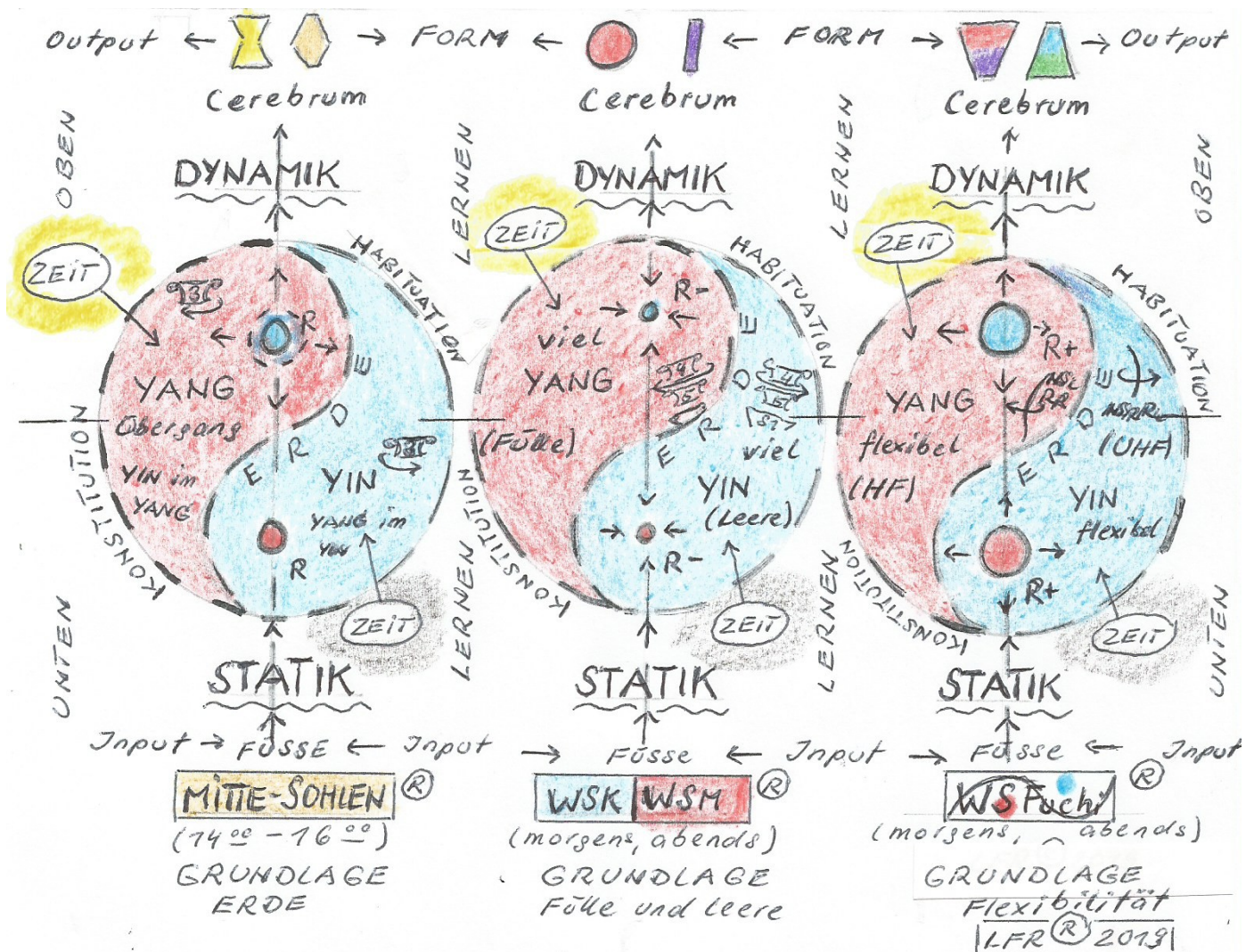


Gesundsein beruht auf gestaltlicher In-form-ation

Indikationen statischer Lernhilfen von Leopold Renner



Gesundheit mnemotechnisch betrachtet

Obiges Bild sagt mehr als tausend Worte! Gesundheit kommt zustande durch statische, dynamische, vegetative, funktio-elementare und zentralnervöse Informationen, die zur Gestaltbildung der Konstitution einer Person beitragen! Wird das Gehirn informiert, in welcher Form und Gestalt der Körper zu sein hat (Abgleich mit angeborener Konstitution) kann es Habituationen (Abgleich mit Gewohnheiten der erworbenen Konstitution) daraufhin untersuchen, ob sie physiologisch (dazu passend) oder pathophysiologisch (nicht dazu passend) sind. Das berührt den innersten Kern jeder guten oder schlechten Gesundheit.

Grundsätzlich ALLES, was man im Leben zu einem individuell gesunden Leben braucht, muss man erlernen und sich danach daran gewöhnen! Dies betrifft nicht nur unsere Ratio, sondern auch unseren autonom funktionierenden Körper.

Um dem Körper beim Erlernen individueller gesundheitlicher Vorgänge zu helfen, damit sie am Ende zu seiner angeborenen Konstitution besser passen, sind gesundheitliche Lernhilfen (Mnemotechnika) von großem Vorteil und eigentlich unverzichtbar. Die wichtigsten davon und ihre Indikationen werden in dieser Arbeit vorgestellt.

Jedes Bild, das man ohne Text betrachtet, ist mit unzähligen Bedeutungen (Informationen) durchwoben, die verbal nicht ausgesprochen werden müssen und oft auch nicht können. Es sind in der Regel zu viele Bedeutungen möglich, als dass man sie mit einem Text von Worten erfassen könnte. Im gesundheitlichen Kontext betrifft dies beispielsweise das „Fuchi-Zeichen“, in dessen Bild das relative Sein und Nichtsein von YIN und YANG symbolisiert wird (Taijitu).

Die Abbildung der drei Fuchi-Zeichen auf Seite 1 enthält eigentlich schon alles, was man braucht, um gesund zu werden, es langfristig zu bleiben und sein Ableben so lange wie möglich hinauszuschieben, sprich: Gesund alt zu werden. Das Taiji (Symbol für YIN und YANG) wird man nie ganz ergründen und in seiner Gänze auch nie ganz verstehen. Dazu reichen mehrere Menschenleben nicht aus.

Warum etwas „lernen“ und nicht einfach wie sonst auch „therapieren“ wie bisher, wenn es um die Verbesserung der Gesundheit geht? Therapieren lassen sich nur Störungen und Erkrankungen, aber nie die Gesundheit selbst. Sie steht im Gegensatz zur Therapie, weil sie schließlich ja das Ziel derselben darstellt.

*Jeder Mensch weist seine ihm eigene individuelle Konstitution auf. Angeborenes kann man nicht wie lästige Kleidung ablegen. Der gegenüber sind seine Gewohnheiten (Habitationen) wie Perlen an einer Schnur der erworbenen Konstitution aufgereiht. Es sind unzählig viele und manche davon ließen sich ablegen, wenn man lernen würde wie. Um dieses „Lernen“ als solches geht es. Manches davon wird man nicht als Gewohnheit bezeichnen wollen oder als solche erkennen. Doch grundsätzlich ist alles, was wir tun oder glauben tun zu müssen, von erworbenen Gewohnheiten abhängig und begleitet. Je länger eine Gewohnheit andauert , je stärker wird Ihre Auswirkung auf den Körper (kumulativer Effekt). Zahlreiche Gewohnheiten vereinbaren sich nicht mit unserer angeborenen Konstitution und dezimieren deshalb die Gesundheit. Im Lauf des Lebens verstärkt sich das mehr und mehr. Sich an etwas zu gewöhnen geht relativ einfach, sich zu entwöhnen, ist relativ schwierig. Kein Mensch kann sich mit dem Handling Tausender interner unbewusster Gewohnheiten auseinandersetzen, das muss der Körper autonom selbst tun, um sich vor Schäden zu schützen. Ach darum geht s in dieser Arbeit. Über ganz bestimmte, gesundheitlich gesehen wichtige Habitationen sollten wir unseren Körper aber von außen her unbedingt in Kenntnis setzen, damit er „lernt“, mit ihnen richtiger umzugehen. Wichtig in diesem Zusammenhang sind alle **statischen** Gewohnheiten, die zu einer Änderung des angeborenen konstitutionellen Gestaltbildes führen. Zu diesem Zweck eignen sich Lernhilfen in Form „**künstlich erzeugter statischer Formbilder**“.*

Jedes Tun bedarf einer Grundlage, auf der dieses Tun möglich wird. Die wichtigste Grundlage eines Menschen beruht zunächst einmal darauf, fest mit beiden Beinen auf der Erde stehen zu können. Seine Füße mit der Erde, auf die er geboren wurde, in Kontakt zu bringen und sie mit ihr zu verbinden. Das ist, wenn er als Zweibeiner Kindesbeinen entwachsen ist, seine wichtigste humane Grundlage. Diese Grundlage wird heute arg strapaziert. Unsere Fußsohlen, wie die gesamten Füße auch, sind Spürorgane erster Ordnung. Sie empfinden räumliche Unterschiede von einem Zehntel Millimeter, empfinden elektromagnetische Felder im Boden, empfinden kleinste Unterschiede von Feuchtigkeit und Trockenheit und von Wärme und Kälte im Boden, empfinden morphogenetische Felder von Pflanzen, Tieren und von Mikroorganismen und wissen instinktiv, ob der Platz, auf dem sie stehen und gehen, gut oder schlecht für ihren Körper ist. Nichts davon ist dem zivilisierten Menschen an diesem podalem Gespür und Instinkt verloren gegangen oder abhanden gekommen. Es ist alles noch da und wird auch unbemerkt ständig abgerufen und benützt. Vollumfängliche Gesundheit ist deshalb ohne Gesundheit der Füße nicht möglich.

*Jede Grundlage, die wir zum Gesundsein und zum richtigen Funktionieren benötigen, **verändert sich durch die Einwirkung der vergehenden Zeit**, wie sich auch der gesamte Körper zeitbedingt verändert. Die wichtigsten dieser Veränderungen vollziehen sich in sechs Zyklen innerhalb eines einzigen Tages.*

** * * * **

*1. Beginnen wir mit den **ersten beiden Zeitzyklen**, die primär mit dem **YANG** zu tun haben, um die Dynamik von Fülle-Prozessen im Gleichgewicht zu halten*

Von ca. 4 Uhr morgens an, beginnt das kleine YANG (Funktionskreis HOLZ) den Körper und seine Grundlagen zu verändern. Es entsteht Fülle in neutralen Ebenen (in der UHF-LISFAST-Gruppe*). Ab ca. 9 Uhr vormittags geht das kleine YANG in das große YANG (Funktionskreis FEUER) über und endet nach fünf weiteren Stunden gegen ca. 14 Uhr. Die „Feuerzeit“ verändert den Körper und seine Grundlagen, indem sich die entstandene neutrale Fülle auch auf nonneutrale Ebenen* ausdehnt (auf die HF-STABOF-Gruppe*). Unser Gehirn ist auf Formbilder angewiesen, um zu erkennen, welche Formen sich wie, wann, wo und warum zeitbedingt verändern müssen. Veränderungen und Formbilder (im Moment sind wir beim YANG) sind stets von der Zunahme der äußeren Lichtstärke abhängig. Spricht man vom Biorhythmus, spricht man automatisch auch von verschiedenen Lichtstärken, die diesen Rhythmus steuern. Licht, Zeit und Funktion sind gesundheitlich gesehen EINS.*

Wie kann man einem nichtgesunden Körper auf die einfachste Art und Weise mitteilen, dass er sich soeben in der „Holzzeit“ (neutrale Fülle = Parasympathikus gedämpft) oder in der „Feuerzeit“ (nonneutrale* Fülle = Sympathikus angeregt) befindet, um ihn auf nötige Veränderungen, die just in diesem Moment geschehen sollten, hinzuweisen? Einem gesunden Körper muss man so etwas nicht mitteilen,*

weil dessen Gewohnheiten (seine erworbene Konstitution) nicht im krassen Gegensatz zu dessen angeborener Konstitution stehen. Sonst wäre er nicht gesund. Gesunden Menschen genügt es, wenn soundsoviel äußeres Licht bestimmten Körperfunktionen zur Verfügung steht (herab gedimmte Helligkeit für Leber-Galle-Funktionen und herauf gedimmte Helligkeit für Herz-Kreislauf-Funktionen).

Nichtgesunden Menschen genügt das Ausmaß äußeren Lichtes nicht mehr. Ihnen kann zusätzlich aber der podale Input von zwei verschiedenen Neinofo-Korrektur-Sohlen helfen, über den der Körper auf statischem Umweg lernt, welche Veränderungen im Moment zustande kommen sollten. Das Interessante und Überraschende meiner Forschung ist die Tatsache, dass die Erzeugung bestimmter künstlicher statischer Formbilder (bspw. einer NSlRr-Skoliose*), dem eines ganz bestimmten elementaren Formbildes (bspw. dem Funktionskreis METALL) ähnlich ist. Somit lässt sich in praxi die Hervorrufung eines statischen Formbildes mit elementaren Formbildern verknüpfen und zu einer Funktionsanregung und cerebralen Bewusstseinsweiterung verwenden, an dessen Ende eine bessere Gesundheit steht.

