehtun, und von einem Neutralen geschrieben, erst Recht NICHT!

Von: siegfried.westphal.suesel; siegfried.westphal.suesel@T-Online.de

Gesendet: Samstag, 03. Oktober 2009 17:58

An: Dr. Roman Schreiber

Betreff: neue Info aus Süsel

Hallo lieber Roman,

leider bin ich mit dem Kontakt zu den Eltern der kleinen Dana noch nicht weitergekommen.

Es scheint, dass es dort noch größere Probleme gibt, als mir bisher bekannt waren. Die Großmutter wollte sich heute, spätestens morgen wieder bei uns melden. Die Kontaktadressen der Großeltern dürfte ich Dir vorerst schon zur Verfügung stellen: Bernd und Jutta Thonigs, Bürgermeister-Bessert-Weg 13, D-23701 Süsel, e-mail: thonigs@aol.com . Mit dem

Landwirt und seiner Partnerin hatten wir gestern Abend ein Treffen bei uns zu Hause. Es war ein sehr gutes und rundes Gespräch. Hier stehen Überzeugung und Glaube an die Wirkung voll im Vordergrund. Ich habe ihnen einen Auszug Deiner Ratschläge zur Verfügung gestellt und sie wollten noch heute mit der Saftzubereitung beginnen. Sie wollen sich sofort über Internet die gleiche Saftpresse, wie wir sie haben, bestellen, so lange benutzen sie aber schon ihr vorhandenes Gerät. Sie möchten auch nur das Gerät mit der besten Saftgewinnung haben. Gern nehmen sie Dein Angebot des persönlichen Kontakts an, wobei sie wegen der wahrscheinlichen Informationsmenge auch gern von Dir die wichtigsten Dinge in schriftlicher Form zusätzlich bekämen, um das ganze besser verinnerlichen zu können.

Hier nachfolgend die Kontaktadressen:

Gerd Kruse, Am Kirchberg 1, D-23758
Wangels Hansühn

Name der Partnerin: Silvia Heschelmann

e-mail adresse:

ostseeurlaub-kruse@t-online.de

Wenn Du Lust hast, kannst Du dort auch einmal entspannen, sie bieten Ferienwohnungen an.

Für Euren Erfolg zu einem neuen zu Hause halten wir Euch weiterhin fest die Daumen, schade, dass es noch immer nicht geklappt hat. Für jetzt soll es erst einmal genügen, es sind noch andere, die jetzt Deinem Rat entgegenfiebern. Bis bald mit herzlichen Grüßen an Deine Frau Gabi und Sigi.

Die kleine Dana

Gesendet: Sonntag, 4. Oktober 2009 22:46

An: thonigs@aol.com

Betreff: Die kleine Dana!

Wichtigkeit: Hoch

Guten Abend,

liebe Jutta und lieber Bernd Thonigs!

**... und natürlich einen besonders schönen Abend,
liebe Dana und Deinen Eltern!**

Wer Gabi und Sigi Westphal zu seinen Bekannten zählt, der kann nur 'lieb' sein, darum erlaube ich mir diese Anrede, obwohl wir uns ja leider noch gar nicht kennen. Zum Anlass dieser Mail komme ich natürlich auch noch, doch ich 'umkreise' gerne meine Leser auf der anderen Seite mit Themen, die uns alle vom traurigen Kern etwas wegbringen sollen...

Ich hatte am Freitagabend hier in unserem Dorf Franzen, das liegt im Waldviertel in Niederösterreich, zu einem 'Gesundheitsgespräch' geladen. Die Resonanz war sensationell: Wir waren zu Dritt. Mit der die Tür aufschließenden Gemeinde-Vorsteherin und einem (leider) psychisch-kranken jungen Mann von 27 Jahren, und natürlich 'ich'. Ich könnte grob

formulieren: Wer nicht am Abgrund steht, dem geht die eigene Gesundheit so etwas am A.... vorbei, obwohl ganz sicher sämtliche der wohl rund 200 Bürger dieses kleinen Fleckens unbedingt sich meine Worte hätten antun müssen! Allein ein Blick in den Spiegel hätte jeden Bürger ins Jugendhaus Franzen treiben müssen.

Ich sehe inzwischen schon an der Gesichtsfarbe, wo es meinem Gegenüber mangelt. Nun sage ich das wohl auch immer zu direkt, und wer kann schon vertragen, wenn man ihm seine hässlichen Umrisse vor Augen führt? Und die Masse trägt einfach viel zu viel Masse mit sich herum! Und das ist dann in unserem so genannten Gesundheitssystem ablesbar. - Ok, es tat nicht weh, ich fühlte mich wie ein Politiker, der gar keine Zuhörer, schon überhaupt keine Wähler mehr hat. (Natürlich werden wir als 'Verräter' gesehen, weil wir nach nur sechs Monaten hier, schon wieder fortziehen werden, in wenigen Tagen... Klar!)

Aber die Menschen hätten nicht für mich ihre Ernährung ein wenig umstellen sollen, sondern ausschließlich für sich!

Diese Zeilen sind natürlich NUR für die Großeltern:

Was ist überhaupt meine Mission? Wer gibt mir das Recht mit kritischen Worten über Situationen und auch Menschen zu urteilen?

Mich treibt ein trauriges Ereignis, dass so nicht geplant war: Der Tod meines Bruders im letzten Jahr. Er wurde nur 62, oder immerhin, würden sogar Zyniker sagen. Ich prophezeite ihm zwar stets per Skype, dass er unsere Mutter (aktuell 87-jährig) sicher noch im Rennen um die 'Kiste' einholen würde... Ich wollte

NICHT erneut Recht bekommen, wenigstens nicht so schnell! Angeblich war ja sein Blutbild ein so hervorragendes! Super Ärzte überall im so genannten Freundeskreis! Ich will nicht auf seine Lebensumstände eingehen, er hätte für mich noch ruhig 20 - 30 Jahre so weiter machen können. Doch jeder vernünftige Mensch hätte sich ausmalen müssen, dass man sich mit täglich 3.1/2 bis 4 Litern Coca Cola, und das über die letzten 10 Jahre, den Zustand seiner sämtlichen Blutbahnen sicherlich nicht verbessert! Dazu endlose Sargnägel, die Glimmstängel zündeten einander fast an; und endlose Mengen Süßigkeiten und Kekse als Nahrung über den Tag. Dieses Ereignis brachte einige 280 Menschen zu einer besonderen Trauerfeier und ich musste meinen Schwur brechen, nie wieder in die alte Heimat zurückzukommen. Alle wirkten auf mich wie 'tot', da war nur wenig Leben in der Menschenmenge! Und mitten drin der Sigi Westphal, der mir als 'alter Kollege' von meinem Bruder und meiner Schwägerin vorgestellt wurde.

Ich tat nichts anderes, als die Familie Westphal auf das Wunder der Natur aufmerksam zu machen. Ich musste mich mit aller Energie in der großen Trauerrunde gewaltig durchsetzen, um in wenigen Minuten Gehör bei den Westphals zu finden, denn alleine das Wort 'Gesundheit', das war ein großes Fremdwort im Trauerhaus!

Nun müssen wir alle einmal diesen Weg gehen, die Frage ist doch aber nur, wann und in welchem Zustand, vor allem in welcher geistigen Verfassung befinden wir uns dann? Und genau DAS ist das Thema, das mich besonders umtreibt.

Wir müssen uns stets mit den uns umgebenden Dingen in einem kritischen Verhältnis befinden. So will ich meine stets oppositionelle Haltung einmal umschreiben. Wenn wir bei uns selbst anfangen, dann ist schon viel gewonnen. Und wenn wir uns fragen, warum habe ich diese oder jene Krankheit? ... Dann kommen wir automatisch zur Beantwortung und damit zu unserer Ernährung! Nur die Nahrung ist es, die für alles in unserem Organismus verantwortlich ist! Wir müssen unserem Körper genau die Elemente mit unseren Lebensmitteln geben, aus denen wir 'zusammgebaut' sind... Das ist das ganze Geheimnis. Die richtige Nahrungsmittelkombination. Und nun möchte ich nur einmal provokant in den Raum stellen: Mit welchen Fragen hat Sie, liebe Familie Thonigs, jemals ein Arzt zu Ihrer Ernährung befragt!? Ich behaupte, wenn überhaupt, dann nur sehr oberflächlich, weil er oder sie in der Regel überhaupt keine Ahnung von den simpelsten Zusammenhängen im menschlichen Organismus haben! Das Thema wird nämlich in der 'normalen Schulmedizin' nicht Groß geschrieben.

Meinem alten Arzt vom Chiemsee, sogar Natur- und Schulmediziner und in chinesischer Heilkunde ausgebildet usw., usw., schrieb ich vor nicht allzu langer Zeit und berichtete ihm über meine Idee, bzw. der Realisierung meiner Manhattan Juice Clinic <http://manhattanjuiceclinic.com/> und beklagte mich über die Sackgassen in meinen Beinen, und die Schmerzen, die ich trotz meiner wundervollen Säfte mal mehr, mal weniger hatte. Er ließ nämlich meine Krampfadern vor knapp 20 Jahren von einem Professor vom Balkan in

Rosenheim veröden... (nebenbei bemerkt, für sehr viel Geld!) und fundamentierte im Grunde damit meinen Krankenzustand... Denn das Blut, wird niemals wieder durch Adern laufen können, die nicht mehr existieren, oder nicht miteinander verbunden sind, sondern, wie ich es ja beschrieb, 'Sackgassen' bilden. Ich hielt ihm seine mangelnden Kenntnisse über die Zusammenhänge von Lebensmitteln und Gesundheit vor... und er antwortete mir, "dass er inzwischen dieses Thema auch mit in seine Behandlung eingebaut hätte, doch die Menschen nehmen solche Themen ja nur ernst, wenn sie am Abgrund stehen"... so ähnlich formulierte er, immerhin.

Ich nehme mir das Recht, stets und ständig Menschen, die von mir etwas wollen, kritisch zu betrachten. Das sollten Sie auch tun! Ein Lehrer, das war meine Erfahrung, später besonders als ich studierte, hat nur den Wissensvorsprung der Vorbereitung auf seine Vorlesung. Bei einem Weißkittel ist es nicht wesentlich anders. Sie, liebe Familie Thonigs, wissen selber am besten über den Zustand Ihrer Körpers Bescheid. Nun brauchen wir die wundervolle Entwicklung der Schulmedizin! Wie anders sollte denn die absolut perfekte Analyse einer Krankheit erbracht werden, wenn nicht durch die Technik und die Schulmedizin!? Aber nun kommt der Punkt, wo Sie als mündige Menschen sich und Ihrem Gegenüber die Frage stellen müssen, was nützt diese oder jene Medizin, sollte ich nicht unterstützend besonders die Ursachen meiner Krankheit angehen und nicht nur an den Symptomen herumdoktern? Sollten Sie dem Weißkittel nicht einmal klarmachen,

dass es kein Medikament der Welt gibt, das eine Zelle aufbaut, also Leben erneuert, und genau DAS ist das Geheimnis des Lebens! Erneuerung. Das geschieht NICHT mit einer Pille! Das geschieht NUR und ausschließlich durch frisches, organisches Wasser! Und das gewinnen wir NUR aus dem Laboratorium unserer Welt: den Pflanzen!

Und nun schließt sich der Kreis zum Sigi Westphal und seiner hartnäckig am Erfolg dieser über 80 Jahre alten Theorien arbeitenden Frau Gabi! Ich glaube, die Beiden haben Ihnen nicht nur berichtet, Sie konnten sich ein gutes Bild vom Ergebnis der Bemühungen machen!

Und alleine DAS MUSS Ihnen und der kleinen Dana Hoffnung geben und Mut machen, mit gleicher Besessenheit an diese Mammutaufgabe zu gehen: Den Krebs zu besiegen! Und das ist machbar, wenn Sie es ALLE wollen!

Es ist natürlich von der Natur eine absolute Sauerei, dass es nun gerade die kleine Dana getroffen hat, mit dieser so unheimlichen Krankheit leben zu müssen! Die nach meinen ganz geringen Kenntnissen sehr selten aber dennoch heilbar ist! So wenigstens sagen die Schulmediziner und wenn wir den guten alten Dr. Norman Walker noch befragen könnten, dann würde der sicher sofort ans Werk gehen, um der Dana zu helfen! Denn es gibt IMMER eine Chance zur Heilung, so lange wir nicht die Hoffnung verlieren!

Ich habe gerade einem Erwachsenen, leider auch mit einem Krebsleiden Betroffenen, geschrieben: Sie müssen für sich Ihre eigenen Ziele formulieren. Sie müssen Ihrem Körper den Auftrag geben, dass Ihre

Mission hier auf Erden noch lange NICHT vorüber ist, dass Sie noch sehr viel mehr vor sich haben und dass Sie auf Ihrem Weg durch das Leben nun ganz bewusst sich dieser Aufgabe stellen. Sie allein können es schaffen, allein und ausschließlich durch die richtige Ernährung!

Aber das alles gilt ja für ein so junges, unschuldiges Menschenkind wie Dana ... nicht ganz. So kann man NICHT auf ein kleines Mädchen zugehen, dass vielleicht gestern noch lebensfroh herumtollte und spielte. Bei aller Ernsthaftigkeit der Situation, die so ein kluges Kind in diesen Tagen ja auch erfährt, so dürften nur die Eltern fragen und die Antworten müssen sie auch finden! Nicht aus Verzweiflung, über diese missliche Lage in der Dana ist, muss die Familie den Weg finden, der ALLEN in der Familie ein gesünderes Leben bescheren wird (!). Die Lektüre des uns von diesem 'Wunder' berichtenden Dr. Norman Walker ist Ihnen ja nun wahrscheinlich über die Westphals auch bekannt. Diese wenigen Zeilen werden Ihr Leben elementar verändern. Fangen Sie wirklich ganz intensiv damit an, sich auch von innen bereit zu machen, damit die gesunden Säfte die 'Wunderwirkungen' in Ihnen bereiten können! Es braucht Zeit, und diesen Wettlauf müssen Sie noch heute beginnen, denn 'wir müssen einfach schneller sein', als der 'Teufel' in uns. Das ist das Phlegma in uns. Und 'wir' dürfen NICHT nachlassen, täglich, eine Freude und Besessenheit zu entwickeln, diesen Wettlauf zu gewinnen!

Für heute Abend ist es nun aber genug mit meinen Formulierungen. Ich hoffe, Sie nehmen mir die

eine oder andere kritische Äußerung nicht zu krumm. Ich bin jederzeit sehr gerne für Sie da, wenn Sie Fragen zu diesem oder anderen Themen haben. Zum Glück habe ich meine Kenntnisse, auf weiten Feldern, nicht in einer Lotterie gewonnen, sondern darf mich schon mal hier und da richtig zu Wort melden. (Ich bin also KEIN Mediziner sondern Ökonom, und das sinnvolle Nutzen vorhandener Ressourcen, das war mein Thema, während meines Betriebswirtschaftsstudiums, eine Ewigkeit ist das her!) Es ist mir ehrlich eine Freude und ein großes Bedürfnis, mit Ihnen diese Form der Unterhaltung zu pflegen. Ich würde mich sehr freuen, wenn Sie mir die Anschrift Ihrer Familie und der Dana geben könnten, denn ich möchte unbedingt mit der Dana ein paar nette Worte austauschen. Sie MUSS einfach mit Hilfe der ganzen Familie die Möglichkeit bekommen, parallel zur Schulmedizin, in die wir in diesem Stadium ja nun überhaupt kein Recht haben einzureden (!), durch eine gesunde Ernährung - und das sind ausschließlich gesunde, rohe Obst- und Gemüsesäfte (!) - richtig extrahiert (!) - diesen Wettlauf zu gewinnen!

Ich hoffe, wir werden in der Zukunft auch einmal in anderer, persönlicher Form miteinander plaudern dürfen. Nicht erst bis dahin, grüße ich Sie Beide sehr herzlich! Und grüßen Sie Ihre Kinder und ganz besonders Dana herzlich von mir. Ich würde mich also sehr freuen, mich mit ihr brieflich austauschen zu können! Herzlichst,

Ihr

Dr. Roman Schreiber

noch 3594 Franzen / NÖ; Tel.(+43)2988.20177; <http://www.romanschreiber.com/>

Gesendet: Samstag, 17. Oktober 2009 14:37

An: siegfried.westphal.suesel

Betreff: FW: Die kleine Dana! und andere nette Menschen...

Hallo Ihr lieben Süseler!

Nur eine kleine Bitte an Euch: Die links oder rechts von Euch wohnende Strohwitwe (sagt man so nicht, wenn jemand im 'Augenblick' allein ist?) Jutta und ich hatten ein wohl 45 minütiges Telefonat, heute Vormittag, weil ich, mehr getrieben vom positiven Gespräch, gestern, mit den beiden 'Ostseeurlaubern Gerd & Sylvia', mal hören wollte, was denn die kleine Dana macht... Weil ich leider in der Zwischenzeit nichts gehört hatte, auf mein Schreiben vom 4. Oktober. Nun erfuhr ich ja die Computer- und arbeitsbedingten anderen technischen Probleme aus Bulgarien usw. und will aber gar nicht abwarten, wie es zwischen Jutta und ihrem Sohn funktioniert, ob dessen Gerät nun wieder läuft etc. Darum seid doch bitte so lieb und druckt diese 'alte' Message von mir einmal aus und schiebt sie ihr unter der Tür durch... Es ist ja nichts Großes...

Ich hoffe, Euch Dreien geht es so gut, dass Ihr NICHT vergesst, was die Basis zum Wohlfühlen ist!: Nur über die Ernährung unseres Blutes ernähren wir uns. Und wenn ich armer Hinterwäldler hilflos nun mit anhören muss, wie sehr die kleine Dana, zum Beispiel, vergiftet werden muss (?) - ich glaube der Dr. Walker wird sich spiralenförmig in seiner Gruft drehen - dann ist zumindest schon einmal ganz wichtig, dass im ganzen Hause Thonigs der 'parallel' und 'danach' einzig richtige Weg diese, UNSERE Form der Ernährung ist und sein muss! Und ALLE müssen es der Dana vorleben und mitmachen! Sie nützen sich alle nur

selber, denn es gilt ein schöner Satz, (ich glaube ich habe ihn so nur bei mir selber gelesen, ich weiß ich bin ein überheblicher Kerl) "es ist selten zu früh, und meistens schon zu spät"... um mit der gesunden Ernährung und Lebensweise anzufangen! (Und Jutta von 'nebenan' MUSS zuerst der Zigarettenlust ade sagen!)

Macht es gut, Ihr Norddeutschen! Wenn Ihr alle wüsstet, wie viele Häuser und Anwesen, auch aus SH, ich in den letzten Tagen und sogar Stunden im Munde und am Telefon hatte... Schauen wir mal...
Bis dahin, bleibe ich
Euer Roman

1. Süseler Jahrestag mit Säften

Von: siegfried.westphal.suesel; siegfried.westphal.suesel@T-Online.de
Gesendet: Mittwoch, 2. Dezember 2009 16:25
An: Dr. Roman Schreiber
Betreff: Süsel ist noch da

*Hallo lieber Roman,
jetzt haben wir mittlerweile schon ein schlechtes Gewissen, da wir uns so lange nicht mehr bei Dir gemeldet haben. Wie geht's bei Euch?*

Nun ist es doch schon über 1 Jahr her, dass wir uns kennen lernten, wie doch die Zeit vergeht. In dieser Zeit hat sich ein Teil unseres Lebens ganz schön umgekrempt, aber wir haben uns auch schon sehr daran gewöhnt. Wir hörten von Marianne, dass Ihr jetzt mit einer neuen Bleibe für Euch und Deiner Mutter

erfolgreich ward. Gern würden wir hierüber mehr erfahren. Wir hoffen nur, dass Deine Mutter schnell genesen wird und dann zu Euch ziehen kann, dann endlich tritt für Euch wieder mehr Ruhe in Euer Leben. Das wünschen wir Euch sehr.

Bei uns läuft es jetzt auch wieder besser. Siegfried hatte im Oktober eine OP beim Zahnchirurgen zu überstehen, dieses ist auch sehr gut verlaufen, nur zur Vorbereitung auf diese OP musste er Antibiotika einnehmen und prompt am Folgetag nach dem Eingriff zog er sich eine kräftige Erkältung zu, an der er 14 Tage zu knabbern hatte. Wir vermuten, dass durch das Antibiotikum Tür und Tor den Erregern offen standen. Was aber noch viel folgenschwerer trug, war ein Husten, den er 6 Wochen nicht los wurde. Da wir noch immer von den damaligen Symptomen vor drei Jahren gezeichnet sind (lang anhaltender hartnäckiger Husten, Trommelschlägelfinger (Verdickung der Fingerkuppen bei Lungen und Bronchialerkrankungen), waren die Ängste und die Gemüter wieder gezeichnet. Hinzu kam noch, dass der CT - Termin um vier Wochen verschoben worden ist, (CT-Gerät in der Praxis der Uni ist defekt, neues Gerät kommt am 08.12.) konnten wir uns hier auch keine Sicherheit holen. Mittlerweile ist der Husten fort und so

haben sich die Gemüter wieder etwas beruhigt. In der nächsten Woche ist nun der neue CT-Termin und wir hoffen natürlich weiterhin auf ein gutes Ergebnis. Vor vierzehn Tagen nun war Siegfried auch noch beim Orthopäden wegen Schmerzen in seiner rechten Schulter, der stellte Arthrose fest und schlägt eine OP vor. Siegfried hat sich eine Bedenkzeit erbeten und wird sich zum Januar dann entscheiden, ob er einem Eingriff zustimmt. Hast Du hierzu eine bessere Idee? - Der kleinen Dana geht es leider durch die immer folgenden Chemo's noch nicht besser, sie verweilt überwiegend noch im Krankenhaus. Jetzt steht wohl in Kürze eine erneute OP an, wofür wir ihr die Daumen drücken. Leider haben sich durch die großen Umstände noch nicht die Gelegenheiten ergeben, sie mit unseren Säften zu versorgen. Nach der Behandlung muss man weitersehen, wir hoffen für Dana. Jutta äußerte sich aber, dass sie dann die Säfte bekommen soll. Von unserem Gerd haben wir leider zuletzt eine sehr schlechte Nachricht erhalten. Der Tumor am Herzen hatte sich erheblich vergrößert. Bis jetzt haben wir noch nichts Neues erfahren. Wir mochten aber noch nicht erneut wieder nachfragen, da Gerd sich eigentlich melden wollte. Wir wollten Dir aber nochmals Dank sagen,

dass Du Dich so prompt und intensiv um unsere Sorgenkinder gekümmert hast. Es wäre ein schönes Gefühl, wenn den Beiden mit den Säften auch so geholfen werden könnte, wie es Siegfried hilft. Wenn Du nun bei allen Turbulenzen, die Du zurzeit zu bewältigen hast, wieder etwas Zeit findest, würden wir uns über eine kurze Nachricht von Dir freuen. Dir und Deinen Lieben wünschen wir eine schöne Vorweihnachtszeit.

