

Keimtheorie versus Geländetheorie - zwei medizinische Theorien zum Ursprung von Krankheiten

2025-05-28 Frank Siebert



Zwei medizinische Theorien zum Ursprung von Krankheiten? Haben wir nicht alle gelernt, dass Krankheiten durch Krankheitskeime verursacht werden, entweder durch Bakterien oder durch Viren?

Ergänzung 2025-06-03: Fußnote zum Thema fehlender Kontrollversuche hinzugefügt

Ergänzung 2025-06-07: Ein Artikel zu diesem Thema, der die Virologie verteidigt ¹

HINWEIS: Ich bin kein Arzt und habe auch sonst keine medizinische Ausbildung. Die Darstellungen in diesem Artikel stellen lediglich mein Verständnis, vielleicht auch Unverständnis, des Themas dar.

Ganz so leicht ist es natürlich nicht, auch nicht in der sogenannten Schulmedizin, denn bei nicht wenigen Erkrankungen versucht auch diese nicht, Krankheitserreger als Ursache zu benennen. Als Beispiel sei die rheumatische Arthritis genannt, wobei ein Artikel der Rheuma-Liga davon berichtet, dass Viren und einige Bakterien im Verdacht stehen, auch diese Krankheit auslösen zu können ², insofern ist es vielleicht nur eine Frage der Zeit und es mangelt weniger an dem Versuch sondern am Erfolg.

Jedenfalls verbindet auch die Schulmedizin einige Erkrankungen mit dem Lebenswandel und der Ernährung, zumindest bisher. Aber die Suche nach weiteren Erregern geht weiter, um diesen Erregern dann mit Medikamenten oder auch Impfungen an den Kragen gehen zu können, demnächst vielleicht auch einem Erreger der rheumatischen Arthritis. Nicht bestritten wird von der heutigen Schulmedizin, dass Rauchen der Gesundheit schaden kann, und Rauchen ist bei Rauchern eindeutig Teil ihres Lebenswandels.

Was sind die Kernaussagen der beiden Theorien?

- Die Keimtheorie besagt, dass wir uns Krankheiten einfangen können, wenn wir mit krankheitserregenden Viren oder Bakterien in Kontakt kommen.
- Die Geländetheorie besagt, dass Krankheiten auf und in unserem Körper ein Gelände schaffen, das bessere Voraussetzungen für die Vermehrung von Bakterien bietet, die dort ansonsten wenig oder keine Überlebenschance hätten.

Zu Viren macht die Geländetheorie, soweit ich dies verstehe, keine eindeutige Aussage. Das Wort Virus wurde aus dem lateinischen entlehnt, wo es die Bedeutung "Gift von Tier oder Pflanze" hatte ³. Nach allgemeinem heutigem Verständnis sind Viren keine lebenden Organismen, sondern nicht viel mehr als eine einsträngige oder auch zweisträngige Gensequenz mit einer Fetthülle und verschiedenen Proteinen. Das macht sie zum Verwechseln ähnlich zu sogenannten Exosomen ⁴. Diese Exosomen könnten sowohl interzellulärer Kommunikation als auch der Müllabfuhr dienen, in letzterem Fall also tatsächlich giftige Stoffe enthalten, die entsorgt werden sollen, und damit der lateinischen Bedeutung von Virus entsprechen.

So lässt die Geländetheorie zwei Sichtweisen zu. Die erste ist, dass Krankheiten Viren ein günstiges Gelände verschaffen, in dem sie sich vermehren lassen (passiv durch Wirtszellen). Die zweite besagt, dass Virologen biologische Müllcontainer, die im Krankheitsfall vermehrt im Einsatz sind, als Viren missinterpretieren.

In keinem der beiden Fälle wäre das, was Virologen als Virus identifizieren, tatsächlich der Erreger der Krankheit.

Ja nun, wenn die Erkrankung nicht von Krankheitserregern stammt, woher soll sie denn sonst kommen?

Die Geländetheorie macht Gifte für Erkrankungen verantwortlich. Es kann sich dabei sowohl um für den Körper direkt giftige Substanzen handeln, aber auch um giftige Gedanken oder seelisches Gift, oder um eine Kombination aller drei Varianten.

Das giftige Substanzen zu Krankheiten führen und sogar den Tod zur Folge haben können, ist trivial. Aber was, bitteschön, ist ein seelisches Gift? Ein Beispiel sind Schuldgefühle, ein anderes Beispiel sind Versagensängste und damit einhergehende Minderwertigkeitskomplexe, oder ebenfalls leicht Erkennbar ist der Einfluss von Mobbing auf das seelische Gleichgewicht des Betroffenen.

Die Forschung bestätigt ganz klar, dass soziale Kontakte, vor allem gute soziale Kontakte, die mit Freude, Spaß und Lachen einhergehen, die Immunabwehr stärken. Der Begriff Immunabwehr lehnt sich natürlich an die Keimtheorie an, aber nichts desto Trotz stellt die Forschung damit fest, dass das seelische Befinden Einfluss auf die Gesundheit hat, denn Menschen mit gesunden sozialen Kontakten werden seltener Krank.

Dass positive Gedanken, eine positive Weltsicht, eine positive Sicht auf die Mitmenschen und eine optimistische Sicht auf die Zukunft bei der Bewältigung des täglichen Lebens hilfreich ist, wird kaum jemand zu bestreiten versuchen. Eifersucht, Wut, Angstvorstellungen oder schlechte Wünsche an andere Menschen sind hingegen sehr hinderlich und können ohne Übertreibung als gedankliches Gift bezeichnet werden. Ob dies einen Menschen aber auch körperlich Krank werden lassen kann, ist eine spannende Frage.

Was für eine Vorstellung, dass Angst vor Krebs Ihr Krebsrisiko erhöhen könnte! Gut, welche Angst genau welche Krankheit auslöst, darüber gibt es keine allgemeingültigen Erkenntnisse. Die akute Angst angesichts eines Löwen ist eine sicherlich hilfreiche Einrichtung, um Ihre Kraftreserven für den Überlebenskampf oder auch -lauf zu mobilisieren. Chronische Angst vor schrecklichen Möglichkeiten in der Zukunft hingegen beraubt Sie natürlich dieser Kraftreserven und wird Sie letztlich Krank machen. Dass Angst das Immunsystem schwächt, ist auch der Schulmedizin nicht unbekannt.

So stimmen Schulmedizin und Geländetheorie in weiten Bereichen miteinander überein. Gift, ob körperlich, geistig oder seelisch, kann uns körperlich Krank machen.