Das morgendliche Tragen der A-Flächen von Neinofo-Wendesohlen **mite** erzeugt beispielsweise als Grundlage mehr YANG und Fülle und reduziert das begrenzende YIN und die gegenregulierende Leere. Der blaue YIN-Punkt im roten YANG-Feld des Fuchi-Zeichens verkleinert sich symbolisch gesehen. Dieses Formbild enthält:

- den Wunsch auf linkem Standbein zu stehen, damit sich das Becken nach rechts seitneigen kann (Entstehung eines NSr-Beckens*).
- Kreuzbein wird rechts seitgeneigt und bleibt dabei ungedreht oder rechts gedreht (Entstehung einer rechten Schiefe)
- LWK 5 und LWK 4 werden rechts geneigt und nach rechts gedreht (NSrRr*)
- eine ausgleichende Skoliose oberhalb in Form von NSlRr* wird erschwert
- Becken verzwängt sich in Richtung PI rechts, AS links* (immer Fülle-Hinweis)
- Dieses Formbild nimmt das Gehirn als „ **nicht gegenregulierte Fülle**“ wahr.
- Gemäß ist dieser Vorgang eigentlich nur der Konstitution eines **Fülle-Typen** (Retro-Stirn, Retro-Kinn mit fülligem Äußeren, rechter Augenschluss angenehmer als linker, Parasympathikusdämpfung konstitutionell erwünscht).
- Die Grundlage ist „Wunsch nach konstitutionell nötiger Fülle. Besteht zu viel Leere (ein Kennzeichen ist beispielsweise eine zu große Fülle in der Mitte, in Form eines zu dicken runden Bauches), kostet das Gesundheit.
- Das statische Formbild der neutralen Fülle verknüpft sich mit dem elementaren Formbild des Funktionskreises HOLZ (Aktionsebene = rechtsgeneigte untere LWS).

Das morgendliche Tragen der A-Flächen von Neinofo-**Fuchi**-Wendesohlen hingegen wirkt sich vollkommen anders aus. Es erzeugt als Grundlage zunächst ebenfalls mehr YANG und Fülle, jedoch keine neutrale Fülle* (lumbale Parasympathikusdämpfung) sondern eine nonneutrale Fülle* (sacrale Sympathikusanregung), wie sie dem „heimlichen Favoriten“ *(HF) zu eigen ist. Im Unterschied zum Tragen der

Wendesohlen mite (WSM) wird beispielsweise durch das Tragen der Wendesohlen Fuchi (WSF) folgendes statische Formbild erzeugt:

- *Der Wunsch auf dem linken Standbein zu stehen bleibt bestehen*
- *Das Becken neigt sich dadurch ebenfalls nach rechts (NSr-Becken*)*
- *Kreuzbein wird rechts seitgeneigt und nach links gedreht (NNSrRl*)*
- *Becken verzwängt sich in Richtung PI links und AS rechts**
- *LWK 5 und LWK4 sind rechts geneigt und wenig nach rechts gedreht*
- *LWK 3 ist waagrecht und deutlich nach rechts gedreht (auf RX sichtbar)*
- *ab LWK 2 entsteht eine rechts konvexe Skoliose NSlRr* (neutrale Leere* zur Begrenzung von nonneutraler Fülle* = **Schutzfunktion vor Krankheiten**)*
- *Dieses Formbild nimmt das Gehirn als „gegenregulierte Fülle“ wahr.*
- *Gemäß ist dieser Vorgang nur der Konstitution des **Heimlichen Favoriten*** (HF). Hinweisend sind Retro-Stirn, Promi-Kinn, linker Augenschluss fällt leichter als rechter; Parasympathikusanregung konstitutionell erwünscht, linkes Standbein wird als angenehm empfunden.*
- *Die Grundlage ist „Wunsch nach relativ viel Fülle oben und relativ viel Leere unten“. Kennzeichen einer Störung sind entweder zu viel Fülle in Mitte oder zu viel Fülle unten oder zuviel Leere oben.*
- *Im Fuchi-Zeichen ist dieser Vorgang symbolisch gesehen einer Vergrößerung des blauen YIN-Punktes im roten YANG-Feld ähnlich.*
- *Das künstlich geschaffene statische Formbild der nonneutralen Fülle* verknüpft sich mit dem elementaren Formbild des Funktionskreises METALL.*

*Auch wenn man fachlich nicht über das nötige Wissen verfügt, um diese Vorgänge im einzelnen zu verstehen und zu begreifen, zeigt diese Gegenüberstellung von zwei unterschiedlichen Neinofy-Korrektur-Sohlenkonzepten, dass sich anders, als etwas asymmetrisch von podal her auszuformen, kein statisches Formbild und auch kein anderes Formbild herstellen lässt. Orthopädische Einlagen sind zu so etwas nicht imstande. Auch andere Schuhzurichtungen oder Einlagesysteme erzeugen keine klassischen statischen Formbilder, die eine konstitutionelle Ordnung aufweisen würden. Auch kommt so etwas nicht zufällig zustande. Auch durch asymmetrische oder symmetrische Bewegungsübungen lassen sich nur dynamische **flüchtige** Formbilder erzeugen, nie statische bleibende. Dynamische Formbilder sind rasch vergänglich. Durch asymmetrische Ernährungsweisen (Vegetarismus, Veganismus, Makrobiotik, Trennkost usw) oder durch Genuß bestimmter Reiz- und Suchtmittel lassen sich ebenfalls nur innere Formbilder bestimmter Stoffwechsellmilieus erzeugen, aber nie statische. Selbstverständlich sind auch das Gewohnheiten mit kumulativem Effekt, die entweder das YIN im YANG vermindern oder vergrößern helfen. Dies leitet den Körper aber nicht zum spezifischen Lernen an. **Lernen kann er nur mithilfe statischer Formbilder.** Sie sind den elementaren Formbildern zum Verwechseln ähnlich. Die Verknüpfung fällt durch sie am leichtesten.*

Nichts kommt an die große Wirkung heran, die ein podaler Input auf den Körper hat, falls dieser die richtige Zusammensetzung an Informationen aufweist, die das

*individuelle statische Formbild einer Person mit dem Gestaltbild seiner angeborenen Konstitution verknüpfen hilft. Es ist absolut logisch und leuchtet auch jedem spontan ein, dass die menschliche Gestalt, die auf zwei Beinen auf der Erde steht, nichts weiter ist, als ein individualisiertes statisches Formbild, deren innere Persönlichkeit asymmetrisch codiert sein muss, um zu diesem Erscheinungsbild zu passen. Die Einschleusung cerebral lesbarer Informationen über beide Fußsohlen, muss unbedingt in Form statischer Bilder erfolgen, wenn Sie gesundheitsverbessernd wirken sollen. Trägt man eine Seite seiner Wendesohlen (nämlich die, die das individuelle statische Formbild enthält) über längere Zeit (unterbrochen nur durch kurze Pausen), wird daraus eine gesundheitsstärkende Gewohnheit, deren positive Auswirkungen sich im Lauf der Zeit immer mehr verstärkt und summiert. Trägt man richtig ausgewählte Wende-Sohlen-Seiten nur kurze Zeit, kommt es zu keiner kumulativen Gesundheitsverstärkung, auch dann nicht, wenn es die richtigen Seiten wären. Zu kurzes Tragen wirkt weder gesundheitssteigernd noch lebenverlängernd. Es ist vergeudete Zeit. Das ist mit allem Nützlichen so, an das man sich nicht gewöhnt. Deshalb kann man durch kurzfristiges Tragen von Neinofy-Korrektur-Sohlen auch nichts erreichen, kann Beschwerden nicht primär beseitigen und auch kaum gesünder werden. Das geht nur, wenn man die richtigen Funktionsflächen **seiner** Sohlen kennt und herausfindet und diese dann möglichst lange Zeit anwendet und das zu **seiner** Gewohnheit macht.*

Neinofy-Korrektur-Sohlen gleich welcher Art, müssen deshalb, richtig ausgewählt, werden. Nachdem die Auswahl mitunter ziemlich schwierig ist, und eine solche deshalb nur wenigen Menschen oder Therapeuten zuzumuten ist, übernehmen wir die Auswahl gerne für Sie. Um ein Ausprobieren, welche Sohlenfläche die richtige ist, kommt ohnehin niemand herum, weil man trotz allen geglaubten Wissens um Zusammenhänge, in niemanden hineinsehen kann. Ohne Testen geht hier nix!

Wie geht das Testen im YANG-Bereich der Fülle-Dynamik in praxi vor sich? Sie benötigen dazu meist zwei verschiedene Wendesohlen, um einen Vergleich zu haben (ein Paar WSM (Wendesohlen mite) und ein Paar WSF (Wendesohlen Fuchi):

- Beginnen Sie das Testen zuerst mit dem Paar WSM, indem Sie 2 - 3 Tage hintereinander 2 – 3 Stunden lang am Vormittag mit Ihren Füßen auf den „A-Flächen“ der Sohlen zubringen. Bleibt dies ohne Nebenwirkungen und negativen Reaktionen, ist das bereits der richtige Sohlentyp für Sie. Kommt es hingegen zu Unwohlsein, zu Verstärkung von Beschwerden, zu Reaktionen in Gestalt bisher unbekannter Beschwerden, sind die WSM nicht die richtigen gesundheitlichen Lernhilfen und man kann den Test auch früher abbrechen.*
- Legen Sie nach Testphase 1 zwei Tage Tragepause ein und testen Sie danach das Paar WSF, indem Sie auch dieses an 2 – 3 Tagen testen und vormittags auf den A-Flächen zubringen. Fühlen sich diese deutlich besser an und Sie fühlen sich durchs Tragen deutlich wohler und es kommt zu keinen negativen Reaktionen oder Beschwerdeverschlechterungen, dann ist das der richtigere Sohlentyp für Sie, den Sie nun über lange Zeit anwenden könnten. Ihr Körper lernt mithilfe des statischen Formbildes, das diese Sohlen im Körper eines Trägers erzeugen, sein konstitutionelles Gestaltbild kennen und beginnt ganz*

langsam, alles gesundheitlich Relevante der richtigen Reihenfolge nach, seinem konstitutionellen Gestaltbild anzugleichen. **Vollumfänglich gesund und heil zu sein ist nur möglich, wenn sich IST-Zustand (das Jetzt der erworbenen Konstitution) mit dem konstitutionellen SOLL- Zustand (der vorgesehenen angeborenen Konstitution) in ähnlicher Weise deckt. Das Herstellen eines statischen Formbildes (durch Tragen bestimmter Neinofy-Korrektur-Sohlen zu einer bestimmten Zeit über einen möglichst langen Zeitraum) ist eine relativ sicher wirkende Lernhilfe, um die Konstitution eines Menschen gesundheitlich positiv zu berichtigen.**

Wie ist das konstitutionelle Gestaltbild und statische Formbild der beiden Sohlenträger und Konstitutionen zusammengesetzt? Um was geht es ursächlich?