Bis bald seid herzlich begrüßt von den Süselern Gabi, Sigi und Sarah Lena.

Es ist schwierig sich zu zerteilen

Gesendet: Mittwoch, 02. Dezember 2009 18:23

An: siegfried.westphal.suesel

Betreff: ... Ich hatte letzte Woche in HL soooooo viel zu tun!

Schnell GUTEN ABEND, Ihr Lieben!

In diesen späten Nachmittagsstunden ist hier zurzeit die Internetverbindung eine Katastrophe. Darum nur ganz schnell, Danke für Eure netten Zeilen! Das sind ja allesamt ganz schlechte Nachrichten, aber es wundert mich eigentlich auch wieder nicht, denn nur eine Woche 'dort' oben, da kann man schon leicht depressiv werden. Im Ernst! Ich erzähle später ausführlich. Ich wollte Euch nicht während meines Besuches, was ja eigentlich ein purer Arbeitsstress war, belästigen... Auch dazu nachher mehr.

Bis dann, aber ich sehe schon, die Leitung steht erneut nicht mehr...

Gesendet: Donnerstag, 03. Dezember 2009 13:44

An: siegfried.westphal.suesel

Betreff: Bitte etwas 'MEHR' Besessenheit

Hallo Ihr lieben Süseler!

Wie oft ich in den letzten Tagen und Wochen den Siegfried 'und das Wunder von Süsel', wie ich es immer wieder gerne nenne, strapazierte, mit Worten, Umschreibungen, Empfehlungen! Es muss Dir, lieber Siegfried, gewaltig in den Ohren geklingelt und wird Dir hoffentlich NICHT die Zahnschmerzen bereitet haben, die zu Deiner OP führte!?! Spaß beiseite. Was war denn da nun schon wieder los, dass eine OP unausweichlich war!?! Bitte, bitte, Ihr Beiden! Ihr habt doch die simple Übersetzung der Bücher vom Dr. Walker! Da steht doch genau, was zu tun ist! Es kann, wie ich an anderer Stelle schon einmal bemerkte, nicht auf der einen Seite eines Werkes etwas Richtiges stehen und auf der anderen etwas Falsches, wenn es vom gleichen hellen Kopf erdacht und an Tausenden Menschen mit großem Erfolg 'erprobt' wurde! Anders als die Schulmedizin und Pharmazie dokterte der gute alte Norman zunächst an sich selber herum und fand dann heraus, was hilft. Heute ist das anders. Da wird über die Maschinerie der Volksverdummung den Menschen eingebläut, dass es unausweichlich ist, sich gegen dies und das impfen zu lassen, damit einige Konzerne Milliardengewinne erzielen und die Kassen der sowieso maroden Staatskassen noch tiefere Löcher erhalten. Tolle Systeme, die die Natur an allen Fronten missachten und die dummen Menschen lassen es sich gefallen.

Ok, ich kann klug scheißen, mögt Ihr denken? Ich renne seit Jahrzehnten NICHT zu Ärzten, es sei denn,

es ist wirklich unausweichlich. So wie bei meiner Leistungsgeschichte zuletzt 2005 in Spanien. Da lebte ich aber schon fast ein Jahrzehnt mit der 'Qual', es wurde nur unerträglich, weil ich ja unbedingt die zweite vom Mond aus zu sehende Mauer bauen musste, in Cuenca, unseren Naturwall für die Hundchen... Aber bitte, Du, lieber Siegfried hast doch wahrlich Schmerzen über Dich ergehen lassen müssen, die sich ein anderer ja niemals vorstellen kann. (Auch die seelischen!) Aber so ein 'bisschen Arthritis' lässt Dich doch BITTE NICHT gleich wieder erneut auf die Schlachtbank zu liegen kommen! Ich weiß nicht, aus welchen Gründen, für mich nach wie vor nicht nachvollziehbar, klar, mir fehlt ja auch einiges in der Birne, würden jetzt noch Dümmerer behaupten, Grapefruitsaft, das wär's nämlich, für Dich nicht trinkbar ist... Die Entgiftung Deines Körpers, ich weiß nicht, wie weit Ihr dabei seid!? - wäre sooooo wichtig!

Komisch, bei Hilde wurde im Krankenhaus 'Durchfall gefördert', damit die Gifte aus ihrem Körper sollen, sagte man mir... - Allerdings war die Person, die das sagte, so grenzenlos dumm, dass die noch nicht einmal wusste, dass sich bei frischem Gemüsesaft oder jetzt speziell auch nur Karottensaft, nach geraumer Zeit das Gemüsefleisch oben absetzt. Die dachte, das wäre 'Schimmel' gewesen und schüttete den von mir tags zuvor bereiteten Saft einfach weg... Und die 'sau-dumme' Hilde, eine andere Formulierung fällt mir dazu gar nicht ein, ließ das zu, statt zuvor den Kram zu trinken! ... Also da sollte die Pharmazie Entgiftung betreiben. Ich bezweifle, ob es ein Mittel

gibt, dass die anorganischen Kalkablagerungen auflöst! Es hilft DIR, lieber Siegfried, auch dort NUR die Natur und die Kenntnisse des Dr. Walker. Und ich wette, dass der noch so nette Arzt, der nach Deiner Schulter schaute, nicht die leiseste Ahnung hat, was wirklich 'richtige' Ernährung mit gesunden Lebensmitteln bewirkt und nicht nur Nahrungsmittelaufnahme, die höchstens das Leben im degenerativen Zustand erhält. Willkommen im Schmerzenparadies von Unilever, Nestle und Konsorten! - Ich fragte 'diese' Schwester, ob sie schon mal etwas von Darmspülungen gehört hätte? "Das machen wir hier in der Chirurgie nicht," war die Antwort. "Joh..." die meinige.

Junge, Junge, seid bitte für Euch besessen! Es ist ein Jahr her, da hätte ich heulen können bei Deinem Anblick, Siegfried. Da kannte ich Euch nicht und doch wäre mir Euer Schicksal an die Nieren gegangen. Ich bin ja im Wasser gebaut, darum kommen mir auch die Tränen, wenn ich mich auf diese Momente dort auf dem Windberg besinne. Doch wie wundervoll, dass Ihr den Mut hattet, ein wenig zu folgen, was andere schon für Euch erdachten! Ich rede nicht von mir, ich rede von viel Klügeren. Darum dürft Ihr überhaupt nicht locker lassen, was dieses Thema angeht: Gesundheit! Nur das ist wichtig! Es sollte sich nicht nur für ein Jährchen gelohnt haben, die Investition in Eurem schönen Haus, der tolle Kühlschrank und Entsafter (das war jetzt fast zynisch!), nein, der alte Banker muss das doch auf einige Jahre hinaus als lohnend verbuchen dürfen!

Jeder Tag ist ein Geschenk, wenn man so am Bett seiner uralten Mutter steht! Dann erst wird vielleicht dem einen oder anderen bewusst, wie es so weit kommen konnte... Das Mitbringen von Mandelplätzchen, wer immer dieser Idiot war, ist natürlich ein Geschenk (in Hilde Kinderaugen)! Und dort in der Nachttischschublade tummelte sich noch so manches üble Zeug, dass sicher schädlicher ist, als jede Grapefruit, richtig von den Bitterstoffen der feinen Haut befreit (!), Wahnsinn! Und kleine Milchbecher von Hansano und Pudding aus anderer Industrieproduktion. Sensationelle Ernährung dort, und da wird man eigentlich niemals gesund, nur noch kranker! Wer immer Hilde jemals besucht, wenn sie es denn schafft, wird sie ab 8. Dezember wohl in das Rote Kreuz Krankenhaus verlegt, der sollte ausschließlich einen frischen Saft an Obst oder Gemüse mitbringen. Für alles andere hat das Haus ja von mir 'Lieferverbot' erteilt bekommen und bei der dort tätigen Ernährungsberaterin (!?-eine Katastrophe an Unkenntnissen! - aber brav) habe ich aufnehmende Ohren gefunden!

Jeder Tag NICHT in den Händen der Weißkittel ist auch ein Geschenk! Die Natur braucht Zeit! Du, lieber Siegfried hast sie doch noch! Hilde läuft sie ein wenig davon... Bitte seid viel besessener und nicht nur mit dem Status Quo zufrieden! Denkt mal kurz ein Jahr zurück...!

Ich finde es ganz schlimm, dass ich bei Euren 'Sorgenkindern', die EUCH bitte nicht insoweit bedrücken dürfen, dass sich das negativ auf Euren eigenen Gesundheitszustand auswirkt (!!), nicht direkt

helfen kann, noch nicht einmal mit meiner Penetranz bei Ärzten oder der Familie das Thema hochhalten darf. Jeder Tag ohne frische Säfte ist ein verlorener Tag! Ich werde ganz wild vor Zorn, dass es bis heute nicht gelungen sein soll, der kleinen Jana täglich zumindest einen aufbauenden Karottensaft zum Trinken zu reichen, und zwar mehrmals! DAS, NUR DAS ist sehr, sehr fahrlässig, von ALLEN Beteiligten! Ich habe leider keine Möglichkeiten, kenne ja noch nicht einmal die Mail-Adresse der Eltern, aber in meinem Herzen brennt es! Ich würde die Klinik aber aufmöbeln, so wie ich es mit den Sana-Leuten (natürlich soft, damit Hilde keinen Schaden nimmt!) machte und dem Rote Kreuz Krankenhaus. Die Menschen sind dumm! Und nur weil sie einen weißen Kittel tragen, wissen sie noch lange nicht, was richtige oder falsche Ernährung ist! Die wissen nicht, dass ausschließlich über das Blut unser Organismus mit allen lebenswichtigen Elementen versorgt wird. Die wissen nicht, dass gesunde Lebensmittel gesundes Blut produziert. Die wissen nicht, dass im grünen Gemüse fast die gleichen Moleküle 'stecken' wie in den roten Blutkörperchen! Darum ist der frische Gemüsesaft so wichtig. Bekanntlich ist der einzige Unterschied zwischen Chlorophyll und unseren roten Blutkörperchen das Magnesium-, bzw. Eisenatom!

Und der fast Namensvetter Gerd!? Ja, was soll man hilflos sagen, wenn die Zeit davon zu laufen droht? Die Natur hätte die Möglichkeit auch dem Gerd zu helfen! Aber ich bleibe dabei, das Verstehen, dass der einzig richtige Weg die frischen rohen Säfte sind, ist mir NICHT intensiv genug in allen Norddeutschen Köpfen!

Bitte, Du lieber Siegfried, wenn Du nicht ein anfassbares Wunder bist, wer dann!? Mehr vermag ich im Augenblick nicht zu der von Euch beschriebenen Situation zu sagen.

Außer, dass nach neuesten Informationen Hilde am 8. Dezember ins Rote Kreuz Krankenhaus zurück 'darf', um dort die Rehamassnahmen wieder aufzunehmen, die so verrückt vor etlichen Tagen 'unterbrochen' wurden. (Meine Abrechnung mit dem System erfolgt natürlich erst am 'Ende'; eigentlich wundervoller Stoff für einen wie mich!) Ich hoffe, sie sprachen noch von 2009, denn dann könnte ich Hilde ja noch in diesem Jahr zu uns in unser neues (altes) Försterhaus holen. Sie gibt uns durch ihre Verzögerungen immer wieder Aufschub, so ist nicht der große Zeitdruck für Vieles hier, doch allein die letzte Woche in HL war ziemlich 'brutal'. Ich kenne keinen, der in diesen wenigen Tagen eine Wohnung mit allem Pipapo so perfekt auflöste, die Dinge, die Hilde lieb und wert waren, sind gestern bereits hier eingetroffen. Zwei riesig gestapelte Paletten mit insgesamt 24 Packstücken... Eine Schande, was professionelle Trödler, die Brockensammlung oder Novi-Life usw. haben wollten, dafür, dass man ihnen einen eigentlich perfekten Haushalt übergeben wollte. Nein, man sollte noch kräftig draufzahlen und den Restmüll hätte man auch noch am Hals gehabt. Egal, ich wusste es, dass es nur einen Umzugsweltmeister gibt, und der bin ich. Die ganze norddeutsche Mischpoke hat sich NICHT gekümmert. Ok, ich wollte von diesen Amateuren auch gar niemanden dabei haben und behindert werden. Aber zum Abgreifen einiger Dinge waren ein paar

Gestalten da, doch mal gefragt, ob man eventuell mal mit dem Staubsauger durch die leere Bude fahren könnte!? Vergiss es! Es ist sooooo viel schöner. Ich darf es, wie immer sein, der am Ende der Lachende ist! Und diese Worte bekommen irgendwann einmal noch größere Bedeutung. Aber nicht heute und nicht hier. Ihr ahnt sicher, weil Ihr mich ein wenig einschätzen könnt, was ist wohl damit meinen könnte... Ich wollte Euch nicht in kleinkarierte Mentalitätsspielchen (meiner Schwägerin) hineinziehen und Euch 'Problemchen' bereiten, weil ich mich zum Beispiel mit Euch treffen wollte (was ich so gerne getan hätte!). Und ich weiß, dass Du lieber Siegfried ein alter Kollege zu ihr bist und dass ihr vielleicht mehr angenehme Erinnerungen habt, nicht nur durch Eure Lottospielerei, als mit mir. Doch wer dumm ist, dem sage ich es und wer außerdem noch zu dumm zum Lesen und zum Verstehen ist, wenn man es 'gut' mit allen meint, dann kann ich auch nicht weiter... Sie will mit mir nichts mehr zu tun haben, sagt sie, nach unverstandener Lektüre von mir aus dem September, wo ich für Hilde ihr die Situation erklärte! 'Release Me' (gesungen von Engelbert Humperdinck) war der einzige Titel in England, der einmal einen Beatles Song davor bewahrte, Nr. 1 zu sein. 'Eleanor Rigby'. Oh welche Befreiung im wahrsten Sinne des Wortes war das für die Beatles! Und für mich? = Ekelhaft diese ständige gekünzelte Welt zu akzeptieren (was ich nur für meinen Bruder tat), dieses freundliche Getue, das im Grunde nicht ehrlich und nie wirklich vom Herzen kam! Stets und ständig nur Krampf in der Luft. Anders kann ich die Situation nicht einordnen und

es ist nur schade, aber für Marianne! Egal, das war nur eine kleine Erklärung, warum ich während meiner letzten Stresswoche in HL mich nicht bei Euch meldete. Ich hatte wirklich an Euch gedacht, dann aber mich aufgedrehten Kerl Euch ersparen wollen!

Bis bald einmal wieder mehr und informativer, als nur mit 'Vorhaltungen'; wenn ich hier weiter bin und tatsächlich 'Ruhe' finden kann... Dieser Platz ist ein Ziel! Nicht nur für Hilde; für jeden, der uns mag, ist immer die Tür offen!

Euer

ewig romanschreibender **Roman**

Wenigstens ein super Weihnachtsgruß

Von: siegfried.westphal.suesel; siegfried.westphal.suesel@T-Online.de

Gesendet: Mittwoch, 23. Dezember 2009 18:23

An: Dr. Roman Schreiber

Betreff: Weihnachtsgruß aus Süsel

Lieber Roman,

wir wünschen Dir und Deiner Frau ein paar besinnliche Feiertage in Ruhe und Freude.

Für das neue Jahr stete Gesundheit und viel Zuversicht, was immer auch kommen mag. Deine Freunde Gabriele, Siegfried und Sarah Lena aus Suesel

Kurzinfo:

Das letzte Untersuchungsergebnis war wieder super. Weitere Informationen folgen. Bis bald und einen guten Jahreswechsel.

Das ist toll!

Gesendet: Mittwoch, 23. Dezember 2009 22:03

An: siegfried.westphal.suesel

Betreff: Weihnachtsgruß zurück nach Süsel

Hallo, Ihr Lieben!

Das ist toll!!!!!!! Ich freue mich für Euch / Dich, natürlich, lieber Sigg!

Am 28. duse ich von Klagenfurt nach HH und hole dann am Dienstag früh die Hilde aus den Klauen der Pharmazie! Hier bekommt sie dann 'die zweite Chance'.

Es wird zu hektisch, wenn ich meinen alten Freund auch noch einspanne für 'Fahrdienste' nach Süsel oder so... Das holen wir nach! Der Kerle, ein alter Lehrkollege aus Possehl's Zeiten (1966 - 1969) holt mich aus HH, dort schlafe ich, der fährt Hilde und mich auch nach HH ... Einfach super! Ja, echte Freunde sind manchmal mehr wert als Geld und Gold usw. ... Und der Kerle kümmert sich auch noch ständig um Hilde in der Klinik!

Ich hoffe, Du Sigg, begibst Dich da nie wieder hinein! Was ich mit offenen Augen in diesen wenigen Tagen in HL aufnahm! Meine Abrechnung folgt ab 30.12.! Ich freue mich schon drauf!

Macht es gut Ihr drei! Und Sarah Lena, nimm Deine Eltern so wie sie sind! Du hast nur diese! Und versuche mal das Buch von Eric Malpass zu lesen: Morgens um sieben ist die Welt noch in Ordnung... Nur mal so ein kleiner, romantischer Tipp eines kleinen Träumers...

Euer

Roman und natürlich Grüße von meiner Ute und den sechs Hunden!

Grüße in die Welt

Gesendet: Freitag 05.02.2010 19:06

An: thonigs@aol.com

Betreff: Ich hoffe, diese Zeilen erreichen eine hoffnungsfrohe Familie Thonigs!

Guten Abend, liebe Familie Thonigs!

Guten Abend, liebe Dana!

Ich bin gerade in der Stimmung, mich um ein paar liebe Menschen zu kümmern. Ich hoffe, Ihnen allen, und besonders der kleinen Dana, die mit 11 (+) ja eigentlich gar nicht mehr sooooo klein ist, geht es wenigstens 'so gut', dass das Leben, so wie wir es zu erleben haben, lebenswert ist! - Seit ich mich mit den Menschen eingelassen hatte, habe ich immer wieder Freude und Enttäuschungen erfahren. Das ist normal. Mein Optimismus ließ mich immer wieder neue Herausforderungen annehmen. So nun mit Menschen zu korrespondieren, die einen 'ganz schönen Packen Last' zu tragen haben! Aber das ist das Großartige am Leben, dass der Einzelne erkennen muss und darf, wenn man dann diese Belastung gemeistert hat, um wie viel mehr man gewachsen ist, als Mensch! - Das kann auch einer dann irgendwann einmal 'ehemals kleinen Dana' nur Kraft geben, für alles, was das Leben noch bereithält! Ich hoffe doch sehr, dass sich die Situation mit Dana's Ernährung verbessert hat! Ich wünsche mir nichts sehnlicher als eine Meldung von Ihnen, dass sie sich endlich an die sie heilenden Säfte der Natur trauen kann! - Es ist für Sie sicher unwichtig, aber ich möchte Ihnen sagen, dass 'das Wunder von Süsel', wie ich die Wirkungen im Körper des lieben Nachbarn Sigi Westphal gerne bezeichne, schon gewaltige Kreise gezogen hat! So konnte ich im Anhang zu meiner 'Abrechnung' mit dem Kranken-

haussystem Deutschland, bezogen auf die über 2.1/2 monatige Irrfahrt meiner Mutter durch Lübecks Krankenhäuser, zumindest ihre Krankenkasse sehr hellhörig machen! Hier unten in Kärnten, wo wir ja nun glücklicherweise unsere 88-jährige alte Mutter Hilde noch einmal hin verpflanzen konnten, weil sie es so angedachte, im letzten Sommer, NACH Begreifens, was gesunde Lebensmittel in Form von frischen Säften an ihr bewirkten, sind sogar Ärzte und das Krankenhaus in Spittal sehr aufgeschlossen zu diesem Thema und ich bin in der kommenden Woche verabredet mit dem Medizinischen Leiter der Klinik dort. Das sind kleine Etappensiege, die ich erringen muss, um eines Tages dann diese Art der Behandlung wie selbstverständlich für alle zu wissen. Ich wiederhole mich, aber ich mache das auch bei den Ärzten, die sicher große Verantwortung auf sich laden, dennoch muss man 'sie' auf den Boden der Schulmedizin zurückholen, sich auf die Natur zu besinnen, und ihnen bewusst machen: es gibt nicht eine Pille, die unserem Blut die Nahrung gibt, die es benötigt, um unsere in uns absterbenden Zellen zu erneuern! Es geht im menschlichen Organismus um Erneuerung! Neben den Zellen die aus mannigfachen Gründen mit einem Tumor befallen sind, also absterben, gibt es Leben! Lebende Zellen, die die richtige Nahrung benötigen, um weiter leben zu können. Und diese Nahrung erhält das Blut nur mittels richtiger Lebensmittel! - Für heute grüße ich Sie ALLE sehr herzlich! Ich hoffe, dass die 'kleine / große' Dana vielleicht einmal die Kraft hat, eine kleine E-Mail an mich hinauszuhauen?

Und ich hoffe, dass der Bilfinger & Berger Konzern, mit dem ich während meiner Zeit als kleiner, freier Unternehmer in Deutschland in rund zwanzig Jahren ganz große Geschäfte machen durfte (!), genügend Straßenbauprojekte in der Welt hat, damit für Sie, lieber Herr Thonigs (Sen.), noch ein paar interessante Objekte 'abfallen'! Und Ihnen allen möchte ich auch das schreiben, was ich im Namen meiner Mutter, an all ihre Freunde und Bekannten schrieb: Kärnten ist ein großartiges Fleckchen Erde, dieser Platz hier besonders! Wer möchte, sollte auf die Landkarte schauen, wir liegen immer irgendwie günstig, wenn in den Süden gefahren wird. Ein Abstecher lohnt!

