

Holistische gezondheid tips omtrent COVID-19 met Norm Shealy

Video transcriptie - *New Thinking Allowed* met Jeffrey Mishlove
www.newthinkingallowed.org

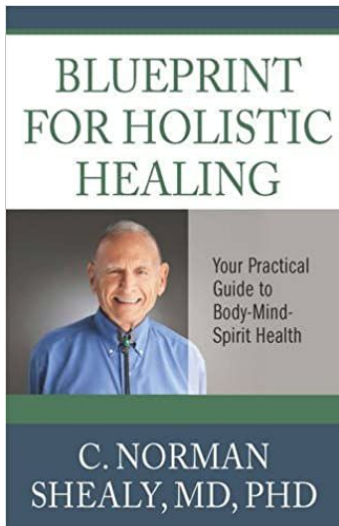


Opgenomen op 12 Maart 2020

Op you tube uitgebracht de 15de April 2020

Copyright © 2020, New Thinking Allowed Foundation

(0:00:28) **JM**: Hello en welkom. Ik ben Jeffrey Mishlove. Vandaag gaan we naar holistische gezondheidsremedies kijken met betrekking tot het coronavirus. Mijn gast vandaag is mijn goede vriend Dr. Norman Shealy, voorzitter van de Shealy-Sorin Wellness center in Springfield, Missouri. Hij heeft 15 patenten in energetische geneeskunde, heeft 36 boeken geschreven, en meer dan 350 artikels uitgebracht. Dr. Shealy is op zijn 87 ste nog steeds actief in klinisch werk, onderzoek, publiceren, onderwijs en als spreker. Tussen de vele boeken die hij uitbracht vinden we : Blueprint for Holistic Healing, Conversations with G, Energy Medicine, The Illustrated Encyclopedia of Healing Remedies, life beyond 100, Living Bliss, Medical Intuition, Miracles do happen, Pony wisdom for the Soul, en Sacred Healing. Dit is een internet interview en ik schakel nu naar de internet video. Nog voor ik dit doe, wil ik nog even aanhalen dat als u het eerste interview met Dr. Shealy, dat een paar weken terug uitgebracht werd, nog niet gezien hebt over energetische medicijnen, ik u dat ten zeerste aanraad. U ziet hier rechtsboven een link verschijnen dat u er direct naartoe zal brengen. Ik schakel nu over naar het internet video.



(0:02:04) **JM**: Welkom, Norm, zo fijn om hier weer samen met u te zijn.

(0:02:08) **NS**: Inderdaad, hetzelfde voor mij.

(0:02:11) **JM**: Weet je, we hebben al een interview gehad waarin we toch bijna alle facetten van uw activiteiten hebben besproken, maar door de schrik omtrent het coronavirus dat zich over het land verspreid en dat de beurzen duizenden punten gezakt zijn, laten we het hebben over wat mensen vandaag kunnen doen om deze angstwekkende virus aan te pakken want het lijkt alsof de regering niet echt voorbereid is om of mensen te testen of ze te kunnen behandelen. Mensen staan er nu alleen voor.

(0:02:45) **NS**: Weet je, we hebben er altijd alleen voorgestaan als als het op onze gezondheid aankomt. Als we niet voor onszelf zorgen, wie zou het dan doen? Nu doorgaans, in geval van acute ziekte, is de

medische situatie op dit moment zeer goed. Maar, wanneer er paniek heerst, kan het ons niet bereiken.

(0:03:04) **JM:** En mensen zijn nu aan het panikeren. Het basketbal seizoen is afgelast. Het baseball seizoen is uitgesteld, de gouverneur van California heeft aangekondigd dat er geen bijeenkomsten mogen plaatshebben met meer dan 500 mensen.

(0:03:19) **NS:** Deze week heeft de gouverneur van Connecticut laten weten dat alle lessen aan de universiteit via het net gegeven moeten worden. Ik was veronderstelt er binnen twee weken naar toe te gaan om er aan de Graduate institute te spreken, maar dat zal dus online moeten gaan.

(0:03:32) **JM:** Natuurlijk, dat lijkt een oplossing. Mensen zouden, of kunnen thuis blijven en gebruik maken van elektronische communicatie in plaats van fysiek samen te komen. Ik hoorde dat een van de richtlijnen nu is om anderhalve meter van elkaar te blijven.