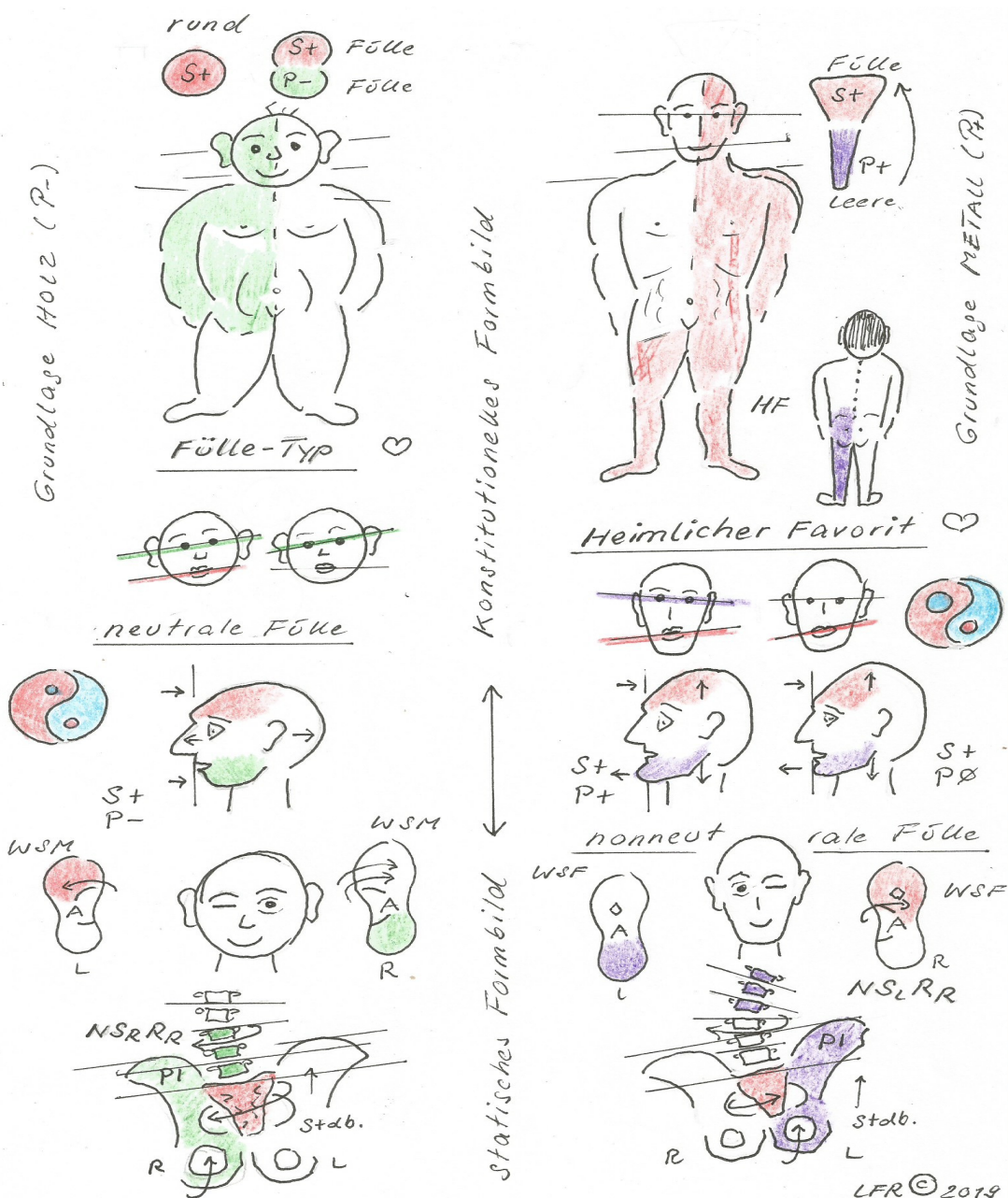


Abbildung 2 zeigt die Charakteristika der YANG-Fülle, nach denen sich der Praktiker orientiert

Die Anwendung der A-Flächen von Wende-Sohlen mite (WSM) passt gut , wenn:

- *keine Abwehr-Reaktionen von seiten des Körpers während des Tragens erfolgen. Die WSM müssen sich angenehm tragen, ein körperliches und seelisches Wohlgefühl hervorrufen und bestehende Beschwerden lindern. Sie dürfen keine negativ empfundenen Reaktionen hervorrufen.*
- *Die Konstitution des Fülle-Typen ist rund, schwer, meist übergewichtig, oft kleinwüchsig und eher breitwüchsig als hochwüchsig. Der Sympathikus-Einfluss dominiert weil der **Parasympathikus-Einfluss genetisch gedämpft** ist. Sichtbar ist das an einem **Retro-Kinn** (nach hinten fliehendes Kinn) und an einer **Retro-Stirn** (nach hinten fliehende, niedrig erscheinende Stirn). Eine zusätzliche rechte Augenschiefe oder rechte Mundschiefe oder beides zusammen komplettiert dieses konstitutionelle Gestaltbild.*
- *Ein linkes Standbein fühlt sich angenehmer an als ein rechtes. Der rechte Augenschluss ist angenehmer und leichter möglich als der linke. Beide innere Fußgewölbe sind gut ausgebildet, das rechte wirkt etwas höher als das linke.*
- *Das statische Formbild zeigt folgende Besonderheiten: Beinverkürzung rechts wahrscheinlich, Beckenverwringung PI rechts, AS links, untere LWS ist rechts gedreht, oft gleichzeitig auch rechts seitgeneigt. Dies erfasst auch LWK 3 und kann auch noch höher gehen. Eine ausgleichende Skoliosierung (in Form von NSIRr*) wird durch waagerechte nach rechts gedrehte Wirbelkörper vermieden (Skoliosierungen größeren Ausmaßes sind fast immer Leere-Hinweise, selten Fülle-Hinweise).*
- *Deckt sich das statische Formbild mit dem konstitutionellen Gestaltbild, herrscht eine relativ gute Gesundheit vor. Gefährdet wird der Fülle-Typ eigentlich nur durch einen einzigen Umstand , das ist sein Bauchfett. Das Körperfett des Fülle-Typen richtet oberhalb des Bauches (also im oberen Körper und in den oberen Extremitäten sowie unterhalb des Bauches in den unteren Extremitäten meist keinen Schaden an. Ist der Bauch zu rund , zu schwer und zu fett, ist der Fülle-Typ in ernsthafter Krankheitsgefahr. Die Anwendung der WSM helfen ihm, sein Körperfett besser zu verteilen, vom Bauch weg nach oben und unten zu verteilen.*
- *Stellt man das statische Formbild des Fülle-Typen durch Tragen der A-Flächen von WSM her (Haupt-Kennzeichen = deutlich sichtbares Retro-Kinn + Retro-Stirn + linkes Standbein), lernt der Körper dieses künstlich geschaffene Formbild mit seinem natürlichen konstitutionellen Gestaltbild zu verknüpfen. Eine solche Verknüpfung braucht allerdings Zeit und Geduld!*
- *Es ist vollkommen klar, dass ein Fülle-Typ, dessen Parasympathikus gedämpft ist, gesundheitlich wesentlich mehr gefährdet ist, als beispielsweise ein heimlicher Favorit*, weil kein Schutz vor Überhitzung und Überfüllung vorhanden ist. Es kann deshalb aus diesem Grund sein, dass Fülle-Typen mit Fuchi-Wendesohlen (WSF) besser zurechtkommen als mit WSM und diese auch besser vertragen, obwohl sie konstitutionell eigentlich nicht richtig wären. **Im Zweifelsfall rate ich deshalb Anwendern, die Fülle-Typen sind,***

unbedingt einen zweiten Testdurchlauf mit WSF zu machen.

Bitte beachten Sie meine Arbeit „Der Mitgebiss-Test“. Sie finden sie auf www.renner-methode.de (FORSCHUNG) und auf www.neinofy.com (Literatur). Fällt der Mitgebiss-Test in irgend einer Art und Weise pathologisch aus, ist es alternativlos wichtig, den podalen Input der richtigen Neinofy-Korrektur-Sohlen einzusetzen, weil das statische Formbild schwer in seinem Aufbau gestört ist. Die Farben in den Sohlen der Abbildung 2 weisen darauf hin, welcher Fußteil mehr belastet werden sollte:

WSM: rechts hinten (grün) erzeugt die richtige Asymmetrie in der unteren LWS, links vorne (rot) erzeugt die richtige Asymmetrie im Bereich des Sacrums, beides zusammen erzeugt im Becken rechts PI. und links AS, das zur Konstitution eines Fülle-Typen passt.

WSF: rechts vorne (rot) erzeugt die richtige Asymmetrie im Bereich des Sacrums (NNSrRl), links hinten (violett) erzeugt die richtige Asymmetrie im Bereich der oberen LWS und stellt LWK 3 waagrecht, beides zusammen erzeugt im Becken die passende Asymmetrie zur Skoliose NSlRr (links PI, rechts AS), die zur Konstitution eines HF passt.

Damit schließt sich der Kreis des Fuchi-Zeichens, dessen blauer YIN-Punkt im roten YANG-Feld klein gehalten werden muss, möchte man einem echten Fülle-Typen gesundheitlich nützen.

Anmerkung: In sämtlichen Neinofy-Korrektur-Sohlen (in sämtlichen!) sind, zwischen zwei inneren Kartonflächen verbaut, biologische Stoffe enthalten, die den Wirkcharakter der hervorzurufenden Physiologie auf der einen Seite und der angeborenen Konstitution auf der anderen Seite entsprechen und verstärken, indem sie lokal auf ganz bestimmte Fußsohlen-Orte einwirken.

.....

Die Anwendung der A-Flächen von Fuchi-Wendesohlen (WSF) passt gut, wenn:

- keine Abwehrreaktionen während des Tragens auftreten und sich die Sohlen rundum angenehm anfühlen, sich bestehende Beschwerden vermindern oder ganz aufheben und ein körperliches und seelisches Wohlfühl dabei entsteht.*
- Die Konstitution ist athletisch, muskulös, sehnig, oben füllig (Brustkorb, Schultergürtel, Arme) unten schlank (Beine, Füße), Bauch ist flach und muskulös. Es besteht Normalgewicht, die Gestalt ist meist hochwüchsig. Der Sympathikus-Einfluss dominiert oben (S-plus), der Parasympathikus-Einfluss dominiert im Bereich der unteren Extremitäten (Neigung zu kalten schlanken Füßen und heißem Kopf). Gut ausgebildete Taille, schmales Becken. Sichtbar im Gesicht sind entweder ein Promi-Kinn (nach vorne ragendes Kinn) oder ein unauffälliges Kinn in Verbindung mit einer Retro-Stirn. Eine linke Augenschiefe weist auf die Skoliosierung „NSlRr*“ in der oberen LWS, eine rechte Mundschiefe auf ein rechtsgeneigtes Sacrum „NNSrRl*“ hin.*

Beides , falls vorhanden, komplettiert das konstitutionelle Gestaltbild.

- *Ein linkes Standbein fühlt sich auch hier angenehmer an als ein rechtes. Beide innere Längsgewölbe der Füße sind normal ausgebildet. Das rechte etwas höher und deutlich sichtbarer als das linke (Hohlfüße sind Fülle-Hinweise). Der linke Augenschluss ist angenehmer und fällt leichter.*
- *Das statische Formbild zeigt folgende Besonderheiten: Beinverkürzung rechts möglich und wahrscheinlich. Beckenverwringung links PI und rechts AS. Kreuzbein rechts geneigt und links gedreht (NNSrRl), untere LWS rechts geneigt und nur wenig rechts gedreht. LWK 3 waagrecht und deutlich rechts gedreht, ab LWK 2 sichtbare rechtskonvexe Skoliose vom Typ „NSlRr“ (Leere-Hinweis, die durch sehr schlank ausgebildete untere Extremitäten belegt wird).*
- *Deckt sich das statische Formbild mit dem konstitutionellen Gestaltbild herrscht eine gute Gesundheit vor. Gesundheitlich gefährdet wird der HF eigentlich nur durch den Umstand des Fehlens seiner NSlRr-Skoliose (die oft nur dezent vorhanden ist, sichtbar nur im RX). Dadurch entsteht zuviel untere Fülle, die ihm seine Flexibilität raubt.*
- *Stellt man das statische Formbild des HF durch Tragen der A-Flächen der WSF her, lernt der Körper dieses künstliche Bild im Lauf der Zeit mit seiner natürlichen Konstitution zu verknüpfen und später auch zu realisieren.*
- *Die Fülle oben (S plus), die durch Leere unten (P plus) gezügelt wird, schützt dieses Naturell vor Krankheiten und hält es gesund.*
- *Auch hier weise ich auf meine Arbeit hin, die den „**Mittebiss**“ betrifft. Wäre der gestört, ist es alternativlos wichtig, WSF lange zu tragen, weil das statische Formbild in seinem Aufbau schwer gestört ist.*
- *Durch das Tragen der A-Flächen von WSF gewinnt jeder Körper an Flexibilität, das ist besonders für die Konstitution des **Heimlichen Favoriten** wichtig. Schaut man symbolisch gesehen auf das Fuchi-Zeichen eines HF, dann vermehrt sich das YIN im YANG durch das Tragen von Fuchi-Sohlen und vermindert sich nicht, wie das beim Tragen der A-Flächen von WSM der Fall ist.*

.....

Am Schluss noch etwas zur Tragezeit:

Grundsätzlich erreicht man sein YANG am besten in der Zeitspanne „früher Morgen bis Mittag“ . Ich rate deshalb Trägern von WSM oder WSF dazu, bereits am Morgen, zu beginnen, die A-Seiten zu tragen und die Tragezeit bis zum Mittag hin auszudehnen. Um 12 Uhr würde ich die Sohlen spätestens entnehmen und das Tragen für diesen Tag ganz einstellen.

Eine Ausnahme gibt es. Erweist sich das Tragen als angenehm und gesundheitlich nützlich und es sind am späten Nachmittag oder Abend massive Beschwerden vorhanden, ist es grundsätzlich einen Versuch wert, die A-Seiten von WSM oder WSF auch am Abend für einige Stunden zu tragen. Bessern sich oder verschwinden die

Beschwerden daraufhin, war diese Taktik richtig. Wenn nicht, würde ich die Sohlen am nächsten Tag wenden und auf den B-Flächen einige Stunden zubringen, falls die Beschwerden am nächsten Abend noch vorhanden wären.

Damit verlassen wir die Fülle-Dynamik der YANG-Seite und betrachten die Veränderungen, die die vergehende Zeit zwischen dem späten Nachmittag und Abend (Zeit des kleinen YIN) und der Zeit vor und nach Mitternacht (Zeit des großen YIN) in uns gesundheitlich bewirkt.