Die zwei wesentlichen Unterschiede bestehen in den Fragen, ob Krankheitserreger, also Bakterien und Viren, dies ebenfalls können, und mit welchen Mitteln die Gesundheit wieder herzustellen ist.

Da die Schulmedizin über die Gemeinsamkeiten hinausgehend die Keimtheorie als Arbeitsgrundlage anerkannt hat, hat sie auch Medikamente zum Kampf gegen Bakterien und Viren im Einsatz. Und diese "Bakteriengifte" und "Virengifte" sind natürlich ihrem Wesen nach Gifte, die dem kranken Körper zugeführt werden.

Die Geländetheorie hingegen sieht dies als kontraproduktiv an. Krankheitssymptome tauchen auf, weil der Körper mit der Entsorgung von Schadstoffen nicht mehr hinter her kommt. Schadstoffe können von Außen kommen, über ungesunde Nahrungsmittel oder mit Giften belastetes Wasser, entstehen aber auch täglich als Abfallprodukte unseres Stoffwechsels. Die allererste Regel der Geländetheorie ist daher die Vermeidung zusätzlicher Gifte, während die zweite Regel die Unterstützung des Körpers bei der Entgiftung ist.

Neben einem zu viel an Giften kennt die Geländetheorie auch ein zu wenig an wichtigen Vitaminen und Spurenelementen, von denen einige aber auch in zu großen Mengen schädliche Wirkung haben können. Es gilt also eine ausgewogene und möglichst von Giften unbelastete Ernährung zu finden. Dies, so ist anzumerken, widerspricht der Schulmedizin in keiner Weise. Es ist nur so, dass sie ihr Augenmerk nicht besonders stark darauf richtet, sondern eher zu pharmazeutischen Produkten als Mittel der Behandlung greift.

Mit der Frage nach einer gesunden Ernährung landen wir leider im Bereich der Lebensmittelforschung, in der mindestens genauso viel Skepsis gegenüber den Ergebnissen angebracht ist wie in der medizinischen Forschung. Als ob dies nicht die Sache kompliziert genug machen würde, nehmen die Giftstoffe in unserer Umwelt leider weiter zu, was die Angelegenheit weiter erschwert.

Glücklicherweise gibt es einige triviale Punkte auch bei diesem Thema.

So ist der Schlaf offenbar eine der Gelegenheiten, bei der der Körper verstärkt am Abtransport von Giftstoffen arbeitet, Ausreichend langer und guter Schlaf ist daher Gesundheitsfördernd. Bewegung an frischer Luft ist bekannter Weise ebenfalls Gesund, es regt den Kreislauf an, verbessert die Zufuhr und Verteilung von Sauerstoff und unterstützt so den Stoffwechsel. Ganz davon abgesehen könnten Sie bei der Gelegenheit ein paar Sonnenstrahlen abbekommen, was Ihnen Vitamin D beschert.

Fasten ist ebenfalls als wirksames Mittel zum Entgiften allgemein anerkannt. Wie man Fasten sollte, ist dagegen wieder eine ganz andere und deutlich kompliziertere Sache. Eine Variante, die keine gefährlichen Nebenwirkungen zeigen sollte, ist die

Reduzierung auf eine Mahlzeit am Tag, möglichst nicht vor dem Schlafen gehen, das sogenannte Intervall-Fasten. Nach dem zu sich nehmen von Nahrung, so der Gedanke, ist der Stoffwechsel mit Verdauung und dem Transport gebildeter Zucker beschäftigt, und reduziert in dieser Zeit die Arbeit der Müllabfuhr. Erst danach setzt die Arbeit an der Entgiftung wieder verstärkt ein.

Letztlich ist dies allerdings nur ein Erklärungsmodell, welches die Beobachtung beschreibt, dass Fasten, und auch dieses Intervall-Fasten, Gesundheitsfördernd wirkt.

Andere schwören darauf, wochenlang nur noch Brokkoliwasser zu trinken. Das mag bei einigen Menschen gut funktionieren, aber bei anderen Menschen könnte dies auch zu erheblichen Mangelerscheinungen führen. Ich würde davon ausgehen, dass Brokkoliwasser nicht alle notwendigen Spurenelemente und Vitamine in hinreichender Menge mit sich führt. Und mehrwöchiges vollständiges Fasten, nur mit Wasser, funktioniert sicherlich ebenfalls, hört sich aber auch nicht ganz risikolos an.

Wie bei allem, was Gesund wirken soll, ist auch beim Thema Fasten das Finden des richtigen Maßes wichtig. Also ist auch dieses Thema nicht ganz so trivial.

Ebenfalls nicht trivial ist die Frage, wie man seelisches und geistiges Gift vermeidet. Gut, an dem zweiten lässt sich arbeiten, keine giftigen Gedanken mehr gegen andere Menschen zu pflegen und beim Konsum von Nachrichten darauf zu achten, dass man darin verteiltes Gift nicht unbedacht konsumiert. Mit ein wenig Übung sollte dies gelingen und auch zu einer positiveren Weltsicht führen, ohne dass man traurige Wahrheiten, wie den zur Zeit ablaufenden Genozid in Gaza, deswegen leugnen müsste.

Die Überzeugung, dass die schaurigen Zukunftsvisionen einiger weniger kranker Geister mit zu viel Macht und Geld zwangsläufig scheitern müssen, ist dabei sehr hilfreich.

Um auf die Ernährung zurück zu kommen: Als Binsenweisheit gilt, dass wir möglichst unbehandeltes, lokal wachsendes, saisonales Obst und Gemüse essen, aber auf Fleisch und Fisch nicht vollständig verzichten sollten. Einige Empfehlungen gehen auch dahin, dass der größte Teil des Gemüses als Rohkost verzehrt werden sollte. Ob das der Weisheit letzter Schluss ist sei dahin gestellt. Zumindest die Seite "Öko-Test" stimmt zu, dass rohes Gemüse mehr an wichtigen Vitaminen enthält ^{5 6}, gibt aber zu bedenken, dass Sie bei rohem Gemüse gründlicher Kauen sollten, und dass ihr Magen und Darm möglicherweise eine Gewöhnung daran benötigt.

Wer auf sich, seine Ernährung und sein Seelen- und Geistesleben achtet, sowie seinem Körper hinreichend Bewegung, frische Luft und auch Zeit zum Entgiften gönnt, der wird sich laut Geländetheorie stets bester Gesundheit erfreuen.

