

# Ungestört schlafen



## Maßnahmen und Hilfsmittel gegen Erdstrahlen

„Der Schlaf nährt“, sagt der Volksmund. Denn der Körper reinigt und regeneriert sich in den Stunden der Nachtruhe. Aber was, wenn man trotz ausreichender Schlafdauer und trotz Beachtung der grundlegenden Ernährungsregeln eben nicht erholt und erfrischt aufsteht? Wenn jeder Tag aus unerklärlichen Gründen mit Kopf- oder Rückenschmerzen beginnt und man dem erstbesten Husten, der vorbeifliegt, nichts entgegenzusetzen hat?

### Aktiv die Ursachen suchen

Die Versuchung ist groß, diese gesundheitlichen Beschwerden nicht ernst zu nehmen, und dadurch können sie die Leistungsfähigkeit in Beruf und Privatleben dauerhaft mindern. Von zentraler Bedeutung in diesem Zusammenhang ist das Schlafhormon Melatonin: Dieses Zirbeldrüsenhormon wird nur nachts zwischen 19 und 7 Uhr produziert; es wirkt stressmindernd und schlaffördernd, trägt zum Zellschutz (vor Freien Radikalen) bei und stimuliert das Immunsystem. Wird die Melatoninproduktion eingeschränkt,

etwa durch Schlafstörungen, schwächt dies das Immunsystem und die Zellgesundheit.

Wer nach acht Stunden Schlaf den Tag wie gerädert beginnt, und das über Monate hinweg, sollte aktiv nach den Ursachen forschen. Nach dem obligatorischen Check-up beim Arzt (Körperfunktionen, Allergien) und einer gewissenhaften Überprüfung und Umstellung des Lebensstils (Ernährung, Alkohol, Bewegung, Gefühls- und Gedankenwelt) ist als Drittes der Schlafplatz zu überprüfen: Sauber, trocken, gut gelüftet und mäßig temperiert sollte er sein, außerdem frei von Elektromog und Ausdünstungen von Lösungsmitteln etc. Matratze, Kopfkissen, Zudecke, Bettwäsche und Bettgestell – Qualität und Zustand der Bettausrüstung tragen auch zur Nachtruhe und Erholung des Körpers bei. Das Angebot an Materialien und Produkten ist groß: hier gelten keine dogmatischen Pauschalregeln, jeder muss für seine individuellen Bedürfnisse das Passende suchen.

Nun stimmt auch die Qualität des Betts, aber die Symptome zeigen sich hartnäckig?

Dann kann es sein, dass das Bett in einer so genannten „geopathogenen Zone“, d.h. an einem krankmachenden Platz steht.

### Das Phänomen Erdstrahlen

Unser Planet ist ein „strahlendes Wesen“, weist eine Vielfalt natürlicher Strahlungsarten auf, inklusive elektromagnetische Felder und schwache Radioaktivität. Und es wird angenommen, dass eine Handvoll davon – die so genannten „Erdstrahlen“ – dem Menschen den Schlaf und die Gesundheit rauben.

1954 stellte Ernst Hartmann eine Theorie auf, wonach die Erde von einem Gitter elektrisch strahlender Reizstreifen (Hartmann-Linien) überzogen ist. Diese Theorie ist allerdings bis heute nicht wissenschaftlich bewiesen und wird deshalb von Geophysikern und Medizinern nicht berücksichtigt. Im Bestreben, gesundheitsschädliche Erdstrahlen nachzuweisen und zu erforschen, werden bis heute neben dem hypothetischen Globalgitternetz nach Hartmann das diagonale

## Gutes Schlafen ist so gut wie gutes Essen.

(Deutsches Sprichwort)

Curry-Gitter (1952 postuliert), das Benker-Kubensystem (1953) und das 10-Meter-Gitter angeführt – alle ebenfalls ohne schlüssigen Nachweis. An den Kreuzungspunkten dieser Gitter und erst recht dort, wo verschiedene Gitterarten aufeinander treffen, soll die Abstrahlung besonders hoch und gesundheitlich belastend sein.

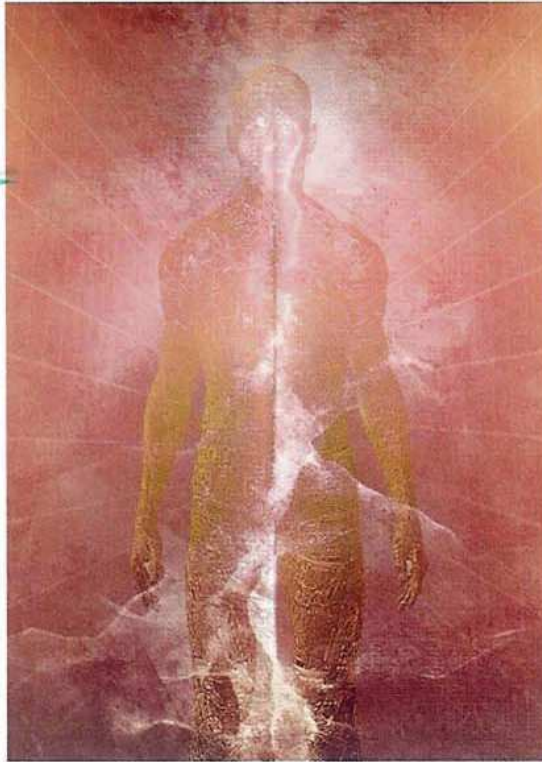
Ob man nun an die Existenz dieser Gitterlinien glaubt oder nicht, ein altbekanntes Phänomen verdient auf jeden Fall Beachtung bei der Suche nach dem ungestörten Schlafplatz, nämlich der negative Einfluss unterirdischer Wasserläufe auf Mensch, Tier- und Pflanzenwelt.