2. Der vierte und fünfte Zeitzyklus eines Tages, der primär mit dem YIN zu tun hat, um die Dynamik von Leere-Prozessen im Gleichgewicht zu halten

Von ca. 16 Uhr an, beginnt das kleine YIN (der beginnende Parasympathikus-Einfluss) den Körper und seine Grundlagen zu verändern (Funktionskreis METALL). Neutrale Ebenen (genauer, die HF-LISFAST-Gruppe) beginnt sich zu „leeren“.*

- Verständlicher ist ein Vergleich mit der täglich wechselnden Ebbe und Flut, die sich auch in unseren Körpern symbolisch gesehen vollzieht und zu beobachten ist. Während YANG-Prozesse als „Flut der Dynamik, Hitze, Röte, Feuchtigkeit und Fülle“ bezeichnet werden kann (Rubor, Calor, Tumor > Dolor), die die UHF-LISFAST-Gruppe* und die HF-STABOF-Gruppe* im besonderen erfassen, können YIN-Prozesse symbolhaft als Ebbe der Dynamik, Hitze, Röte, Feuchtigkeit und Fülle“ bezeichnet werden. In den Strukturen der HF-LISFAST-Gruppe* und der UHF-STABOF-Gruppe* kommt es im besonderen zur Beruhigung und Sedierung, zur Abkühlung, Trocknung, Blässe und Leere.*

Ab ca. 21 Uhr abends geht das kleine YIN in das große YIN über (normalerweise herrscht starker Parasympathikus-Einfluss nachts vor) und endet nach weiteren 5 Stunden gegen ca. 2 Uhr (Funktionskreis WASSER). Die „Wasserzeit“ verändert den Körper und seine Grundlagen auf andere Art und Weise, indem sich die Leere (Ebbe) von vorher neutralen Ebenen auch auf nonneutrale Ebenen* ausweitet (UHF-STABOF-Gruppe*). Unser Gehirn nimmt die entstehenden Veränderungen und Formbilder als Leere-Vorgänge (Ebbe-Vorgänge) wahr, weil das rhythmische Außenlicht abends mehr und mehr abnimmt und gegen Mitternacht normalerweise Dunkelheit herrscht. Licht, Zeit und Funktion werden gesundheitlich gesehen EINS.*

*Wie kann man einem nichtgesunden Körper auf die einfachste Art und Weise mitteilen, dass er sich soeben in der „Metallzeit“ oder „Wasserzeit“ befindet, dass Ebbe in ihm herrschen soll, dass sein Parasympathikus aktiviert sein sollte und dass calor-tumor-dolor-rubor momentan fehl am Platz sind? Auf welche einfachste Art und Weise kann man einen Nichtgesunden auf die nötigen physiologischen Veränderungen, die just in diesen Zeitphasen geschehen sollten, aber fehlerhaft geschehen, hinweisen? Das geht nur durch podale **In-form-ation**, indem ein **statisches Formbild erzeugt wird, das diesen Funktionskreisen ähnelt!***

Ein gesunder Körper braucht solche Mitteilungen nicht, denn er ermisst sie an der abnehmenden Lichtstärke des Außenlichts. Jeder halbwegs gesunde Mensch kann, ohne auf die Uhr zu sehen, abends halbwegs genau sagen, wie spät es ist. Dessen Gewohnheiten (seine erworbene Konstitution als Ergebnis) stehen nicht im krassen Gegensatz zu seiner angeborenen Konstitution. Somit ist die eintretende Dämmerung am Abend (der Beginn der Ebbe) Anlass das Respirationssystem, die Dickdarm-tätigkeit, die Regeneration der Haut und die Abwehrtätigkeit anzuregen. Die Dunkelheit (maximale Ebbe) gibt Anlass das Urogenital-System, die unteren Öffnungen, das Akkustische in uns, Knochen, Skelett, Zähne, Kopfschädel und das im Menschen genetisch Angelegte, das Ererbte anzuregen. Während das große YIN unsere angeborene Konstitution aufbewahrt und beschützt, wird im YANG die erworbene Konstitution, die aus Gewohnheiten bestehende, bearbeitet.

*Nichtgesunden genügt dieser optische Anlass nicht mehr. Ihnen kann (müsste) ersatzweise und zusätzlich der podale Input von zwei verschiedenen aufgebauten Neinofy-Korrektur-Sohlen helfen, durch deren Tragen der Körper lernt, welche physiologischen ebbegemäßen Veränderungen in dieser Zeitspanne notwendig wären, um gesund zu sein. Auch hier im Bereich der YIN-Dominanz in Form dynamischer Leere-Prozesse, ist die Erzeugung von statischen Formbildern allen anderen Lernhilfen weit überlegen. **Ein Bild ist verbalen Texten immer überlegen!***

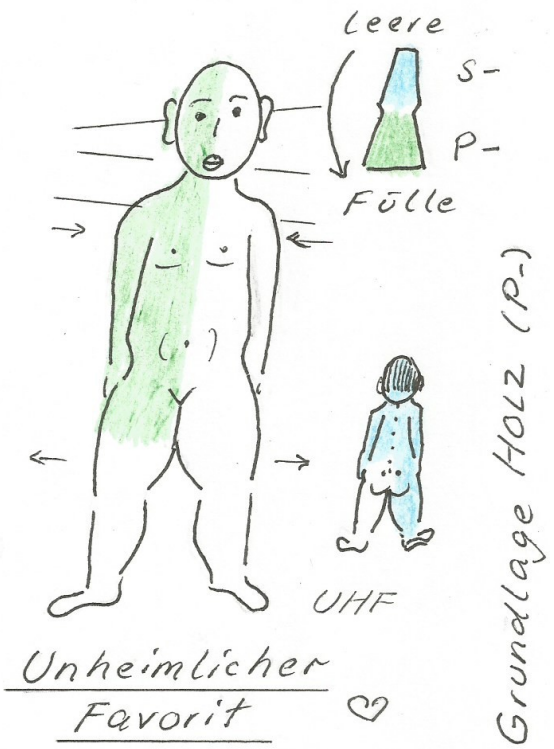
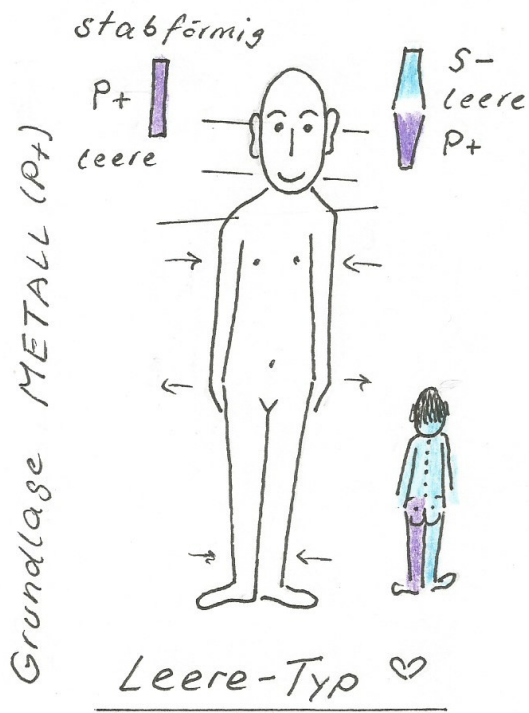
YANG ist heutzutage deutlich einfacher zu stimulieren wie YIN! YANG ist bei den meisten Menschen heute dauerstimuliert. Denken wir an das Zivilisationstrauma und den adrenergen Stress, den dieses Trauma erzeugt. Der Anregungsprozess dissimilatorischer Prozesse ist deshalb schwieriger, als der assimilatorischer Vorgänge. Jeder Körper des heutigen Menschen reagiert deshalb weitaus empfindlicher, wenn man in ihm Leere fördert als wenn man in ihm Fülle fördert. Das ist verständlich.

*Zwei Neinofy-Wende -Sohlen kommen in Frage, wenn es darum geht, die physiologischen Vorgänge und Prozesse der Leere-Dynamik anzuregen, die symbolhaft im Bild der Ebbe und Statik verankert sind. Dem Körper muss das bewusst werden, damit er lernt mit diesen Prozessen in normaler und gesunder Art und Weise umzugehen. Dies sind die Wende-Sohlen **klassisch (WSK)** und die Wende-Sohlen **Fuchi (WSF)**.*

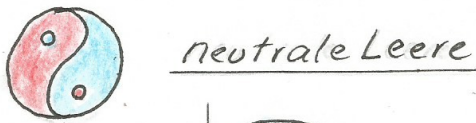
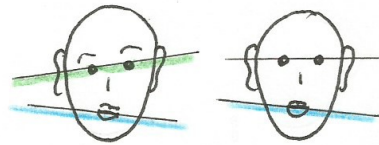
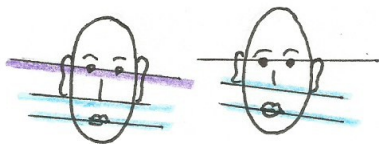
Auf der YANG-Seite war es einfach. Um Fülle und Flut in uns zu erzeugen, gibt es podal gesehen nur drei Möglichkeiten:

- füllen ohne Gegenregulation (Einsatz der A-Flächen von WSM zur Füllezeit)*
- füllen mit Gegenregulation (Einsatz der A-Flächen von WSF zur Füllezeit)*
- leeren der Mitte mit Mitte-Sohlen (kommt später)*

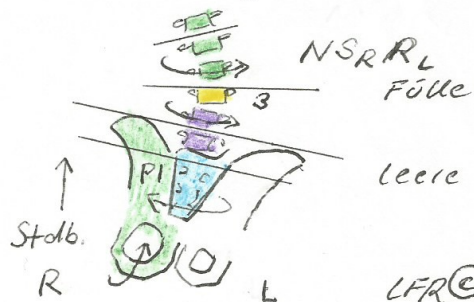
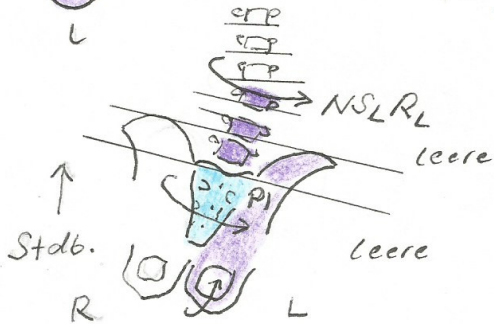
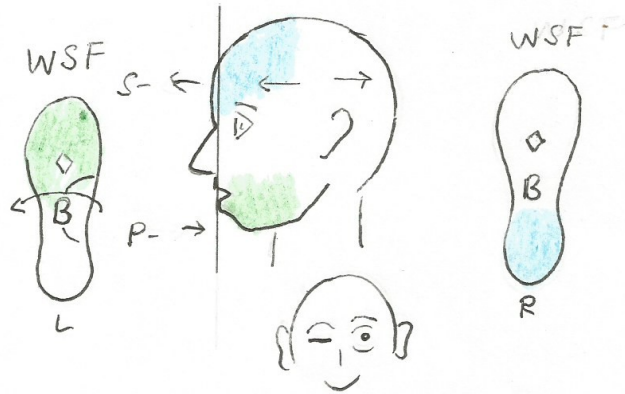
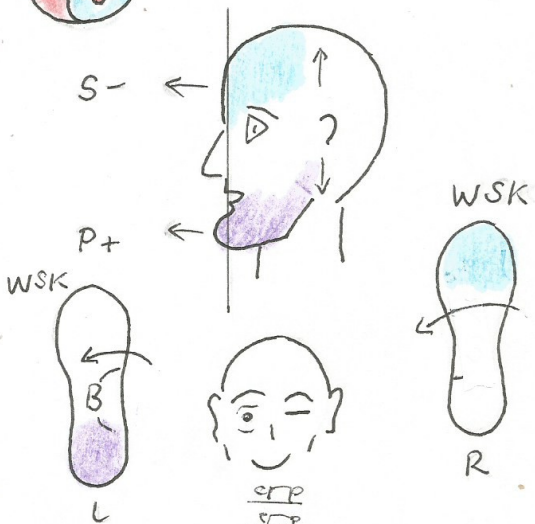
Auf der YIN-Seite ist es deutlich schwieriger. Um Ebbe und Leere in uns zu erzeugen, gibt es zahlreiche podale Möglichkeiten, die wiederum durch Testdurchläufe ermittelt werden müssen. Welche davon zu keinen körperlichen Abwehrmaßnahmen führen, sind die richtigen.



Konstitutionelles Formbild - YIN



nonneutrale Leere



statisches Formbild

LFR © 2019

Abbildung 3 zeigt die Charakteristika der YIN-Leere nach denen sich der Praktiker orientiert

Betrachten Sie Abbildung 3. Auf Ihr wurde links die Konstitution des **Leere-Typen*** und rechts die Konstitution des **Unheimlichen Favoriten* (UHF)** skizziert. Beide Konstitutionen sind sehr oft beim weiblichen Geschlecht zu verorten (nicht nur, aber typischerweise oft). Was auf der Abbildung sofort auffällt, ist die sichtbare Verteilung der körperlichen Fülle und Leere.