Zeigen sich Krankheitssymptome, zum Beispiel Fieber oder Entzündungen, so bedeutet dies laut Geländetheorie, dass der Körper ein Notprogramm gestartet hat, weil er über längere Zeit hinweg nicht mit dem Entgiften hinterher kam, und sich daher Gifte eingelagert haben. Der Körper, hierdurch deutlich geschwächt, bietet dann Bakterien, Pilzen und eventuell auch Viren ein geeignetes Siedlungsgelände. Dies, Sie ahnen es bereits, ist das namensgebende Element dieser Theorie.

Ob die sich nun ansiedelnden Bakterien und/oder Pilze bei der Beseitigung der Giftstoffe unterstützen, oder gar selbst mit weiteren Giften die Situation verschlechtern, darüber kann es verschiedene Meinungen geben, und tatsächlich kann dies wohl auch in jedem Einzelfall unterschiedlich sein. Der wesentliche Punkt der Geländetheorie ist aber ganz klar: die Krankheitssymptome sind Teil eines körpereigenen Notprogramms zur Heilung, was ganz konkret mit der Entgiftung gleich zu setzen ist.

Demnach sind fiebersenkende und entzündungshemmende Medikamente möglichst zu vermeiden, um die körpereigenen Heilkräfte nicht unnötig zu behindern. Stattdessen treten die Fragen in den Vordergrund:

- Was war falsch an der Ernährung, den täglichen Gewohnheiten oder dem Seelen- oder Geistesleben? Oder finden sich gar auslösende Umweltgifte in der eigenen Wohnung, am Arbeitsplatz oder im Wasser? Kurz: Was muss verändert werden?
- Und wie kann der Körper bei seinem Notprogramm unterstützt werden?

In diesen Fragestellungen liegt der fundamentale Unterschied der Geländetheorie zur heutigen Schulmedizin, die trotz gleicher Ansichten zu vielen Aspekten eines gesunden Lebens und einer gesunden Ernährung angesichts von Krankheitssymptomen die Frage stellt: Mit welchem pharmazeutischem Produkt können die Symptome bekämpft werden?

Und ja, natürlich, die Schulmedizin von heute glaubt an krankheitserregende Keime in der Form von Bakterien und Viren, also an die Keimtheorie.

Doch alle Theorie ist grau - wie sieht es mit den Erfolgen und Misserfolgen der jeweiligen Theorien aus? Letztlich gibt es keinen anderen Maßstab, um Theorien zu falsifizieren.

Laut der Keimtheorie bewirken bestimmte Krankheitserreger bestimmte Krankheiten, und diese Krankheitserreger können von Erkrankten an Gesunde weiter gegeben werden, so dass auch diese erkranken.

Eine Vielzahl sogenannter Ansteckungsversuche sind kläglich gescheitert, die Rede ist sogar von allen, so dass Tiere, meistens Affen, in den klinischen Laborversuchen mit Hilfe einer Spritze infiziert werden, in der sich der Krankheitserreger befinden soll, allerdings nie in reiner Form, sondern mit allerlei weiteren Substanzen aus dem Nährsubstrat, auf dem die angeblichen Erreger herangezüchtet wurden.

Für das "AIDS-Virus" HIV gibt es keine Studie, die für sich in Anspruch nimmt, dieses Virus als Verursacher oder auch nur wahrscheinlichen Verursacher von AIDS identifiziert zu haben. In einem Interview von 1996 erläutert Kary Mullis, Nobelpreisgewinner von 1993 für die Entwicklung der PCR-Technik, wie er jahrelang auf Konferenzen Virologen um Auskunft bat, welche wissenschaftliche Arbeit er als Beleg dafür referenzieren müsse, dass HIV wahrscheinlich der Verursacher von AIDS ist.^{7 8} Niemand habe ihm diese Auskunft geben können, und er habe auch in allen wissenschaftlichen Datenbanken nichts zu dieser Frage gefunden.

Als wäre dies nicht seltsam genug, wird die Erkrankung AIDS über einen Antikörpertest diagnostiziert. Wer den Antikörper hat, gilt als AIDS-Kranker. Für alle anderen Viren galt und gilt, dass Antikörper ein Nachweis für die Immunität gegen eine Krankheit sein sollen.⁹

Auch in der Verteilung der AIDS-Fälle gibt es Auffälligkeiten, die mit der Verbreitung einer sexuell übertragbaren Krankheit nicht zusammen passen wollen. Zusätzlich ist festzustellen, dass Personen, die gegen AIDS behandelt werden, sterben, während jene, die die Medikation ablehnen oder rechtzeitig abbrechen, gute Chancen auf ein normales Leben haben.

Viele der angeblich krankmachenden Bakterien lassen sich als unsere täglichen Begleiter auf unserer Haut oder in unserem Stuhl auffinden, ohne dass wir deswegen täglich Krank würden. Ein nicht unbeachtlicher Teil unseres Körpergewichts besteht aus Bakterien, die für uns lebenswichtige Aufgaben unter anderem bei der Verdauung erfüllen.

Und letztlich, das gilt für alle bisher identifizierten Erreger, schlägt nicht selten der Erregernachweis fehl, wenn die entsprechende Krankheit diagnostiziert wurde, oder der Erreger wird nachgewiesen und die betroffene Person erkrankt einfach nicht. Diese Situation wird keinesfalls dadurch verbessert, dass heutzutage immer häufiger qPCR-Tests für sogenannte Erregernachweise verwendet werden, obwohl diese bekannter Maßen hierfür völlig ungeeignet sind.

In dieser Theorie knirscht es also gewaltig im Gebälk. Sie muss deshalb nicht automatisch falsch sein, aber einige der Beobachtungen werden immer schwerer erklärbar im Rahmen einer in sich stimmigen Theorie.

Die Virologie als Teilbereich der Keimtheorie hat besonders tiefgreifende Probleme, angefangen mit der unangemessenen Verwendung des Begriffs "Isolation" für einen Prozess, dessen Ergebnis eine Antibiotika getränkte, abgestorbene Zellkultur ist. Arbeitshypothese ist, dass das Absterben der Zellkultur vom gesuchten Virus ausgelöst wurde. In diesen Zellkulturresten wird dann nach Gensequenzen gesucht, welche softwaregestützt zu RNA oder wahlweise DNA zusammengesetzt wird. Dabei entsteht nicht eine Sequenz, sondern eine mehr oder weniger lange Liste verschiedener Sequenzen, die auch je nach gewähltem Softwarepaket und Software-Einstellungen unterschiedliche Sequenzen enthält. Von dieser Liste wird dann eine der Sequenzen ausgesucht und Virus-RNA genannt. Fehlende Kontrollversuche runden das zweifelhafte Forschungsgeschehen in diesem Fachbereich ab¹⁰.

