

Haben Sie Probleme diese E-Mail korrekt zu sehen? Dann klicken Sie bitte [hier](#)

## Omkara - Verlag Im Zeichen der Göttin

Omkara und Sananda-Net News 9. Jahrgang Nr. 20 05 Sept. 2015

\*\*\*\*\*

Liebe Freundin, lieber Freund

Warum kompliziert - wenn es auch einfach geht ?!

warum teuer, wenn es auch fair gehandelt und preiswert geht ?!

Wozu ein Produktgeheimnis, wenn es auch selbstgemacht und selbstermächtigt geht ?!

Oft sind es die einfachsten und elementarsten Dinge im Leben, die wirklich von Bedeutung sind. Mit sauberem und natürlich reinem Wasser und einer natürlichen Ernährung ist unser Körper glücklich und heil.

Doch wie Menschen in den letzten 40 Jahren das Gleichgewicht der Erde manipuliert haben und das was uns heute als so genannte Lebensmittel verkauft wird, birgt in sich nur Probleme, macht unseren Körper langfristig krank und ist ein Nährboden für Ängste.

Und- es gibt meist einen Ausweg, eine Alternative.

Denn - die Natur hilft. Wir selbst können heil werden. Es sind oft die wesentlichen Dinge und meist auch recht einfache Dinge, die uns fehlen oder die Großes in uns bewirken können.

Magnesium in seiner natürlichen Form ist solch ein Segen. Das erfahren wir immer wieder in Ihren dankbaren Rückmeldungen.

Brigitte Hamann hat ein neues Buch über Magnesium geschrieben über den machtvollsten Heiler unter den Mineralstoffen, das wir Ihnen gerne vorstellen möchten. Magnesium-Öl !

Und: Wir bieten Ihnen wie gewohnt, faire Preise, top Qualität, einfach selbstgemacht - von Mensch zu Mensch - denn wie bemerkte Dr. Sircus so treffend. Ohne Magnesium gibt es kein Leben.

Viel Freude und Aha-Effekte beim Lesen wünschen wir.

Eva-Maria und Thomas Ammon

\*\*\*\*\*

Magnesium kann Ihr Leben verändern !



Über Magnesium zu schreiben ist eine Freude, denn es schenkt die Möglichkeit, einen Blick in das Wunder des Lebens zu werfen, sagt die Autorin Frau Hamann.

Das Schlüsselmineral ist an fast allen Vorgängen im Körper beteiligt. Ob Sie mehr Kraft, Energie, Vitalität oder gute Laune haben wollen, ob Sie an bestimmten Symptomen oder Erkrankungen leiden oder sich verjüngen und pflegen möchten - Magnesium wird Sie effektiv unterstützen. Beschwerden werden zumindest gelindert, oft geheilt.

Überall im menschlichen Körper wird Magnesium gebraucht, und ein Mangel hat auch überall im Körper gravierende Konsequenzen, die sich verstärken, je länger das Defizit anhält.

Erfahren Sie in diesem Buch:

- woher das Naturprodukt Magnesiumöl stammt, was es ist und wie Sie es anwenden können
- warum die Aufnahme von Magnesium als Magnesiumöl allen anderen Formen der Einnahme haushoch überlegen ist
- wie sich Magnesiumöl auf die Leistungsfähigkeit und Energiegewinnung in Ihren Zellen auswirkt und sie vor freien Radikalen schützt
- warum Sie für gesunde Knochen und Zähne nicht nur Kalzium, sondern unbedingt auch Magnesium brauchen
- wie Sie mit Magnesiumöl entsäuern und entschlacken können
- warum Ihr Immunsystem von Magnesiumöl profitiert
- warum Sie für die Verwertung der Vitamine C und D unbedingt Magnesium brauchen - und ebenso für Kalzium, Kalium, Kupfer und Zink
- wie Sie mit Magnesiumöl Schlafprobleme, Depressionen und Stress positiv beeinflussen können
- welche Rolle Magnesium bei der Behandlung von Diabetes, rheumatoider Arthritis, Arteriosklerose, Nieren- und Gallensteinen, Tinnitus und Entzündungen spielt
- wie Magnesium Ihr Herz und die Blutgefäße schützt

und vieles mehr ...

Erfahren Sie mehr über diese wohl effektivste Form, Ihrem Körper das »Licht des Lebens« zuzuführen. Brigitte Hamanns Neuerscheinung!