Während beim Leere-Typ überall neutrale und nonneutrale Leere* vorherrscht (oben, Mitte, unten), was sich in einem recht unangenehmen Kältegefühl äußert (friert selbst noch bei 25 Grad Umgebungstemperatur), wird beim UHF die nonneutrale Leere* oben durch neutrale Fülle* unten konstitutionell und anlagebedingt kompensiert.

Beiden nützt ein rechtes Standbein, weil dadurch eine linke Kreuzbeinschiefe (NNSI*) und dadurch etwas weiter oben eine nonneutrale linke Schiefe innerhalb der unteren LWS erfolgt. Der Motor der Leere ist statisch gesehen als ein Formbild anzusehen, das zwei Folgen haben kann:

- beim Leere-Typ reicht normalerweise die untere linke lumbale Schiefe über LWK 3 hinauf und erfasst oft auch noch LWK 2 und LWK 1 und wird dann durch waagrecht stehende craniale Wirbel ausgeglichen. Ich habe NSrRI auf tausenden RX-Aufnahmen gesehen. Das bedeutet, dass das Gehirn das statische Formbild einer **nicht gegenregulierten Leere** wahrnimmt und den übrigen Körper dahingehend parasymphikomimetisch steuert.
- beim **UHF** hingegen ist es so, dass die caudale linke nonneutrale Schiefe* cranial **normalerweise** bei LWK 3 endet, der verhält sich als einziger Lendenwirbel waagrecht und bleibt dabei deutlich sichtbar linksgedreht. LWK 2 und zwei weitere cranial folgende Wirbelkörper neigen sich skoliotisch nach rechts und drehen sich weiterhin nach links (neutrale NSrRI-Skoliose klassischer konstitutioneller Ausprägung*). Ich habe auch das auf tausenden Aufnahmen beobachtet. Das bedeutet in diesem Fall, dass das Gehirn eines UHF das statische Formbild einer **gegenregulierten Leere** wahrnimmt und sich mit **neutraler Fülle*** gegen ein zu starkes Leerwerden **schützt**. Funktioniert dieser Mechanismus, ist ein UHF gesund und man nimmt das Gestaltbild „Oben normal schlank, unten deutlich fülliger als oben“ wahr. Funktioniert dieser Mechanismus nicht (bei erworbenen und angeborenen Konstitutionen) nimmt man das Gestaltbild „Oben viel zu schlank im Vergleich zu unten, wo deutlich zu viel Fülle vorherrscht“, wahr.

Der angeborene **Leere-Typ** (in meinem Sachbuch „Der heimliche Favorit*“ als Frau P. bezeichnet) weist einen schmalen hochwüchsigen Schädel mit Promi-Stirn und Promi.Kinn auf. Sind frontal gesehen auch noch eine linke Augenschiefe (Hinweis auf Skoliose NSrRI*) und eine linke Mundschiefe vorhanden (Sacrum NNSI*) ist das Bild komplett. Die Symptomatik (blau-violett), die darauf hindeutet, sich diesem Naturell konstitutionell, somit gesundheitlich anzunehmen, findet auf der Körperrückseite statt. YIN ist hier nicht synonym mit LEERE. Der Leere-Typ verfügt über relativ viele YANG-Fähigkeiten (Energiebündel), der UHF über relativ viele YIN-Fähigkeiten (weibliches ruhendes Prinzip). Die Gestalt ist vollschlank, stabförmig und zu dünn.

Der angeborene **UHF** (Frau P. In abgeschwächter Form) hingegen weist einen eher runden Schädel auf, der eher breitwüchsig als hochwüchsig ist. Die Promi-Stirn wirkt rund nach vorne gewölbt und verläuft nicht so senkrecht wie beim Leere-Typ (ähnlich einer Babystirn). Das Kinn flieht nach hinten in Form eines deutlich sichtbaren Retro-Kinns. Wäre auch noch eine rechte Augenschiefe und linke Mundschiefe vorhanden, komplettiert sich dieses Bild. Die Symptomatik eines UHF, wenn es um gesundheitliche Belange geht, auf die der Körper hinweist, wird einmal nach rechts oben (grün in Abb.3) und nach hinten (blau in Abb.3) projiziert. YIN ist mit UHF weitgehend synonym. Der UHF verfügt über deutlich mehr YIN-Fähigkeiten als YANG-Fähigkeiten (ruhendes struktives, auf Ausgleich bedachtes weibliches Prinzip). Findet man Frauen mit überbordender unterer Fülle, ist das langzeitige Tragen und Gewöhnen an die richtig gewählten Neinofy-Korrektur-Sohlen alternativlos wichtig und notwendig. Wie sonst soll man deren Konstituion normalisieren?

Das Sohlenkonzept der WSK (Wendesohlen klassisch) passt besser zum angeborenen Leere-Typ, das Fuchi-Konzept (WSF) besser zum UHF. Ausnahmen von dieser Regel kommen aber häufig vor, so dass es zahlreiche podale Möglichkeiten gibt. Ein Versuch, alle denkbaren Möglichkeiten zu testen, erscheint auf den ersten Blick abwegig, ist in praxi aber eigentlich notwendig, wenn man bedenkt, dass man Neinofy-Sohlen der Gewöhnung wegen lange tragen solltw, um in den Genuß der kumulativen Verstärkung der Gesundheitsauswirkung zu kommen. Peinlich, wenn das Sohlenkonzept anfangs falsch gewählt wurde, weil man versäumt hat, die verschiedenen Möglichkeiten vorher zu testen. Ganz klarer Fehler. Niemand, auch ich nicht, kann theoretisch etwas konzipieren ohne es praktisch zu erproben. Das habe ich jahrelang mit äußerst geringem Erfolg versucht. Es geht ohne persönliche Testung nicht, was sich als angenehm oder eher unangenehm erweist.

Fassen wir dahingehend nochmal zusammen:

- **Leere-Typen** sollten zuerst die B-Seiten von WSK testen, diese allerdings nicht am Vormittag sondern am späten Nachmittag ab 16 Uhr tragen. Erweisen Sie sich als unverträglich, testen sie die B-Seiten von WSF ebenfalls am späten Nachmittag. Scheiden auch die WSF aus, weil sie zuviel Wirbel machen, dreht man einfach die Zeit um und testet die beiden Konzepte am Vormittag. Passt auch das nicht wählt man die richtigen „Mitte-Sohlen“ zum Testen, die in der Mitte des Nachmittags getragen werden (Sohlen vom Sanduhr-Typ). Den Sohlentyp, der sich nach dem Testen als der verträglichste erweist, sich angenehm trägt und ein gutes gesundheitliches Gefühl hinterlässt, wählt man zum längeren Tragen. Auch hier gilt wieder, die fünf Werkstage über tragen. Samstag/Sonntag ist Tragepause. Solange tragen bis die Gesundheit gefestigt ist. Eine Festigung der Gesundheit zeichnet sich dadurch aus, dass der Leere-Typ keine Beschwerden mehr auf seiner Rückseite hat. In diesem Fall könnte er solange pausieren, bis wieder rückwärtige Beschwerden einsetzen. Sollten weder die B-Seiten von WSK, WSF noch Mitte-Sohlen ein zufriedenstellendes Ergebnis, zu welcher Zeit auch immer, zustande bringen, sprich, die Gesundheit lässt sich dadurch nicht verbessern, geht man zum

Füllen des Leere-Typen über und testet die A-Seiten von WSF, die man vormittags einsetzt. Eine dieser Test-Strategien passt und ist die richtige. Man sieht hieran, wieviele podale Möglichkeiten nur alleine für den Leere-Typ in Frage kommen könnten. LEEREN (Ebbe) ist viel schwieriger als Füllen.

- *UHF tun sich leichter. Für sie kommen eigentlich nur drei Möglichkeiten einer Testung in Betracht:
Testen, ob die B-Seiten der WSF am Spätnachmittag ok sind oder sich am Vormittag positiver auswirken
Testen, ob die A-Seiten der WSF am Vormittag sich besser auswirken
Testen, ob die Mitte-Sohlen sich besser auswirken.
Die gesundheitliche Festigung eines UHF zeichnet sich dadurch aus, dass keine Beschwerden mehr im Bereich „GRÜN“ und keine mehr im Bereich „BLAU“ (siehe Abb. 3) auftreten. Auf dieses Ziel muss man hinarbeiten.*

Der Sohlenhersteller, die „W-Planet Info&Beratung GmbH“ im bayerischen Mühldorf am Inn, betreut jeden Sohlenträger und hilft ihm, sich in diesem Labyrinth zurechtzufinden und alles der richtigen Reihenfolge nach richtig zu machen. Notwendig hierzu sind Feedbacks von Seiten der Anwender und Anfragen bei Unsicherheiten an den Hersteller über die Mail-Adresse : info@neinofy.de oder telefonisch über eine unserer Service-Nummern (zu finden auf Website www.neinofy.com, oben links auf Startseite). Der Sohlenhersteller alleine ist der richtige Ansprechpartner bei allen Fragen, die beim Sohlentragen auftreten. Kommunizieren Anwender nicht, kann man sie auch nicht korrekt betreuen.

Gesundsein beruht stetst auch auf gestaltlicher In-formation, die durch die künstlich erzeugte Lernhilfe „Richtiges Statisches Formbild“ ermöglicht wird. Künstliche Intelligenz hilft damit natürlicher Intelligenz. Dazu bedarf es der intensiven Betreuung jedes Anwenders und unserer Erfahrung, um das richtige statische Formbild zuerst einmal zu herauszufinden, es dann handwerklich richtig herzustellen und danach gewohnheitsmäßig im Körper zu verankern. Derart Erworbenes muss weitgehend zum Angeborenen passen. Gesundheit ist nichts weiter, als Kompatibilität zwischen dem gesundheitlich Vorgesehenen und dem gesundheitlich Momentanem zu erreichen. Die Füße des Menschen sind der einzige Ort, über den statische Formbilder als Input eingegeben werden können. Output darauf hin ist eine bessere Gesundheit und ein länger währendes Leben. Der Mensch wäre theoretisch unsterblich, wenn es ihm gelänge, den Motor der YANG>YIN>Übergänge und den der YIN>YANG> Übergänge ständig am Laufen zu halten. Dies scheint uns vom Schicksal her leider nicht bestimmt zu sein. Was man aber versuchen kann ist, diesen Motor solange wie möglich am Laufen zu halten. Dazu eignen sich am besten mnemotechnische Verfahren, die in dieser Arbeit offen gelegt werden (siehe am Schluss „Eigene Erfahrungen durch Selbstversuche und noch zwei weitere Lernhilfen).

3. Der dritte und sechste Zeitzyklus eines Tages , der primär mit dem Übergang vom YANG ins YIN respektive vom YIN ins YANG zu tun hat, um die Dynamik der „MITTE“ im Gleichgewicht zu halten

*In der Zeitspanne „14 Uhr bis 16 Uhr, (in der Mitte des Nachmittags)“ beginnt sich der Körper und seine Grundlagen erneut zu verändern. Das **Leeren seiner Mitte** muss zu einem guten Ende kommen. Er versucht dadurch den Überang harmonisch zu gestalten, der die Fülle-Dynamik des YANG in der ersten Tageshälfte von der Leere-Dynamik des YIN in der zweiten Tageshälfte trennt. YANG major geht in YIN minor nur dann ungestört über; wenn sich die Mitte in dieser Zeitspanne immer noch ungestört leeren kann. Jeder Mensch , der in der Mitte des Nachmittags über **Fülle in seiner Mitte** klagt (aufgeblähter Leib, Völlegefühl, Bauch wie in Schwangerschaft nach dem Mittagessen) hat ein ernsthaftes Problem, das seine Gesundheit und den gesamten Biorhythmus stört. Diese Menschen sollten nach dem Mittagessen „**Mitte-Sohlen**“ tragen und diese dann nach ca. 1 Stunde den Schuhen wieder entnehmen.*

Anmerkung: Man denkt hier natürlich sofort an Nahrungsmittel-Unverträglichkeiten. Das ist sicher auch richtig. Doch zu bedenken gilt: „Wo kommen die her? Warum sind die vorhanden?“ Nun kann man das weglassen, was man nicht verträgt. Man kann aber auch versuchen, seine Mitte zu behandeln und seine Flut und Ebbe mit Lernhilfen zu ordnen. Sind die Unverträglichkeiten danach noch unverändert genauso vorhanden? Ganz sicher nicht mehr! Eine ganze Industrie lebt von diesem Unsinn. Der Mensch ist nicht umsonst ein eigenartig dummes Lebewesen, weil ihm seine Ratio ein Wissen vorgaukelt, das überhaupt nicht vorhanden ist und er an Dinge glaubt, die in dieser Form ebenfalls real nicht existieren.