Lesen Sie hierzu das Buch "A Farewell to Virology - Eine Einladung zur Befreiung von unnötigen Ängsten" von Dr. Mark Bailey, das diese und weitere Probleme der Virologie mit vielen Quellennachweisen gewürzt am Beispiel des SARS-CoV-2 darlegt¹¹, oder lesen Sie das Buch "Inventing the AIDS Virus" von Dr. Peter H. Duesberg, das ebenfalls nicht an Quellennachweisen spart.

Warum wird ein Prozess, bei dem keine Isolierung stattfindet, Isolation genannt? Die Koch'schen Postulate¹² sind eine Art von Checkliste für einen zweifelsfreien Erregernachweis.

Zitat:

In einem Vortrag über bakteriologische Forschung auf dem 10. Internationalen Medizinischen Kongress 1890 in Berlin fasst Koch die Bedingungen, die ein Erreger erfüllen muss, um ohne Zweifel als Ursache für eine Krankheit zu gelten, zusammen: „Wenn es sich nun aber nachweisen ließe:

- 1. dass der Parasit in jedem einzelnen Falle der betreffenden Krankheit anzutreffen ist, und zwar unter Verhältnissen, welche den pathologischen Veränderungen und dem klinischen Verlauf der Krankheit entsprechen;*
- 2. dass er bei keiner anderen Krankheit als zufälliger und nicht pathogener Schmarotzer vorkommt; und*
- 3. dass er von dem Körper vollkommen isoliert und in Reinkulturen hinreichend oft umgezüchtet, imstande ist, von neuem die Krankheit zu erzeugen;*

dann konnte er nicht mehr zufälliges Akzidens der Krankheit sein, sondern es ließ sich in jedem Falle kein anderes Verhältnis mehr zwischen Parasit und Krankheit denken, als dass der Parasit Ursache der Krankheit ist.“

Zitat Ende ¹³

Direkt nach den Postulaten erwähnt der zitierte Artikel übrigens, dass diese heute nicht mehr in dieser strengen Fassung Anwendung finden, und dass es bereits Robert Koch bei der Erforschung des Choleraerregers *Vibrio cholerae* nicht gelang, Versuchstiere mit dem isolierten Bakterium zu infizieren.

Offensichtlich wurde direkt nach der Formulierung der Prinzipien auf diese verzichtet, sonst wäre heute, angesichts fehlgeschlagener Ansteckungsversuche, keine Rede von einem Choleraerreger. Dieses Bakterium ließ sich aber immerhin vollkommen isolieren und in Reinkultur anzüchten.

Da Virologen dies mit den gesuchten Viren nie gelang, definierten sie den Begriff Isolation für ihren eigenen Fachbereich schließlich um, indem sie ihn für einen Prozess verwendeten, in dem von einer Isolation des Erregers keine Rede sein kann.

Die Virologie, so mein eigener Eindruck, ist so ziemlich an ihrem Ende angelangt. Die Bakteriologie hingegen würde ich keinesfalls als todgeweiht betrachten, auch wenn Bakterien von ihrem schlechten Image als Krankheitskeime befreit werden. Bakterien wurden immerhin erfolgreich isoliert, in Verfahren, die diesem Begriff tatsächlich Rechnung tragen.

Wie sieht es mit der Geländetheorie aus? Kann diese Krankheitsgeschehen, die üblicherweise mit Ansteckung assoziiert werden, erklären? Der Eindruck von Ansteckung entsteht durch räumliche Nähe von Menschen, die in kurzer Folge voneinander erkranken. Die räumliche Nähe bedeutet allerdings auch, dass sie den gleichen Umweltgiften ausgesetzt sind, oft das gleiche Wasser trinken und die gleiche Nahrung essen und schon damit alle Voraussetzungen haben, um zur gleichen Zeit gleichen Giften und gleichem Mangel an wichtigen Vitaminen und Spurenelementen ausgesetzt zu sein.

Im Winter, der Hochzeit angeblich ansteckender Erkältungserkrankungen, fehlt vielen das wichtige Vitamin D. Und ja, körperliche Aktivität wird im Winter reduziert, es wird vielfach auch weniger gelüftet und statt frischem Gemüse aus lokalem Anbau stehen oft Nahrungsmittel aus Kühlhäusern auf dem Programm, oder weitgereiste Nahrung aus wärmeren Ländern. Im Winter ist das Angebot an frischer Nahrung aus der Region naturgemäß begrenzt und weniger vielfältig.

Eine Ansteckung mit einem Keim, der von Person zu Person weitergegeben wird, ist also nicht notwendig, um eine Erkrankungswelle auszulösen. Dies erklärt jedenfalls, warum bei der Spanischen Grippe, die in einer durch Krieg und dem begleitenden Mangel geschwächten Bevölkerung grassierte, die Ansteckungsversuche an nicht ganz so freiwilligen gesunden Versuchsteilnehmern, trotz der haarsträubend ekligen Details der Durchführung, völlig erfolglos blieben ^{14 15}.

Was die Heilerfolge der Geländetheorie angeht möchte ich das Buch "New Zealand's Greatest Doctor Ulric Williams of Wanganui: a Surgeon who became a Naturopath" ¹⁶ von Brenda Sampson empfehlen.

Darin gibt es zwar nur episodische Berichte und keine wissenschaftlichen Studien zu finden, aber die Heilerfolge, von denen die Patienten nach dem Tod des Arztes berichten, sind dennoch beeindruckend. Dr Ulric Williams machte als klassischer Schulmediziner Karriere und genoss daneben ein Leben als, wie selbst sagte, Playboy. Ihn ereilte ein abrupter Sinneswandel und er verließ die Klinik, in der er bisher arbeitete, um Häuser der Heilung zu errichten und zu führen, in denen er Patienten bei deren Selbstheilung unterstützte.

In der Einleitung berichtet die Autorin, Zitat (Übersetzt):

Ich ging 1942 mit einer Arthritis zu ihm. Ich blieb zwei Monate in seiner Klinik und kam gesund nach Hause, so gesund, wie ich es noch nie erlebt hatte. Als ich mich bei ihm bedankte, sagte er: „Ich habe Sie nicht geheilt. Nur Gott kann heilen. Was ich getan habe, war, Ihnen beizubringen, wie Sie sich selbst heilen können. Das wird Ihnen für Ihr ganzes Leben nützlich sein.“ Und so war es auch.

Wir brauchen keine medizinische Ausbildung, um zu lernen, wie wir gesund werden und bleiben können. Es ist ein einfaches Geheimnis. Dr. Williams hat es in ein paar Grundregeln zusammengefasst.