Buchvorstellung

" Magnesium Öl"

von Brigitte Hamann, 195 Seiten

nur 12,95 Euro

[bestellen im shop](#)



\*\*\*\*\*

Magnesium, das Licht des Lebens

~~~~~



Magnesium im Körper ist wie eine Lampe, es bringt Licht in die Zellen.

Dr. Sircus

Sind Sie schnell müde und erschöpft? Fühlen Sie sich oft angespannt, gereizt oder ängstlich? Kennen Sie Muskelkrämpfe, schlafen Sie schlecht oder machen Ihnen Herz und Kreislauf zu schaffen? Leiden Sie unter Osteoporose, schlechten Zähnen oder machen Ihnen die Folgen eines Knochenbruchs noch zu schaffen? Hätten Sie einfach generell gern mehr Energie und Lebensfreude? Dann denken Sie über zusätzliches Magnesium nach, schreibt Frau Hamann in Ihrem Sachbuch. Und das möglichst in der optimalen Form der Aufnahme im Körper: aufgetragen auf die Haut als Magnesiumöl.

Magnesium ist ein Allroundtalent, ohne Magnesium geht nichts in unserem Körper. Der erstaunliche Mineralstoff spielt eine zentrale Rolle im Eiweiß-, Kohlenhydrat- und Fettstoffwechsel, reguliert Blutzucker und Cholesterin und beeinflusst die Funktion der Schilddrüse und den Fettabbau.

Studien belegen, dass Magnesium die Bildung von Plaque an den Wänden der Arterien verhindern oder reduzieren kann. Damit sinkt das Risiko von Arterienverkalkung und Bluthochdruck. Es hält die Gefäße flexibel, sodass sie sich nach Bedarf erweitern oder zusammenziehen und die Zellen optimal mit Sauerstoff und Nährstoffen versorgen können. Vor allem das Herz profitiert davon und kann mit Hilfe von Magnesium seine Pumpleistung gleichmäßig und effizient vollführen.



Der Vielkönner unterstützt Regeneration und Verjüngung, indem er einen wichtigen Einfluss auf die Reproduktion der Zellen nimmt. Fitte Zellen produzieren Energie.

Wer unter Magnesiummangel leidet, leidet meist auch unter Erschöpfung, Müdigkeit und Antriebslosigkeit, nicht selten sogar unter Ängsten. Schilddrüse und Eierstöcke, Prostata und die Fruchtbarkeit werden beeinflusst. Die Atmung, das Immunsystem, die Leber und das Lymphsystem – Magnesium hat auch hier eine Schlüsselrolle.

Bei Zähnen, Knochen und Knorpeln denken wir meist zuerst an Kalzium, doch sie brauchen Magnesium, um Substanz aufzubauen und gesund zu bleiben. Ohne Magnesium ist Kalzium wirkungslos und kann sogar schädlich sein. Denn Kalzium, Natrium und Kalium werden mit Hilfe von Magnesium dorthin gelenkt, wo sie gerade benötigt werden, seien es die Zähne, die Knochen, die Muskeln oder das Herz.

Wenn Sie unter Muskelkrämpfen oder seelischer Anspannung leiden, ist Magnesium das Mittel der Wahl. Auch Hören und Sehen werden von Magnesium beeinflusst.

Sie wollen Ihr Gewicht halten? Magnesium hilft dabei. Kinder und Jugendliche brauchen in der Wachstumsphase besonders viel Magnesium.

Magnesiummangel ist an den meisten Erkrankungen beteiligt. Vor allem Entzündungen und chronisch-entzündliche Erkrankungen reagieren positiv auf Magnesiumgaben. Angesichts der Tatsache, dass Entzündungsreaktionen nicht nur eine gesunde Abwehrreaktion des Körpers sind, sondern auch die Grundlage vieler Erkrankungen von Herzinfarkt über Diabetes bis hin zu Krebs, wird schnell deutlich, wie wichtig ein ausgeglichener Magnesiumspiegel ist.

Die Liste von Symptomen eines Magnesiummangels ist lang. Sie reicht von offensichtlichen Beschwerden wie Muskelkrämpfen bis zu solchen, die sich weniger eindeutig zuordnen lassen wie Abgeschlagenheit. Schwangere und Frauen, die die Pille einnehmen oder in den Wechseljahren sind, Diabetiker und Menschen, die Medikamente einnehmen oder z.B. unter Tinnitus, Herzrhythmusstörungen oder Darmerkrankungen leiden, wer einen Schlaganfall oder einen Herzinfarkt durchlebt hat und jeder, der seinen Körper energetisieren und verjüngen will, kann von zusätzlichem Magnesium profitieren.