Die „Zeit der MITTE“ ist gesundheitlich besonders bedeutsam. Der Funktionskreis ERDE, der die MITTE beherbergt, ist von der Funktion des Magens, des Pankreas und der Milz kombiniert mit deren Öffnern und Schichten abhängig. Die nachmittägliche Lichtstärke ist sehr ausgeprägt und kaum von der mittäglichen Lichtstärke zu unterscheiden. Im Süden entsteht in der Mitte des Nachmittags sogar oft noch mehr Fülle, Licht und Hitze als am Mittag. Das heißt, dass Neinofy-Korrektur-Sohlen vom „Sanduhr-Typ“ eigentlich jedem Menschen nützen würden, um dem Gehirn eine zusätzliche Orientierungshilfe neben der Lichtstärke zu geben. Gesunde Menschen, die sich mithilfe des vorhandenen Lichtes gut orientieren können, wissen auch ohne auf die Uhr zu schauen, wie spät es am Nachmittag ist.

*Der Sympathikus-Einfluss, der um 14 Uhr noch erheblich stark ist, muss möglichst unbemerkt in den Parasympathikus-Einfluss übergehen, der sich nach 16 Uhr in Form des kleinen YIN auszuwirken beginnt. Diese Übergangszeit (Sanduhrzeit) ist funktionell geprägt vom endenden Zustand „**Leere in der Mitte**“ (siehe Abbildung 4). Warum? Weil der Übergang zur Zeit der größten Fülle (YANG major leert die Mitte) in die Zeit der beginnenden Leere (YIN minor) nur mithilfe des Vorgangs „**Endende Leere in der Mitte**“ übergehen kann. Wäre in der Mitte des Nachmittags „Fülle in der Mitte“ angesagt, müsste man sich bereits mitten in der Leere-Zeit und Ebbe befinden (das wäre mitten in der Nacht). Nur die Dunkelheit verlangt nach dem Korrektiv „Fülle in Mitte“.*

Während das YANG und die Fülle eher rechtsseitige Asymmetrien in Form von

rechten Schiefenebenen zu ihrer Anregung brauchen und das YIN und die Leere eher linksseitige Asymmetrien in Form von linken Schiefenebenen benötigen, damit das Gehirn über statische Formbilder dieser Art Wissen erlangt, ist der Übergang zwischen beiden Antagonisten (die eigentlich Synergisten sind) geprägt von **waagerechten** Körperebenen, die nachmittags **rechts rotiert (WRr)** und nachts **links rotiert (Wrl)** sein sollten (RX von LWS wäre beweisend) bzw. sich in diesen Richtungen bewegen können müssen. Dadurch **yinisieren** sich waagerechte Ebenen in der Mitte des Nachmittags und **yangisieren** sich waagerechte Ebenen in der zweiten Nachthälfte und werden so zu Playern der MITTE im Bereich des YANG>YIN-Übergangs und des YIN>YANG-Übergangs (siehe Abb. 4).

Die wichtigste Ebene der Mitte stellt der dritte Lendenwirbel dar. Er markiert die Grenze zwischen nonneutralen unteren und neutralen oberen Schiefenebenen und bildet bei gesunden Menschen den Beginn von neutral funktionierenden Skoliosen. Mit LWK 3 vergesellschaftet ist die Trias „Maxilla, Mandibula und Kiefergelenk“! Jede Störung der Mitte führt zu Biss-Störungen, die ganzheitlich gesehen nicht alleine bzw. komplett dental oder kiefer-orthopädisch behoben werden können.

In der zweiten Nachthälfte zwischen 2 Uhr und 4 Uhr geht das große YIN ins kleine YANG über. Auch dieser nächtliche Übergang braucht statische Ebenen, die sich **waagerecht** verhalten und sich dabei **nach links** verdrehen können sollten. Dadurch yangisieren sich waagerechte Ebenen. Leere geht so sanft und unbemerkt in Fülle über. Ein neuer Lebensstadium kann beginnen (= Geheimnis des langen Lebens).

Warum darf sich **Fülle in der Mitte** nur in der zweiten Nachthälfte ereignen und sollte nie während des Tages fühlbar vorhanden sein? Weil ohne die entstehende Fülle in der Mitte (Wrl) das kleine YANG nicht entstehen könnte und so ein Weiterleben unmöglich wäre. Das statische Formbild des kleinen YANG kommt in Gestalt der neutralen Skoliosierung „NSrRl“* oberhalb von LWK 3 zustande. Rotation links in waagerechter Ebene (=Wrl) ist die vorausgehende Grundlage „Rl“ von NSrRl! Findet das statisch nicht statt, beginnt auch kein neuer Lebensstadium mehr.

Vollkommen klar, wenn die MITTE eines Menschen gestört ist, ist ALLES Übrige gestört! Das Leben wird nicht lange währen, wenn die Übergänge gestört sind! Ob dabei die nachmittägliche MITTE oder die nächtliche MITTE gestört ist, macht einen großen Unterschied (siehe später). Podal gesehen lässt sich verständlicherweise die nachmittägliche Mitte mit einem statischen Formbild, das im Sanduhr-Sohlentyp eingebaut ist, einfacher verknüpfen. Nachts ist das schwieriger, geht aber auch, wenn nächtliche Beschwerden bestehen, die einem zum Aufstehen und Aufbleiben zwingen.

Die MITTE des Menschen lokalisiert sich symptomatisch:

- in Form und Umfang seines Bauches, Nabel ist Zentrum,
- in der vorderen Medianen des Körpers = Konzeptionsgefäß des YIN,
- in der rückwärtigen Medianen (Wirbelsäule) = Lenkergefäß des YANG.
- im Bereich der mittleren LWS (beginnende Yinisierung und Yangisierung)
- im Bereich des Bisses, der Mundhöhle und dem Zustand der Lippen
- im Umgang mit Materiellem.

Bezüglich des Bauches :

- *Schlanke Leere-Typen mit überproportionalem, zu rundem und großem, oft überblähten Bauch (zuviel Fülle in Mitte) weisen darauf hin, dass die Leere (oben und unten) in Ihnen zu groß geworden ist und man Sie deshalb füllen sollte (A-Seiten von WSF in erster Tageshälfte tragen!)*
- *Fülle- Typen mit überproportionalem großem Bauch (zuviel Fülle in Mitte) weisen darauf hin, dass unsichtbare Leere in ihnen vorherrscht. Füllt man diesen Konstitutionstyp ebenfalls oben und unten auf, macht man alles richtig (ebenfalls A-Seiten von WSF in erster Tageshälfte tragen!)*
- *Daraus ergibt sich eine praktische Regel: „Personen mit zu großem runden Bauch (ganz gleich ob es sich um Leere-Typen oder um Fülle-Typen handelt, oder ob es sich um den HF oder UHF handelt, muss man peripher füllen, damit sich Ihre Mitte besser entleeren kann“. Standardmäßig A-Flächen von WSF über einen sehr langen Zeitraum zu tragen ist das statische Mittel der Wahl und funktioniert auch gut.*
- *Zusätzlich dazu kann man in der Mitte des Nachmittags entweder Mitte-Sohlen vom Sanduhr-Typ oder eine linke Monosohle vom Sanduhr-Typ tragen, falls zu dieser Zeit immer noch ein deutliches linkes Standbein angenehm ist, was falsch wäre (dazu später). Man kann dadurch das Leeren der Mitte beenden.*

Bezüglich der vorderen Medianen:

- *Eine Symptomatik innerhalb der vordere Medianen tritt als Begleitsymptomatik auf, wenn Fülle in der Mitte kein Ende findet. Betroffen sind die vorderen unteren Öffnungen, die Unterbauchmitte, die Nabelgegend und Oberbauchmitte, das Brustbein, Luftröhre und Speiseröhre, der Kehlkopf, die Zunge die Unterlippe und der Unterkiefer mit Zähnen.*

Bezüglich der hinteren Medianen:

- *Wenn sich die Mitte nachts ungenügend füllen kann, entsteht eine Symptomatik innerhalb der dorsalen Medianen. Betroffen sind der Anus, Steißbein und Kreuzbein, die gesamte Wirbelsäule, Hinterhauptmitte, Schädelmitte oben, Stirnmitte, Nase, Oberkiefer mit Zähnen und Oberlippe*

Bezüglich des Umgangs mit Materiellem:

- *Störungen der Mitte zwingen den Menschen zum Nachdenken über den Umgang mit materiellen Gütern. Nachdem sich hier keine Lösungen ergeben, solange die Mitte gestört bleibt, wird das Nachdenken immer mehr zum unfortgesetzten Grübeln, mit der Folge, dass die Lippen Ihre Wehrkraft gegenüber Herpes-Viren verlieren. Ein Herpes labialis weist somit immer auf eine Störung der Mitte hin. Unterlippe betroffen = Mitte leeren, heißt Körper füllen. Oberlippe betroffen = vice versa. Das trifft auch auf Herpes zoster Infektionen zu, die in Wirklichkeit nach einer Harmonisierung der Mitte verlangen.*

Nicht umsonst, stellt man innerhalb der TCM den Funktionskreis ERDE oder MITTE ins Zentrum und gruppiert darum herum die anderen vier Funktionskreise.

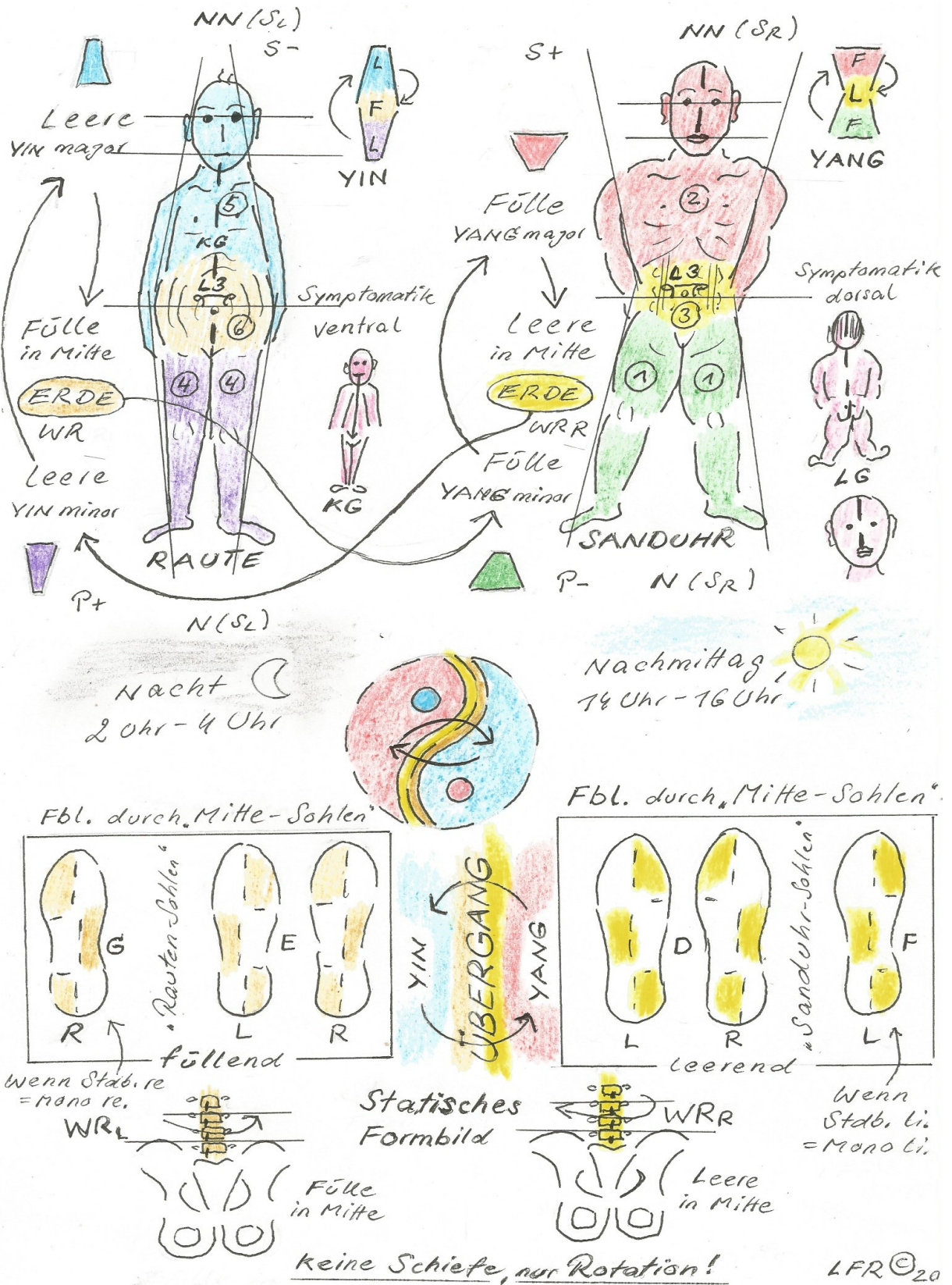


Abbildung 4 zeigt die Charakteristika, nach denen sich der Praktiker orientiert

Tragen der Mitte-Sohlen vom „Sanduhr-Typ“ in der Mitte des Nachmittags:

Es gibt zwei Konzepte. Sanduhrsohlen mit Trageflächen „D“ und eine linke Mono-Sohle mit Tragefläche „F“

Wie verändert sich bei gesunden Personen normalerweise das Standbeinverhalten?