Seine erste Gesundheitsregel lautete: „Iss nie, wenn Du nicht hungrig bist. Der Mensch ist das einzige Tier, das nicht genug Verstand hat, um mit dem Essen aufzuhören, wenn er krank ist. Wenn Du eine Infektion bekommst, behandle sie wie eine Heilungskrise. Faste zwei bis drei Tage lang, trinke viel Wasser und nimm irgendeine Form von Vitamin C. Dein Körper wird das Fieber nutzen, um Giftstoffe zu verbrennen und sich zu reinigen.

Eine weitere Regel zur Lebensweise: „Lebensmittel müssen frisch, natürlich, vollwertig und einfach sein. Nahrung, wie Gott sie schuf, nicht wie der Mensch sie zurechtbastelt. Wasser zum Trinken. Jedes andere Lebewesen auf der Erde ist mit Wasser zufrieden, um seinen Durst zu stillen. Die wichtigste Nahrung ist Sauerstoff. Ohne ihn sterben wir in drei Minuten, während wir ohne Wasser tagelang und ohne Nahrung wochenlang leben können. Der beste Weg, die Sauerstoffaufnahme zu erhöhen, ist Bewegung an der frischen Luft.“

Und die spirituelle Dimension: „Unser ganzes Selbst braucht Frieden. Frieden entsteht durch Gedanken der Liebe, des Glaubens und der Vergebung. Glaube bedeutet, das Gute zu erwarten, anstatt das Schlechte. Liebe bedeutet, in allen Dingen das Gute zu sehen, auch in Dingen, die uns nicht gefallen. Das Gute zu sehen, ist die Haltung der Liebe. Vergebung bedeutet zu sagen: „Das macht nichts! Vergebung bedeutet, sich zu sagen: „Wenn ich dieser Person vergebe, kann Gott meine Vergebung benutzen, um die Dinge in Ordnung zu bringen. Vergebung bedeutet, sich zu sagen: „Diese Person hat das Beste getan, was sie mit dem Wissen, dem Bewusstsein und dem Verständnis, das sie zu der Zeit hatte, tun konnte, und ich befreie sie von meiner Verurteilung.“

Zitat Ende

Der letzte Absatz mag vielen etwas zu religiös anmuten, aber eines ist ganz sicher richtig. Wer Groll oder gar Hass beständig mit sich herum trägt, dem wird dies auf Dauer sicherlich nicht gut tun. Und wer Groll und Hass gar auslebt, um sich, wenn auch nur kurz, zu entlasten, der sät wiederum Groll und Hass. Und wie lautet es so prägnant im Englischen, dass ich es nicht übersetzen mag: "What goes around, comes around."

Es ist daher sicherlich vernünftig, statt Groll und Hass Vergebung und Liebe auf den Weg zu bringen. Um zu dieser Einsicht zu gelangen, bedarf es keiner religiösen Einflüsse. Aber auch die Bibel erklärt sehr anschaulich: "Wer den Wind sät, wird den Sturm ernten" ¹⁷.

So dient Vergebung und Liebe nicht nur der eigenen Gesundheit, sondern sogar auch dem Weltfrieden.

So schwer diese Haltung angesichts der ungeheuerlichen Verbrechen an der Menschlichkeit in Rahmen der COVID-19-Missnahmen ¹⁸, des Genozids in Palästina oder des unnötigen Sterbens im Krieg in der Ukraine auch sein mag, so sicher ist es auf der anderen Seite, dass Rufe nach gerechter Vergeltung keinen Frieden bringen können.

Aber ich will hier nicht vom Thema abkommen. Brenda Sampson heilte also laut eigener Aussage im Jahr 1942 bei Ulric Williams ihre Arthritis aus, mit nichts anderem als der richtigen Diät, Bewegung an der frischen Luft und einer Anleitung zu positivem Denken.

Die von ihr gesammelten und zusammengestellten Berichte machen die Auswahl schwer. Ein Auszug aus dem Bericht von Joyce Lake ist schön knapp gehalten, Zitat (Übersetzt):

Der beeindruckendste Fall, den ich während meiner Zeit dort erlebte, war der, dass eine Frau nach Hause gehen konnte, nachdem sie 12 Jahre lang an den Rollstuhl gefesselt war.

Es gab dort eine andere Frau mit Krebs. Nach langer Diät und Fasten brachen alle Gifte wie eine Eiterbeule am Hals aus. Das lief aus ihr heraus und sie musste oft die Verbände wechseln lassen. Der Geruch war schrecklich. Sie war eine ganze Weile in ihrem Zimmer eingesperrt. Ich habe mich sehr für sie gefreut, als sie

ohne ihre Verbände und ohne den schrecklichen Geruch, der von den Abfällen in ihrem Zimmer ausging, herauskommen konnte.

Zitat Ende

Sicherlich, Berichte dieser Art wirken wie Berichte über Wunderheiler, zu denen Menschen hinfahren, um danach ihrer Hoffnungen betrogen und ihres Geldes erleichtert zu sein. Jedoch, und dies gibt den Berichten ihre Glaubhaftigkeit, wurden die Berichte nach dem Tod Ulric Williams gesammelt, also zu einem Zeitpunkt, als diese Berichte keinen Wert mehr als Werbung für ihn haben konnten.

Und bevor hier der Verdacht auftaucht, dass die Geschichten um Dr. Ulric Williams alle erfunden sein könnten, möchte ich auf einen Artikel aus den "Whanganui Chronicle News" des "New Zealand Herald" vom 26. April 2006 hinweisen, in dem der Reporter Laurel Stowel über die gerade 100 Jahre alt gewordene Marcella Wilton berichtet, die ihr langes Leben auf den Rat Dr. Ulric Williams zurückführt, jeden Tag einen Salat zu essen ¹⁹. Die als staatliche Seite registrierte Enzyklopädie Neuseelands enthält auch eine Kurzbiographie zu Ulric Gaster Williams ²⁰, wir können uns also sicher sein, dass Ulric Williams eine historische Person ist, auch wenn mancher Heilungsbericht unglaublich erscheint.

Das von Dr. Ulric Williams 1934 veröffentlichte Buch "Terrain Therapy : How to Achieve Perfect Health Through Diet, Living Habits & Divine Thinking" ²¹ wurde im Jahr 2022 von den Ärzten Dr. Samantha Bailey und Dr. Mark Bailey neu heraus gegeben. Auf der Videoplattform Odysee veröffentlichen die beiden durchaus interessante Beiträge ²². Das Buch habe ich selbst eben erst entdeckt und noch nicht gelesen, aber es enthält offensichtlich eine ganze Reihe von Ernährungshinweisen.