Doch nicht jede Einnahmeform ist gleichwertig. Magnesium, das wir einnehmen, wird nur teilweise und manchmal sogar kaum aufgenommen. Weitaus besser bewährt hat sich Magnesiumöl, das äußerlich auf die Haut aufgetragen wird. Diese transdermale Form sorgt nicht nur für eine nahezu vollständige Resorption, sie erhöht auch die Aufnahmefähigkeit von innerlich angewandtem Magnesium.

Außerdem kann Magnesiumöl genau auf die Körperstellen aufgetragen werden, die es benötigen: ein Knochenbruch, Fußknochen mit Belastungsbruch oder -risiko, auf einen so genannten Tennisarm. Erstaunliche Wirkungen wurden bei Osteoporose, Rheuma, Menstruationsbeschwerden, Blutwerten und

Herzinfarkt beobachtet. So fanden sich freie Arterien bei einem Mann, der einen Herzinfarkt und acht Stent-Eingriffe hinter sich hatte, nachdem er vier Monaten lang Magnesiumchlorid eingenommen hatte.

Über die Nahrung kann der Magnesiumbedarf immer weniger gedeckt werden, nicht nur weil unsere Nahrungsmittel nährstoffarmer werden, sondern auch, weil die Aufnahme im Darm mit den Jahren nachlässt. Eine neue Form, die effektive Bioverfügbarkeit und Wirksamkeit bietet, ist Magnesiumöl. Das Öl, welches seinen Namen von seiner öligen Konsistenz hat, ohne ein Öl im eigentlichen Sinn zu sein, ist eine Flüssigkeit, die aus Magnesiumchlorid zur äußerlichen Anwendung selbst hergestellt werden und auf die Haut aufgetragen werden kann.

Magnesium ist das ideale Anti-Aging-Mittel.

Magnesium hilft des Weiteren gegen die Leiden und Begleiterscheinungen des Alterns.



Da es an der Zellbildung beteiligt ist und unter anderem Bindegewebe erzeugt, löst es Verhärtungen und Verkalkungen auf, es macht beweglicher und reduziert Falten. Das Mineral bekämpft freie Radikale, die die Alterung beschleunigen.

Preiswert und leicht herzustellen.

Neben all diesen Vorzügen bietet Ihnen die wirksamste Form des Minerals einen weiteren Vorteil: Jeder kann Magnesiumöl selbst herstellen. Und das für wenig Geld.

Magnesiumöl ist eine ideale Ergänzung zu unseren bereits ausführlich beschriebenen Magnesium Fuß- und Vollbädern siehe unsere älteren [Magnesiumnews](#).

Die Basis sind immer die bewährten Magnesiumchloridflocken, rein und naturbelassen aus Thüringen, das Salz der inneren Ruhe, selbstverständlich rückstandskontrolliert.

Weitere Informationen in dem Sachbuch von Frau Hamann oder unter <http://www.j-lorber.de/gesund/magnesium/magnesiumchlorid.htm> und unsere älteren [Magnesiumnews](#).



NEU - Unsere praktische und preiswerte  
200 ml Pump-Sprühflasche für  
Ihr eigenes Magnesium-Öl  
Labor Braunglasflasche nur 2,95 Euro  
[bestellen im shop](#)

Dosishinweise für Hautanwendungen, laut Lorber

Die gebräuchlichste Konzentration zur äußeren Verwendung :  
30 Gramm Magnesiumchlorid (= 3,58 Gramm reines Magnesium) in 1 Liter Wasser auflösen (= 3%-ige Magnesiumchloridlösung).

Auch eine deutlich höhere Konzentration bis zu einer 30 % igen Lösung ist möglich.

Nachdem Sie die Magnesiumflocken in Wasser aufgelöst haben das fertige "Magnesiumöl" idealer Weise in einer Glasflasche aufbewahren und kleinere Mengen in einer Glaspump- bzw. Sprühflasche zu täglichen und spontanen Verwendung nutzen.

Kurmäßig morgen und abends sprühen und sanft einmassieren.

Etwa 30 Minuten oder über Nacht einwirken lassen. Danach wieder abspülen

Unser Tipp: auch als Deodorant möglich - Magnesium-Öl einfach unter die Achseln sprühen!

Kurzum: Magnesiumöl ist eine der effektivsten Formen, Ihrem Körper Magnesium zuzuführen.

\*\*\*\*\*

## Magnesium selbstverständlich

~~~~~



### Lightbooster Magnesiumchlorid Flocken

Unser Magnesiumchlorid ist ein reines, natürliches Produkt und kommt aus den Tiefen der Erde aus dem südlichen Harz aus Thüringen, Deutschland.