Herzlichst

Ihr

Dr. Roman Schreiber

Business Consultant / Author

Unterkolbnitz 73, A - 9815 Kolbnitz / Kärnten; Tel. 0043.4783.31380

<http://romanschreiber.com/> <http://manhattanjuiceclinic.com>

Grüße aus Süsel und zurück

03.03.10

Hallo, Ihr Lieben in Österreich,

es ist ja fast schon wie vorher, dann man keine Zeit findet, lieben Freunden ein paar Zeilen zu schreiben. Nun sitzt ich hier am Esstisch, die Sonne scheint auf meinen Platz und ich genieße die Wärme, denn allmählich gewinnt sie doch an Kraft. Leider hält der Winter uns zu fest in seinen Fängen, daher hatten wir sehr wenig Zeit, um uns um die angenehmen Dinge zu kümmern. Schnee schippen was anfangt, man was das viel. Fast täglich haben wir an Euch gedacht, ob Ihr wohl schon alles wieder gemacht habt und wie es wohl der Lieben „Hilde“ geht. Fühlt Ihr Euch in der neuen Umgebung schon zu Hause? So ein Umzug (bei Euch ja gleich doppelt) bringt doch eine Menge Arbeit und Stress!! Denhall wünschen wir Euch vom Herzen, dann nun langsam Ruhe einkehrt. - Roman, der wird es kaum glauben, aber wir haben es endlich geschafft, eine Körperreinigung durchzuführen. In der Tabletten freien Zeit haben wir die Sache durchgeführt.

Sisi hat das gut überstanden, aber mit ping er nicht gut. Zu nichts was ich zu gebrauchen. Kopfschmerzen, Müdigkeit, antriebslos und Fröhen waren die Nebenwirkungen bei mir. Na ja, letztendlich ist er überstanden. Reif um eine gesunde Säfte möchten wir nicht mehr verzichten!! In jeder Hinsicht sind sie gut für uns. Aber wenn schreibe ich das?! Erst vor kurzem bei der Massage und Wankengymnastik wurde ich auf die schöne, gesunde Haut angesprochen. Und schon waren wir beim Thema. Meine Therapeutin hat mich einen Entsafter (allerdings einen Philipp) zugehört und auch gleich die entsprechenden Bücher gekauft. Sie ist noch recht jung und nun stolz darauf, dass sie erschafft, täglich frische Säfte zu trinken.

lieber Roman, nun noch einmal zu Deinem Aufenthalt in den letzten Dezemberbesten in Lübeck. Auch wir hätten uns auf ein Wiedersehen gefreut, aber Deine Zeit war doch wirklich knapp bemessen und wichtig war es, dass Du Deine Mutter gut nach Österreich holen konntest. WN verlieren den Kontakt

mit Dir bestimmt nie. Vielleicht fährst uns
jamat ein Urlaub in den Bergen in Eure Nähe!
Was weißt!?

Siji flücht dem Frühjahrs entzogen. Er mag den
Winter nicht! Bitte Klaus muß es wieder zum
CT, und wir hoffen, dann wir wieder ein gutes
Exybrin erhalten. Seine Schmetter nehmen
noch immer, aber es trinkt jetzt morgens
Jagapfeilnacht mit Orangen gemischt. Mal
sehen, ob wir eine Wirkung erzielen.

Auch hierbei werden wir sicherlich schnell
aufbringen müssen. Na, schau wir mal!

Oh, da fällt mir doch noch etwas ein:

Letztes waren wir in Kolbitz, aber nur
im Internet, und haben uns aus der
ansehen. Enttäuschend, was heute alles
möglich ist!

Für heute will ich nun diesen Brief beenden.

Sana herzliche Grüße an Deine liebe Uta
und Deine Mutter

von Sabi und Siji

nebst Sarah Lena

Gesendet: Montag, 08. März 2010 15:18

An: siegfried.westphal.suesel

Betreff: Ein schneller Gruß zurück!

Hallo, liebe Gabi und lieber Sigi!

Heute ist Euer großartiger Brief in unserem außergewöhnlichen Briefkasten gelandet. Das ist nämlich eine alte Weichenlampe, die wir vor sehr vielen Jahren nun schon, aus dem Nürnberger Bahnmuseum kauften. Gelb ist sie lackiert, dieses kleine Monster mit der großen Klappe. Nichts davon ließe sich übertragen oder auf deren Besitzer daraus schließen... oder doch manchmal?

http://maps.google.at/maps?hl=de&source=hp&q=Kolbnitz&rlz=1W1DVXE_en&oq=Kolbnitz&um=1&ie=UTF-8&sa=N&tab=wl

Das wäre wohl der soeben einmal ausprobierte Link von unserem Flecken Erde: Wenn Ihr das Bild nur groß genug macht, dann steht doch da irgendwo 'Unterkolbnitz ----- Mölltal-Bundestrasse ----- 106'... Und es sieht so aus, als sollte ebenfalls 'Unterkolbnitz' in die Bundesstrasse von unten münden. Tut es leider, oder zum Glück nicht, weil wir die Sackgasse von der anderen Seite her sind, also vom Friedhof. Die Kirchturmspitze, die so schön Schatten wirft, in unser Grundstück, der kleine Holzschuppen daneben... Das ganze Areal sind 'wir'. Ca. 2000 m² und ringsherum eine Tannenhecke. Und weil ich das Bild aus '2009' identifiziere, würden heute unsere drei Fahnen zu sehen sein!

Also habt Ihr mal geschaut, wo die gute Hilde gelandet ist, und wir natürlich auch. Der Vertrag besteht für zehn Jahre mit den Österreichischen Bundesforsten und im Sommer will man uns anbieten, das Objekt auf 'Baurecht', so wie bei Euch 'Erbpacht', zu übernehmen. Mal sehen, beim richtigen Preis sagen wir

vielleicht 'Ja', sonst eben bleiben wir weiter Mieter und warten dann auf die Erledigung der irgendwann anstehenden Reparaturen...!?

Für Hilde haben wir zur ebenen Erde in ganz kurzer Entfernung zu ihrem Bett eine perfekte Dusche einbauen lassen, in ihrem Zimmer war zuvor kein warmes Wasser, dann sind da ein kleiner Flur und ihre Toilette. Also eigentlich richtig gemütlich. Natürlich ist sie hier 'oben' bei uns, denn ihre Räumlichkeiten beschränken sich ja nicht nur auf ihre 'zwei Zimmer', wie sie fälschlich immer sagte. Das Haus hat insgesamt 19 Räumlichkeiten, oben und unten. Die Bäder und Toiletten hätten früher ruhig etwas großzügiger geplant worden sein können, aber es war ein Försterhaus, vielleicht war auch noch einiges Personal in der Verwaltung da. Egal. Der Vormieter, ein Deutscher, der hätte besser länger als 1.1/2 Jahre hier zugebracht, dann wäre das eine oder andere an Türen oder Räumen schon weiter gewesen, als wir es jetzt Stück für Stück angehen, oder einfach nur belassen. Man kann ja wirklich nicht rund um die Uhr handwerkeln, obwohl wir das gerade mit dem Erstellen unserer Sauna hinter uns haben. Endlich. Endlich, nach rund zwanzig Jahren habe ich endlich wieder meine eigene Sauna, denn die ließen wir damals in unserem Lager in der Nähe des Chiemsees, auf einem Bauernhof. Das war damals die erste Sauna, die IKEA auf den deutschen Markt warf, 2 x 2 m, super Qualität! Danach hatten wir ja überall versucht in die Nähe von Saunen zu kommen und es ist für mich wie eine 'Befreiung'. Diese nette 'Kartoffelkiste', wie ich unser neues 'Prachtexemplar' nenne, wird mir die Energie

bringen, die unsere Säfte zwar auch schaffen, doch mein vegetatives Nervensystem war ganz gierig darauf, endlich wieder, bei im Augenblick genutzten 95° aufzutanken!

Wenn das Pflegepersonal nicht mehr zu gebrauchen ist, dann hat die zu pflegende Person auch nichts davon, also ist es wichtig, dass in Hildes 'Altersheim' alle Bedingungen passen!

Ich bin so tief 'eingebunden' in die Gesundheitsszene Kolbnitz und Spittal... Ok, zunächst profitieren natürlich alle die, die es begreifen. So wie meine Masseurin, die ich durch die Therapeutin von Hilde kennen lernte. Die kaufte sich dann gleich einen Entsafter, irgendwo aus England, Imitation vom Champion, egal. Dazu kaufte sie dann die E-Book-Version meiner Manhattan Saft Therapie <http://manhattanjuiceclinic.com/en/publishing.html> , die ja viel 'besser' ist, als alle Bücher vom Dr. Walker zusammen. (Siehe oben! Nein, nur viel praktischer! Und auch ein paar Piepser einbringend!) Jetzt hatte sie ihrer Schwägerin das gleiche Gerät geordert, zwei ihrer Kunden, die sie alle jeweils mit einem frischen Saft beglückt, sind schon 'süchtig'... Der Medizinische Leiter des Krankenhauses von Spittal, immerhin hat er ca. 90 Ärzte unter sich, wird uns in Kürze besuchen und will dann die Säfte zum Test in einer Station anwenden!

Darüber hinaus bin ich mit der Frau von der Leyen, über ihre Büroleiterin, einer Frau Nolte in Richtung 'Bundesministerium für Arbeit und Soziales' und 100.000 Jobs 'unterwegs'... Vielleicht begreifen 'die' meine Vorschläge und Ideen... Endlich!? - Egal, zwar nicht ganz, aber dann war es der letzte Versuch,

'etwas Gutes' zu tun, für Deutschland. Vielleicht werde ich ab April bei dem von mir gar nicht so geliebten 'Gesundheits-Kaufhaus Keimling' die eine oder andere Gastvorlesung halten? Die kamen und kommen auf mich zu. Und 'mein Manhattan' ist nicht nur im Netz greifbar, buchbar.

- Ist es ein Wunder, dass die Nervenenden der Muskeln von diesem Kerle, nach den Tonnen Bewegungen im November plötzlich 'Help!' schrieen!? Kein Saft der Welt kann da schnelle Hilfe bringen. Geduld ist leider nicht meine Spielkarte.

Aber meine Motivation beziehe ich dann aus Briefen wie Eurem (!), und zum Beispiel aus der Frage des schon zuvor erwähnten Medizinischen Direktors des Spitals von Spittal, der zwei Bekannte hat, Vegetarier, wie er sagte, aber 'er', also der Mann, Mitte 40 (wie der Chefarzt!), seit Jahren Rückenprobleme, und 'sie', ebenso alt, also die Frau dazu, seit Jahren Darmprobleme... "Was kann ich denn denen empfehlen?" - Ja wenn ein ausgemachter Schulmediziner mich das fragt, dann bin ich, sind WIR Safttrinker, auf einem guten Weg! Oder?

Habt Ihr denn tatsächlich die Entgiftung drei Tage lang durchgezogen? Wir machen das nur mal hin und wieder einen Tag, und auch das ist schon lange her. Das brauchten wir eigentlich gar nicht mehr. Ganz normale Einläufe machen mir jetzt, während meiner Saunagänge, richtig Spaß... Übelkeit, also Hungergefühl!? Da stand doch etwas von 'vielen Orangen essen', oder? Ok, es ist überstanden. Aber viel wichtiger ist, dass was Ihr esst! Wir haben ja hier das totale Kontrastprogramm und eigentlich müsste ich

richtig zornig sein mit Hilde, aber sie ist ein prächtiges Beispiel, was die Pharmazie aus einem Menschen machen kann. Ich will Euch gar nicht mit diesem Kram belästigen, zu unwichtig! Jeder ist seines Glückes Schmied! Hilde ist offensichtlich nicht wirklich bewusst, dass sie nur durch ihre falsche Ernährung die Jahrzehnte zuvor in genau ihren Zustand versetzt wurde. Wenn sie dann immer sagt: "Mensch Junge ich bin 88 Jahre mit dieser Ernährung geworden!"... Dann entgegne ich stets: "Aber schau in welchem erbärmlichen Zustand Du Dich befindest und das schon seit mehr als 25 Jahren!"

Genug von der Krankheit: Hin zur Gesundheit! Ich will mich gerne zum x-ten Male wiederholen: Je mehr Ihr die Dinge befolgt, die Ihr inzwischen längst kennt, die so selbstverständlich geworden sind, dass sie schon wieder langweilen (könnten), je besser wird es Euch gehen!

Wir können uns kein 'ewiges Leben' erkaufen! Aber wir versetzten unseren Körper und unseren Organismus und vor allem unseren Geist in eine Verfassung, in der es lohnt, noch ein paar Jährchen auf Erden zu verweilen!

Die Juden haben einen Spruch: "Next year in Jerusalem!" So verabschieden sie sich von Freunden, glaube ich. Weil sie das feste Ziel haben, sich dort nächstes Jahr zu treffen. **"Next time in Kolbnitz!"** möchte ich Euch zurufen! Bis dahin, viele liebe Grüße, natürlich auch von meiner Ute und der Hilde, die sich über Eure Zeilen sehr freuten!

Euer

ewig **Romaneschreibender**

P.S. Anfang Februar nahm ich Gelegenheit, mich einmal an die Uni-Kliniken Kiel zu wenden, für ein kleines Mädchen namens 'Dana'... Euch nicht unbekannt. Ok, es hatte sich so ergeben, weil ich einen anderen 'Fall' in Richtung Uni-Klinik Ost zu 'bearbeiten' hatte, einen alten Possehlianer, von dem ich zufällig zuvor erfuhr, und dem ich spontan schreiben 'musste'. Und da seine ihm zuge dachte Post über Kiel lief, die hängen wohl organisatorisch zusammen, ließen mich meine Gedanken an Dana und eine zuvor erhalte sehr nette Mail von den Großeltern in diese Richtung aktiv werden. Natürlich meldet sich von der arroganten, unwissenden deutschen Ärztemischpoke niemand! Es könnte ja ein Eingeständnis von Schwäche sein! - Wie anders durfte ich es hier in Österreich erleben! Lest mal meinen Blog "Das Fällt Mir Dazu Ein": <http://blog.romanschreiber.com/> Und die 'Abrechnung', die ich zuvor 'für Hilde' mit dem deutschen Krankheits-System machen konnte, die ist hier zu lang, aber sie traf zumindest überall ins Mark! Und zumindest der Vorstand der DAK hatte positiv reagiert; natürlich NICHT die Ärzte, die Krankhäuser, aus Deutschland!

Gesendet: Montag, 08. März 2010 18:45

An: siegfried.westphal.suesel

Betreff: FW: Ein schneller Gruß zurück! - **Korrektur**

Ich kontrolliere immer gerne, nach getaner Tat, was ich denn so über den Tag für einen Blödsinn verzapft und in die Welt geschickt, oder von da erhalten habe. Natürlich ärgern mich Tippfehler oder dumme Formulierungen. Das kommt manchmal bei der schnellen Tipperei heraus und dann sagt ein Spelling

Checker auch nichts darüber, ob ein Briefkasten gelb oder in 'Geld' lackiert ist. Das war eine spannende Farbe, die wir ja mal sogar besaßen. Vielleicht so ähnlich wie Loriots 'leichtes mohm', wenn Ihr den Sketch kennt? (Hier im Buch ist 'Geld' schon zuvor korrigiert)

Wer kann überhaupt noch so schöne lange Briefe per Hand schreiben? Vor allem leserlich! Meine Klaue war schon vor mehr als 30 Jahren eine Zumutung und als ich damals in Frankfurt meinen ersten (und letzten Job) nach meinem Betriebswirtschaftsstudium annahm und eine Abteilung zu leiten hatte, die dann wenig später vom Programm her so wie meine eigene Firma wurde, da wurden die Lieferscheine noch per Hand ausgefüllt. Wir hatten einige Kunden, die echt anriefen und fragten, welcher 'Professor' sich denn da verewigt hätte? Von da an besorgte ich Schreibmaschinen für meine Angestellten und es wurde kein Lieferschein mehr per Hand ausgefüllt. Welche Revolution das damals war! Ich bin gerade ins 1975 abgeglitten...

Grüße an ALLE die mich in bester Erinnerung haben!

Verteufelt schlechte Nachrichten aus Süsel

Von: siegfried.westphal.suesel; siegfried.westphal.suesel@T-Online.de

Gesendet: Sonntag, 02. Mai 2010 18:56

An: Dr. Roman Schreiber

Betreff: Nachricht aus Süsel

Lieber Roman,

Du wirst es kaum glauben, aber dies ist meine erste E-Mail, die ich schreibe. Im Moment ist unser Leben völlig aus der Bahn gelaufen und ich weiß gar nicht so recht, wo ich anfangen soll. Am 23. März

waren wir wieder in der Uniklinik zum CT und erfuhren dort, dass eine alte Metastase auf der Lunge sich um die Hälfte vergrößert hat. Das war ein Schlag ins Genick. Weitere Untersuchungen folgten. Sigis Blutwerte waren und sind schlecht, Wassereinlagerung an den Fußfesseln, im Gesicht, an den Händen. In den Wintermonaten fühlte er sich immer schlapp und müde, hat nur noch gefroren und sämtliche Knochen und Muskeln schmerzten. Ein ungutes Bauchgefühl hatten wir schon vor diesem Termin. Am 31. März wurde bei Sigi ein Herzecho gemacht, dabei konnte ausgeschlossen werden, dass die Wassereinlagerungen mit einer zu geringen Pumpleistung des Herzens zusammen hängt. Die Ärzte setzten nun Sutent ab und wollten das weitere Vorgehen in einer Konferenz beschließen. Durch die Osterfeiertage und Urlaub zog sich das hin bis zum 22. April. Unsere nervliche Anspannung war kaum noch auszuhalten. So telefonierte ich mit einer Ärztin der Uniklinik, die mir dann erzählte, dass Sigi wohl ein anderes Medikament bekommen wird. Also keine Operation und auch keine Bestrahlung. Inzwischen sind die Wassereinlagerungen nicht mehr zu sehen. Aber es sollte noch keine Ruhe bei uns eintreten! Am 16. April ist Sigi mit Verdacht auf Schlaganfall mit dem

Rettungswagen ins Klinikum Neustadt eingeliefert worden. Er hatte ein taubes Gefühl in den Händen, den Lippen und der Zunge sowie Wortfindungsstörungen. Gott sei Dank war Sarah Lena zu Hause, die alles so prima organisiert und so schnell gehandelt hat. Ein CT vom Kopf hat aber keine Auffälligkeiten ergeben. Bis Sonntag war Sigi dann in einem Überwachungszimmer untergebracht. Letztendlich ist aber keine Ursache gefunden worden und die Symptome haben sich nicht wiederholt. Nun muss am kommenden Mittwoch noch ein erweitertes Herzecho gemacht werden, (man hat es zeitlich in Neustadt nicht geschafft, weil Sigi am 21.04. nach Hause wollte wegen des Termins am 22.04. in der Uniklinik) wo man ausschließen möchte, dass sich keine kleinsten Blutgerinnsel im Herzen befinden. - Oh, mir raucht schon wieder der Kopf. - So, nun hat man Sigi neue Chemotabletten verschrieben, die er seit dem 23.04. einnimmt. Sein Befinden ist nach wie vor nicht so toll. Am Donnerstag fahren wir wieder zur Uniklinik wegen der Blutuntersuchung und wir müssen berichten wie er die Tabletten verträgt. Jetzt möchte ich aber auf unsere Säfte zu sprechen kommen. Als Sigi in Neustadt im Krankenhaus war, habe ich ihm täglich frische Säfte mitgebracht. Kurz nach dem Trinken

wurde bei ihm der Blutzucker gemessen und der war deutlich erhöht, was die Schwester ins Staunen versetzte. Da sie wissen wollte, was Sigi gegessen hatte, haben wir vom Karottensaft erzählt. So kam der Stein ins Rollen. Am Abend war der Blutzucker wieder normal, aber die Ärzte waren von der Saftmenge nicht begeistert. Sie warnten vor toxischen Reaktionen bei zu viel Genuss. Ein Mitpatient hatte mal gelesen, dass zu viel Karottensaft auch Krebs auslösen kann. Eine totale Verunsicherung machte sich bei uns breit. Wir fragten in der Uniklinik (ein Fehler)! Ein Arzt meinte, er sei kein Möhrenexperte, aber mehr als 300 ml in der Woche sollte es nicht sein. Es könnte zum Vitaminschock kommen. Man, man, man wir waren völlig durch den Wind. Was nun? Durch unsere Nachbarin habe ich Kontakt zu einer Ernährungsberaterin bekommen und schon einmal telefonisch vorab geklärt, dass wir mit der Saftmenge keinen Fehler machen können. Nur sagt sie, sollte man einige Tropfen Öl oder etwas Sahne hinzufügen, da der Körper das Vitamin A sonst gar nicht verarbeiten kann. Wir haben aber noch einen Termin für den 11. Mai gemacht. Sie hat noch einige Anregungen für uns. Na, schauen wir mal. Übrigens, unser Hausarzt war immer für die Säfte. So lieber Roman, das ist nun

erst einmal genug an Informationen aus Süsel. Leider hatte ich bis jetzt nicht die Verfassung, alles in Worte zu fassen und Sigi kann das im Moment überhaupt nicht. Ihm fehlt die Lust und Freude zurzeit an allen Dingen.

Ich hoffe, Euch geht es gut und Ihr könnt die schöne neue Umgebung genießen. Herzliche Grüße an Deine Ute und ans Hildchen aus Schleswig-Holstein.

Gabi und Sigi

Gesendet: Sonntag, 02. Mai 2010 21:52

An: siegfried.westphal.suesel

Betreff: Das sind ja ver-teufelt schlechte Nachrichten!

Guten Abend liebe Gabi, guten Abend lieber Sigi!

Zunächst bin ich völlig benommen von der Vielzahl negativer Erlebnisse, die Ihr mir da schildert! Was soll ich sagen? Ganz banal fange ich an: Etwas, was gestern 'gut' war, kann NICHT am nächsten Tag 'schlecht' sein! Es gibt nur einen Weg, der unserem Organismus die Dinge liefert, die er zum LEBEN braucht: die richtige Nahrung! Das ist sicher ohne jeden Zweifel! Wenn sich in unserem Körper über zuvor Jahrzehntelanges 'Fehlverhalten' Krankheiten bildeten, gibt es einige Wege der Reparaturen. Die Schulmedizin beschwört die Chemiekeule, die den Menschen letztlich aber immer kranker macht. Die Natur verlangt Disziplin und Zeit!