Was nehme ich nun aus diesen ganzen irritierenden Informationen zu Fragen der Gesundheit für mich mit, nachdem der Kulturschock langsam abklingt?

Sicherlich haben die Berichte über Ulric Williams meine Sicht auf die im neuen Testament berichteten Wunderheilungen durch Jesus geändert. Wenn viele unserer Krankheiten von unseren seelischen Schmerzen und unseren negativen Gedanken hervor gerufen werden, dann kann ein Mensch mit viel Charisma, Mitgefühl und Wissen um die ursächlichen Nöte tatsächlich Wunder wirken. Obwohl es dann letztendlich gar kein Wunder ist, denn der Krankheitsgrund wurde ja beseitigt und die Heilung so ermöglicht.

Ich blicke aber auch auf all meine Artikel über verschiedenste Studien zum Thema COVID-19 zurück, die in diesem neuen Licht wie irrsinniges Gebrabbel erscheinen. Tritt man die Keimtheorie in die Tonne, dann machen viele Studien zu diesem Thema keinen Sinn mehr, so dass natürlich auch meine Berichte über diese Studien keinen mehr haben können.

Aber einiges ergibt plötzlich ein viel stimmigeres Bild. In nicht wenigen Studien wurden Wirkstoffe der Zitrone, des Kurkuma, des Thymian, des Schwarzkümmels, und und und, als wirksam in verschiedenen Phasen des Krankheitsverlaufes von COVID-19 erkannt. Auch Vitamin D und Vitamin C sowie Zink brachten Schutz oder leichtere und kürzere Verläufe. Die Vielfalt dessen, was in verschiedenen Studien Wirksamkeit zeigte, war denn doch auch irgendwann zum Staunen. Noch erstaunlicher war nur die Vehemenz, mit der jegliche Behandlungsmöglichkeit von offizieller Seite bestritten wurde, damit weitgehend ungetesteten Gen-Spritzen eine bedingte Marktzulassung erteilt werden konnte.

Statt die Diät der Patienten nach Gesundheitsaspekten anzupassen, halfen diese Studien mit Nahrungsergänzungsmitteln nach. Nicht optimal und sicher kein Königsweg, verbuchte die deutliche Mehrheit dieser Studien dennoch Erfolge in der Behandlung. Dass eine überraschend große Vielfalt an naturidentischen Wirkstoffen in diesen Studien positive Wirkung zeigten, passt sehr gut mit der Terrain-Theorie zusammen, auch wenn die durchführenden Ärzte von dieser vermutlich noch nie gehört hatten.

Das Universum hat es so eingerichtet, dass ich während des Schreibens dieses Artikels in einer Arbeitspause die Folge "What is German New Medicine?" ²³ des Kanals "Uk Column" anschaute.

Diese "Neue Deutsche Medizin" folgt offensichtlich in weiten Teilen den gleichen Ansätzen und Grundlagen wie sie auch Ulric Williams anwendete. Da ich Ulic Williams Buch noch nicht gelesen habe und auch noch keinen tieferen Einblick in die "Neue Deutsche Medizin" von Dr. Ryke Geerd Hame habe, kann ich nur ganz grob auf die Unterschiede eingehen, die sich mir aufdrängen.

Die offensichtlichen Ähnlichkeiten sind aber klar: Die Symptome sind Teil der Heilungskrise. Unsere psychischen Konflikte und Krisen, also unsere Gedanken und Gefühle, wirken auf unseren Körper ein und können zu Erkrankungen führen.

Der größte Unterschied ist, wenn ich die Erläuterungen richtig verstanden haben, dass laut Dr. Ryke Geerd Hame die Symptome dann auftreten, wenn der eigentliche Konflikt gelöst ist und der Heilprozess startet. Ulric Williams sah Symptome bereits in der Konfliktphase auftreten, sah aber die Konfliktlösung als Bedingung dafür an, dass der Heilprozess erfolgreich fortschreiten kann.

Dr. Ryke Geerd Hame hat auch detailliert heraus gearbeitet, welche Art von Konflikt sich auf welche Organe auswirkt, wie der jeweilige Heilungsprozess abläuft und seine Erkenntnisse in "Die 5 Biologischen Gesetze" gefasst. Auf der Webseite "learningnm.com" findet sich eine Seite mit Dokumenten, welche die erfolgreiche Verifizierung dieser Gesetze jeweils bestätigen ²⁴. Zur Authentizität dieser Dokumente kann ich natürlich bisher keine Aussagen machen.

Der "The German New Medicine Podcast" ²⁵ enthält zur Zeit 13 Folgen, in denen Dr. Melissa Sell und Dr. Steven Ravnstag diese neue medizinische Schule erläutern.

Auf Rumble findet sich unter anderem eine Folge des Kanals "TheJohnCooperShow" mit Dr. Robert Jardine als Gast und dem Titel "German New Medicine - Healing Cancer" ²⁶. Dr. Robert Jardine sieht den Unterschied zur Terrain-Theorie darin, dass diese keine Krankheiten erklären könne, welche die Keim-Theorie nicht ebenfalls erklären könne, gibt aber zu, dass er über die Terrain-Theorie nicht wirklich viel weiß. Aus meiner Sicht liegt er mit dieser Aussage deutlich daneben.

Ulric Williams erklärte, die meisten Krankheiten hätten ihren Ursprung in vergifteten Gedanken, was im Grunde den auslösenden inneren Konflikten von Dr. Ryke Geerd Hame entspricht. Letzterer beansprucht aber für sich, dieses Thema auf eine solide, systematische und wissenschaftliche Basis gestellt zu haben.

Damit gibt es also nun schon zwei medizinische Theorien, in denen Ansteckung keine Rolle spielt.

Wenn Ansteckung durch Keime keine Rolle spielt, dann ist auch sofort und ohne lange Erklärung ersichtlich, warum Masken, Abstand halten und Lockdown keine Auswirkungen, zumindest keine positiven, zeigen konnten.

Und natürlich macht dann Angst vor Viren und Bakterien keinen Sinn mehr. Fäulnis und dabei entstehende Gifte müssen vermieden werden - das Wasser und das Essen muss frisch sein. Auf frische Luft und Bewegung muss geachtet werden, und man sollte Angstvorstellungen über Krankheiten vermeiden, die einen in Zukunft vielleicht ereilen könnten, denn der Körper könnte darauf reagieren.

Ich habe es Eingangs erwähnt: Ich bin kein Arzt und habe auch sonst keine medizinische Ausbildung. Die Darstellungen in diesem Artikel stellen lediglich mein Verständnis, vielleicht auch Unverständnis, des Themas dar.