(0:03:50) **NS:** Wat mij betreft zou je nergens dichtbij iemand moeten zijn als je ze op dit moment niet kent. Anderzijds, ik denk dat het ook belangrijk is om niet te panikeren en dat er bepaalde essentiële zaken zijn die we dagelijks in ons leven kunnen doen los van de paniek die er nu heerst.

(0:04:09) **JM:** Zoals?

(0:04:11) **NS:** Eerst en vooral, loskoppelen van wat we niet kunnen veranderen. Speel vooral niet steeds hetzelfde liedje van paniek, paniek, paniek ... dat is totaal nutteloos. Weet je, ik ben sinds ik vier jaar oud ben niet meer schrik van de dood. Mijn grootmoeder protesteerde. Ik zei haar, maak u geen zorgen grootmoeder, als je gaat sterven, dan ga je sterven. Dus, ik heb geen schrik om dood te gaan nu of ooit en ik ga er me dus ook echt niet op focussen. Maar ik sta er wel op om goed gezondheid gewoontes te hebben en bovenaan de lijst staat om tussen de 7 of 8 uur slaap te hebben per nacht. Mensen die 6 uur of minder slapen functioneren op het zelfde niveau dan licht dronken te zijn en er zijn dus ook meer auto-ongelukken veroorzaakt aan een tekort aan slaap dan dat er aan alcohol gerelateerd zijn.

(0:05:00) **JM:** Zeer interessant. En ik veronderstel dat mensen die overwerkt zijn ook zeer kwetsbaar zijn.

(0:05:08) **NS:** Zeer zeker. Mensen, en zeker de mensen die dubbele shifts of meerdere shifts hebben, lopen een veel groter risico omdat het gewoon niet normaal is. Maar voor de gewone persoon, is het uiterst belangrijk naar bed te gaan 8 uur, op zijn minst 8 uur, voor je er 's morgens weer uit moet. Nu, ik denk 7 tot 9 uur is ideaal, maar je moet erop voorbereid zijn.

(0:05:35) **JM:** Wat als er nu iemand een verkoudheid krijgt, of ze verdenken het virus te hebben?

(0:05:42) **NS:** Dat is zeer belangrijk. De voorbije 12 jaar heb ik geen enkele virus infectie opgelopen. Vroeger liep ik er 1 of zelfs 2 op per jaar. Sinds ik wekelijks 50,000 eenheden vitamine D3 neem en als ik voel dat er iets komt aankloppen, zoals een virus, neem ik drie dagen aan een stuk 150,000 eenheden van die vitamine D3. Elke keer, en dat ongeveer 3 keer de laatste 12 jaar dat het zich voordeed, werd het virus overwonnen. Mocht het niet gewerkt hebben, dan zou ik doen wat ik in de kliniek doe en mezelf intraveneus 50 gram vitamine C geven in een Myers cocktail.

(0:06:23) **JM:** 50 gram, dat is 50,000 milligrammen niet?

(0:06:28) **NS:** Dat is correct. En daarbij komen ook al de B complex, magnesium and calcium en het werkt prachtig. Ik heb het zelfs gebruikt om kanker, infecties en de ziekte van Lyme mee te behandelen.

(0:06:42) **JM:** De meeste mensen kunnen zich wel geen intraveneuze injectie geven.

(0:06:47) **NS:** Inderdaad. Mijn suggestie is dan ook om op voorhand een holistische arts te vinden zodat je weet waar je dat kunt laten doen mocht je het nodig hebben. Het is zonder twijfel dat dit de voorkeur behandeling is eens je besmet bent. Boven op de D3 die ik gans de tijd neem, op z'n minst elke week, heb je ook vitamine C nodig. Elke dag heb je ook uw B-complex nodig, je hebt antioxidanten elke dag van je leven nodig. De gemiddelde Amerikaan krijgt ongeveer 2000 ORAC's (Oxygen Radical Absorbance Capacity) per dag binnen, terwijl we er 8000 of zelfs meer per dag moeten krijgen. Dat zijn de antioxidant eenheden. En ik laat ook weten dat frieten en ketchup geen groenten zijn.

(0:07:43) **JM:** Dus je spreekt ook van een gezond dieet.