- *Von 4 Uhr morgens bis 14 Uhr mittags sollte grundsätzlich jeder Mensch weltweit, gleich welcher Konstitution er auch immer ist, das Gefühl haben, dass ihm ein linkes Standbein besser tut als ein rechtes (statische Grundlage der Fülle-Dynamik)*
- *Zwischen 14 Uhr und 16 Uhr nachmittags sollte jeder Mensch ohne Ausnahme, das Gefühl haben, zwei gleiche Standbeine zu haben (statische Grundlage der sich leerenden Mitte)*
- *Von 16 Uhr an bis ca. 2 Uhr nachts sollte jeder Mensch ohne Ausnahme, das Gefühl haben, dass ein rechtes Standbein in dieser Zeitspanne angenehmer ist als ein linkes (statische Grundlage der Leere-Dynamik)*
- *Zwischen 2 Uhr und 4 Uhr nachts sollte jeder Mensch, ohne jede Ausnahme, das Gefühl haben, kein einseitiges Standbein zu benötigen, sondern sich auf beiden gleich wohl zu fühlen.*

Wäre das bei einem Menschen tatsächlich der Fall, könnte man ihn trotz aller seiner Beschwerden und Krankheiten, als vollumfänglich gesund bezeichnen! Überprüft man das, wird man sehen, dass das aber eine Rarität ist.

Wir befinden uns beispielsweise in der Mitte des Nachmittags, sagen wir um 15 Uhr Realzeit. Überprüfen Sie nun Ihr Standbein-Verhalten:

- *Richtige Ausführung : Aufrecht im Hohlkreuz stehen, beide Fußflächen bleiben gleichbelastet am Boden. Beide Beine sind in den Kniegelenken gestreckt. Fühlen ob angenehm, wenn zwei Standbeine zum Einsatz kommen? Danach rechtes Bein im Kniegelenk beugen und das linke Bein im Kniegelenk gestreckt lassen. Fühlen ob diese Situation sich als angenehmer erweist? Wenn JA = linkes Standbein. Danach linkes Bein im Kniegelenk beugen und rechtes im Kniegelenk gestreckt lassen. Fühlen, ob sich diese Situation angenehmer erweist als linkes Standbein oder zwei Standbeine? Wenn JA = rechtes Standbein. Manchmal muss man genau hinfühlen. Oft aber ist die Antwort auf diese Frage einfach, weil sie deutlich spürbar ist.*
- *Was brauchen Sie in der Mitte des Nachmittags? Richtig, zwei Standbeine! Das Einnehmen eines linken Standbeines müsste genauso unangenehm sein, wie das Einnehmen eines rechten. Ist das nicht der Fall, sollten Sie „Mittesohlen vom Sanduhrtyp“ tragen!*
- *Angenommen, ein rechtes Standbein wäre in dieser Zeitspanne vorhanden, dann bedeutet das, das Paar Mitte-Sohlen mit ihren Funktionsflächen „D“ zu*

verwenden.

- Angenommen , ein linkes Standbein wäre vorhanden, dann bedeutet das , die Mono-Sohle links mit der Funktionsfläche „F“ zu verwenden.
- So macht man alles richtig.
- Wie lange muss man Mitte-Sohlen tragen? Eine einzige Stunde zwischen 14 Uhr und 16 Uhr genügt, um dem Körper die Information zu geben, dass die **Fülle in der Mitte** enden soll. So lange tragen, bis sich Mitte leeren kann.

Wir befinden uns beispielsweise in der zweiten Nachthälfte, es ist drei Uhr. Sie können nicht schlafen und haben erhebliche Beschwerden. Liegenbleiben bringt nichts, also bleibt zunächst nur aufstehen und aufbleiben.

- Überprüfen Sie jetzt Ihr Standbeinverhalten
- Sie weisen zwei Standbeine auf. Das Einnehmen eines linken Standbeins und das eines rechten ist gleich unangenehm. In diesem Fall nützen Ihre Mitte-Sohlen vom „**Rautentyp**“ nicht. Unterlassen Sie das Tragen derselben.
- Angenommen , ein linkes Standbein wäre zu dieser Zeit am angenehmsten, dann bedeutet das, das Paar „**Rautensohlen**“ zu tragen und die Funktionsflächen „E“ zu benützen.
- Angenommen, ein rechtes Standbein wäre zu diesem Zeitpunkt vorhanden, dann bedeutet das, die rechte Mono-Sohle mit ihrer Funktionsfläche „G“ zu tragen.
- Wie lange trägt man nachts „Rautensohlen“. Eine halbe Stunde draufstehen oder draufgehen genügt, um den Körper , besser sein Gehirn darüber aufzuklären, dass sich die Mitte in diesem Moment füllen sollte.

Wie lange sollte ich Mitte-Sohlen verwenden? Solange, bis sich das Standbeinverhalten normalisiert hat. Das kann dauern, ist aber notwendig.

* * * * *

Damit kommen wir ans Ende der Darstellungen,, welche Veränderungen sich wie, wo und warum ergeben müssen, wenn sich die vergehende Zeit des Körpers rhythmisch bemächtigt!

* * * * *

Eine Vorsichtsmaßnahme:

Wenn Neiny-Korrektur-Sohlen in den Schuhen zu stören beginnen, weil sie sich nicht mehr gut anfühlen, dann gibt es die Regel, das Tragen ab diesem Moment für diesen Tag zu beenden und erst am nächsten Tag weiterzumachen. Weil nicht jeder so feine Sinne hat, sind die Sohlen aus zerstörbaren Material angefertigt, damit sie der Körper zerstören kann, wenn sie nicht mehr angezeigt sind. Wären Neiny-Korrektur-Sohlen haltbar, würden Sie ab einem gewissen Zeitpunkt schaden.

Welche Informationen braucht der Sohlen-Hersteller von Kundn bzw. von Therapeuten, die das Sohlentragen für Patienten als notwendig erachten, damit möglichst genau passende und persönlich wirkende Lernhilfen in Form von Neinofy-Korrektur-Sohlen hergestellt werden können? Es genügen folgende Informationen:

- *Name, Vorname, Postanschrift, Geburtsdatum, Schuhgröße, Telefonnummer und/oder E-Mail-Adresse*
- *Zwei Fotos vom Gesicht (einmal Profil, einmal von vorne)*
- *Körpergewicht und Körpergröße*
- *Rolle des Bauches (flacher Bauch, zu dicker, runder Bauch?)*
- *Standbein (wann getestet)?*
- *gesundheitliches Problem?*
- *schlank, sehr schlank, füllig, übergewichtig, sehr übergewichtig?*
- *zu viel untere Fülle?*
- *Gesäßfalten (beide gleich hoch, rechte tiefer, linke tiefer?)*

Fertig. Mehr Infos sind nicht nötig , um die richtigen Korrektur-Sohlen zu finden und sie soweit zu individualisieren, dass sie zur heilsamen Lernhilfe werden.

Auftragserteilung und Durchgabe der gewünschten Daten entweder an leopoldrenner@t-online.de oder an info@neinofy.de

** * * * **

Preise der Neinofy-Dienstleistungen des Herstellers (Stand 2019/2020)

Paket 1 (Art der Korrektur-Sohlen noch unbekannt)

enthält Arbeitszeit für Konstitutionsbestimmung, für Heraussuchen des richtigen Sohlenkonzeptes, für Individualisierung des Sohlenkonzeptes, für Analyse des ursächlichen Gesundheitsproblems, für Herstellung des richtigen Sohlentyps, für das Verfassen einer persönlichen Information zum Umgang mit den Sohlen, für beiliegende weitere Infos, für Verpackung, Versand

*Paketpreis pauschal € **139.00***

Enthalten in diesem Preis sind 19 % Umsatzsteuer, die Kommunikation bei Fragen und Unsicherheiten während des Tragens, Antworten auf Feedbacks und kostenlose Betreuung während der Sohlentragephase.

.....

Paket 2 (Art der Korrektur-Sohlen bekannt)

enthält Arbeitszeit für Konstitutionsbestimmung und für Individualisierung des

Sohlenkonzeptes, für Herstellung des bereits bekannten Sohlenkonzeptes, für das Verfassen einer persönlichen Info zum Umgang mit den gelieferten Sohlen, für beiliegende weitere Infos, für Verpackung und Versand

Paketpreis pauschal € 89.00

Enthalten auch hier 19 % Umsatzsteuer und alles , was bei Paket 1 bereits genannt wurde.

.....

Bestellung von Neinofy-Korrektur-Sohlen (Sohlentyp bekannt)

Preis für Wende-Sohlen (WSK, WSM, WSF) ohne Individualisierung, ohne Gesundheitsanalyse, ohne Konstitutionsbestimmung und ohne Betreuung

1 Paar pauschal € 49.00

2 Paar pauschal € 73.00

3 Paar pauschal € 95.00

4 Paar pauschal € 119.00

Preis für 1 Paar Mitte-Sohlen

pauschal € 49.00

Im Preis enthalten sind 19% Umsatzsteuer, Verpackung und Versand, eine persönliche Info an Sohlenträger/in zwecks Umgang mit den gelieferten Sohlen, weitere beiliegende Infos.

.....

Ursächliche Klärung von Gesundheitsproblemen bei Sohlenträgern und bei Patienten von auftraggebenden Therapeuten

enthält Arbeitszeit für Auswertung von Röntgenaufnahmen, Konstitutionsbestimmung, Statik-Analyse mit statischer Fehlersuche, Diagnose des Gesundheitszustandes, schriftliche Befundung an Auftraggeber mit Lösungsvorschlägen

pauschal € 129.00

Im Preis enthalten sind 19 % Umsatzsteuer, Auswertung von Selbst-Check, Schnelltest und Online-Diagnose (zu finden auf www.neinofy.com)

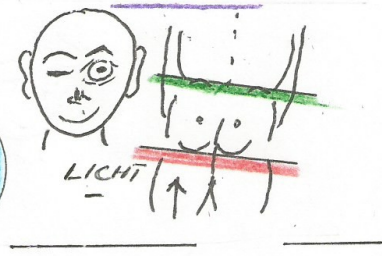
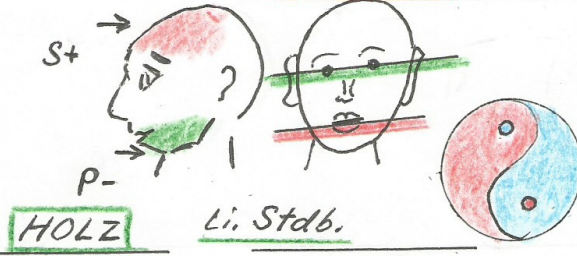
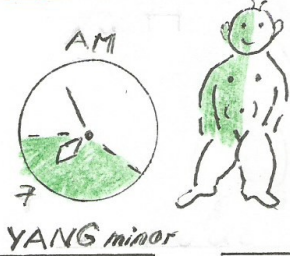
.....

Sämtliche Neinofy-Korrektur-Sohlen-Typen (Urheber, Finder und Copyright: Leopold Renner) befinden sich im Prozess der Patent-Anmeldung. Aus diesem Grund können verständlicherweise keine Angaben zum Quellcode des handwerklichen Aufbaus von Neinofy-Korrektur-Sohlen gemacht werden.