Wie werden Blutwerte 'schlecht', wie Ihr schreibt? Durch die über Jahre von der Pharmazie (und den falschen Nahrungsmitteln) angegriffenen Organe, wie zum Beispiel den Nieren, die diesen Müll nicht

verarbeiten können und langsam zersetzt werden! Darum die Wassereinlagerung an den Fußfesseln usw.! Das sind dann die so feinen eingebauten Entschuldigungen „Zu Nebenwirkungen fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker“. Die Herrschaften sind fein heraus! Und wenn man sie dann noch nach der Natur befragt, dann kommt dabei so ein Müll heraus, wie von Euch beschrieben! Was steht denn zum Beispiel auf Seite 36 des kleinen Saftbuches vom Dr. Walker?, dass Ihr ja auch habt: „Sie können soviel Saft trinken, wie Sie bequem trinken können, ohne dass Sie sich zwingen! Ein halber Liter täglich, besser sind ein bis zwei Liter!“ Ferner solltet Ihr ruhig nochmals die Zeilen dort über den Karottensaft nachlesen und all denen in die ahnungslosen Gesichter halten, die Euch vielleicht einreden möchten, dass Sigi's 'Zustand' wohlmöglich vom verteuflten Safttrinken herrührt! Solche Idioten hatten wir doch erst im letzten September / Oktober in der eigenen (An)-Familie, bezogen auf Hildes Fehlleistungen, was die Versorgung ihres Körpers, entweder mit der Natur, oder der Medizin anging! Wer also keine Ahnung hat, über die Zusammenhänge von Nahrungsaufnahme und Wirkungen in unserem Körper, sich aber so weit hinauslehnt, wie es die von Euch einbezogenen Weißkittel offenbar tun... der sollte sich besser heraushalten - da habe ich meine Zweifel 'noch ruhig' und sachlich zu bleiben! Aber das können die Ärzte natürlich nicht! Das ist das Problem, wenn man sich in ihre Fänge begibt: Man ist plötzlich so verunsichert, wie Ihr es seid und zudem noch vergesst, was seit November 2008 bis offenbar Anfang des Jahres 2010 alles geschah... Ich kann es nicht

beurteilen, es steht mir auch nicht zu. Mir - das habe ich immer betont - war immer die Besessenheit ganz wichtig, das Programm durchzuziehen! Die allein wäre noch keine Garantie für ein ewig gesundes Leben, aber zumindest die Voraussetzung! Nicht zum ewigen Leben, das können wir uns auch mit Säften NICHT erkaufen! Ich weiß, ich habe gut 'klug-scheißen'! Pardon, Ihr Lieben! Ich weiß aber auch, dass NUR die richtige, frische Nahrung uns ein gesundes, vitales Leben ermöglicht! Ich weiß, dass ICH mich niemals in die Hände der Weißkittel begeben werde, wie verrückt das auch in Eurem Zusammenhang jetzt klingt! Aber Ihr habt ja erneut genügend Argumente geliefert, die diese Ahnungslosen entpuppen und ich durfte sie ja auch am Ende von Hildes Irrfahrt erleben (erleiden) und entsprechend kritisieren, weil sie tatsächlich aus Dummheit fast kriminell handelten! Natürlich ohne es zu wissen. Meine simplen Erinnerungen können kein Trost sein, aber wenn ein Chefarzt einer Klinik zum Beispiel zulässt, nachmittags an die Patienten Salzstangen zu verteilen, weil Salz ja die Verdauung fördern soll... aber danach an die gleichen Patienten Bluthochdruck senkende Mittel verabreicht... usw., usw. Wie soll man so etwas nennen, außer 'Dummheit' oder 'kriminell'...? - Das hilft Sigi NICHT! Nur ich wollte Euch bitten, sehr, sehr kritisch mit diesen 'Handwerkern am menschlichen Körper' umzugehen! Allein die Tatsache, dass Ihr nun demnächst berichten sollt, wie Sigi die neuen Tabletten verträgt... hinterlässt nur Kopfschütteln bei mir. Pardon! – Oh diese Ahnungslosigkeit beim Blutzucker, 'toxische Reaktionen', mir wird ganz übel bei so viel

grober Unkenntnis, ja Dummheit! - Das ist ja ähnlich wie bei Hilde in der Klinik, als ich ihr in meiner knappen Wohnungsauflösungswoche täglich gut einen Liter Gemüsesaft brachte und eine saudumme, weil völlig blöde Schwester mich befragte, am vierten Tag wohl, „ob das wieder Saft für meine Mutter sei? Sie hätte den Saft von gestern und vorgestern fortgegossen, weil sich schon Schimmel gebildet hatte!“ - Ihr könnt Euch vorstellen, was DA in den Sana-Kliniken los war! Saudumm, noch nicht einmal Ahnung, dass sich in einem naturfrischen Saft das Fruchtfleisch oben absetzt! Aber am menschlichen Wesen herumfummeln! Bei einem Elektriker, der ausprobiert, ob die Leitung perfekt installiert wurde, springt die Sicherung heraus, wenn etwas falsch angeschlossen wurde. Der Arzt darf sich schütteln und schiebt es auf die unterschiedlichen Reaktionen der so unterschiedlichen Menschen, also auf die Natur, die aber zuvor von ALLEN Beteiligten mit Füßen getreten wurde! - Ich bin ein schlechter Tröster! Ich bin mehr ein Kämpfer! Es gibt keinen Anlass den Mut zu verlieren! Im Gegenteil, Sigi, nimm bitte einmal alle Energie zusammen und versuche den so klugen Ärzten genau ihre Verfehlungen vorzuhalten, nämlich dass ihre Medizin Deine Organe mehr als angegriffen haben, weil Du ihnen, den Ärzten, NATÜRLICH vertrautest! Wisst Ihr was das Verrückteste am Heute ist? Ich 'musste', oder durfte, heute Nachmittag einer ca. 45 Jahre alten Frau auf über 16 DIN-A4 Seiten zusammenstellen, was sie gegen Lymphknotenkrebs tun kann! Und ich tat das auch unter anderem mit einigen Zitaten aus unserer E-Mail-Korrespondenz

vom Anfang und Mitte 2009. Es gibt NICHTS was daran falsch war und ist! - Meine Vorstellung vom Leben und dem Handhaben mit der Ärzteschaft habe ich stets erklärt. Das gilt aber natürlich nur für mich! Ich darf und kann niemandem raten was er tun und was er lassen sollte. Die eigene Intelligenz lässt den Menschen so handeln, wie er handeln muss! Dass das Ergebnis am Ende nur er selber zu verantworten hat, dass lassen sich sogar die Ärzte vor jedem Eingriff unterschreiben! Da ist man dann sehr gut aufgehoben! Ich, und damit wir, fühlen uns sehr wohl mit unserer Entscheidung, so gesund zu leben wie wir das die letzten zehn Jahre taten. Auf uns trifft zum Glück ja auch keine so dringend notwendig erhoffte Heilung einer so teuflischen Krankheit zu, wie Du, lieber Sigi, sie nun seit Jahren bekämpfen musst. Es gibt aber nur diesen einen Weg, den musst Du für Dich gehen, und der heißt mit formulierten Zielen leben, täglich mit Elan an dieses Ziel zu denken, zu arbeiten und es letztlich zu realisieren! Die Besessen-heit muss Dich treiben! Es tut mir so leid, dass wir so viele Kilometer zwischen uns haben. Es bewegen mich ja noch viel mehr Dinge, die alle Einfluss auf uns, unseren Organismus haben und damit Auslöser von Krankheiten sind. Wem sage ich es!? Sigi, wenn Dr. Walker Unrecht hätte, hättest Du vor einem Jahr mir keine so wundervollen E-Mails senden können! Lass das wenigstens Motivation für die Zukunft sein! Und ich erbitte umgehende Meldungen und sei es nur in Kurzform, 'Daumen hoch', oder 'Daumen runter', oder was auch immer aus Süsel zu berichten ist! Bis dahin ALLES GUTE und bitte, lasst Euch nicht von so 'vielen Experten'

verunsichern. 1000 Geister befragt, 1000 Antworten werdet Ihr erhalten! Das bringt NICHTS, außer Sorgen! Euer ewig **Romaneschreibender**

Gesendet: Montag, 03. Mai 2010 09:54

An: siegfried.westphal.suesel

Betreff: FW: Das sind ja verteufelt schlechte Nachrichten!

Guten Morgen, wenn 'wenigstens', wie gestern Abend ohne 's' geschrieben wurde, sollt Ihr wenigstens die Korrektur frisch erhalten, die ich las, als ich kurz auf Euer Gerät sprach.

Von Angesicht zu Angesicht kann und muss man viel deutlicher Wahrheiten sagen und NICHT herumeiern! Freunde sind nicht dazu da, den anderen mitleidvoll zu bedauern, sondern ihn 'wachzurütteln' und ihn auf den (zugegeben vermeintlich) 'richtigen' Weg zu bringen. Alles immer subjektiv und niemals absolut! Aber wer soooooo viel durchmachte, wie Du Sigi, der darf sich doch nicht "von einem Mitpatienten, der gehört hat, das Karottensaft Krebs erzeugt" aus der eigenen, eingeschlagenen Bahn werfen lassen! Hundertfünf- undzwanzigtausendfache Ausrufezeichen! Wo bleibt Euer Selbstbewusstsein? Im Arsch? ANGST ist auch eine Triebfeder von Krankheiten! IHR habt (auch verständlich!) stets Angst, dass 'morgen' wieder eine schlechte Nachricht kommt. Ja, zynisch könnte ich fast sagen, (dumm natürlich, weil aus der Ferne), Ihr habt diese sogar erwartet!

Was anderes hätte Dir, lieber Sigi im letzten Sommer Flügel verleihen müssen, als die Aussage der Ärztin, die Du mir per E-Mail sandtest: Die Ärztin sprach zum ersten Mal von Heilung... usw.

Denk bitte einmal nach, was die vom Orthopäden festgestellte Arthritis in der Schulter (war es nicht so?)

- Donnerwetter, dafür brauche ich keinen Orthopäden!- für Angstzustände in Euch auslösten. Die vorgeschlagene erneute OP usw. Dann kommt die Zahnoperation. Eine Woche Antibiotika meldet Ihr mir. War es nicht so? Was wird dieses Teufelszeug in Dir, lieber Sigi, wohl erneut ausgelöst haben? Ich kann ja stets nur (dumme) Vermutungen aussprechen, weil ich nur die Negativmeldungen von Euch erhalte, aber ich reime mir zusammen, dass ja nur die Medikamente eine Veränderung zum Negativen in Dir bewirken und NIEMALS eine gesunde Ernährung!

Wäre ich Multimilliardär und hätte ich sehr viel Zeit, würde ich als Erstes Prozesse über Prozesse in aller Welt führen lassen gegen die Dummheiten, Unverschämtheiten und Uninformiertheiten der Ärzteschaft und den Organisationen und Firmen die hinter ihnen stehen! Natürlich müssten auch sämtliche Lebensmittelkonzerne auf die Anklagebank, und zum Beispiel nach dem Verursachungsprinzip verurteilt werden und wenn die dann zukünftig für die Reparaturen der Millionen Kranken zu zahlen hätten, dann würden sie vielleicht anfangen, andere, gesündere Nahrung den Menschen zu verkaufen! Ein irres Thema, das mich treibt!

Ihr müsst selber vom eigenen Tun überzeugt sein und nicht stets und ständig herumforschen, ob nicht noch irgendwo aus einer bislang verborgenen Ecke eine Wunderwaffe gegen 'Alles und Nichts' auftaucht! Es ist die Pharmazie die die Organe des Sigi kaputt machte, über Jahre! Und Ihr erwartet, dass die Natur über Euer Essen und Trinken die stete Einnahme dieser Gifte kompensiert! Das kann NICHT funktionieren! Noch

schnell ein paar ironische Worte zu 'Nachbarn' und 'Ernährungsberatern'... Die schießen wie Pilze aus dem Boden und werden bei jeder pseudo-gesunden TV- oder Radiosendung hervorgeholt und geben dann mehr oder weniger intelligente Ratschläge. Ich habe allerdings noch nirgends so tiefe, einleuchtende 'Wahrheiten' gehört, wie ich sie aus den Büchern des Dr. Walker herauslesen konnte und letztlich an mir selber in der Wirkung feststellte. NUR darum geht es. Bei jedem Menschen wäre es ebenso möglich, ginge er mit gleicher Konsequenz zu Werke. Wer schon ein paar Tropfen Öl in den Karottensaft oder einen Löffel Sahne vorschlägt, der hat bestimmt ja noch andere sinnvolle Tipps für Euch parat! Ich sage nur, richtig lesen, wirklich verinnerlichen, was da zum Beispiel auf Seite 64, oben, im kleinen Saftbuch vom Dr. Walker steht... Genau das, bezogen auf eine geschmackliche Veränderung, um Abwechslung zu haben. Es geht bei Sigi aber NICHT um geschmackliche Abwechslung, sondern die stete Bekämpfung von Krebszellen! Und die sind über Geschmack nun wahrlich NICHT zu besiegen! - So viel dazu... Es grüßt Euch sehr herzlich ein 'besessener'

Roman

Es gibt doch auch wieder erfreuliche Nachrichten

Von: siegfried.westphal.suesel; siegfried.westphal.suesel@T-Online.de

Gesendet: Dienstag, 29. Juni 2010 19:57

An: Dr. Roman Schreiber

Betreff: Gute Nachricht aus Süsel

Lieber Roman,

heute möchte ich wirklich nur ganz kurz mitteilen, dass wir eine erfreuliche Nachricht in der Uniklinik erhalten haben. Der Tumor beginnt abzusterben! Sigi's Blutwerte verbessern sich auch allmählich. Das gibt wieder Auftrieb. Bei uns ist es schon fast unangenehm heiß, sodass ich nicht lange am PC sitzen möchte, denn der steht direkt unter dem Dach. Ganz herzliche Grüße nach Österreich von Gabi und Sigi

Gesendet: Mittwoch, 30. Juni 2010 06:00

An: siegfried.westphal.suesel

Betreff: AW: Gute Nachricht aus Süsel

Wichtigkeit: Hoch

Oh, wie habe ich eine solche Nachricht herbeigesehnt!

Bis später!

Euer **Roman**

Gesendet: Mittwoch, 30. Juni 2010 10:48

An: siegfried.westphal.suesel

Betreff: Grüße vom Besessenen

Nochmals, Guten Morgen, **liebe Gabi und lieber Sigi!**

Den vielen Menschen, denen ich in den letzten Wochen und Monaten unter anderem von Sigi's 'erfolgreichem Kampf gegen den Krebs' berichten durfte, oder wollte, verschwieg ich (natürlich) das Auf

und Ab Eurer jüngsten Meldungen aus dem Mai, denn wie sollte ich anderen erklären können, dass so großartige Erfolge nach dann schließlich 1.1/2 Jahren selbst den Betroffenen zweifeln lassen, weil ihn aber ganz andere Dinge aus der Bahn brachten? Ich weiß, ich bin ein schrecklich direkter Kerl, aber ich bitte Euch, solltet Ihr nicht jede Meldung gleich von mir in den Papierkorb 'löschen', schaut nochmals meine Zeilen vom 3. Mai 2010 an und lest sie bitte Euch immer und immer wieder vor. Da ist ja so viel Wahrheit enthalten...

Ich will einmal abschweifen:

Als wir vor über zehn Jahren damals in Andalusien auf der ersten Finca einzogen, mit allen guten Ideen (die NUR an der Gier der Spanischen Banker scheiterten! - Aber das ist nur ein kleiner Seitenhieb an Deine alten Berufskollegen, lieber Sigi!), da kam ein Hund nach dem anderen zu uns. Benni sagte damals, so erinnere ich das Geschehen: Ich glaube, dass das irgendeine Prüfung ist, die man uns auferlegt.

Die Prüfungen wurden härter und härter. Wer auch immer verantwortlich war, für diese Art Prüfungen, ich meine, wir haben sie alle mit Bravour bestanden! Wir haben niemals gezweifelt, auch noch den nächsten Hund aufzunehmen... Heute sind es nun leider nur noch sechs Hundchen, deren achten Geburtstag wir gestern feierten. Der 29. Juni ist für immer unser 'Hundegeburtstag', auch für Lumpi (dem Papi der Viererbande, die uns ja aus dem großen Wurf von Zwölfen noch geblieben ist) und der kleinen Anita. Wir haben täglich diese Prüfungen zu bestehen, bis an deren Lebensende.

Das ist so simpel und andere bezeichnen das als 'teures, nur Arbeit machendes Hobby'. Es ist viel mehr!

Ich ziehe den Kreis und komme auf uns ganz direkt zurück:

Ich hatte an mir selber, an Ute und einigen anderen Menschen die positiven Wirkungen der frischen Säfte festgestellt, weit bevor ich Dich, lieber Sigi, treffen 'musste'. Ich nannte es damals einen fairen Deal mit dem Teufel. Der hat tatsächlich Wort gehalten und auch ich habe diese Prüfung, denke ich, bestanden. Wen kümmert das Schicksal des anderen, heute noch? Es soll hier keine Lobhudelei beginnen, (vielleicht bin ich schon mitten drin, dann pardon!), aber ich denke, was mich seit diesen Tagen damals treibt, und vor allem in der Realisierung der Ursachen und Wirkungen unserer Ernährung immer bewusster wurde, war auch eine Art Prüfung. Es wäre ein ernstes Vergehen meinerseits, meinen Mund zu verschließen und dieses wenige Wissen, dass uns und einigen Menschen aber bislang eine Menge bringen konnte, nicht in die Welt hinauszutragen, und niemals zu zweifeln! NIEMALS! Obwohl ich auch Anlass dazu hätte, ich könnte auch dieses oder jenes Beklagen und ich gebe mir, bzw. meine Ute macht das dann schon, die Antwort, „Wie würde Dir es erst gegangen sein, hättest Du nichts von den Säften gewusst!?“ - Das ist nicht Augenverschließen vor den Realitäten, das ist nur Erkennen, dass die Natur kein Voodoo-Zauber ist, und dass wir Geduld brauchen. Und niemals zweifeln und locker lassen, im Gegenteil, besser noch ein Gläschen Karotten- und Spinatsaft 'mehr' trinken! Und

auch das Eis, dass im Kühlschrank lagert, dass wird selbst bei größter Hitze besser nicht genossen. Die Zeit für Genuss wird anders formuliert: Es ist die Freude am Leben! Mit ganz anderen Aufgaben, als sich der Völlerei hinzugeben!

Ein 'oberster Direktor' einer so genannten 'Gesundes Österreich GmbH' meinte kürzlich während eines fast 50-minütigen Nachttelefonats (weil er mir wohl beweisen wollte, dass Beamte auch noch um Mitternacht fleißig sind!), ich solle ihm doch noch weitere Fälle, wie Deinen, 'bringen', dann könnte er das gewaltig publik machen, wenn ich wohl 100 ehemalige Patienten präsentiere, denen mit Säften geholfen worden wäre... Ich entgegnete ihm: „Wenn ich Sie wäre, und nicht alles immer nur Sprechblasen sind, die von 'oben' kommen, dann würden Sie mit diesen Informationen an entsprechende Patienten gehen MÜSSEN und genau DAS 'ausprobieren'! Dann hätten Sie nach einer gewissen Zeit genau das gleiche Ergebnis!“

Er berichtete mir allerdings, es war wahrlich kein Streitgespräch, dass eine erste österreichische Versicherung zukünftig ihre Versicherten nach dem Verursachungsprinzip versichern wird...

Genau DAS forderte ich in meinen endlosen Schreiben an die Gesundheit- und Verbraucher-Minister in Deutschland und Österreich, in meinen Schreiben an Krankenkassen, Ärzteschaften etc. pp...

Was soll ich sagen? Der neue, dumme, Don Quichotte - der niemals dafür genannt wird - hat vielleicht die ersten Früchte auch hier einzufahren!?

Das wird mir in hoffentlich absehbarer Zeit Energie und vor allem Argumente geben, wenn ich endlich dann im nächstgelegenen kleinen Örtchen Möllbrücke meine Saftseminare anbiete, und vor allem Firmen, die ja die Mitarbeiter zu versichern haben, und dafür entsprechend bezahlen (!), zu Tagesseminaren einlade. Mit zwei Firmen hatte ich schon in dieser Richtung, mehr zufällig vorgefühlt. Da besteht großes Interesse! Aber dieser Möllbrücke-Hotelier ist leider noch sehr jung, sicher auch ziemlich 'dumm', hat den wundervollen Komplex ganz sicher nur geerbt und weiß auch nicht recht, wie richtig gearbeitet wird... Aber das ist egal. Wer weiß das schon? Immerhin konnte ich nach sehr langen Verhandlungen in 'meinem' New York mit einer etwas preiswerteren Hotelgruppe, als es das Ritz-Carlton und Waldorf-Astoria sind, einen gewissen 'Vertrag' machen, und wir könnten auch dort aktiv werden. Nur, dort in den USA ist es ja noch etwas komplizierter, weil dort das Bewusstsein zum gesunden Körper mehr als unterentwickelt ist! Die Zeit wird es auch hier bringen und ich habe einige, sehr nette Kontakte dort... Ich will ja schließlich noch ca. 54 Jahre leben.

(Ihr seht: Ziele haben, und seien sie noch so verrückt!
- Da fällt mir in kleiner Reim von mir ein - ich hoffe doch, er ist von mir (?): „Du musst nach den Sternen greifen, dann wirst Du auf Erden alles erreichen!“

Für heute genug vom Don Quichotte, dem bitte unbedingt auch einmal Meldungen über 'Gerd' und 'Dana' zugespielt werden 'müssen', wie sie auch immer ausfallen! Viele Grüße nach Hansühn und an die Thonigs!

BITTE immer weiter machen und noch viel bewusster ALLES was schädlich für Euch ist, meiden - wenn irgend möglich! (Ärzte gehören auch dazu, Ernährungsberater sowieso und erst recht 'Ich-hab-damal-was-gehört-Menschen'!)