(0:07:46) **NS:** Inderdaad. Ik herhaal, 80% van het voedsel dat in dit land gegeten wordt is junk food. Voor mij zijn alle fast-food restaurants junk food restaurants omdat ze in alles monosodium glutamate steken. Ik zou zelfs geen koffie drinken in zo'n restaurant omdat ik verdenk dat ze het bepoederen met monosodium glutamate wat uiterst toxisch is voor uw hersenen. In de supermarkten is minstens 60% van wat je in de voornaamste rekken kunt krijgen ook junk. Als het in een droge verpakking is, kun je er vanuit gaan dat het junk is.

(0:08:18) **JM:** Nu spreek je over vers eten, vers fruit en groenten

(0:08:23) **NS:** Inderdaad, en vlees en melk producten.

(0:08:27) **JM:** Hoe het er vandaag uitziet, hebben mensen schrik om te gaan winkelen uit schrik om besmet te worden.

(0:08:33) **NS:** Akkoord, maar er is uiteraard een alternatief. Ik drink elke dag een ontbijt slush, daarin zit het equivalent van 20 porties fruit en groenten. Er zijn verschillende manieren om dit te doen. Er is zoiets als ORAC Rich Greens. Een lepel heeft het equivalent van 10,000 ORAC's of tien porties van vers groenten en fruit. Ik heb een ander poeder drank dat ook 5000 eenheden heeft en ik neem Moringa en dat heeft ook 5000 ORAC, dus ik start mijn dag met 20,000 eenheden.

(0:09:19) **JM:** ORAC zijn antioxidanten ...

(0:09:22) **NS:** Ja, en daarbij neem ik ook whey proteïne en gedroogde eiwit proteïne zodat ik mijn dag start met 80 gram proteïnes en al die ORAC's

(0:09:39) **JM:** Laten we het nog eens hebben over die injectie dat je uzelf geeft, wat ...

(0:09:45) **NS:** Ja, het bestaat al lang. Ik heb het voor het eerst in 1979 geleerd. Het was de eerste kanker patient dat ik behandelde met een IV vitamine C en een Meyers cocktail. Die man had een kanker gezwel aan de blaas zo groot als een appelsien. Ik gaf hem dat 5 dagen per week gedurende twee weken en de kaker was verdwenen, helemaal. Ik heb veel mensen met kanker en chronische ziektes behandelt op deze manier. In zijn geval gaf ik hem 100 gram per dag terwijl ik de doorsnee mens iets tussen de 50 a 75 gram geef. En ik geef het graag twee a drie keer per week aan mensen die een serieuze aandoening hebben zoals een acute of chronische ziekte.

(0:10:29) **JM:** Zeg je dat een behandeling dat voor een kanker werkt ook toepasbaar is voor het behandelen van een virus?

(0:10:35) **NS:** Oh ja, absoluut, het is zeer bevorderlijk, sneller zelfs voor een virus dan met kanker. En er zijn bewijzen die gepubliceerd zijn in artikels die uit China afkomstig zijn, die zeggen dat ze vitamine C intraveneus gebruikt hebben om het te genezen.

(0:10:50) **JM:** Ik versta het, weet je in de geschiedenis, voor dat er antibiotica waren, werden natuurlijke middelen gebruikt om zowel bacterie en virussen te behandelen.

(0:11:03) **NS:** Dat is correct

(0:11:05) **JM:** Maar ik veronderstel dat we dezer dagen niet noodzakelijk afhankelijk zijn van eeuwenoude behandelingen.

(0:11:14) **NS:** Nee, dat moeten we niet. Een andere oude behandeling is ozon. We werken veel met ozon therapieën. Je kunt dat ook nasaal toepassen, in de oren, of je kan het IV doen. En voor meer serieuze zaken, zoals kanker of de ziekte van Lyme, zou ik ozon ook IV geven.

(0:11:36) **JM:** En hoe geraakt een doorsnee mens aan ozon?

(0:11:39) **NS:** Je moet er naar een kliniek voor gaan waar mensen weten wat ze doen. Uw gebruikelijke dokter weet niet wat het is, laat staan hoe het te gebruiken, maar de holistisch geörienteerde arts, zal er op de hoogte van zijn.