Ob Sie nun Magnesium-Öl oder ein Fuß- oder Vollbad genießen möchten, die Basis ist immer das natürliche Magnesium-Hexahydrat. Natürliches Magnesiumchlorid rein und geschützt aus der Tiefe der Erde, findet sich nur in den Mineralien Bischofit und Carnallit, einem Salzstock, der sich von England, Holland und Deutschland bis nach Russland zieht.

Unser Magnesiumchlorid stammt aus einer der ersten Fundstätten, wo der deutsche Chemiker Karl Gustav Bischoff, die Qualitäten des Minerals entdeckte. Es ist eine 30 Millionen Jahre alte naturreine Salzlagerstätte in Thüringen.

In einer Tiefe von bis zu 400 Metern wird das Salz umweltschonend unter Tage ausgewaschen und über Rohrleitungen ans Tageslicht befördert. Hierbei werden die für die Weiterverarbeitung wichtigen Stoffe Magnesiumchlorid und Kaliumchlorid bereits unter Tage von den nicht verwertbaren Stoffen getrennt. Die Reststoffe verbleiben in der Lagerstätte und tragen somit zur Stabilität der entstandenen Hohlräume bei. Durch dieses umweltbewusste Verfahren kann vollständig auf die Bildung von Rückstandshalden verzichtet werden, betont der Hersteller.

Unser Magnesiumchlorid ist somit kein künstlich hergestelltes Produkt, sondern vergleichbar mit Salz, ein sehr altes und sauberes Magnesiumchlorid direkt aus Deutschland.

Es wird von anderer Stelle berichtet, dass bei Bergarbeitern, die mit dieser Sole in Hautberührung kamen, ihre Handgelenke weniger schmerzten als zuvor! Dies weckte das Interesse der damaligen Forschung und Medizin.

Magnesiumchloridflocken sind leicht wasserlöslich und sehr hygroskopisch, nehmen schnell Feuchtigkeit aus der Umgebung auf und zerfließen dann. Daher sollte das Mineral immer in einem luftdichten Behälter und gut verschlossen aufbewahrt werden.

Selbstverständlich gibt es ein [Analysezertifikat](#) mit einem garantierten Mindestanteil an Magnesiumchlorid von 47% plus 0,2 % Magnesiumsulfat, 0,7%NaCl (Meersalz) plus 0,4% KCl (Kaliumchlorid) und als überwiegenden Rest kristallines Wasser. - Ohne Additive.

Daher empfehlen wir diese Art von qualitativ hochwertigem und natürlichem Magnesiumchlorid - frei von Umwelteinflüssen oder "Menscheneinflüssen", ohne jegliche chemische Zusätze aus der heimischen Region zu einem fairen Preis.

## Magnesium Öl Set

~~~~~

Magnesium Öl selbstgemacht

Ihr Komplett-Set für ca. 3 Liter !!! Magnesiumöl

für sich selbst oder als Geschenk

statt 20,85 nur 18,95 Euro [bestellen im](#)



[shop](#)

1 kg natürliches Magnesiumchlorid im wieder verschließbaren Alupack.

plus 200 ml Pump-Sprühflasche für Ihr eigenes Magnesium-Öl Labor - Braunglasflasche

plus Sachbuch Magnesium Öl von Brigitte Hamann, 192 Seiten

Komplett nur 18,95 Euro [bestellen im shop](#)

\*\*\*\*\*

## Magnesium Öl Premium Set

~~~~~



Unser Super Magnesium Öl Angebot

mit Schmuck Pump-Sprühflasche 100ml aus Glas, nur so lange Vorrat reicht -

Ihr Komplett-Set für ca. 9 Liter !!! Magnesiumöl

für sich selbst oder als Geschenk

statt 29,95 nur 27,95 Euro [bestellen im shop](#)

3 kg natürliches Magnesiumchlorid im wieder verschließbaren Alupack.

plus 100 ml Pump-Sprühflasche für Ihr eigenes Magnesium-Öl Schmuck Klarglasflasche oder Blauglasflasche - nur so lange Vorrat reicht

plus Sachbuch Magnesium Öl von Brigitte Hamann, 192 Seiten

Komplett nur 27,95 Euro [bestellen im shop](#)

\*\*\*\*\*



Lightbooster Magnesiumchlorid

natürliches Magnesiumchlorid zur äußeren Anwendung empfohlen im wieder verschließbaren Alupack.