Ich versuche mich jetzt doch noch an einer Betrachtung der Unterschiede zwischen der "Neuen Deutschen Medizin" und der Geländetheorie.

Die "Neue Deutsche Medizin" geht in ihren Aussagen nicht auf Umweltgifte, Mangelerscheinungen und gestörte Entgiftung ein, sondern konzentriert sich ausschließlich auf psychische Krisen und deren körperlichen Manifestationen. Eine Krise führt zu einer Anpassungsreaktion des Körpers, die bei der Überwindung der Krise helfen soll. Diese Anpassung belastet den Körper und geht mit Veränderungen einher, welche die Diagnostik der Schulmedizin unter Umständen bereits als Krankhaft bezeichnet. Wird die Krise erfolgreich gelöst oder aus irgend einem Grund irrelevant, dann beginnt als zweite Phase die Wiederherstellung dessen, was als Normalzustand zu bezeichnen wäre. Diese zweite Phase wird als Heilungskrise bezeichnet und wird stets von dem begleitet, was wir Krankheitssymptome nennen. Je nach Länge und Intensität der ersten Phase können die Symptome in der zweiten Phase sehr schwer ausfallen.

Das Ausblenden von Umweltgiften und Vitamin- und Spurenelementmangel, so wende ich hier kritisch ein, könnte natürlich leicht zu Fehleinschätzungen bei der Diagnose führen.

Diese "Neue Medizin" beansprucht für sich, die von ihr gelehrten Zusammenhänge mit Gehirnschans wissenschaftlich nachgewiesen zu haben. Das grundlegende Problem ist natürlich, dass der Beweis einer Theorie nicht wirklich möglich ist, sondern lediglich die Widerlegung. So gehe ich davon aus, dass es durchaus gelang, die Theorie mit klinischen Daten zu stützen, dass aber, so wie immer, mehr als eine widerspruchsfreie Theorie zu diesen Daten existieren kann. Die unidirektionale Wirkung von Auffälligkeiten in den Hirnschans auf korrespondierende erkrankte Organe, von der die Theorie auszugehen scheint, erweckt mein Misstrauen. Warum sollen diese beobachteten Verbindungen zwischen Gehirn und Organ nur in einer Richtung wirken? Vielleicht bin ich da aber auch vereinfachenden Erklärungen aufgesessen, wie sie in Podcasts ja auftauchen können. Ein genauerer Blick in das Thema ist erforderlich.

Die Geländetheorie ist gleichzeitig ganzheitlicher und banaler. Gift ist Gift, ob aus der Umwelt, der Nahrung, seelisch belastenden Beziehungen und Situationen, oder aus unseren eigenen fehlgeleiteten Gedanken. Gesund ist für uns das, was uns Gesund hält. Einfache, möglichst naturbelassene Nahrung, Bewegung an frischer Luft, ausreichend langer und tiefer Schlaf, hinreichende Mengen aller wichtigen Vitamine und Spurenelemente, ein gesundes privates Umfeld und eine gesunde und optimistische Weltsicht. Wenn da etwas nicht stimmt, dann werden wir irgendwann krank, um in die Heilung zu kommen und diese zu unterstützen, müssen wir das ändern, was nicht stimmt, und dann den Körper bei der Heilung gewähren lassen, sowie die Mikroorganismen, die dabei zur Hilfe eilen.

Diese Theorie legt die Frage der eigenen Gesundheit wieder vollständig in unsere eigenen Hände. Sicherlich kann man ab und an beim Erhalt der eigenen Gesundheit durch Nachlässigkeit versagen. Aber dann sollte man nicht vergessen, das die Symptome, so unangenehm sie auch sein mögen, zum Heilungsprozess gehören und nicht die Krankheit sind. Unsere Gefühle und Gedanken können Auslöser von Krankheiten sein, sie können aber auch den Heilungsprozess entweder behindern oder unterstützen, je nachdem, ob wir negative oder positive Gefühle und Gedanken entwickeln. Und nichts spricht dagegen, sich von einem Doktor des eigenen Vertrauens bei der Suche nach dem ursächlichen Fehler helfen zu lassen, oder sich bei diesem einen guten Tipp oder auch den verdienten verbalen Tritt in den Allerwertesten abzuholen, je nachdem, was gerade erforderlich ist.

Es ist diese klare Aussage zur Eigenverantwortung eines jeden Einzelnen, die besonders besticht. Und Ulric Williams hatte offensichtlich eine besondere Gabe, seinen Patienten dabei zu helfen, diese Eigenverantwortung an- und wahrzunehmen.

Er brachte seine Patienten dazu, sich selbst von Krebs, Arthritis, Leukämie, Tuberkulose und vielen weiteren Krankheiten zu befreien. Im Fall von Pat Grieg und dessen Freund in Amerika gelang ihm dies sogar mit Briefen alleine, ohne dass einer der beiden den Doktor je getroffen hat (New Zealand's Greatest Doctor, Seite 41) ²⁷ .

Keine Angst vor Krankheit, keine Angst vor der Zukunft, keine Angst vor den lieben Mitmenschen, sondern die Schönheit dieser Welt und all ihr Gutes mit offenen Augen sehen und erleben, vielleicht auch einen kleinen Beitrag dazu leisten! Das ist die Zukunft! Sie beginnt jetzt!

Ja, staunen Sie ruhig, über die Welt und auch über Ihren eigenen Beitrag. Und senden Sie noch heute ein wenig Frieden hinaus in diese Welt. What goes around, comes around.

Gedanken und Worte haben Macht, sowohl zum Guten als auch Schlechten. Da stellt sich mir die Frage nicht, für was Sie sich entscheiden.

Erkenntnisse haben meistens vorläufigen Charakter und sind immer individueller Natur . Sie selbst entscheiden, ob Sie Erkenntnisse anderer als Meinung übernehmen oder ob Sie sich Erkenntnisse selbst erarbeiten. Meine Quellenangaben sollen Ihnen bei letzterem eine Hilfestellung geben, Sie sollten aber immer auch weitere Quellen verwenden.

Glauben Sie nicht, auch nicht mir, sondern prüfen Sie und schlussfolgern Sie selbst.