(0:11:58) **JM:** Omdat het nogal duidelijk is dat conventionele geneeskunde geen vaccin zal kunnen produceren de komende 12 á 18 maanden op z'n vroegst en dat ze niet echt een ander behandeling hebben dan mensen aan beademingstoestellen te plaatsen, lijkt het me dat er een grote vraag zal zijn aan alternatieve praktijken.

(0:12:20) **NS:** Inderdaad. In feite, ik heb mensen al geadviseerd. Ik bedoel, ik krijg emails en telefoon van mensen van over gans het land en ik zeg hen, kijk op het internet. Zoek naar holistische artsen. Ik ben niet tegen alternatieve naturopaten, zeker niet, maar dat is hun vakgebied niet. Wel die van artsen.

(0:12:44) **JM:** Er is ook de kwestie van de diagnostiek. Het lijkt dat als de test kits voor het corona virus traag zijn en nog verdeeld worden. Ik heb onlangs gehoord dat als je ziek wordt van het virus je een droge hoest krijgt en dat er dus weinig fluïmen aanwezig zijn.

(0:13:07) **NS:** Dat is correct. En ik herhaal, als je ziek bent ga zo snel mogelijk, best ten laatste de dag erna, zou het goed zijn om te weten waar je IV vitamine C en ozone kunt krijgen.

(0:13:23) **JM:** Dus het zou goed zijn voor de mensen om een holistische arts te vinden omdat de klassieke medisch systeem zal hoogst waarschijnlijk niet in staat zijn om de zeer hoge aantal gevallen dat ze verwachten te kunnen behandelen.

(0:13:38) **NS:** In feite, persoonlijk zou ik niet graag naar een ziekenhuis gaan als dit endemisch wordt. Dan zou het zelfs gevaarlijk zijn om in een operatiekamer te zijn.

(0:13:47) **JM:** Ja , inderdaad. Maar hetzelfde gevaar kun je toch ook lopen in de wachtkamer van een holistische arts.

(0:13:55) **NS:** Absoluut, dat is zeker waar. Maar we zijn klaar om het aan te gaan, als we het kunnen.

(0:14:04) **JM:** Ik las ook iets anders dat een goede test leek te zijn. Als je vermoed dat je het coronavirus hebt, dat je diep moet ademen en zien of je uw adem meer dan 10 seconden kunt inhouden, omdat ze zeggen dat je door de infectie veel kleine vezels in de longen krijgt en dat je uw adem geen 10 seconden kunt houden.

(0:14:27) **NS:** Zeer goed idee. Ik bedoel, ik kan mijn adem bijna een minuut inhouden.

(0:14:34) **JM:** Dus dat zou een duidelijk teken zijn, als iemand bezorgd is en zijn adem niet meer dan 10 seconden kan inhouden, dan zijn ze waarschijnlijk geïnfecteerd.

(0:14:45) **NS:** Dat is correct, het is mogelijk of ze hebben een chronisch longaandoening.

(0:14:49) **JM:** Ja, hoe dan ook hebben ze een behandeling nodig.

(0:14:52) **NS:** Inderdaad.

(0:14:53) **JM:** Iets anders dat ik gehoord heb, Norm, is dat veel mensen die hier aan lijden aan ademhalingsstoestellen worden geplaatst en ik heb begrepen dat er zowat 65,000 toestellen zijn in de Verenigde Staten, maar dat er miljoenen mensen geïnfecteerd kunnen worden en dat er dus een tekort aan die toestellen zal zijn.

(0:15:14) **NS:** Absoluut, dat is zeer duidelijk. En spijtig genoeg, kan er ook een tekort komen aan intraveneuze supplementen, als je wil, omdat je weet dat we deze niet maandenlang op voorraad in voorraad kunnen hebben, enkel maar een paar weken. We moeten ze een of twee keer per maand bestellen.

(0:15:31) **JM:** Ik snap het, en zijn er plaatsen waar je uw voorraad vandaan haalt die misschien die de grote vraag niet zullen kunnen beantwoorden?

(0:15:39) **NS:** Inderdaad.

(0:15:40) **JM:** Wel, zijn er andere richtlijnen dat je zou kunnen aanbevelen?