Euer

Roman

Die beste Frucht zur Heilung: Papaya

Gesendet: Sonntag, 04. Juli 2010 12:25

An: siegfried.westphal.suesel

Betreff: Papaya!

Hallo, Ihr Lieben in Süsel!

NICHT Paraguay - 'Papaya' schießt meiner Ute gerade in den Sinn, weil sie uns einen Saft nur aus dieser edlen Frucht bereitet! Sie fragte mich, ob ich Dir, Sigi, Euch überhaupt, diese Frucht mit den unglaublichen Wirkungen schon einmal bewusst machte? Was wir mit der Schale dieser Frucht innerhalb weniger Wochen auf Hildes offenen Beinen bewirkten, ist sensationell! Der Alten ist es nicht 'recht', schon wieder ein Grund weniger um zu klagen... aber die Beine sind zu, die offenen Stellen, die in den Krankenhäusern Lübecks verursacht und NICHT versorgt wurden, die schlossen WIR! KEINE Ärzte, KEINE Medizin! Nur die Wirkungen dieser - zugegeben sehr teuren Frucht! Also, vielleicht bringt Ihr einmal etwas positive Abwechslung in Euren monotonen Saftalltag mit 'immer nur Karotten- und Spinatsaft'...!? Mischt mal Karotten mit Papaya...

Viele Grüße

Euer **Roman**

Warum dieses kleine nicht ganz passende Wortspiel mit Paraguay zu Beginn der Mail? Wir befanden uns gerade in der Zeit der Fußballweltmeisterschaften 2010 in Südafrika. Paraguay war erstaunlich weit gekommen, traf dann aber letztlich nicht auf Deutschland sondern auf Spanien und verlor dort nur knapp mit 1 : 0. Wer weiß, was geschehen wäre, wenn Paraguay einen überraschenden Sieg hätte einfahren können? Deutschland wäre im Halbfinale der nächste Gegner gewesen und das hätte den Deutschen sicher mehr gepasst. So kam es dann zur Partie mit Spanien und das Ergebnis auch hier wieder 1 : 0, leider für Spanien, dem späteren Weltmeister.

‘Gestern‘ und ‘Morgen‘ in einer Meldung

Nun klafft eine große Lücke an Informationen bis zur nächsten Mail. Ich glaube nicht, dass Funkstille zwischen uns herrschte. Bei aller Sammelleidenschaft der Systeme, die eine oder andere Meldung ist sicher verloren gegangen, aber das ist nicht so tragisch. Aus meiner folgenden langen Botschaft geht ja alles hervor, was einem besorgten Schreiber wichtig war:

Gesendet: Donnerstag 30.12.2010 19:04

An: siegfried.westphal.suesel

Betreff: Auf diese Meldung hatte ich so gehofft!

Guten Abend, zurück nach Süsel!

Lieber Sigi, ich hatte wirklich inzwischen befürchtet, dass es Dir mehr als schlecht geht, manchmal befürchtete ich sogar, dass Du vielleicht schon gar nicht mehr auf dieser Welt bist. !!!??? Dann beruhigte

Ute mich und meinte sicher zu Recht „aber dann haben ihm die Säfte sein Leben wenigstens um etliche Monate verlängert, die er ohne Säfte nie mehr erlebt hätte!“ ... Nun ist das die ganz simple Einschätzung unsererseits, weil wir nur aus den wenigen uns bekannten Fakten urteilen konnten. Pardon! - Allerdings kamen mir keine Zweifel, dass ein Zuviel an Säften, ein falscher Weg hätte sein können. Viel wichtiger ist, dass alles andere, alles was Du (IHR!) zu Dir (EUCH!) nimmst (nehmt) eben auch passt und nicht das ‘vorne’ aufgebaute, mit dem Hintern wieder umgehauen wird.

Ich wollte einige Male den Hörer hochgenommen haben, fürchtete mich dann aber doch davor, eventuell in eine ganz schlechte Phase bei Euch mit meinem ewigen Optimismus zu platzen...

Dann gab es eine in mir, ganz am Horizont auftauchende Variante, die ich in einen durchaus verständlichen Zusammenhang mit Eurer Situation dort oben brachte. Die nicht nur räumliche Nähe zum Windberg und dem üblen Charakter der dort noch Lebenden. Ich formuliere bewusst so blumenreich, weil ich ehrlich froh bin, dass diese Person, die die Frau meines Bruders war, ihren ekelhaften, berechnenden, scheinheiligen Charakter, ihre gespielte Freundlichkeit und alles Negative, das damit einhergeht, über dieses Jahr und ja auch schon seit der Entscheidung von Hilde, zu uns zu ziehen, sehr deutlich zeigte! - Ich könnte jetzt, ‘ganz Verkäufer’, auf meine ‘gnadenlose Abrechnung’ mit meinem Bruder verweisen und damit Neugierige oder sachlich Interessierte auf mein Büchlein: “Mein Bruder Harald“

lenken. Es ist schade, dass, wie überall, unter den Flachheiten der Luftnummern in der heutigen Arbeitswelt gelitten werden muss, sogar was das Erscheinen lächerlicher, kleiner Büchlein angeht, die - wie in meinem Fall - seit dem 7.12.2010 perfekt auf dem amerikanischen Server von Amazon liegen, aktuell 'erst' genau 410. - Natürlich nimmt man das bewusst nur wahr, wenn man noch Herr seiner Sinne ist, oder so tief mit Herz und allem involviert ist wie ich. Da habe ich, oder umgekehrt, da hat mich Amazon gefunden, da sind wir hinter den Kulissen in gerade 3 Monaten bei einer Zahl von 210 (mal mehr mal weniger, je nach shop, ob in USA oder UK, oder De, das ist auch egal, doch der Mann, der für mich zuständig war... schied, weil 'befristeter Zeitarbeitnehmer', zum 24.12.2010 aus... und so ist sicher auch in den letzten Tagen seiner Zeit, einiges schief gelaufen, und die anderen Kollegen üben sich jetzt darin, wohl einen Schwimmclub zu eröffnen... Null Ahnung, die linke weiß nicht was die rechte tut, usw. Und bei allem Wissen, um Menschen, die sich - gerade noch zu Weihnachten - für das eine oder andere Büchlein interessiert hätten, zum Beispiel in den USA oder in Süd Afrika, wo ich einige Kontakte pflegte (begonnen mit meiner 'besonderen' Saga über Skype usw.), da muss ich dann auch noch mich mit meiner Kritik zurücknehmen, denn wenn ich meinen ganzen Zorn zeigen würde, endete mein Vertrag sicher nicht offiziell, aber diese flachen jungen Menschen, die überall nur ihren 'Job-machen', die würden sich einen feuchten Kehricht um mich kümmern. - Sehr wahrscheinlich. Bei rund 9 Millionen

Büchern, die Amazon weltweit vertreibt, ist ein kleiner Roman Schreiber ganz sicher Keiner... Also in dem besagten Büchlein, deren Inhalt ich mir nur so von der Seele schrieb in wenigen Stunden, ich glaube ich sagte schon öfter, dass ich immer so drei bis vier Bücher / Projekte gleichzeitig bearbeite, da durfte ich mir - das ist übrigens meine Form 'der Therapie'! - einmal Luft machen und die 'beiden Schleimscheißer', wie sie eine Nachbarin von Hilde so treffend beschrieb, als die miesen Typen allen präsentieren, die hinter der schleimenden, künstlichen, Fassade steckten! Gemeint sind Harald und seine Frau ... und pardon ... ich hatte befürchtet, dass auch ihre giftpfeil-ähnliche Art eventuell mit Eurem Schweigen etwas zu tun gehabt hätte! Sie kommt eigentlich nicht deutlich genug in dem Buch vor, doch ihren Teil hat sie schon abbekommen. Dreißig Jahre Scheinheiligkeit sind vorüber. ... Und warum das alles? Geld Ihr Lieben, Ihr werdet es NICHT glauben = Geld! In dem Moment, wo Hilde sich entschied, zu uns zu ziehen, war der Frau vom Windberg bewusst, dass das so schön über Jahre, ja Jahrzehnte angesparte - auf dem Namen von Hildes Schwiegertochter angesparte - Geld, mit etlichen Euro-Piepsern nun verloren war...! Die mehr oder weniger Auflösung... im Büchlein "Mein Bruder Harald". - Ich musste dieses Büchlein einfach schreiben, weil ja sonst noch Gefahr gelaufen wäre, dass diesem so wundervollen Menschen ein echter Heiligenschein erwachsen würde, auf seinem 'anonymen Grab'... Ich weiß, Toten schreibt man nichts Böses hinterher. Ich breche auch damit! Er war als kleiner Junge ein kleiner Dieb und er war es im

hohen Alter, denn er hätte, ging es nach seinem Deutsche-Bank-Altersversorgungsplan, mir nicht einen Cent von dieser nun erfahrenen 'gelebten' Erbschaft der Hilde abzugeben! Dessen könnt Ihr sicher sein. Wie gesagt, direktere Aufklärung in dem Buch. Klar > ekelhaft schmutzige Wäsche! Doch ich bin ein ehrlicher Mensch! Ich habe noch niemals Menschen betrogen! Glaubt mir bitte, ich bin sehr, sehr häufig betrogen worden! Und ich sollte es nun sogar, nach Hildes Tod erneut, von meinem Bruder! Nun kommt es meistens anders als man denkt! Und so sind mir doch die kleinen Büchlein im Grunde von Hilde als jeweilige Bestseller versüßt worden... Ist das nicht verrückt? Es ist ein Zeichen! Ganz gewiss! Die einen lagerten meine Bücher im Schuhkarton auf dem Dachboden, anstatt sie gleich in die Mülltonne zu werfen. Die andere, dumme Mutter, verschwieg sämtlichen nach uns sich erkundigenden Bekannten, Freunden usw. welchen Weg ich genommen hatte... - Das wäre ja nichts gewesen, in ihrer üblichen Gleichmacherei, dass da der eine, dieser so verrückt andere, sich über den kleinen angepassten Spießler Harald erhebt!? - Sie hätte es gerne gesehen, wenn ich als Direktor bei Possehl geendet wäre und den gleichen langweiligen Lebenstrott wie ihn der Windberg beschritt, gegangen wäre! Also verschwieg man diesen 'Verrückten' lieber. - Von allen Menschen, mit denen ich durch Hildes Wohnungsauflösung usw. zusammenkam, empfing ich das genau gleiche Erstaunen: „Warum hat uns Deine Mutter niemals von Euch berichtet?“ - Und dann die andere, verschärfte Seite, die bewusst in Dummheit oder Unkenntnis Gehaltene, die die Betrügereien und

Irrsinnshandlungen des Hans-Peter Thomsen mit mir in Verbindung brachten. Ach, entschuldigt bitte, ich schreibe mir meinen Zorn aus dem Kopf, denn in der Seele habe ich diesen nicht mehr. Das Thema ist ja fast durch, bis auf die täglichen 'Folgen', die wir durch Hilde 'erleiden', und damit von einer kleinkarierten Lebensweise erfahren, wie sie diese nur über die letzten fast 30 Jahre auf dem Windberg erlebte... Ihr wisst sehr wahrscheinlich von all dem nichts oder konntet von außen so etwas nur erahnen. Die Schauspielkunst, das Schön-Wetter-Spielen, die Heile-Welt-Atmosphäre, das ist Windberg pur... und der ist nur sehr schwierig einer inzwischen 89-Jährigen 'abzugewöhnen'. Es gibt KEINE heile Welt, wie Hilde es immer gerne haben möchte... Die Menschen sind nicht alle nett und lieb und schön schon gar nicht! – Aber so viel Kritisches, nach Jahrzehnten der Verblendung, klar, auch das ist ein Schock. - Ich denke aber doch, für Hilde ein positiv wirkender, denn sie ist mindestens so gut drauf, wie bei unserem letzten Beisammensein, damals am 9. September 2009 in ihrer Wohnung in der Geniner Str. Trotz aller Krankenhausaufenthalte, trotz des Rückfalls in alte Essgewohnheiten, trotz der vielen Medikamente... Und nun, hier herrscht bei uns das fast totale Arztverbot! Es gibt keinen langweiligen Rhythmus mehr, zweimal die Woche Arzt und Apotheke... - Ok, in ihrer Post wird sich die Alte tatsächlich zu stetem Klagelied hinreißen lassen. Zufällig kamen mir ein paar Zeilen unter die Augen... Sie versündigt sich! Wenn sie nicht klagen kann, ist sie offensichtlich nicht zufrieden! - Aber Schluss damit. Sie ist eine lebende

Warnung für Ute und mich, dass wir auf einem so wundervoll richtigen Weg sind! - Eigentlich müsste ich nicht nur über sie schreiben, wie ich ihre tollsten Ausreißer ja in einem Büchlein festhalte, dass schon heute dick genug ist, um es 'Buch' zu nennen, ich müsste es filmen und als negatives Anschauungsmaterial in meinen Seminaren verwenden. - Ein paar Worte zu den Nachbarn und dem Gerd, ehemals von der Ostsee: Es ist so schade, dass so viel Unkenntnis, damit Verunsicherung in den Menschen steckt. Das gilt für alle Bereiche. Tragisch wird es ja nur dann, wenn es einen selber betrifft. Ich weiß, ich bin ein ekelhaft direkter Kerl, aber ich kann allen Zweiflern nur meine Zeilen entgegenhalten, die ich mutig ins Vorwort sämtlicher 'gesunden Bücher' von mir einbaute: Es ist nicht schlimm dumm zu sein. Es ist viel schlimmer, an diesem Zustand nichts zu verändern! - Mehr ist zum Thema Lesen, Verstehen, die richtigen Schlüsse ziehen etc. nicht zu sagen!

Ich wünschte, Du / Ihr hättet die Energie und würdet Euch aufschwingen und im nächsten Frühjahr die kleine Reise in unsere Gegend unternehmen. Das Haus ist groß genug! Wir würden uns nicht jede Minute auf den Füßen stehen und meine 'besserwisserische Art', die nur Menschen mit mangelndem Selbstbewusstsein bedroht, kann ich sogar unterdrücken, da wo es mir wert ist! Also Ihr seid wirklich herzlich willkommen! - Eine Verbindungstüre 'unten' knarrt... Das heißt, es ist pünktlich 18:45 Uhr und Hilde stiefelt den Weg aus ihrem Reich 'unten' hoch zu uns zum Tee... Und Ute ruft herüber „Wir können“... Gemeint ist unsere vorabendliche Portion Obst mit

Karotten usw., der ganze Kram, wie ich ihn sonst zum Frühstück als 'Brei' bereite, nur alles grober... Macht es gut und verzeiht mir den einen oder anderen meiner Gedanken... Wir Drei aus den Bergen wünschen Euch ein SUPER schönes Jahr 2011...

Viele Grüße von Hilde und Ute
Euer ewig **Roman**eschreibender

P.S. Ich bin ehrlich erleichtert!

Schon wieder der aufdringliche Schreiber

Gesendet: Mittwoch, 09. Februar 2011 12:11

An: siegfried.westphal.suesel

Betreff: ... eine (meine) Abrechnung mit der 'Lieben Familie' und anderes...

Attachment:



Zusammenfassung
der Amazon Angebote

Hallo Ihr Lieben Süseler! Lieber Sigi, liebe Gabi,
hier ist mal wieder der aufdringliche Schreiberling, der nur etwas zum neuesten Stand an der Schreiber-Front zu vermelden hat:

Ich bin ja nicht in allen Facetten ein 'guter' Mensch, ich bin nachtragend, niemals vergessend, vielleicht noch nicht einmal verzeihend, rechthaberisch, schon auch leicht verletzlich (natürlich besonders wenn ich die Verletzung als unberechtigt ansehe!). Aber eines bin ich niemals gewesen: gemein oder hinterhältig falsch, heuchlerisch, scheinheilig, schleimig, mich anbietend etc., etc. > diese ganzen Attribute, die mir so fern sind, und doch durch Hilde in unseren Alltag nun bewusster eingezogen sind. Natürlich ist diese alte Frau nur das

Abbild dessen, was sie die Jahrzehnte zuvor hat mit - erleben dürfen, oder müssen! Aus ihrer Sicht war ja die Welt so in Ordnung, es gab nur diese heile Deutsche Bank Welt, alle Menschen um sie herum waren stets so nette, herzliche Personen! Nun bekommt sie im Schnellverfahren in den letzten 1.1/2 Jahren die ganze Breitseite des Lebens. Die Realität! - Ihre Reaktionen fasse ich von Zeit zu Zeit, je nach 'Schwere' im wachsenden Buch 'Gemeinsam Alt Werden' zusammen, damit wir dann, wenn es eines Tages dann für sie soweit ist, wirklich abzutreten, diese Dinge nicht vergessen. Denn es überwiegen ja leider die negativen Ereignisse! Aber ich wollte mich gar nicht über Hilde auslassen, so hat ja jeder leider bekanntlich sein Päckchen zu tragen.

Die Beatles nannten es Ende der 1960'er Jahre 'Maxwell Silver Hammer', also immer wenn man denkt, jetzt ist alles super, kommt jemand mit dem 'MSH' und macht 'Dich' wieder ein bisschen kleiner... Wie auch immer man so etwas deuten mag, wer immer auch am Regiepult steht. Die Natur ist das Wunder, dass selbst diese Dinge regelt.

Und ob man nun 'Monika Lierhaus' heißt oder Lieschen Kleinschmidt, wenn man zu gierig ist, dann kommt der 'Maxwell Silver Hammer' - andere nennen es vielleicht Schicksal, wie auch immer. Wenn 'ich' für so ein bisschen TV-Angeplappere einen Vertrag mit der ARD (vor 'meiner' Operation) im Wert von jährlich weit über 1,nochwas Millionen € mir ergaunern will... Dann folgte Tage später, noch vor der Unterschrift dieses verdammte Einzelschicksal (ohne Frage!). Ich

schweife NICHT ab. Ich schlage nur wie üblich einen weiten Bogen...

Ich erinnerte mich an die peinlichen Bemühungen eines Verlages in Lübeck, sogar ein alter Schul'kamerad' von mir - sein Bruder ging mit mir in den beiden letzten Jahren in die gleiche Klasse - der auch immer 'alles haben' wollte, und nichts wirklich erreichte, sondern nur Sprüche blieben. (Einige Interessierte verprellte sein Büro tatsächlich!) Ich weiß nicht, ob der noch existiert.

Wie schrieb ich doch kürzlich einem norddeutschen Naseweis auf eine Bemerkung bezüglich Künstler-namen: „Namen sind Schall und Rauch. Was bleibt, sind die Taten!“ Und da wenigstens ist dieser Schreiberling auf einem verdammt guten Weg. Wenn mein Geschriebenes nun über den großen Amazonas-Strom auf deren Plattform gespült zum professionell Gedruckten wurde... Und in den drei wichtigsten Shops unserer Welt verfügbar ist - wenn auch hart hinter den Kulissen gearbeitet wird, weil ja 'mein Mann', der mich zu Amazon holte, unbedingt am 23. Dezember 2010 seinen letzten Arbeitstag haben musste - Befristetes Arbeitsverhältnis nennt man das dann - so gab und gibt es Verzögerungen, doch das hält den Strom der kleinen Büchlein ja nicht auf, dann ist die zuvor gemachte Feststellung richtig! Und in der Masse der leider (noch) ungeordneten Manhattan Saft-Bücher (in Deutsch und Englisch) da dümpeln dann 50 + / - echte kleine Erzählungen von mir, die alle natürlich NICHT lesenswert sind (für Hilde natürlich nur, bis zu dem Moment, wo sie sie tatsächlich perfekt gedruckt in Händen hielt, sie las

und im Auftrag 'Korrektur' zu lesen hatte! Damit ich später einmal einen eventuell verbesserten Zugriff nehmen kann auf die Files im Server von Amazon!)... „Wen interessiert das denn?“ fragte sie mal in irgendeinem Zusammenhang über dies und das... Tage später las sie im Buch: „Kennst Du Kippel Kappel?“ und meinte „Was Du an Namen so erinnerst, toll!“ - Ja das ist wohl schon die höchste Motivationsstufe aus norddeutschem Charakterkopf!? Es sind natürlich ein paar für mich 'ganz wichtige Büchlein' darunter. "40 steinige Jahre", meine Zeitreise mit der Musik der Rolling Stones und einigen anderen Bands. Ich halte es gerade in Händen, die kleinen Originalbildchen, innen, sind alle so prächtig geworden, ich kann nur staunen über die Technik heute! Ganz wichtig war für mich "Mein Bruder Harald" zu schreiben! Vielleicht für Hilde NICHT zu empfehlen, aber für den Windberg. Eine gnadenlose Abrechnung mit diesen „beiden Schleimscheißern“, wie es eine Nachbarin von Hilde so treffend beschrieb und zu mir sagte... Sie hatte keine Veranlassung, böse zu reden, sie stellte nur fest. (Während meiner Räumungsaktion im November 2009) Aber wenn nicht zu Lebzeiten, wann sollte ich meinem Bruder den bei der Beerdigung von Etlichen fast noch aufgesetzten Heiligenschein von seinem Dickschädel reißen? Der Realität ins Auge sehen, das war keine Stärke der Geniner Straße, des Windbergs... Immer feige, stets hinter dem Rücken handelnde Bagage! Und so hat ein kleiner Schreiberling die Freiheit, für einige vielleicht Frechheit, und schreibt, was er gerade quer und (für andere) verschoben denkt. - Natürlich verletzen

Worte, Geschriebenes, besser Gedrucktes, ist nicht mehr zu löschen, nur noch zu verbrennen! Aber zum Beispiel in "Kennst Du Kippel Kappel?" da beschreibe ich ziemlich sachlich, denke ich, die Situation von 1948 bis 1970 in und um Lübeck... Und dabei können nicht alle immer gut wegkommen. Erinnerungen I. lautet der Untertitel. Und da geht es manchmal gegen die Basis, die mich hat so werden lassen, wie ich bin, aber wo ich auch hinaus 'musste'! - Erinnerungen II., die dann nächsten zwanzig Jahre, ist in Arbeit einer schon sehr langen Pipeline. Einfach super ist so ein wirklich professionell gemachtes Buch schon, wenn man es dann in Händen halten darf! Und es noch selbst geschrieben hat! (NUR für sich!) Klar, früher, einige Jahrzehnte zurück, Studienarbeiten, zwei tolle Reisebücher, alle in Leinen gebunden, mit Goldschrift der Titel usw., aber das ist vorbei. Dann die 'weiße Serie' aus Portugal und Spanien, die ja meistens als Geschenke gedacht waren (bzw. als Isoliermaterial auf Dachböden in Kartons peinlich akkurat verpackt!), für deren Qualität man sich aber besser manchmal entschuldigt hätte. - Im Nachhinein wäre natürlich sehr viel an jedem Buch zu kritisieren! Natürlich auch jetzt. Das Blau hätte heller gemusst, damit die wirren Streifen, die dann in die Unterschrift des Roman Schreiber einfließen, so wie auf meiner Internetseite... besser erkennbar sind. Aber da hat mein 'Chef-Designer' Benni den Druck nicht bedacht; er hätte ein Basis-Ding zur Probe ausdrucken sollen. Ist letztlich alles egal. Wer weiß, welchen Sinn es so und nicht anders macht? Jetzt habe ich Euch genug gelangweilt,

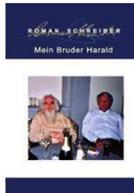
von einem der schreibt und schreibt und schreibt...
aber dieser Link ist vielleicht einmal zu nutzen?

http://www.amazon.de/Mein-Bruder-Harald-Roman-Schreiber/dp/B004LWZ6PW/ref=sr_1_1?ie=UTF8&qid=1297243666&sr=8-1

Mein Bruder Harald

[Taschenbuch]

Dr. Roman Schreiber (Autor)



Preis: EUR 20,00 kostenlose Lieferung. Siehe Details.