1 kg statt 4,95 nur 3,95 [direkt im shop bestellen](#)

Zum Superpreis, Magnesium für alle :- ) mit [Analysezertifikat](#)

Dosierempfehlungen:

Fußbad: über die Fußsohle ist eine hervorragende Magnesiumaufnahme gegeben. Zwei bis 6 Esslöffel, langsam steigern, auf ca. 5l Wasser ca. 37 C Körpertemperatur. Badezeit ca 30 - 45 Minuten, mindestens. Für die optimale Magnesiumaufnahme ist die Badetemperatur auf Körpertemperatur, durch

immer wieder Zugabe von etwas heißem Wasser aus dem Wasserkocher, beizubehalten.

Ein Vollbad vier bis sechs Esslöffel, bis zu 250 Gramm bei ca. 37 C Körpertemperatur. Badezeit ca 30 - 40 Minuten, mindestens. Für die optimale Magnesiumaufnahme ist die Badetemperatur auf Körpertemperatur durch immer wieder Zugabe von etwas heißem Wasser beizubehalten.

Sie können Ihr Bad auch mit der gleichen Menge Natron bzw. Kristallsalz ergänzen, schweben in der Badewanne :-)

Magnesiumöl: ist im Grunde ein Wassergemisch, jedoch das gelöste Magnesium fühlt sich leicht ölig an. 33g auf 100 ml Wasser auflösen zum Einmassieren oder Besprühen. Nach ca 30 min Einwirkung wieder mit warmem Wasser abspülen.



Lightbooster Magnesiumchlorid Big

3 kg zum Sparpreis

natürliches Magnesiumchlorid zur äußeren Anwendung empfohlen

3 kg statt 14,85 nur 10,50 [direkt im shop](#) bestellen für die ganze Familie und zum Weiterreichen mit [Analysezertifikat](#)

\*\*\*\*\*



Sachbuch " Magnesium Öl"

von Brigitte Hamann, 195 Seiten

nur 12,95 Euro [bestellen im shop](#)

\*\*\*\*\*



Unsere praktische und preiswerte

200 ml Pump-Sprühflasche für Ihr eigenes Magnesium-Öl

Labor Braunglasflasche nur 2,95 Euro [bestellen im shop](#)

\*\*\*\*\*

## Zum Geleit

~~~~~



*Das Licht des Lebens.*

*Im Chlorophyll befindet sich das Licht des Lebens. Und dieses Licht ist Magnesium.*

*Dr. Robert Young*

Gesunde Grüße

Eva-Maria & Thomas Ammon, Dominic-Björn Pohl und das gesamte Omkara-Team

\*\*\*\*\*

Wenn du dich austauschen möchtest, dann besuch uns gern auf Facebook.

<https://www.facebook.com/pages/Lady-Gaia-Freedom-on-Earth/191404337557773?ref=ts>

\*\*\*\*\*

Diesen Newsletter können Sie [hier als pdf](#) abspeichern, ausdrucken oder weiterleiten.

Ältere Newsletter finden Sie in unserem [Newsarchiv](#) und weitere Informationen unter [www.omkara.de](http://www.omkara.de)

IMPRESSUM: V.i.S.d.P.: Thomas Ammon Hörstener Weg 6 25588 Mehlbek Tel.: 04892 940 4776 email: [vertrieb@omkara-verlag.de](mailto:vertrieb@omkara-verlag.de) Alle Rechte vorbehalten. Abdruck - auch Auszugsweise - nur mit vorheriger Genehmigung.

\*\*\*\*\*

P.S. Wir möchten Sie inspirieren und nicht belästigen. Falls Sie diesen Newsletter nicht weiter erhalten möchten, nutzen Sie einfach [diesen link](#) zum Abmelden oder alternativ <http://www.omkara-verlag.de/newsletter.htm>