(0:15:45) **NS:** Ja natuurlijk. Wanneer het mogelijk is, ga naar buiten in de zon. Weet je, het is lente of toch bijna, en de laatste weekends hadden we dit aangenaam weer, dan ga ik naar buiten en doe ik mijn hemd uit en dan zit ik in de zon twintig of dertig minuten. Dat is een uitstekende hulpmiddel. Daarbij natuurlijk, kun je fysieke oefeningen doen. Zoals je weet, ik hou van sporten. Ik sta 's morgens op en nadat ik de honden eten heb gegeven en een paar andere zaken heb gedaan, sport ik gedurende twee uur. Van die twee uur zweet ik gedurende 40 minuten, maar belangrijk is dat ik gedurende 2 uur beweeg. Je wordt ziek als je niet gedurende 40 minuten per dag gedurende een week beweegt. Los van het coronavirus, maar je zult niet gezond zijn. 10% van de Amerikanen beweegt genoeg, dat betekent dat 90% niet genoeg beweegt.

(0:16:15) **JM:** Iets anders dat ik heb gelezen is dat de kans, de waarschijnlijkheid, dat een iemand serieus ziek kan worden of zelfs kan sterven door het virus veel groter is als die persoon al een of meerder medische aandoening zou hebben.

(0:17:05) **NS:** Zeer zeker

(0:17:06) **JM:** Je weet dat een groot aantal van onze kijkers één of meerdere aandoeningen zou kunnen hebben, of zoals jij en ik, die al voorbij de 70 zijn en dus veel gevoeliger hiervoor zullen zijn.

(0:17:20) **NS:** Geen twijfel aan. Vergeet niet dat 40% van de volwassenen in dit land een hoge bloeddruk hebben en daar ook medicijnen voor nemen. Weet je dat mensen met een normale bloeddruk die 3 medicijnen innemen maar 45% kans hebben op het controleren van die hoge bloeddruk, en bijna 100% kans dat het vermoeidheid en ook erectie problemen zal veroorzaken. Ik kan mijn bloeddruk voor de volle 100% controleren zonder medicatie.

(0:17:49) **JM:** Hoe doe je dat?

(0:17:52) **NS:** Het is zeer simpel. Eerst biedt je ze autogenic training aan. Als mensen dat twee keer per dag gedurende drie maanden toepassen zal dat al 80% de kans om hoge bloeddrukweg nemen. Als ze dat niet willen doen, of als ze er op staan te wachten, kunnen we iets dat NitroExtreme toepassen. Nitro Extreme is een sterke concentratie van noni, uiterst veilig. Als je dat neemt kunnen 70% van de mensen hun hoge bloeddruk onder controle krijgen met 30 druppels per dag.

(0:18:29) **JM:** Wat is noni?

(0:18:31) **NS:** Noni is een fruit, een tropisch fruit. Het is een klein flesje, zo groot en je kan er een maand mee doen, Nitro Extreme

(0:18:43) **JM:** Het lijkt me dat door het virus mensen uiteindelijk gedreven zullen worden om wat sommige een hoog welzijns niveau zullen moeten behalen

(0:18:57) **NS:** Ja, welk excuus dan ook is de moeite voor mij als het de gewoontes en gezondheid kan verbeteren

(0:19:06) **JM:** Waarschijnlijk omdat veel mensen gebrekkig door het leven gaan, een laissez-faire hebben, wat betreft in goede conditie te blijven. Maar nu is het hoog dringend dat mensen dit gaan beginnen doen.

(0:19:20) **NS:** Laten we het over de meest voorkomende problemen hebben, zwaarlijvigheid. Meer dan 68% van de Amerikanen kamt met obesitas. En 35% zijn gewoon te vet. Hoe hoger uw BMI boven de 24, hoe groter het risico bestaat voor eender welke ziekte, en ook de dood.

(0:19:45) **JM:** Als mensen dus door deze situatie willen raken, zeker oudere mensen, en mensen met bestaande aandoeningen, kunnen ze dat door voor zichzelf te zorgen door de extra stappen zelfs in handen te nemen en dus fit te worden.

(0:20:02) **NS:** Ja, absoluut, en vooral vermijd suiker, tarwe en rijst. Witte rijst is even slecht als suiker.

(0:20:14) **JM:** Ik had er geen idee van, ik dacht dat rijst gezond was.