Alle Preisangaben inkl. MwSt.

Auf Lager.

Verkauf und Versand durch Amazon.de. Geschenkverpackung verfügbar.

Produktinformation:

- Taschenbuch: 168 Seiten
- Verlag: 3E/3P-Olymp (1. Juli 2010)
- Sprache: Deutsch
- ASIN: B004LWZ6PW
- Größe und/oder Gewicht: 21 x 14,8 x 1 cm

Kurzbeschreibung:

Mein Bruder war ein Mensch, mit sehr großen Schwächen. Ich scheue mich nicht mit Steinen zu werfen, weil ich nicht im Glashaussitze! Und diese dumme Angewohnheit, den Mantel des Schweigens über Verstorbene auszubreiten, davon halte ich überhaupt nichts. Morde verjähren auch nie, kleine Gaunereien zwar per Gesetz, aber im Herzen des Betrogenen sind sie ewig präsent.

P.S. Aber da Ihr ja schon ausreichend 'gesunde Bücher' habt, brauche ich Euch das Gesamtwerk "Die Manhattan Saft-Therapie ... hilft bei einer Vielzahl von Krankheiten und Problemen" ja nicht zu empfehlen. Obwohl so, wie das Buch gemacht wurde, ist es bestimmt einzig! Und es steht noch mehr darin als die Verbesserung der alten Weisheiten vom Dr. Norman Walker. Nur, ob es diesen Betrag letztlich wert ist...? Für Euch wohl kaum, Ihr seid ja auf dem richtigen

Weg. Für 'andere' ganz sicher, denn es stehen ja rund 180 Rezepturen darin, und jedes Rezept kostet heute wie viel in Eurem Lande? Also ich halte den Schinken in Händen. Mir wurde er von Amazon wohl in deren Wirrwarr hinter den Kulissen 'versehentlich' geschickt, ich hatte eigentlich DIN 5 bestellt, aber die hatten (und haben wohl noch) die Zahlen alle einmal durchgemischt... (Im deutschen Shop ist das Werk zurzeit nicht lieferbar, steht da frech, doch wenn 'ja', dann quält sie mal, denn in amazon.com und amazon.co.uk ist das Buch sofort lieferbar!) Ein Irrsinn, aber wo wollen wir überall kritisieren? Bin ich froh, dass die professionelle Bücher machen! Und durch die Präsenz dort multipliziert sich das Ganze im Netz eben auch. Selbst wenn Ihr heute nur eingeben würdet, den Titel dieses Buches, also 'Die Manhattan Saft-Therapie', da erscheinen ganz andere Portale und Foren... und das entsprechende Büchlein, vielleicht verirrt sich ja mal jemand in den Shop? Betrogen wird am Ende KEINER, denn selbst die kleinen Büchlein mit jeder Einzelkrankheit beinhalten noch sehr viel mehr, als eine Saftrezeptur! Natürlich ist das NICHT unbedingt etwas für alte Schulmediziner auf ihrem Spezialgebiet. Aber für jeden, der den gesünderen Weg gewählt hat! Genug jetzt 'Verkäufer' gespielt. Ich bin ja inmitten so vieler Bücher und Projekte!

**Die Manhattan Saft-Therapie . . . hilft bei einer Vielzahl
von Krankheiten und Problemen**
Deutsche Ausgabe [Taschenbuch]
Dr. Roman Schreiber (Autor)



... hilft bei einer Vielzahl
von Krankheiten
und Problemen

Preis: EUR 116,00 kostenlose Lieferung. Siehe Details.
Alle Preisangaben inkl. MwSt.

Produktinformation:

- Taschenbuch: 360 Seiten
- Verlag: 3E/3P-Olymp (1. Juli 2008)
- Sprache: Deutsch
- ASIN: B004LVPHJ8
- Größe und/oder Gewicht: 27,9 x 21 x 2,2 cm

Kurzbeschreibung:

Wir haben die Antwort auf jede Gesundheitsreform: Fangen Sie bei sich mit einer Veränderung Ihrer Ess- und Lebensgewohnheiten an! Unsere Saft-Therapie stützt sich dabei auf über 200 Jahre alte Erkenntnisse von Menschen in der ganzen Welt, die durch ihre Erfahrungen und Forschungen auf dem Gebiet der Saft-Therapie phänomenale Erfolge erzielt haben. Deutsche Gesamtausgabe im aufwendigen Großformat.

Also jetzt ist für heute endgültig ‘Schluss‘ hier. Es
grüßt Euch
Euer ewig **Roman**eschreibender!

Gesendet: Samstag, 26. Februar 2011 14:21

An: siegfried.westphal.suesel

Betreff: Ein Live Gruß!

<http://www.kult1.tv/index.html>

Und dann klickt mal unter ‘Berichte‘, 08. KW...
ziemlich zu Anfang... Nein, besser, in den kleinen
Feldern unten, auf die Ansagerin vor dem bunten
Segel - Feld klicken! Viele Grüße, live,
Euer digitaler **Roman**

P.S. Ich hoffe doch sehr, dass IHR ALLE wohl auf seid!?! Habe sooooo viel zu tun, darum heute nur kurz. Werde wohl mit diesem TV-Sender ein eigenes kleines Magazin einmal wöchentlich haben: „Kärntner Saftladen“. Den ‘Piloten‘ drehen wir wohl nächste Tage! Ich werde berichten!

Frühlingserwachen

Von: siegfried.westphal.suesel; siegfried.westphal.suesel@T-Online.de

Gesendet: Mittwoch, 06. April 2011 12:03

An: Dr. Roman Schreiber

Betreff: Wir warten auf den Frühling

Hallo lieber Roman,

schon wieder sind wir auf dem besten Wege in unser altes Strickmuster zu verfallen und dieses Medium ständig zu vernachlässigen.

Mit der Gesundheit stand es im speziellen Falle, natürlich bei Sigi, nicht zum besten. Der Anfang war, dass Sigi sehr schlechte Blutwerte hatte und über ein Knochenszintigramm festgestellt wurde, dass er im Ober- wie auch im Unterkiefer starke Entzündungen hatte. Darauf hat er den Zahnarzt gewechselt, der einen desolaten Zustand der Zähne feststellte, obwohl Sigi in den vergangenen 2 Jahren ca. 30X beim Zahnarzt war. Das Ende vom Lied: Es mussten 8 Zähne entfernt werden. Die ersten Tage nach der Entfernung der Zähne sollte man vergessen. Dann wurde ein Provisorium angefertigt, das ihm

über die erste Zeit bis zum endgültigen Zahnersatz helfen soll. Dieses muss jetzt noch in Angriff genommen werden. Sigi behält sich vor, seinen bisherigen Zahnarzt zu verklagen, da es sich um eine längere Zeitspanne mit unkorrekten Behandlungen drehte. Beim letzten CT-Ergebnis zeigte sich eine Veränderung des Gewebes im Bereich der alten nicht operativ zu entfernenden Metastase, was jetzt in kürzeren Kontrollabschnitten überprüft wird.

Zur gleichen Zeit hatte Gabi bei der regelmäßigen Brustkrebskontrolle eine Ungereimtheit, die zur Nachuntersuchung führte. Hierbei wurde aber Gott sei Dank das Aufleben einer alten Zyste, die jetzt punktiert werden konnte, festgestellt. Die Zwischenzeit bis zur Nachkontrolle war natürlich zusätzlich eine aufreibende Zeit.

Der kleinen Dana geht es immer noch gut, sie besucht auch inzwischen wieder die Schule.

Doch leider haben wir in der letzten Woche erfahren, dass Gerd bereits im September vergangenen Jahres verstorben ist. Ein Kontakt zu seiner Partnerin ist uns bisher nicht geglückt.

Für Deine Einladung zu Euch, möchten wir uns herzlich bedanken, zurzeit ist uns jedoch eine Reise durch die ganzen Umstände nicht möglich. Vielleicht

kommen wir später einmal darauf zurück. Sicher ist für Dich durch Deine zwischenzeitlichen Erfolge auch die Zeit momentan sehr knapp. Wir finden es fantastisch, was Du in den vergangenen Monaten für Deine Ziele erreicht hast.

Hierzu gratulieren wir Dir herzlich. Wir haben auf Deine letzte Mail hin auf das von Dir angegebene Feld geklickt, jedoch nur mit mäßigem Erfolg, da die Sprache nicht verständlich übertragen wurde, schade - aber vielleicht kommt es ja später noch einmal besser durch.

Wie ergeht es Deinen beiden Damen, von denen hast Du in der letzten Zeit wenig berichtet.

Wir hoffen natürlich, dass alles im grünen Bereich ist, was wir selbstverständlich auch von Dir erwarten. Aber Du hast ja gar keine Zeit, körperlich Schwäche zu zeigen, Du beweist ja jedem, dass es auch andere Wege gibt, als sich mit eigenen Krankheiten zu beschäftigen. Nun wollen wir erst einmal die Osterfeiertage hinter uns bringen, wir hoffen auch für Euch hierzu ein paar ruhige Tage. Es grüßen Euch ganz herzlich die Süseler aus dem Norden.

Gesendet: Mittwoch, 06. April 2011 12:12

An: siegfried.westphal.suesel

Betreff: Ich antworte ein wenig später, bin gerade, wie kann es anders sein, tief in einer 'wichtigen' Arbeit!
Zunächst vielen Dank für Eure Worte!

Gesendet: Mittwoch, 06. April 2011 16:00

An: siegfried.westphal.suesel

Betreff: Wer weiß schon immer die richtige Antwort auf jede Situation?

Hallo, Ihr Lieben > liebe Gabi, lieber Sigi!

Ihr glaubt nicht, wie stets erleichtert ich bin, dass, bei allem Leid, was leider Wegbegleiter auch Euren Lebens ist, doch wenigstens ein positives Lebenszeichen aus Süsel zu erhalten! 'Ich' ist falsch, 'wir' muss es heißen! Auch wenn ich von den beiden Weibern nicht berichte, sie schweben zum Teil gewaltig wie ein Damoklesschwert über mir. Nicht wörtlich, nicht wirklich, aber zumindest der eine Hausdrachen seit dem 1.12.2009 ganz direkt. Ich denke, ich berichtete ein wenig über den 'Tatbestand des sich Bewusstmachens' was mit dem Umzug von Hilde auf uns zukommen sollte... Der Alten geht es gut, besser, als Ihr sie in Erinnerung haben dürftet, besser, als damals bei unserer Niederegger-Nusstorten-Wiedersehens-Runde. Und immer dann, wenn es ihr besonders gut geht, kommt sie auf die Idee, sich wieder mit Brötchen und damit Weißmehl vollzustopfen, und wer weiß, welche Kekse sie sich 'heimlich' beim Schlecker oder Edeka mitbringt... Also bekommt sie im Augenblick KEINEN Saft mehr, ganz bewusst, weil sie ihn NICHT zu schätzen weiß! Wer sich so gegen die Natur vergeht, obwohl NUR die Natur sie in diesen Zustand versetzte, der soll bitteschön das zu erwartende Elend dann erleben...

Ich prophezeite ihr den nächsten Krankenhaus-aufenthalt für die kommenden Wochen. Und siehe da, die ersten Anzeichen der nachlassenden Energie schienen heute Nacht wohl 'dort unten' schon eingetreten zu sein, wenigstens stöhnte sie Ute etwas vor. Bei mir traut sie sich das gar nicht mehr, weil es kein Mitleid gibt, ja nicht geben kann!

Das klingt für den Augenblick gewaltig böse? Nein, die Realität ist, dass Hilde zu sich selber 'böse' ist! Und sie wird es begreifen, endlich, nach unendlich vielen Diskussion, schriftlichen 'Eingaben' meinerseits, oder eben nicht. Die Spannkraft es stets gegen die Dummheit einer an sich 'Gesunden' aufzunehmen, die dann wieder 'krank' wird, die geht verloren und auch die Freude an den Erfolgen.

Das soll Euch nicht negativ einstimmen, schon gar nicht auf den Roman oder noch mehr auf die 'Leiterin dieser Rundumversorgung', Ute nämlich, es soll Euch Warnung sein, niemals zu zweifeln am einmal richtig eingeschlagenen Weg! Und diesen stets noch zu stabilisieren!

Wir 'sündigen' auch, manchmal gewaltig, wenn drei leckere Scheiben Vollkornbrot zur Nacht mit bestem Käse verdrückt werden, ist die Grenze zum erlaubten Stärkefuttern längst überschritten! Aber wir, besonders ich, haben auch bestimmt drei Liter beste Säfte über den Tag zu uns genommen!

Dabei ist es nicht wichtig, immer die gleichen, einem langweilig gewordenen Säfte zu trinken. Sie müssen immer schmackhaft sein und dürfen niemals einen das Gesicht verziehen lassen - so wie bei Hilde permanent, die sich einbildete, uns einen Gefallen zu

tun, indem sie mittrank....! [so viel Dummheit kann man nur mit 89 Jahren erreichen!]

Safttrinken ist niemals langweilig! Die Arbeit in der Küche ist keine Mühsal! Allein unser besonderes Frühstück mit der ersten großen Kanne Saft am Morgen hält mich rund 2 Stunden auf! Ok, inklusive der Reinigung des Gerätes und ich verlasse die Küche in perfektem Zustand, wenn Ute und ich dann 'endlich' so bei 7:30 Uhr am Frühstückstisch sitzen. (Hilde bekommt ja ihren 'Kram' nach unten geliefert, eine Stunde später ist die erst aufnahmebereit. Und, wie berichtet, aktuell mit Brötchen, was für sie eine große kindliche Freude ist! - Wer weiß, wie lange noch!?)

Ohne Zähne ist das Leben (fast) ideal! Was auch immer der Stümper von Zahnarzt mit Dir, Sigi, anstellte, zumindest der Ärztekammer muss man solche Stümper melden, wenn man auch vor Gericht kaum Chancen hat und nur unnötige Kosten!

Zu etwas ganz Wichtigem komme ich immer zu selten: Zweimal im Jahr MUSS einfach eine richtig perfekte Darmspülung anstehen! Nach einiger Suche im Netz habe ich so einen Kerle in Eurer Nähe mal herausgesucht. Ich bin mir sicher, dass Ihr bislang das NICHT richtig machtet und immer noch Vorurteile, schulmedizinische Argumente wie 'Darmflora' und ähnlichen Sch.... im Kopf habt! Oder liege ich da falsch, über 1.200 km Entfernung wäre es nicht verwunderlich.

Heilpraktiker Lars Petersen

Am Binnenwasser 20a

D-23730 Neustadt in Holstein

Fon: 04561 / 51 36 06

Beschreibung: Heilpraxis Lars Petersen:

qualifizierter Homöopath, bietet Klassische Homöopathie, Strain-Counstrain, ein Verfahren aus der Osteopathie, die Dormethode und **Colon-Hydro-Therapie**

Und wenn Ihr mehr Infos über den Kerle wollt:
<http://www.heilpraxis-petersen.de/> Der ist ja echt sehr preiswert! Hier kostete für uns diese ca. 1 stündige, spaßige und überhaupt NICHT in irgendeiner Form peinliche, gar anstrengende Prozedur, 105 € pro Person. Es lohnt, denn der Tod liegt im Darm! Wir wissen es alle!

Allerdings wissen wir auch, alle, dass vor den Erfolg die Götter den Schweiß gestellt haben. Ich rede von meinem 'Kärntner Saftladen', denn meine Österreicher, und es sind nun einmal 'junge Menschen' mit etwas anderen Formen in der Arbeitswelt, sind sicherlich fürchterlich eingebunden, gerade in den ORF - was natürlich besser ist, als wären sie Hungerleider und hätten keine Aufträge - aber sie sind eben auch gewaltig unorganisiert. Da schreibe ich mir für die immer noch die Finger wund, in Sachen Sponsoring, obwohl das wahrlich nicht meine Aufgabe ist, der Pilot soll längst gedreht sein, dann ließe sich so etwas tatsächlich leichter an andere Sender verkaufen, aber...

Aber was schade ist, dass der Link, bzw. der Ton der Internet-Übertragung des TV-Senders nicht gut funktionierte? Ganz einfach doch nur im Netz oder bei Google 'Kult1.TV.at' eingeben, dann die Berichte der 08. Kalenderwoche angeklickt und auf die Ansagerin vor dem kleinen bunten Segelboot; die sagt mich an, dann erzähle ich...

Ja, ich erzähle viel... und doch wohl nicht genug... Wenn Ihr berichtet, dass der Gerd schon letzten September verstorben ist... Aber bei aller Sympathie, ich hatte natürlich auch denen zu Weihnachten (und

zuvor) nur einen kleinen Gruß per E-Mail geschickt - oh ich meine der kam sogar zurück??? - aber ich hörte ja auch nie ein Lebenszeichen zuvor, doch nur einmal. Man kann eben nicht allen helfen! Ich schon gar nicht, denn meine Energie geht ja im Augenblick zur Hälfte schon im 'Kampf mit Hilde' verloren. Psychosomatisch nennt man es denn wohl, wenn man daraus Beschwerden hat und die werden erst verschwinden, wenn der Hausdrachen entschwunden ist... Da braucht man gar kein großer Psychologe zu sein, ein paar Lektüren sagen 'alles'...

Dana lebt! Das ist toll! Versucht ein wenig Einfluss zu nehmen, Stärke und Zucker zu meiden! Schleckereien, auch wenn's schwer fällt! Karottensaft im Hause anbieten, sonst gar nichts, oder eine super Mischung mit Papaya! Wie man beim Sigi sieht, es ist ein ständiger Prozess in einem, und diesen Kampf muss man mit sich ausfechten und möglichst gewinnen!

Immer wieder Hilde: Sie ist eine verteuftelt große Warnung, wie wir NICHT im Alter werden wollen und ja wohl auch nicht werden. Wir haben zum Glück andere Voraussetzungen und vor allem rechtzeitig eine Kurve erwischt, was die Ernährung angeht, die Sucht nach allem Süßen, die Sucht generell zu streichen! Jeder ist tatsächlich seines Glückes Schmied!

Wir sind ja zum Glück völlig unberührt von all den gebräuchlichen, üblichen Festen und Festlichkeiten. Ostern ist immer, Weihnachten doch auch und Sonntag erst recht! Man muss das nur unter einen Hut bekommen und NICHTS wichtiger nehmen, als den

Tag, den man gerade wieder erleben darf! So leben wir!

Viele Grüße von Hilde und Ute, die sich, wie erwähnt, genauso sorgen, wenn über längere Zeit nichts Gutes von Euch aus dem Norden kommt!

Für heute soll's das mit diesem kleinen Ausflug über die Colon-Hydro-Therapie, die sehr, sehr wichtig wäre (!), gewesen sein. Berichtet mal, ob Ihr diesen oder einen anderen 'Petersen' in Eure Gesundheit mit einbeziehen konntet oder wolltet.

EDR

(Euer digitaler Roman)

Zum guten Schluss

Ordnung muss sein. Natürlich will ich 'mein Wunder' nicht mit dem Ring in der Nase durch die Manege führen. Seinen Namen in Verbindung mit einer Krebsheilung öffentlich zu machen, wäre aus meiner Sicht nichts Dramatisches. Im Gegenteil. Natürlich hätte er nichts davon. Aber genauso wenig hätte er davon, wenn später sein Veto bei mir per Mail einginge und er lieber nicht mit voll ausgeschriebenem Namen verewigt werden wollte. Ich werde es erleben:

Gesendet: Samstag, 23. April 2011 10:27

An: siegfried.westphal.suesel

Betreff: Frohe Ostern!

Attachment:



Buch 65 - cover.pdf

Hallo Ihr Lieben in Süsel!

Ich / Wir hoffen doch sehr, dass bei Euch 'alles' in rechten Bahnen läuft! Nun braucht der neugierige Schreiber nicht wöchentliche Wasserstandsmeldungen, zumal dann ja auch meistens langweilige Retourkutschen mit 'Vorhaltungen' von mir folgen... Aber...

Ich stelle das 'Fehlen intensiver Informationen' gerade in diesen Momenten fest, wo ich nicht anders konnte und aus meinem Outlook-System die wirklich aufgelaufenen mehr als 1.000 Ein- und 1.000 Ausgänge in alle Welt... ein wenig in neue Bücher / Reportagen zuzuordnen. Das ist mir prächtig gelungen, meine Systeme werden aufatmen, einige Empfänger von späteren Buchempfehlungen dann wohl weniger.