### Die moderne Radiästhesie und Baubiologie

Die natürliche Umwelt zeigt diese Störzonen manchmal, aber nicht immer offensichtlich an, etwa durch Verformungen der Vegetation. Seit jeher spüren feinfühligere Menschen die Wirkung von unterirdischen Wasseradern, Gesteinsbrüchen etc. am eigenen Leib und zeigen sie mithilfe der so genannten Wünschelrute an. Die Kunst des Rutengehens – heute Radiästhesie genannt – ist erlernbar; die Rutengänger des 21. Jahrhunderts gebrauchen allerdings Hi-Tec-Ruten aus Kunststoff und Metall und bezeichnen sich als Radiästhet oder Geobiologe und, wenn sie im Bereich der Grundstücks- und Gebäudesanierung beratend tätig sind, als Baubiologe.

Schon 1929/1930 stellte der Naturforscher Gustav Freiherr von Pohl einen Zusammenhang zwischen Wasseradern und Krebserkrankungen fest. Heutige Radiästheten bzw. Geobiologen stimmen darin überein, dass Wasseradern, Gesteinsverwerfungen etc. die Gesundheit beeinträchtigen können. Das Wohnen in einer geopathogenen Zone könne zwar *nicht als Ursache* von Krankheiten, aber doch als möglicher auslösender Faktor gelten.

Aus diesem Grunde ist es generell zur Vorbeugung und zum Schutz wichtig, egal wo man wohnt, die körpereigene Vitalenergie (Prana, Chi) zu pflegen und auf



möglichst hohem Level zu erhalten durch eine individuell passende Ernährung, Atemübungen, energetisierende Bewegung (z.B. Sonnengruß, Tai Chi, Fünf Tibeter) und Meditation.

### Störzonen vermeiden und neutralisieren

Bei Verdacht auf eine geopathogene Zone (welchen Ursprungs auch immer) wird empfohlen, zumindest das Bett (in dem man immerhin täglich 7 bis 8 Stunden liegt) umzustellen. Das allein bringt in 70-80 % der Fälle Linderung, sogar Heilung der Beschwerden. 1990 führte der Mediziner Dr. Rudolf Keßler zusammen mit dem Geobiologen Andreas Kopschina eine Studie an 48 chronisch kranken Menschen durch, die weder auf schulmedizinische noch auf naturheilkundliche Therapien ansprechen. Nach „Sanierung des Schlafplatzes“ war die Therapieresistenz bei allen Patienten behoben, 35 Patienten waren sogar völlig beschwerdefrei. Diese Studie wurde 1992 mit dem Forschungspreis der Stiftung deutscher Heilpraktiker prämiert.

Mit Hilfe eines Radiästheten, der mit Rute, Elektrosmog-Messer und ggf. Pendel

die Wohnung auf Strahlungsbelastung untersucht, gelingt die Suche nach dem „guten Platz“ (Käthe Bachler) fürs Bett sicher.

Ein Unikum unter den deutschen Radiästheten ist Baubiologe Dipl. Ing. Helmut Geppert: Aufgrund seiner telepathischen Begabung ist es für ihn nicht nötig, die betreffende Wohnung zu begehen. Ein Grundriss mit eingezeichneten Bettplätzen genügt, und er erfasst telepathisch an seinem Schreibtisch etwaige Störquellen (Strom-, Funkmasten, Gitterlinien, Wasserauern). „Als telepathischer Radiästhet mit übersinnlichen Fähigkeiten und geistiger Heiler“, so Geppert, „konnte ich bereits mehrfach meine Begabung auf internationalen Kongressen unter Beweis stellen. Vielen Menschen konnte ich bei ihren körperlichen Problemen spontan helfen.“

Nicht immer ist es möglich, durch Umstellen des Schlafplatzes auf einen störungsfreien Platz auszuweichen. Da bleiben einem als Ausweg a) die Abschirmung des Schlafplatzes oder b) die Neutralisierung der Erdstrahlen. Auch in diesem Fall kann Baubiologe Geppert mit seinen außerordentlichen Fähigkeiten als Geistiger Heiler (DGH) helfen, indem er Heilerenergie sendet und damit die Strahlenbelastung neutralisiert. Ferner setzt er auch Kristalle als Träger dieser Heilerenergie ein. Diese Kristalle können einerseits als Schmuck getragen werden, andererseits sollen sie, pyramidenartig gestaltet, als TerraMiden-Raumschmuck® die Wohnung zur „strahlenfreien Zone“ machen.

Inge Hasswani

**Adresse:** Dipl. Ing. Helmut Geppert  
Niederfeld 8, D-52382 Niederzier-Krauthausen,  
Tel. 02428/801 29-80, Fax -81.  
Mail: [info@baubiologie-geppert.de](mailto:info@baubiologie-geppert.de)