(0:20:18) **NS:** Neen, bruine rijst is het een beetje. De enige gezonde rijst is de paarse of zwarte rijst.

(0:20:23) **JM:** Norm, Nu ik eraan denk, ik herinner me jaren geleden, heb je me een geschenk opgestuurd voor kerstmis, het was een groot stuk kaas. Ik was dan op een holistische gezondheidsbeurs en ik vertelde het aan iemand en die waren verontwaardigd. Ze zeiden kaas is het slechts denkbaar voedsel; het zit vol vet.

(0:20:44) **NS:** Wel, deze mensen zijn stom, onwetend en ongeschoold. Ik eet nog steeds die Gubbisberg Zwitserse kaas. In feit, gisterenavond heb ik nog kaassoep gegeten.

(0:21:03) **JM:** Dus, met andere woorden, beveel je mensen aan om koolhydraten te vermijden , maar zaken zoals vet zijn aanvaardbaar.

(0:21:12) **NS:** Absoluut, eieren zijn fantastisch

(0:21:15) **JM:** Ik ben nu op een laag glycemisch dieet and de basis regel is om wit voedsel te vermijden.

(0:21:22) **NS:** Ik denk dat het klopt, ik denk niet dat ... volle yoghurt is wel ok

(0:21: 29) **JM:** Maar ze hebben het over zetmeel, denk ik

(0:21:33) **NS:** inderdaad

(0:21:34) **JM:** dit is eigenlijk een opportuniteit voor mensen om aandacht te besteden aan hun fysieke en mentaal welzijn

(0:21:40) **NS:** Ik hoop dat het iets goeds is wat hieruit zal komen. Met andere woorden, nu is de tijd om het zo te zeggen, en wacht niet langer om voor uzelf te beginnen zorgen.

(0:21:52) **JM:** Dus, als iemand vermoedt dat er in zijn omgeving een situatie is of symptomen heeft, misschien kunnen ze beginnen met eerst binnenin te kijken en een eerste diagnose te stellen voor zichzelf. Zijn er bepaalde methodes dat je zou aanraden?

(0:21:52) **NS:** Een van mijn favoriete methodes is een snelle detox kuur met castor olie (wonderolie). Nadat je een bad hebt genomen, droog jezelf af en smeer je volledig in vanaf je nek tot aan je enkels, doe dan een trainingspak aan en ga dan slapen. Castor olie zal door het lichaam opgenomen worden en reinigt het lymfe systeem en zuivert het lichaam.

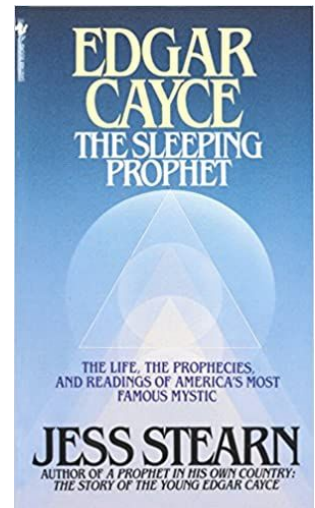
(0:22:40) **JM:** Dat werd ook al door Edgar Cayce aangeraden.

(0:22:49) **NS:** Ik ben begonnen met castor olie packs op mijn buik en het is dan geëvolueerd tot zelfs het nemen van castor olie baden. Het is wat plakkerig allemaal en je moet voorzichtig zijn om niet uit te glijden en je nek te breken door zo'n bad te nemen. Daarom ben ik overgegaan tot die warme olie pakken.

(0:23:04) **JM:** Dus je veegt het over gans uw lichaam en doet daar dan een trainingspak over

(0:23:10) **NS:** Ja, en dan slaap ik erin. En 's morgens hoef je zelfs geen douche meer te nemen omdat je lichaam het allemaal heeft geabsorbeerd.

(0:23:21) **JM:** Met andere woorden, er zijn zeer veel zaken dat mensen kunnen doen voor zichzelf zelfs als je geen holistische arts hebt, castor olie is meestal voorradig.