Um ein Buch kam ich NICHT herum und es ist fertig: "Das Wunder von Süsel"... Nun ist es nur insoweit fertig, als dass ich noch tief eingreifen könnte. Als Reportage über die Nöte und Ängste des Schreibers und Eure spannenden Krankenberichte zieht es sich eben von Anbeginn unseres Treffens im hohen Norden so hin... Nun habe ich stets Ross und Reiter genannt und so ist der Siegfried Westphal mit seiner Frau nun 'öffentlich'... Es wird schon nicht 'Weltliteratur' werden, aber es gibt nichts darin, was nicht öffentlich sein könnte! Ich kann natürlich auch alles ändern in 'S.W.' oder wie es sich ergibt. Aber ich fände es wäre fast lächerlich, weil man auf sich selber stolz sein kann und niemandem etwas zu verbergen braucht. Und ob Ihr nun Westphal heißt oder Müller oder Schulze... Es könnten so oder anders auch

angenommene Namen sein... Darum, wer kennt die Westphals? (Wer kennt den kleinen Schreiber?) Das 'Wunder von Süsel' ist inzwischen ja bis in die Regierungskreise, zumindest von Österreich, mehr als Dutzende Male getragen worden (Da allerdings ohne klare Namen...)

Also, was meint Ihr, soll ich den Report so lassen, mit allen authentischen Daten und Namen oder soll ich es verstümmeln?

Ich bin 'im Prozess' das Buch in ein PDF zu verwandeln, also als File zum Drucken... wenn Amazon denn endlich hinter den Kulissen meine Bücher komplett zeigt, erst dann gibt es den nächsten Schub. (Angeblich arbeitet man mit Hochdruck, so erst gestern eine erhaltene Nachricht.)

Das Titelbild (im Attachment sind Vorder- und Rückseite zu sehen) ist im Buch ein wenig erklärt. Es ist eigentlich ein ganz nettes Büchlein geworden mit 190 Seiten DIN A5.

Ich habe eine Menge Arbeit, will gar nicht klagen und es ist auch Quatsch es zu erwähnen, ich wollte nur den Bogen zu einer ganz wichtigen Reise von mir in den Anfangstagen des Mai bekommen. Chicago steht auf dem Plan und dort sitzt doch meine 'verirrte' amerikanische Steuerberaterin mit einer ähnlichen E-Mail-Adresse... / dem daraus entstandenen Buch: "The Schreibergroup.com ... and NOT:" und der Perspektive, dort wirklich 'etwas' zu machen und nicht stets auf die 'trägen' (?) Österreicher / Europäer zu warten, hinten an zu stehen, sich die Hacken abzulaufen, die Finger wund zu tippen... usw. Ich werde berichten. Nur etwas zur Mentalität: Hier in

Europa würde ein alter Mann mitleidig angeschaut, wollte er jetzt hinter seiner Saftbar stehen und einen frischen Saft bereiten... „Der alte, arme Mann muss immer noch arbeiten! Die arme Sau, hat wohl nicht genug Rente!“ – In Amerika: „Donnerwetter, der Alte schafft immer noch! Respekt!“

In diesem Sinne muss ich ja 'weiter', denn bei einigen Büchern muss ich ja sogar Amazon noch Geld mitbringen, wenn jemand das oder die gemeinten Büchlein zufällig bestellt! Also noch nicht einmal vom Schreiben kann ich leben! / können wir existieren! Und Rente werde ich in zwei Jahren erhalten, nicht einen Tag früher, nicht einen Cent mehr, als früher die Vorsuppen für meine Geschäftsessen gekostet hatten... Also!

Hier ist das Wetter prächtig und unsere Laune auch! Hoffentlich höre ich von Euch NUR Gutes!

EDR

Euer digitaler Roman & Ute, Hilde und immer noch sechs Hundchen

Ich denke, die wichtigsten Zeilen dieses Buches sind hier noch einmal berechtigt aufgeführt.

E-Mail an Dr. Roman Schreiber vom 6. März 2009 / 17:46 Uhr:

*Hallo lieber Dr. Schreiber,
zu Beginn des Jahres ereilte mich eine
nicht sehr gute Nachricht aus der UNI
Lübeck.*

*Nach der CT-Untersuchung im Dezember
hatte man mir eine Neuaktivierung des
Krebses verkündet. Zwei bereits bekannte
Stellen, die vor 10 Jahren operativ*

nicht entfernt werden konnten, hatten sich erheblich vergrößert und eine neue Metastase hatte sich in der Lunge gebildet.

Diese Tatsache hatte mich erst einmal auf den Boden geholt. Darauf erfolgte eine Umstellung des Medikamentes, die mir mit ihren erheblichen Nebenwirkungen sehr zu schaffen machte. Aus diesem Grunde habe ich auch nicht viel Muße und Gelegenheit gehabt, mich am PC aufzuhalten. Jetzt habe ich aber die Nebenwirkungen ziemlich überwunden oder mein Körper hat sich daran gewöhnt.

Für Ihre Mitteilungen aus dem Januar bedanke ich mich ganz herzlich. Ich habe trotz meiner Misere die Safttherapie weiter durchgezogen und ich glaube, dieses war eine sehr gute Entscheidung, wenn es mir aufgrund meines allgemeinen Befindens auch teilweise sehr schwer gefallen war.

In der vergangenen Woche war ich wieder zur CT- Untersuchung und ich konnte es nicht glauben, die Mitteilung der Ärzte hat meine kühnsten Hoffnungen übertroffen. Die mir bekannten Stellen haben sich wieder erheblich verkleinert und die neu entstandene Metastase ist wie durch ein Wunder verschwunden.

Wenn ich auch nicht ausschließen kann, dass das neue Medikament eine gute Wirkung zur Bekämpfung der Krankheit

aufzeigt, so glaube ich doch mehr an die positive Wirkung der Safttherapie, oder dem Zusammenwirken beider Dinge. Ich danke Ihnen auf jeden Fall, dass Sie mich zu dieser Therapie geführt haben. Ich werde weiterhin daran festhalten, auch wenn die Bereitung der Säfte sehr viel Mühe macht und Zeit kostet. Mit derartig positiven Signalen beginnt man diesen Aufwand zu lieben. In der Ernährungsumstellung sind wir auch schon große Schritte in die richtige Richtung gegangen, obwohl wir noch nicht ganz das Optimum erreicht haben. Aber ich hoffe, eine konsequente Zielsetzung ist auch schon als positiv zu betrachten.

Ansonsten erhoffe ich mir, dass es Ihnen und Ihrer Familie gut geht und Sie mir weiterhin als guter Ratgeber zu Verfügung stehen. Ich werde Ihnen gerne von meiner persönlichen Weiterentwicklung berichten.

Erst einmal recht herzliche Grüße und einen herzlichen Dank für Ihre Hilfe, dieses auch von meiner Frau und Tochter.
Ihr Siegfried Westphal

E-Mail an Dr. Roman Schreiber vom 20. Juli 2009 / 20:00 Uhr:

Hallo lieber Dr. Schreiber,
wir möchten uns ganz herzlich für Ihre lieben Zeilen vom 4. Juli und die schönen Bilder bedanken. Es ist

tatsächlich wie Sie es angekündigt haben!!!

Die Untersuchung hat weiter positive Ergebnisse ergeben.

Die Ärztin hat festgestellt, dass die im Dezember dokumentierte Metastase weiterhin nicht mehr erkennbar ist.

Im gesamten sind alle Bereiche nur noch als narbiges Residuum erkennbar, also hat sich alles Alte zurückgebildet auch das, was im Brustbereich nicht operabel war.

Wenn ich mich daran erinnere, hatten die Ärzte mir seinerzeit erklärt, dass die verabreichten Medikamente eine Verzögerung der Metastasenbildung, jedoch keine Heilung möglich machen. Erstmals sprach die Ärztin von der Heilung der Krankheit, ich denke nicht, dass sie sich versprochen hat.

Also, kann ich die Entwicklung nur Ihren Empfehlungen und Ratschlägen zuschreiben.

Ihre Hilfe kann ich nicht mit Gold und allen materiellen Gütern abgelden, aber mit einem ganz herzlichen Dank fange ich an, und bin gern jederzeit bereit, für Sie als lebendes Beispiel der positiven Wirkungen Ihrer Safttherapien, für Ihre Klientel zur Verfügung zu stehen. Ihre Bemühungen müssen einfach weiter greifen, denn es gibt unzählige

Menschen, die Ihre Hilfe so nötig haben wie ich.

Nochmals unendliches Dankeschön.

Wir haben die kurze Zeit mit Ihnen genossen und würden uns sehr auf ein baldiges Wiedersehen freuen.

Ganz herzliche Grüße auch an Ihre Ehefrau und Ihre Mutter.

Bis bald Ihre Gabi und Siegfried Westphal aus Süsel

Meinen Sie nicht auch, dass ein Brief eines - soll ich jetzt sagen - 'ehemals Krebskranken' mir das Recht gibt, aber ganz kräftig meinen Mund aufzutun? Ja, dieser Mann, den ich nur zufällig auf der Beerdigung meines Bruders kennen lernte, fordert es doch sogar von mir! Hier meine Antwort, die zeigt, dass ich mich nicht ganz so wichtig nehme, wie es vielleicht scheint:

**E-Mail von Dr. Roman Schreiber am 20. Juli 2009 / 22:16 Uhr:
Guten Abend, liebe Westphal's im schönen Süsel!**

Oh wie habe ich für Sie genau diese Meldung erhofft und war schon ganz ungeduldig, denn ich wusste doch, dass die letzte Woche eine entscheidende Etappe für Sie sein sollte!

Ich bin es doch gar nicht gewesen, lieber Herr Westphal! Es ist die Natur und es sind die wundervollen Kräfte der Säfte, die dieses so herrliche Ergebnis erbrachten, aber vor allem sind es Sie selber mit Ihrer Energie, Ihrer Willensstärke (!), und es ist Ihre liebe Frau, die mit ihrer Beharrlichkeit dieses Programm durchzog!

Ich bin überglücklich und kann Ihnen nur empfehlen, keinen Millimeter vom aktuellen Status preis zu geben, im Gegenteil, mit gleichem Eifer weitermachen und immer bewusster jeder

Versuchung der 'Sünde' zu widerstehen, wie ich immer den vermeintlichen Genuss von irgendwelchen Schleckereien bezeichne. (Was wir im Augenblick unserem Spar-Markt in Horn an niemals zuvor gemachtem Umsätzen in Richtung Stärke- und Zuckerprodukten, natürlich auch an Zigaretten, mit meiner Mutter Hilde verschaffen, geht ja auf keine Kuhhaut, und da wären wir auch schon bei den Produkten aus diesen netten Vierbeinern, die aber allesamt NICHT besonders gesundheitsförderlich sind!) Wenn Schleckereien, dann die herrlichen Früchte, die wir aus aller Welt heute erhalten! Wenn Lust auf Süßes, zum Beispiel, dann Datteln oder Feigen, wenn Sie die bekommen! Je bewusster Sie auch die entsprechende Lektüre verinnerlicht haben, je leichter lässt es sich mit diesem Thema leben! Und nur darum geht es: Um Ihr gesundes Leben.

Ich werde Sie niemals 'missbrauchen' und werde mir nur bei wenigen 'Ungläubigen' (und besonders am Herzen liegenden Menschen) erlauben, von Ihrem Schicksal und unserer ja leider nur kurzen Bekanntschaft zu berichten. Ich will nicht sagen "wenn doch nur der eine oder andere aus meiner Familie schon 9 Jahre früher die von mir dorthin beorderten Bücher gelesen hätte, dann..." Aber so, wie es durch unsere zufällige, schicksalhafte Begegnung sich nun ereignete, ist doch zumindest die Aufrechnung mit dem 'Teufel' einigermaßen ausgeglichen, wenn Sie meine etwas blumige Formulierung bitte verstehen.

Ich bin einfach nur begeistert und darf das auch im Namen meiner Frau und meiner Mutter zum Ausdruck bringen, die sich auch sehr über Ihre wundervollen Zeilen gefreut haben!

Für heute Abend soll's hiermit genug sein! Wie ich ja vor einigen Tagen schrieb, es wird noch Gelegenheit geben, viele schöne Stunden gemeinsam mit Plaudern zu verbringen! - Übrigens, ich kann sogar zuhören, auch wenn man mir 'dort oben' das gar nicht mehr abnimmt, weil man mich ja nur noch plaudernd, vortragend erlebt! Aber ich weiß, wozu es gut war und nur darauf bin ich ein klein wenig stolz, denn wäre ich aus anderem Holze, hätte ich Sie NICHT überzeugen können, in den wenigen Minuten, die uns damals blieben.

Herzlichst

Ihr

Dr. Roman Schreiber

P.S. Nun werde ich schon bedrängt endlich hier abzuschließen, denn 'Mensch Ärgere Dich Nicht' steht mit Hilde (87) und meiner Ute auf dem Programm, und das ist ja viel wichtiger, als die Gesundheit. Nein, im Spaß liegt so viel Ernst: ÄRGER VERMEIDEN - in jedem Moment Ihres kostbaren Lebens!

Hoffentlich ist 'das Ende' noch sehr weit entfernt!

Bisher außerdem vollendet:

(Stand Dezember 2017)

- 1.) Sieben Monate Ir(r)land sind genug!
Februar 1993, County Meath, Irland, / August 1993, Mindelo, Minho, Portugal
- 2.) Mein Name ist Snowi - oder: Die Geschichte einer irischen Katze
August 1993, Mindelo, Minho, Portugal
- 3.) O meu nome e Snowi - ou: A historia de um gato irlandes
(übersetzt ins Portugiesische von Carolina Padrao, Maia, Minho, Portugal)
August 1993, Mindelo, Minho, Portugal
- 4.) Die wahre Geschichte des Cico - oder: Wie ein richtiges Eselchen ein Fußballstar wurde
August 1993, Mindelo, Minho, Portugal
- 5.) ... gegen den Strom
Juli 1994, Boucas, Douro, Portugal
- 6.) Kleine Geschichten, die das Leben so schrieb...
Oktober 1994, Vilamoura-Quateira, Old Village, Algarve, Portugal
- 7.) Von einem der auszog, um nie wiederzukehren
Portugal / Frankreich / England
Sommer / Herbst / Winter 1995 / 1996
- 8.) Wie ein aufgeblasener Ballon
September 1995, Moigny Sur Ecole, Isle de France, Frankreich /
Herbst / Winter 1996, Exeter, Devon, England
- 9.) Französische Gedanken und andere kleine Geschichten
Dezember 1996 / April 1997, Exeter, Devon, England
- 10.) Ein Paar Fische für ein paar Tage - Kleine Geschichten zum Schmunzeln
Dezember 1999, Beas, Andalusien, Spanien
- 11.) Zwei Welten, eine Familie - Erzählungen
April 2000, Beas, Andalusien, Spanien
- 12.) Sieben Monate Ir(r)land sind genug!
Überarbeitete Neuauflage mit einer 'Nachlese'
Juli 2000, Beas, Andalusien, Spanien
- 13.) Lhasa Apso - Tierische Erlebnisse I.
Juli 2000, Juli 2002, Beas, Andalusien, Spanien
- 14.) Mortimer Mouse - Geschichten einer Stagemouse
August 2000, Beas, Andalusien, Spanien
- 15.) Neues von Mortimer Mouse - Das Erbe des Dobi D.
September 2000, Beas, Andalusien, Spanien
- 16.) Mein Name ist Snowi - Die Geschichte einer irischen Katze
Überarbeitete Neuauflage mit einem 'Nachtrag'
September 2000, März 2001, Beas, Andalusien, Spanien
- 17.) Mehr von Mortimer Mouse - Die Reise geht weiter
September 2000, Beas, Andalusien, Spanien
- 18.) Adventures of Mortimer Mouse - Story about a Stagemouse
November 2000, Beas, Andalusien, Spanien
- 19.) 'walter 'williams, der Internet'willionär - Eine Geschichte über 'die Wahrheit'
August 2001 / Mai 2002, Beas, Andalusien, Spanien

- 20.) 'Walter Williams, the Internet Millionaire - A Story about 'the truth'
August 2001 / May 2002, Beas, Andalusia, Spain
- 21.) Kennst Du Kippel Kappel? - Erinnerungen I.
Mai 2002, Beas, Andalusien, Spanien
- 22.) Nicht gesandte Briefe
Juli 2002, Beas, Andalusien, Spanien
- 23.) Gesandte Briefe
August 2002, Beas, Andalusien, Spanien
- 24.) Die Familie Lumpi und Doris von Beas -
Tierische Erlebnisse II.
September 2002, Beas, Andalusien, Spanien
- 25.) ... gegen den Strom
neu bearbeitet
Dezember 2002, Beas, Andalusien, Spanien
- 26.) Erlebnisse mit Dr. Frasier Crane, auf Video
Januar 2003, Beas, Andalusien, Spanien
- 27.) New Stories With Mortimer Mouse - The estate of Doby D.
February 2003, Beas, Andalusia, Spain
- 28.) The Ultimate Music Encyclopaedia
February 2003 - ~, Beas, Andalusia, Spain
- 29.) More Stories From Mortimer Mouse - The Journey Continues
February 2003, Beas, Andalusia, Spain
- 30.) Es kommt mir doch ein wenig 'spanisch' vor
November 2003, Cuenca, Castilla - La Mancha, Spanien
- 31.) Vierzig Steinige Jahre
October 2005, Cuenca, Castilla - La Mancha, Spanien
- 32.) Meine Animal Wall Of Pain
October 2005, Cuenca, Castilla - La Mancha, Spanien
- 33.) Dr. Juice And The Manhattan Juice Clinic
March 2006, Cuenca, Castilla - La Mancha / Spain
- 34.) Das Ende einer geglaubten Freundschaft
April 2007, Chalons-En-Champagne, Champagne - Ardenne, Frankreich
- 35.) Alte 'Kameraden'
Juni 2007, Chalons-En-Champagne, Frankreich
- 36.) Yumi - 1000 Stunden Liebesdienst und noch viel mehr
Juli 2007, Chalons-En-Champagne, Frankreich
- 37.) Die Stegemann - Saga
Oktober 2007, Chalons-En-Champagne, Frankreich
- 38.) The Stegemann - Saga
October 2007, Chalons-En-Champagne, France
- 39.) Die Stegemann - Saga / The Stegemann - Saga
Das Original / The Original
Oktober 2007, Chalons-En-Champagne, Frankreich

- 40.) Die Manhattan Saft-Therapie
Juli 2008, Chalons-En-Champagne, Frankreich
Hinter diesem schlichten Titel und der # 40 verbergen sich 202 Bücher mit Rezepturen für eine Fülle von Krankheiten und Problemen.
- 41.) The Manhattan Juice-Therapy
August 2008, Chalons-En-Champagne, France
Behind this simple title and the # 41 are hidden 187 books with recipes for a fullness of illnesses and problems.
- 42.) Ich weiß noch nicht ... wo mich diese Erzählungen hintragen
September 2008, Chalons-En-Champagne, Frankreich
- 43.) I don't know yet ... where these stories will end...
September 2008, Chalons-En-Champagne, France
- 44.) A Dream Of Freedom
> April > 2008, Chalons-En-Champagne, France
- 45.) Ismus
> Mai > 2008, Chalons-En-Champagne, Frankreich
- 46.) Immer wieder Sonntag
November 2008, Chalons-En-Champagne, Frankreich
- 47.) Mein Joly Joker
November 2008, Chalons-En-Champagne, Frankreich
- 48.) Das politische Jahr 2008
März 2008 / Dezember 2008
Chalons-En-Champagne, Frankreich / Franzen, Österreich
- 49.) Häusersuche in und um Österreich - Band I.
April 2009 / Januar 2010, Franzen / Kolbnitz, Österreich
- 50.) Gemeinsam Alt Werden
Januar 2010, Kolbnitz, Österreich
- 51.) Ein spektakulärer Umzug
Januar 2010, Kolbnitz, Österreich
- 52.) The Schreibergroup.com ... and NOT:
April 2010, Kolbnitz, Austria
- 53.) Der Kümmerer – Vielleicht ein neuer Don Quichotte?
Juli 2010, Kolbnitz, Österreich
- 54.) Mein Bruder Harald
Juli 2010, Kolbnitz, Österreich
- 55.) Das politische Jahr 2009
August 2010, Kolbnitz, Österreich
- 56.) Zwei Welten - Keine Familie
Oktober 2010, Kolbnitz, Österreich
- 57.) Vielen Dank amazon.com ...Ja, aber...
Dezember 2010, Kolbnitz, Österreich
- 58.) Das ehemalige Försterhaus von Kolbnitz - Band III.
Dezember 2010, Kolbnitz, Österreich
- 59.) Wellen - Erinnerungen II
Januar 2011, Kolbnitz, Österreich

- 60.) Häusersuche in Österreich - Band II.
Januar 2011, Kolbnitz, Österreich
- 61.) Kult 1. TV
Februar 2011, Kolbnitz, Österreich
- 62.) Das politische Jahr 2010
April 2011, Kolbnitz, Österreich
- 63.) Keine konkrete Krankengeschichte
April 2011, Kolbnitz, Österreich
- 64.) Das politische Jahr 2011
Dezember 2011, Kolbnitz, Österreich
- 65.) Das Wunder von Süsel - Es war und ist NUR die Natur!
April 2011, Kolbnitz, Österreich
- 66.) Gesundes Österreich! Leider nur eine Sprechblase!
April 2011, Kolbnitz, Österreich
- 67.) Rechtsstaat Österreich? Zweifel sind angebracht!
Mai 2011, Kolbnitz, Österreich
- 68.) Harald Fanderl, ein erfolgreiches Leben: Vom Koch zum Buchhändler
Juni 2011, Kolbnitz, Österreich
- 69.) Oberflächlich
Juni 2011, Kolbnitz, Österreich
- 70.) Lukewarm
June 2011, Kolbnitz, Austria
- 71.) Mal wieder etwas Neues vom alten Schreiber
August 2011, Kolbnitz, Österreich
- 72.) Promotion # 5
Oktober 2011, Kolbnitz, Österreich
- 73.) Das Politische Jahr 2012
Januar / Dezember 2012, Kolbnitz, Österreich
- 74.) Amazon, ein großes Missverständnis
Februar 2012, Kolbnitz, Österreich
- 75.) Hannes Hofer - Mein USA-Tagebuch
August 2012, Kolbnitz, Österreich
- 76.) Du bist, was Du isst
August 2012, Kolbnitz, Österreich
- 77.) Flieg kleine Zippi, flieg!
August 2012, Kolbnitz, Österreich
- 78.) Von Gerechtigkeit und Ungerechtigkeiten
November 2012, Kolbnitz, Österreich
- 79.) Ideen zum Erreichen von Gerechtigkeit
November 2012, Kolbnitz, Österreich
- 80.) No Reply
November 2012, Kolbnitz, Österreich
- 81.) Die Ursache allen Übels
November 2012, Kolbnitz, Österreich