Fußnoten

1. **Prof. Bhakdi und Dr. Palmer klären auf: Gibt es Viren überhaupt?** ; Vanessa Renner; Report24; 2024-05-30 ↑ <https://report24.news/prof-bhakdi-und-dr-palmer-klaren-auf-gibt-es-viren-ueberhaupt/>
2. **Rheumatoide Arthritis** ; www.rheuma-liga.de; 2025-03-11 ↑ <https://www.rheuma-liga.de/rheuma/krankheitsbilder/rheumatoide-arthritis>
3. **virus - Wiktionary, the free dictionary** ; Wiktionary ↑ <https://en.wiktionary.org/wiki/virus#Latin>
4. **Exosom (Vesikel) – Wikipedia** ; de.wikipedia.org ↑ [https://de.wikipedia.org/wiki/Exosom_\(Vesikel\)](https://de.wikipedia.org/wiki/Exosom_(Vesikel))
5. **Blumenkohl roh essen: Ist das gesund?** ; Oekotest.de; 2024-09-27 ↑ https://www.oekotest.de/essen-trinken/Blumenkohl-roh-essen-Ist-das-gesund_14185_1.html
6. **Brokkoli roh essen: Ist das so gesund?** ; Oekotest.de; 2023-09-26 ↑ https://www.oekotest.de/essen-trinken/Brokkoli-roh-essen-Ist-das-so-gesund_12116_1.html
7. **Documentary: Gary Null 'The Dr. Kary Mullis Interview HIV-AIDS'** ; Gary Null; Minute 27 ff; Rumble; 1996 ↑ <https://rumble.com/v5r3r4t-documentary-gary-null-the-dr.-kary-mullis-interview-hiv-aids.html>
8. **Inventing the AIDS Virus** ; Peter H. Duesberg; Seite xi; Internet Archive; 1996 ↑ <https://archive.org/details/peter-h.-duesberg-inventing-the-aids-virus/page/n9/mode/2up>
9. **Documentary: Gary Null 'The Dr. Kary Mullis Interview HIV-AIDS'** ; Gary Null; Minute 52 ff; Rumble; 1996 ↑ <https://rumble.com/v5r3r4t-documentary-gary-null-the-dr.-kary-mullis-interview-hiv-aids.html>
10. **Un-Wissenschaft Virologie: RKI bestätigt Zirkelschluss in Virussequenzierung** ; Ben - USMortality; tkp.at; 2025-06-03 ↑ <https://tkp.at/2025/06/03/un-wissenschaft-virologie-rki-bestaetigt-zirkelschluss-in-virussequenzierung/>
11. **"A Farewell to Virology - Eine Einladung zur Befreiung von unnötigen Ängsten"** ; Mark Bailey; drsambailey.com; via Internet Archive ; 2025-05-14 ↑

- <https://drsambailey.com/a-farewell-to-virology-expert-edition/>
<https://web.archive.org/web/20250514165650/https://drsambailey.com/a-farewell-to-virology-expert-edition/>
12. **Koch'sche Postulate** ; www.spektrum.de ↑
<https://www.spektrum.de/lexikon/biologie-kompakt/koch-sche-postulate/6489>
 13. **Eine Checkliste für Erreger** ; [scinexx | Das Wissensmagazin](http://scinexx.de); 2019-02-21 ↑
<https://www.scinexx.de/dossierartikel/eine-checkliste-fuer-erreger/>
 14. **In the Grip of a Disease** ; magazine.hms.harvard.edu; 2020-1stQ ↑
<https://magazine.hms.harvard.edu/articles/grip-disease>
 15. **EXPERIMENTS TO DETERMINE MODE OF SPREAD OF INFLUENZA** ; MILTON J. ROSENAU; *Journal of the American Medical Association*, volume 73; American Medical Association; DOI: <https://doi.org/10.1001/jama.1919.02610310005002> ; 1919-08-02 ↑
<https://jamanetwork.com/journals/jama/article-abstract/221687>
<https://doi.org/10.1001/jama.1919.02610310005002>
 16. **New Zealand S Greatest Doctor Ulric Williams Of Wanganui A Surgeon Who Became A Naturopath** ; Brenda Sampson; *Internet Archive*; 1998, 2007 ↑
<https://archive.org/details/new-zealand-s-greatest-doctor-ulric-williams-of-wanganui-a-surgeon-who-became-a-naturopath/mode/2up>
 17. **Hosea 8,7 :: ERF Bibleserver** ; www.bibleserver.com ↑
<https://www.bibleserver.com/de/verse/Hosea8%2C7>
 18. **Definition: Missnahme** ; Frank Siebert; *Idee*; 2023-08-01 ↑
 19. **Salads key to longevity** ; Laurel Stowell; *Whanganui Chronicle News*; *NZ Herald*; 2006-04-26 ↑
<https://www.nzherald.co.nz/whanganui-chronicle/news/salads-key-to-longevity/UJCFGXLLX6OXBBDWUG6OMQAPU/>
 20. **Williams, Ulric Gaster** ; teara.govt.nz ↑
<https://teara.govt.nz/en/biographies/4w19/williams-ulric-gaster>
 21. **Terrain Therapy : How to Achieve Perfect Health Through Diet, Living Habits & Divine Thinking** ; Ulric Williams; Samantha Bailey, Mark Bailey (Publisher); *dokumen.pub*; **For Sale Versions** ; drsambailey.com; 1934,2022 ↑
<https://dokumen.pub/terrain-therapy-how-to-achieve-perfect-health-through-diet-living-habits-amp-divine-thinking-new-zealands-greatest-doctor-ulric-williams-of-wanganui-a-surgeon-who-became-a-naturopath-1991185502-9781991185501.html>
<https://drsambailey.com/terrain-therapy/>
 22. **Dr. Sam Bailey** ; *Odysee* ↑
<https://odysee.com/@drsambailey:c?view=content>
 23. **What is German New Medicine?** ; *UK Column*; *Odysee*; 2025-05-26 ↑
<https://odysee.com/@ukcolumn:9/llsedoraLaker-WhatisGermanNewMedicine:f>
 24. **VERIFICATIONS OF THE FIVE BIOLOGICAL LAWS** ; learninggnm.com ↑
https://learninggnm.com/SBS/documents/verifications.html#Verifications_Five_Biological_Laws
 25. **The German New Medicine Podcast** ; *Spotify* ↑
<https://open.spotify.com/show/4FecpALrVXtUaTXyUiqQFL>
 26. **German New Medicine - Healing Cancer** ; *Rumble*; 2023-07-23 ↑
<https://rumble.com/v31vol8-german-new-medicine-healing-cancer-dr-robert-jardine.html>
 27. **Book 2: New Zealand's Greatest Doctor: Ulric Williams of Wanganui ... - Shorter letters, notes, extracts** ; Brenda Sampson; *Allergy & Hyperactivity/ADD Association Inc (Hrsg)*; 1998; 2010-04-12 ↑
<https://brendasampson.wordpress.com/2010/04/12/book-2-shorter-letters-notes-extracts/>