(0:23:30) **NS:** Absoluut. Er is nog iets anders dat ik denk dat mensen zouden moeten doen, zeker als ze geen toegang hebben tot een holistische arts for de IV vitamine C, oplosbaar vitamine C Liposomal. De darmen verdragen twee keer zoveel vitamine C Liposomal opgelost in vet dan als het in water opgelost is. Dus koop uzelf een grote fles liposomal vitamine C en hou het op een frisse plek. Meeste mensen kunnen een minimum aan 5 á 6000 milligram verdragen door de mond waar andere al last hebben van diaree bij 3 á 4000 milligram, maar sommigen gaan tot 10,000 als het in vet opgelost is.

(0:24:16) **JM:** Vitamine C is al lang door velen aanbevolen, zelfs door Linus Pauling als een middel tegen verkoudheden.

A NOBEL PRIZE-WINNING SCIENTIST
TELLS HOW YOU MAY AVOID COLDS
AND IMPROVE YOUR HEALTH

Vitamin C and the Common Cold

Linus Pauling

(0:24:24) **NS** : Inderdaad. En hij is de enige persoon die ik ken in de geschiedenis die 25 gram vitamine C nam en daar ok mee was. Mijn maag verdraagt 5000 milligram oraal genomen, maar daarboven krijg ik diaree.

(0:24:41) **JM**: Zijn er nog andere remedies dat te vinden zijn bij de klassieke apotheker dat je zou kunnen aanraden?

(0:24:51) **NS**: Bergamot Olie is fantastisch om te ontspannen. Het is wat er in Earl grey thee zit, maar de olie geeft een gevoel " ah wat dan ook " Ik heb altijd een flesje op mijn bureau voor wanneer een patiënt wat overstuurd is, het is een fijne manier om te ontkoppelen.

(0:25:20) **JM**: Is er nog wat anders waar je aan denkt?

(0:25:23) **NS**: Als je die verhoogde dosis vitamine C neemt, dan moet je ook extra B6 nemen. En ik hou van ze allemaal, B1, B2, B3, B6. B6 is essentieel als je extra vitamine C neemt. Je krijgt ook nierstenen als je niet genoeg B6 neemt. En uiteraard heb je ook magnesium nodig.

(0:25:43) **JM**: Is dit allemaal te vinden in gewone winkels?

(0:25:47) **NS**: Op sommige plekken wel zeker apothekers. Dat is een ander van mijn gepatenteerde intuïtieve ideeën omdat het DHEA doet stijgen, de anti stress hormoon.

(0:26:00) **JM**: Als ik mag, ik ben een nieuw supplement beginnen nemen, benieuwd of je dit kent, het is C60 genaamd.

(0:26:08) **NS**: Ja die ken ik, carbon 60, Bucky...

(0:26:15) **JM**: Buckyballs, ja.

(0:26:17) **NS** : Dat is het, ik denk dat die goed zijn, ik ben er niet zeker van. Het is veilig en het is goed.

(0:26:25) **JM**: Het wordt gezegd dat Bucky Fuller zelf dacht dat het zeer goed zou zijn voor mensen en de plaats waar ik het vandaan haal hebben hun eigen manier om het klaar te maken en ze zeggen dat het het sterkst antioxidant is dat ze kennen.

(0:26:41) **NS**: Ik heb ervan gehoord en het is er eentje waar ik in geloof. Ik zal het aanhalen. Wat mensen ook kunnen doen als ze al angstig of depressief zijn is fire Bliss en Air Bliss dagelijks nemen. 70 TO 80% van de mensen met depressies of angstaanvallen kunnen dat onder controle krijgen door het

toebrengen van deze essentiële oliën op specifieke accupunctuur punten. Dus nu is het uur, raak er van af voor je het nodig hebt.

(0:27:17) **JM:** Dus dat zijn oliën die op uw website te vinden zijn. ?

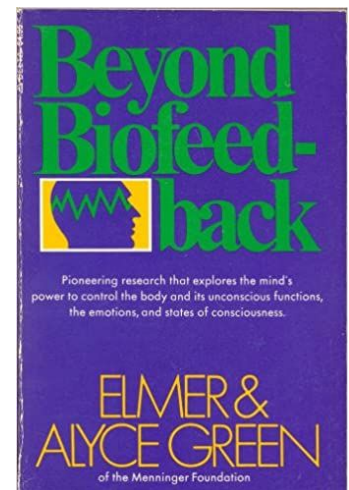
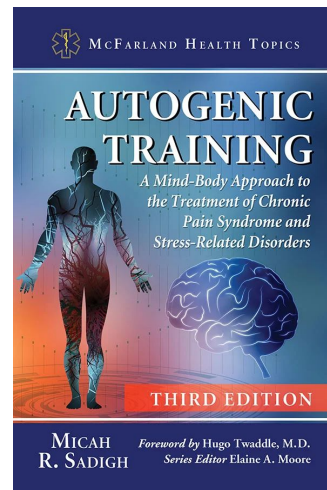
(0:27:20) **NS:** Inderdaad.