- 82.) Die legendäre Reise
November 2012, Kolbnitz, Österreich
- 83.) Freunde - Friends
November 2012, Kolbnitz, Österreich - Austria
- 84.) Einbahnstraßen-Korrespondenz
November 2012, Kolbnitz, Österreich
- 85.) Beratungsresistenter Fußball
November 2012, Kolbnitz, Österreich
- 86.) Beratungsresistentes Krankensystem
November 2012, Kolbnitz, Österreich
- 87.) My USA
Januar 2013, Kolbnitz, Austria
- 88.) Das Politische Jahr 2013
Januar 2013, Kolbnitz, Austria
- 89.) Auf den Hund gekommen
März 2013, Kolbnitz, Austria
- 90.) Wahl(r)ampf in Kärnten 2013
März 2013, Kolbnitz, Austria
- 91.) 1. Kärntner Saftladen
Mai 2013, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 92.) 2. Kärntner Saftladen
Juni 2013, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 93.) 3. Kärntner Saftladen
Juli 2013, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 94.) 4. Kärntner Saftladen
August 2013, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 95.) 1. Gesundheitstalk
August 2013, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 96.) Gespräche aus dem sauren Land - September 2013
September 2013, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 97.) Roman's gesundes Frühstück
September 2013, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 98.) Roman's Healthy Breakfast
September 2013, Kirchhundem, Sauerland, Germany
- 99.) Manhattan Juice Clinic - Project
September 2013, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 100.) Das fällt mir dazu ein
September 2013, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 101.) 5. Kärntner Saftladen
September 2013, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 102.) 2. Gesundheitsgespräch
September 2013, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 103.) Unsubscribe
September 2013, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland

- 104.) Gespräche aus dem sauren Land - Oktober 2013
Oktober 2013, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 105.) 6. Kärntner Saftladen
Oktober 2013, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 106.) 3. Gesundheitsgespräch
Oktober 2013, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 107.) Kein 'Happy End' im Försterhaus
Oktober 2013, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 108.) Gespräche aus dem sauren Land - November 2013
November 2013, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 109.) Ich wollte raus in die Welt - oder: Ich muss immer weiter!
November 2013, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 110.) 7. Kärntner Saftladen
November 2013, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 111.) 4. Gesundheitsgespräch
November 2013, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 112.) Gespräche aus dem sauren Land - Dezember 2013
Dezember 2013, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 113.) 8. Kärntner Saftladen
Dezember 2013, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 114.) 5. Gesundheitsgespräch
Januar 2014, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 115.) Rotzfrecher Regierungschef a.D.
Januar 2014, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 116.) 6. Gesundheitsgespräch
Februar 2014, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 117.) The New Year-speech of the retired President
Januar 2014, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 118.) 1. Europa-Talk
Januar 2014, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 119.) 9. Kärntner-Spezial-Saftladen
Januar 2014, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 120.) Ein Jahr Links-News
Januar 2014, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 121.) 2. Europa-Talk
Januar 2014, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 122.) Das Politische Jahr 2014
Januar 2014 – Januar 2015, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 123.) 5. Gespräch aus dem sauren Land
Januar 2014, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 124.) 10. Kärntner Saftladen
Februar 2014, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 125.) 6. Gespräch aus dem sauren Land
März 2014, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland

- 126.) Das Fällt Mir Dazu Ein - Part I.
März 2014, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 127.) Das Fällt Mir Dazu Ein - Part II.
April 2014, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 128.) Das Fällt Mir Dazu Ein - Part III.
April 2014, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 129.) Das Fällt Mir Dazu Ein - Part IV.
Mai 2014, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 130.) Das Fällt Mir Dazu Ein - Part V.
Mai 2014, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 131.) Das Fällt Mir Dazu Ein - Part VI.
Juni 2014, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 132.) Das Fällt Mir Dazu Ein - Part VII.
Juni 2014, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 133.) Das Fällt Mir Dazu Ein - Part VIII.
Juli 2014, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 134.) Das Fällt Mir Dazu Ein - Part IX.
Juli 2014, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 135.) Das Fällt Mir Dazu Ein - Part X.
August 2014, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 136.) Meine Roadmap To Health
August 2014, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 137.) Das Fällt Mir Dazu Ein - Part XI.
August 2014, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 138.) Das Fällt Mir Dazu Ein - Spezial - Part XII.
August 2014, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 139.) Friends - Too
August 2014, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 140.) Das Fällt Mir Dazu Ein - Part XIII.
August 2014, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 141.) Das Fällt Mir Dazu Ein - Part XIV.
September 2014, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 142.) Das Fällt Mir Dazu Ein - Part XV.
September 2014, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 143.) Das Fällt Mir Dazu Ein - Part XVI.
Oktober 2014, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 144.) Das Fällt Mir Dazu Ein - Part XVII.
Oktober 2014, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 145.) Das Fällt Mir Dazu Ein - Part XVIII.
November 2014, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 146.) Das Fällt Mir Dazu Ein - Part XIX.
November 2014, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 147.) Das Fällt Mir Dazu Ein - Part XX.
Dezember 2014, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland

- 148.) Das Fällt Mir Dazu Ein - Part XXI.
Dezember 2014, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 149.) Das Fällt Mir Dazu Ein - Part XXII.
Januar 2015, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 150.) Meine Videos auf MyVideo.de
November 2014, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 151.) Alltliga-Fußball - Oder, Er 'tanzte' nur einen Sommer
November 2014, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 152.) My Video On Dailymotion
December 2014, Kirchhundem, Sauerland, Germany
- 153.) Critical World Report # 1
January 2015, Albany, New York, USA
- 154.) Bevor Ich's Vergesse
Januar 2015, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 155.) Aus den Augen, aus dem Sinn
Januar 2015, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 156.) Das Fällt Mir Dazu Ein – Part XXIII.
Januar 2015, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 157.) Critical World Report # 2
January 2015, Albany, New York, USA
- 158.) Das Fällt Mir Dazu Ein – Part XXIV.
Feburar 2015, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 159.) Critical World Report # 3
February 2015, Albany, New York, USA
- 160.) Das Fällt Mir Dazu Ein – Part XXV.
Februar 2015, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 161.) Critical World Report # 4
February 2015, Albany, New York, USA
- 162.) Das Fällt Mir Dazu Ein – Part XXVI.
März 2015, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 163.) Critical World Report # 5
March 2015, Albany, New York, USA
- 164.) Das Fällt Mir Dazu Ein – Part XXVII.
März 2015, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 165.) Critical World Report # 6
March 2015, Albany, New York, USA
- 166.) Das Fällt Mir Dazu Ein – Part XXVIII.
März 2015, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 167.) Critical World Report # 7
April 2015, Albany, New York, USA
- 168.) Das Fällt Mir Dazu Ein – Part XXIX.
April 2015, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 169.) Aus gegebener Veranlassung - Die vielen Verletzten des FC Bayern München –
April 2015, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland

- 170.) Critical World Report # 8
April 2015, Albany, New York, USA
- 171.) Das Fällt Mir Dazu Ein – Part XXX.
April 2015, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 172.) Critical World Report # 9
May 2015, Albany, New York, USA
- 173.) Das Fällt Mir Dazu Ein – Part XXXI.
Mai 2015, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 174.) Critical World Report # 10
May 2015, Albany, New York, USA
- 175.) Das Fällt Mir Dazu Ein – Part XXXII.
Mai 2015, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 176.) Critical World Report # 11
June 2015, Albany, New York, USA
- 177.) Das Fällt Mir Dazu Ein – Part XXXIII.
Juni 2015, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 178.) Critical World Report # 12
June 2015, Albany, New York, USA
- 179.) Das Fällt Mir Dazu Ein - Part XXXIV.
Juni 2015, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 180.) Critical World Report # 13
June 2015, Albany, New York, USA
- 181.) Das Fällt Mir Dazu Ein - Part XXXV.
Juli 2015, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 182.) Critical World Report # 14
July 2015, Albany, New York, USA
- 183.) Das Fällt Mir Dazu Ein - Part XXXVI.
Juli 2015, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 184.) Critical World Report # 15
July 2015, Albany, New York, USA
- 185.) Das Fällt Mir Dazu Ein - Part XXXVII.
August 2015, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 186.) Critical World Report # 16
August 2015, Albany, New York, USA
- 187.) Das Fällt Mir Dazu Ein - Part XXXVIII.
August 2015, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 188.) Critical World Report # 17
August 2015, Albany, New York, USA
- 189.) Das Fällt Mir Dazu Ein - Part XXXIX.
August 2015, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 190.) Critical World Report # 18
September 2015, Albany, New York, USA
- 191.) Das Fällt Mir Dazu Ein - Part XL.
September 2015, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland

- 192.) Das Politische Jahr 2015
Januar 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 193.) Critical World Report # 19
September 2015, Albany, New York, USA
- 194.) Das Fällt Mir Dazu Ein - Part XLI.
September 2015, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 195.) Der Fluch des Internets
September 2015, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 196.) Critical World Report # 20
October 2015, Albany, New York, USA
- 197.) Das Fällt Mir Dazu Ein - Part XLII.
Oktober 2015, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 198.) Critical World Report # 21
October 2015, Albany, New York, USA
- 199.) Das Fällt Mir Dazu Ein - Part XLIII.
Oktober 2015, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 200.) Critical World Report # 22
November 2015, Albany, New York, USA
- 201.) Das Fällt Mir Dazu Ein - Part XLIV.
November 2015, Kirchhundem, Sauerland, Germany
- 202.) Critical World Report # 23
November 2015, Albany, New York, USA
- 203.) Das Fällt Mir Dazu Ein - Part XLV.
November 2015, Kirchhundem, Sauerland, Germany
- 204.) Radio Insanity Presents: Critical World Report # 24
November 2015, Albany, New York, USA
- 205.) Das Fällt Mir Dazu Ein - Part XLVI.
Dezember 2015, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 206.) Radio Insanity Presents: Critical World Report # 25
December 2015, Albany, New York, USA
- 207.) Das Fällt Mir Dazu Ein - Part XLVII.
Dezember 2015, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 208.) Radio Insanity Presents: Critical World Report # 26
December 2015, Albany, New York, USA
- 209.) Aus gegebener Veranlassung am Mittwoch, 28. Oktober 2015
Oktober 2015, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 210.) Das Fällt Mir Dazu Ein - Part XLVIII.
Januar 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 211.) Radio Insanity Presents: Critical World Report # 27
January 2016, Albany, New York, USA
- 212.) Das Fällt Mir Dazu Ein - Part IL
Januar 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 213.) Radio Insanity Presents: Critical World Report # 28
January 2016, Albany, New York, USA

- 214.) Das Fällt Mir Dazu Ein - Part L
Februar 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 215.) Radio Insanity Presents: Critical World Report # 29
February 2016, Albany, New York, USA
- 216.) Das Fällt Mir Dazu Ein - Part LI
Februar 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 217.) Radio Insanity Presents: Critical World Report # 30
February 2016, Albany, New York, USA
- 218.) Das Fällt Mir Dazu Ein - Part LII
Februar 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 219.) Radio Insanity Presents: Critical World Report # 31
February 2016, Albany, New York, USA
- 220.) Das Fällt Mir Dazu Ein - Letzte Folge - Part LIII
März 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 221.) Aus gegebener Veranlassung – Oster(n) und andere (faule)-Eier
März 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 222.) Das Video - Auf den Hund gekommen
März 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 223.) Bevor ich's vergesse - Erinnerungen mit Musik, 1948 - 1959
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 224.) Bevor ich's vergesse - Erinnerungen mit Musik, 1960 - 1963
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 225.) Bevor ich's vergesse - Erinnerungen mit Musik, 1964
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 226.) Bevor ich's vergesse - Erinnerungen mit Musik, 1965
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 227.) Bevor ich's vergesse - Erinnerungen mit Musik, 1966
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 228.) Bevor ich's vergesse - Erinnerungen mit Musik, 1967
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 229.) Bevor ich's vergesse - Erinnerungen mit Musik, 1968
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 230.) Bevor ich's vergesse - Erinnerungen mit Musik, 1969
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 231.) Bevor ich's vergesse - Erinnerungen mit Musik, 1970
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 232.) Bevor ich's vergesse - Erinnerungen mit Musik, 1971
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 233.) Bevor ich's vergesse - Erinnerungen mit Musik, 1972
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 234.) Bevor ich's vergesse - Erinnerungen mit Musik, 1973
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 235.) Bevor ich's vergesse - Erinnerungen mit Musik, 1974
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland

- 236.) Bevor ich's vergesse - Erinnerungen mit Musik, 1975
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 237.) Bevor ich's vergesse - Erinnerungen mit Musik, 1976
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 238.) Bevor ich's vergesse - Erinnerungen mit Musik, 1977 - 1979
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 239.) Bevor ich's vergesse - Erinnerungen mit Musik, 1980 - 1982
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 240.) Bevor ich's vergesse - Erinnerungen mit Musik, 1983 - 1985
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 241.) Bevor ich's vergesse - Erinnerungen mit Musik, 1986 - 1989
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 242.) Bevor ich's vergesse - Erinnerungen mit Musik, 1990 - 1992
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 243.) Bevor ich's vergesse - Erinnerungen mit Musik, 1993 - 1995
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 244.) Bevor ich's vergesse - Erinnerungen mit Musik, 1996 - 1999
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 245.) Bevor ich's vergesse - Erinnerungen mit Musik, 2000 - 2001
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 246.) Bevor ich's vergesse - Erinnerungen mit Musik, 2002 - 2005
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 247.) Bevor ich's vergesse - Erinnerungen mit Musik, 2006 - 2009
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 248.) Bevor ich's vergesse - Erinnerungen mit Musik, 2010 - 2016
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 249.) Musik der Erinnerungen, 1948 - 1959
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 250.) Musik der Erinnerungen, 1960 - 1963
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 251.) Musik der Erinnerungen, 1964
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 252.) Musik der Erinnerungen, 1965
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 253.) Musik der Erinnerungen, 1966
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 254.) Musik der Erinnerungen, 1967
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 255.) Musik der Erinnerungen, 1968
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 256.) Musik der Erinnerungen, 1969
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 257.) Musik der Erinnerungen, 1970
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland

- 258.) Musik der Erinnerungen, 1971
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 259.) Musik der Erinnerungen, 1972
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 260.) Musik der Erinnerungen, 1973
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 261.) Musik der Erinnerungen, 1974
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 262.) Musik der Erinnerungen, 1975
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 263.) Musik der Erinnerungen, 1976
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 264.) Musik der Erinnerungen, 1977 - 1979
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 265.) Musik der Erinnerungen, 1980 - 1982
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 266.) Musik der Erinnerungen, 1983 - 1985
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 267.) Musik der Erinnerungen, 1986 - 1989
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 268.) Musik der Erinnerungen, 1990 - 1992
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 269.) Musik der Erinnerungen, 1993 - 1995
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 270.) Musik der Erinnerungen, 1996 - 1999
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 271.) Musik der Erinnerungen, 2000 - 2001
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 272.) Musik der Erinnerungen, 2002 - 2005
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 273.) Musik der Erinnerungen, 2006 - 2009
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 274.) Musik der Erinnerungen, 2010 - 2016
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 275.) Roman's Erzählungen - Von Lügen und Lösungen
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 276.) Wer sich den Beifall der Massen sichern will
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 277.) Roman's Report - June 7, 2016
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 278.) Roman's Erzählungen - Brexit... Na und!?
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 279.) Ein wenig Völkerverständigung
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland

- 280.) Das Politische Jahr 2016
Januar 2017, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 281.) Roman's Erzählungen - NATO-Alarm
Juni 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 282.) Tagträume in der Fingerhut-Allee
Juli 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 283.) Roman's Erzählungen - Von Wahrnehmungen und Warnungen
Juli 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 284.) Roman's Report – August 1, 2016 – Handout-Manifesto
August 2016, Kirchhundem, Sauerland, Germany
- 285.) Roman's Erzählungen - Revolution
September 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 286.) Roman's Erzählungen - Waltaji, from Urban-Jungle into Village-Idyll
September 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 287.) Roman's Erzählungen - 'Leicht konfuses' Kärntner Kulturgespräch Part II
September 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 288.) Ein Alten-Report
September 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 289.) Noch nicht gesandte Briefe
September 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 290.) Ein Programm für 375.000.000
September 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 291.) Ein Blick auf Österreich, Europa und die Welt - mit Prof. Dr. Heinrich Wohlmeier
Oktober 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 292.) Ein Blick aus (und auf) Deutschland, Europa und die Welt
Oktober 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 293.) Roman's Report - October 10, 2016
October 2016, Kirchhundem, Sauerland, Germany
- 294.) Roman's Erzählungen - Von Wahlen und Qualen
Oktober 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 295.) STOP THE WAR! ... and let's 'Rockin' In The Free World'
November 2016, Kirchhundem, Sauerland, Germany
- 296.) Ein Blick auf die USA
November 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 297.) Roman's Erzählungen - Von Verirrungen und Verwirrungen
November 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 298.) Roman's Erzählungen - Meine Qualen mit den Wahlen
November 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 299.) Roman's Erzählungen - 'Our World - reloaded'
Dezember 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 300.) Roman's Erzählungen - Ade Silvy ...and then there were three
Dezember 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 301.) Roman's Erzählungen - Jahreswende 2016-2017
Dezember 2016, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland

- 302.) Roman's Erzählungen - Erinnerungen an die Zukunft - Happy Birthday, lieber Heinz
Januar 2017, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 303.) Das Politische Jahr 2017
Januar 2017 / Januar 2018, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 304.) Auch immergrüne Energie verblüht...
Januar 2017, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 305.) Wir Drei - Du, ein Thema & ich
Februar 2017, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 306.) Roman's Forderungen - Revolution 2017
Februar 2017, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 307.) Wir Drei - Du, Gerechtigkeit & ich
März 2017, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 308.) Der (überall) für die Rede-, Meinungs- und Pressefreiheit kämpfende Dr. Roman Schreiber
März 2017, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 309.) Fleischfresser sind Mörder
März 2017, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 310.) Meine letzten 60 Jahre in Europa
März 2017, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 311.) The Times They Are A-Changin'
März 2017, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 312.) Wir Drei - Prof. Dr. H. Wohlmeyer, Mr.Scrooge & ich
April 2017, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 313.) Roman's Erzählungen – 600 Videos und nur wenig weiter
April 2017, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 314.) Roman's Erzählungen – (M)ein Programm der ersten 100 Tage (überall)
April 2017, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 315.) Roman's Forderungen - 1.Mai 2017
Mai 2017, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 316.) Wir Drei - Prof. Dr. H. Wohlmeyer, Europa & ich
Mai 2017, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 317.) Roman's Erzählungen – Wie lange noch?
Mai 2017, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 318.) (A)Sozialgerichtsbarkeit
Mai 2017, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 319.) Zweifelhafte Urheberrechtsverletzungen
Mai 2017, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 320.) Ohne Gesundheit ist alles nichts
Juli 2017, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 321.) Die Freunde, zum Dritten
Mai 2017, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 322.) Roman's Erzählungen: Es geht ja immer weiter!
Juni 2017, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 323.) Roman's Erzählungen: Wir Drei – Mein Computer, der Internet-Irrsinn & ich am 3. Juni 2017
Juni 2017, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland

- 324.) Roman's Erzählungen: Von Urheberrechtsverletzungen, Kreativität & Promotion
Juni 2017, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 325.) Roman's Erzählungen: Geburts- und andere Gedenktage
Juni 2017, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 326.) Roman's Erzählungen: Wir Drei - Was hältst Du von einem Friedensministerium
Juli 2017, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 327.) Roman's Erzählungen - Was kränkt, macht krank
Juli 2017, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 328.) Roman's Erzählungen - Die 23 ist nicht wirklich verflucht
Juli 2017, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 329.) Roman's Erzählungen: Wir Drei - Wir müssen mal etwas Positives aussenden
August 2017, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 330.) Aus gegebener Veranlassung - Was sind eigentlich Nachrichten?
August 2017, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 331.) Aus gegebener Veranlassung – Schluss mit Urlaub, jetzt ist Wahlkampf!
August 2017, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 332.) Aus gegebener Veranlassung - Bundestags-Wahlkrampf im Dooftand 2017
August 2017, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 333.) Roman's Erzählungen: Wir Drei - Die Kranken, die Ignoranten & ich
September 2017, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 334.) Aus gegebener Veranlassung - Herr Schulz schrieb einen (sinnlosen) Brief
September 2017, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 335.) Roman's Erzählungen: Der Tag danach - Nachlese Herbst 2017
September 2017, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 336.) Meine Gerechtigkeitspartei
September 2017, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 337.) Roman's Erzählungen: Wir Drei – Tag der deutschen Einheit 2017
Oktober 2017, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 338.) MS & RG
Oktober 2017, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 339.) Mein Johannes
Oktober 2017, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 340.) Nur kurz – Alles Jamaika, oder was?
Oktober 2017, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 341.) Aus gegebener Veranlassung - Politiker & Lügen
Oktober 2017, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 342.) (M)ein Schreib-Engel
Oktober 2017, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 343.) Aus gegebener Veranlassung - Schluss mit dem Gefasel der Politiker
Oktober 2017, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 344.) Wir Drei - Klugscheißer, Professoren & ich
November 2017, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
- 345.) Aus gegebener Veranlassung - (M)ein erster Epilog
November 2017, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland

346.) Aus gegebener Veranlassung - (M)ein zweiter Epilog
November 2017, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland

347.) Wir Drei: Der 3.Dezember, (M)ein dritter Epilog & ich
Dezember 2017, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland

348.) Roman's Erzählungen: Halbfinale - am 13. Dezember 2017
Dezember 2017, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland

349.) Roman's Erzählungen: Finale - am 23. Dezember 2017
Dezember 2017, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland

350.) Cloture - December 30, 2017
December 2017, Kirchhundem, Sauerland, Germany

999.) Katalog - Catalog - 12.2017
Dezember 2017, Kirchhundem, Sauerland, Deutschland
December 2017, Kirchhundem, Germany

Schluss