(0:27:22) **JM:** Inderdaad Norm, het lijkt erop dat depressie een reëel probleem is nu omdat veel zaken moeten sluiten, de beurzen storten in, sport evenementen worden afgelast. Ik kan me de sociale dislocatie inbeelden, mensen gaan schrik hebben om naar het werk te gaan om ook besmet te worden. Dus het emotioneel aspect zal zeer belangrijk worden.

(0:27:53) **NS:** Inderdaad, autogenic training, Fire Bliss, Air Bliss zijn de grootste hulpmiddelen om gezond te blijven.

(0:28:01) **JM:** Laten we het ene over autogenic training hebben omdat ik weet wat het is, maar de meeste kijkers zullen dat niet kennen.

(0:28:07) **NS:** Autogenic training is in 1912 uitgevonden door een Duitse psychiater, Johannes H. Schultz. Ik heb er in 1972 over gehoord. En wat boeiend is ; het was de foundation voor Elmer Green in developing temperature biofeedback. Autogenic training is een techniek van zelf hypnose. De persoon zegt tegen zijn geest, of is ertoe gegidst: " mijn armen en benen zijn zwaar en warm, mijn hartslag is kalm en standvastig, mijn ademhaling is vrij en makkelijk, mijn buik is warm, mijn voorhoofd koel, mijn geest is stil en rustig. Ik ben vredig" Je moet elke zin ongeveer 20 keer traag herhalen, in coördinatie met je ademhaling. Mensen kunnen de mp3 vrij krijgen op mijn website.



(0:29:21) **JM:** Dit zijn allemaal goede suggesties en ik veronderstel dat iedereen natuurlijk ook regelmatig zijn handen wast, raak uw gezicht niet aan en kuis oppervlaktes.

(0:29:37) **NS:** Ik wil nog iets anders aanhalen. Een van mijn vrienden vertelde me erover en dat is om wc papier te bestellen ,ik heb een voorrad voor een jaar besteld. Je weet maar nooit.

(0:29:45) **JM:** Ja, er was een massa toeloop voor wc papier. Ik moest drie keer terug naar Costco om het te kunnen bemachtigen, de twee eerste keren was ze uitverkocht.

(0:29:55) **NS:** Ja, daarom heb ik dat van mij besteld, ik heb het veilig opgeborgen in geval van nood. Ik heb ook ontsmettingsalcohol besteld, je weet maar nooit.

(0:30:07) **JM:** Juist. Wat doe je met die ontsmettingsalcohol? Oppervlakte ontsmetten?

(0:30:10) **NS:** Ja en zelfs je handen soms als je geen snel toegang hebt tot zeep en water.

(0:30:15) **JM:** Dus een goede voorraad ontsmettingsalcohol om te ontsmetten.

(0:30:23) **NS:** Inderdaad.

(0:30:24) **JM:** Wel Norm, nogmaals, erg bedankt om al deze ideeën te delen met ons. Ik denk dat nog meer dan ooit tevoren deze zeer belangrijk zullen zijn voor de mensen omdat al onze conventionele systemen om deze situatie aan te pakken lijken dit niet te kunnen.

(0:30:30) **NS:** Volledig mee akkoord Jeff, en ik ben zeer blij dat je dit ter attentie brengt van de kijkers

(0:30:40) **JM:** Bedankt om hier te zijn, Norm en ik kijk uit naar onze volgende conversaties.

(0:30:51) **NS:** Hetzelfde hier.

(Translated by: Dimitri Karakatsanis)

New Thinking Allowed Foundation



**Supporting Conversations on the Leading Edge of Knowledge and Discovery
with Psychologist Jeffrey Mishlove**

Visit our [YouTube Channel](#) for More Videos