Alle Indikationen auf einen Blick

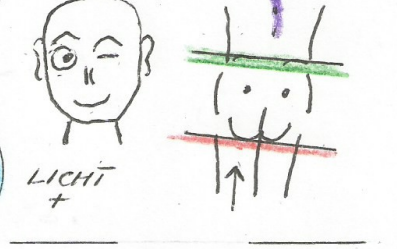
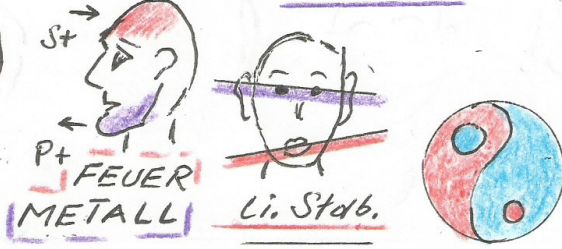
Fülle-Typ

Bestellung: **WSM** wahlweise **WSF** „A“



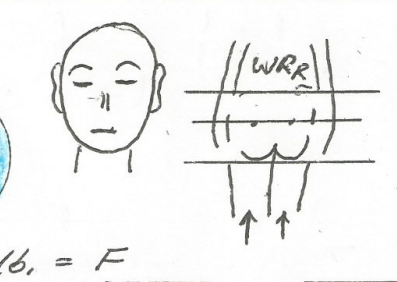
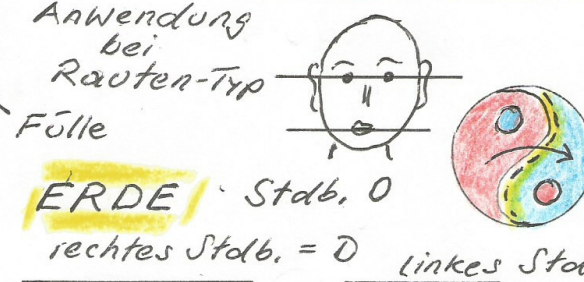
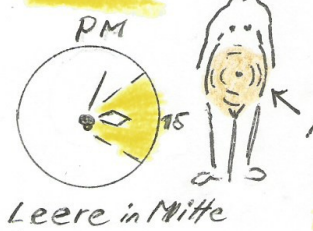
HFI

Bestellung: **WSF** „A“



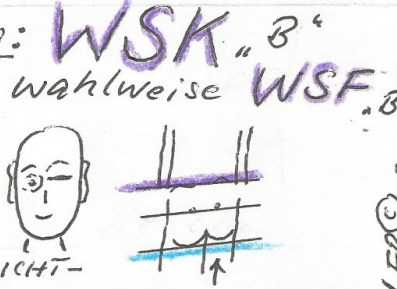
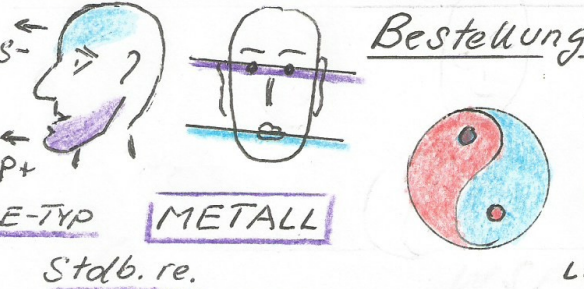
Übergang YANG → YIN

Bestellung: **Mitte-Sohlen-Sanduhr-Typ**



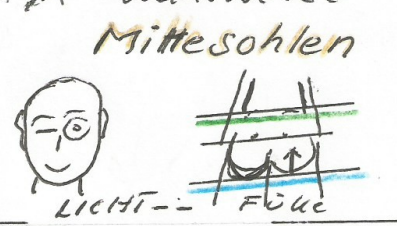
PM

Bestellung: **WSK** „B“ wahlweise **WSF** „B“



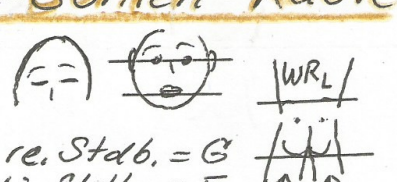
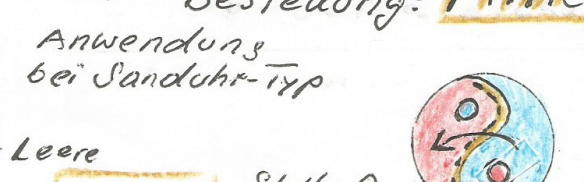
PM+AM

Bestellung: **WSF** „B“ o. „A“ wahlweise **Mittesohlen**



Übergang YIN → YANG

Bestellung: **Mitte-Sohlen-Raute**



Alle Testanleitungen auf einen Blick

Fülle-Typ

Gestalt rund füllig, übergewichtig. Retro-Stirn + Retro-Kinn, linkes Standbein + rechter Augenschluss angenehm
= **Wende-Sohlen mite (WSM) + Wende-Sohlen Fuchi (WSF)**

bestellen und anschließend wie folgt testen:

Test 1: A-Flächen von WSM vormittags tragen, 2- 3 Tage lang, wenn unverträglich kürzer.

Test 2: B-Flächen von WSM vormittags tragen, 2– 3 Tage lang, wenn unverträglich kürzer (wahlweise wichtig!)

Test 3: A-Flächen von WSF vormittags tragen, 2 – 3Tage lang, (sind fast immer gut verträglich!)

Das getestete beste Sohlenkonzept über einen langen Zeitraum tragen, mindestens so lange, bis keine Symptomatik im grünen Bereich dieser Konstitution mehr vorhanden ist. Je länger die Tragezeit, je stärker die Wirkung, je besser für die Gesundheit!

Heimlicher Favorit (HF)

Gestalt athletisch, muskulös, sehnig, sportlich, normalgewichtig. Oben füllig, unten schlank. Retro-Stirn + Promi-Kinn (bzw. normales Kinn), linkes Standbein + linker Augenschluss angenehm
= **Wende-Sohlen Fuchi (WSF) bestellen und testen:**

Test 1: A-Flächen von WSF vormittags tragen, 2 – 3 Tage lang, wenn unverträglich kürzer.

Test 2: B-Flächen von WSF vormittags tragen, 2 – 3 Tage lang, wenn unverträglich kürzer.

Test 3: Wenn beide Tragekonzepte unangenehm, dann Mittelsohlen vom Sanduhr-Typ testen, 2 Std. nachmittags.

Das getestete beste Sohlenkonzept über langen Zeitraum tragen, mindestens so lange, bis keine rote oder violette Symptomatik mehr besteht. Je länger die Tragezeit, je besser die Wirkung und je stabiler die folgende Gesundheit.

Leere in Mitte

= Normalzustand in der Mitte des Nachmittags. Dieser umfasst: beide Standbeine gleich angenehm, waagerechte Gesäßfalten, waagerechtes Becken, rechter und linker Augenschluss gleich angenehm, flacher , nicht geblähter Bauch.

Übergang vom YANG ins YIN gestört bei bereits nur einer Abweichung vom Normalzustand. In dem Fall =

Wende-Sohlen Sanduhr-Typ bestellen (Paar mit D-Flächen, wenn rechtes Standbein, linke Mono-Sohle mit F-Fläche, wenn linkes Standbein angenehmer.

Test : Paar (D) oder Mono-Sohle (F) nachmittags tragen, 4 – 5 Tage, sind an sich nie unverträglich! Wenn doch , auf Nahrungsmittel-Unverträglichkeiten achten!

Wenn gut verträglich , solange tragen, bis sich normale Parameter einstellen und der Bauch nach dem Mittagessen flach bleibt

Leere-Typ

Gestalt stabförmig, sehr schlank. Promi-Kinn + Promi-Stirn, rechtes Standbein + linker Augenschluss angenehm

= **Wende-Sohlen klassisch (WSK) + Wende-Sohlen Fuchi (WSF) bestellen und wie folgt testen:**

Test 1: B-Flächen von WSK abends tragen, 2 – 3 Tage lang , wenn Bauch flach aber unverträglich > Test 2

Test 2: B-Flächen von WSF abends tragen, 2 – 3 Tage lang , wenn Bauch flach aber unverträglich > Test 3

Test 3: B-Flächen von WSK vormittags tragen, 2 – 3 Tage lang wenn Bauch flach aber unverträglich > Test 4

Test 4: B-Flächen von WSF vormittags tragen, 2 – 3 Tage lang wird meist gut vertragen, wenn Bauch flach

weitere Teste, wenn Bauch zu groß mit A-Flächen, dann nur vormittags tragen, WSF dann am günstigsten.

Das getestet beste Konzept über langen Zeitraum tragen, mindestens so lange , bis keine violette Symptomatik mehr besteht. Je länger die Tragezeit umso besser.

Unheimlicher Favorit (UHF)

Gestalt oben schlank, unten füllig, neigt zu Übergewicht.

Promi-Stirn + Retro-Kinn. Rechtes Standbein und rechter Augenschluss angenehm

= **Wendesohlen Fuchi (WSF) bestellen, wahlweise auch Mitte-Sohlen Sanduhr-Typ und wie folgt testen:**

Test 1: A-Flächen von WSF vormittags tragen, 2 – 3 Tage lang wenn unverträglich kürzer

Test 2: B-Flächen von WSF abends tragen, 2 – 3 Tage lang wenn unverträglich > Test 3

Test 3: B-Flächen von WSF vormittags tragen, 2 – 3 Tage lang

meist gut verträglich. Wenn nicht > Mitte-Sohlen
Test 4: Mitte-Sohlen Sanduhr-Typ nachmittags tragen , 2- 3
Tage lang,

Das getestete beste Konzept über langen Zeitraum tragen,
mindestens so lange, bis keine grüne und/oder blaue Sympto-
matik mehr vorhanden ist. Je länger die Tragezeit, je besser
die Wirkung und je stabiler die folgende Gesundheit

Fülle in Mitte

Normalzustand in zweiter Nachthälfte. Dieser umfasst: beide
Standbeine gleich angenehm, waagerechte Gesäßfalten,
waaerechtes Becken, rechter und linker Augenschluss gleich
angenehm, guter Schlaf, keine Beschwerden !
Übergang vom YIN ins YANG gestört bei Beschwerden in der
zweiten Nachthälfte =

**Mitte-Sohlen Rautentyp, Paar mit E-Flächen bestellen , wenn
Standbein links , Mono-Sohle Raute bestellen (G), wenn Stand
bein rechts angenehmer!**

Test: Paar (Flächen E) oder Monosohle rechts (Fläche G)
bei Beschwerden eine halbe Stunde in zweiter Nachthälfte
tragen.

Wenn die Sache funktioniert, solange anwenden, bis nächt-
liche Beschwerden nicht mehr auftreten.

Die mit einem * gekennzeichneten Worte und Begriffe sind Fachtermini, über die
sich jeder interessierte Leser weiter informieren kann:

- in Kurzform steht dazu der Leitfaden für Asymmetropathy „**Gesund durch ADIY**“ zur Verfügung. Zu finden auf www.renner-methode.de unter FORSCHUNG.
- In detaillierterer Form steht dazu mein Sachbuch „**Der heimliche Favorit – Gesund durch asymmetrische Bewegungen**“ zur Verfügung. Zu finden als E-book in www.ml-buchverlag.de (Titel oder Autor bei „Suche“ eingeben).
- Bitte besuchen Sie unsere Website www.neinofy.com und machen Sie sich dort weiter über das Wesen des *Nichtgesundseins* kundig.

Schlusswort

Das Leben ist eine einzige Aneinanderreihung von Symmetriebrüchen (Brivanlou)! Dem möchte ich mich, meinen guten, jahrzehntelangen Erfahrungen nach anschließen, die ich mit der Asymmetropathy machen durfte. Ich bin dem Wesen der Asymmetrie unendlich dankbar, dass es mir vergönnt ist und war, in ihr mit gesundheitlichem Erfolg herumzustöbern.

Was neu ist (eigentlich aber uralte) ist der Unterschied zwischen „Lernen“ und „therapieren“. Beides schließt sich gegenseitig aus. Mir ist und war es immer schon deutlich wichtiger, Menschen (mich selbstverständlich eingeschlossen) gesund zu machen und zu erhalten und ihnen zu lernen, wie das gehen könnte, als sie nur von irgendwelchen Krankheiten oder Störungen zu befreien, sie nur zu kurieren.

Hört man in der Praxis genau hin, kommt von nahezu jedem Patienten irgendwann die Frage: „Und, was kann ich selbst tun, um gesünder zu werden?“. Die Antwort hierauf ist natürlich schwierig (siehe diese Arbeit) und lässt deshalb viele Unwissende ratlos zurück.

Das schönste Bild kommt deshalb zum Schluss. Nur eine einzige Körperstelle verbindet uns als Zweibeiner mit der ERDE, unserer Welt, auf der wir zuhause sind, die gleichzeitig unsere eigene Mitte und die Verbindung zum Universum darstellt, aus dem wir kommen. Wie wichtig müssen unsere Füße wohl sein, dass sie einen derart wertvollen Kontakt zum Universum herstellen dürfen?



Selbst-Erfahrungsbericht

oder wie man Krankheiten listig vor der Tür lassen könnte

Mehr als vier Jahre lange erprobe ich nun schon alle von mir entdeckten und entwickelten gesundheitlichen podalen Lernhilfen von Neinofy zuerst immer an mir selbst und danach in meiner näheren Umgebung, um meiner Gesundheit und der anderer Menschen einen guten Dienst zu erweisen. Früher dachte und handelte ich dabei zwanghaft therapeutisch (verständlich, wenn man Therapeut ist), heute denke und handle ich befreit davon, liberaler und pädagogisch (verständlich, wenn das meinen Erfahrungen nach besser funktioniert). Dazu dieser kleine Bericht, der für den Einen oder Anderen recht interessant sein dürfte und mit dem ich diese Arbeit abrunden möchte. Wozu podale Lernhilfen gegenüber Therapien gut sind, hätte man das Glück, die richtig aufgebauten zu finden, handelt dieser kleine Bericht. Nachdem wir es hier mit Innovationen zu tun haben, die vorher noch nie das Licht dieser Welt erblickt haben, sind entstehende Unsicherheiten im Umgang damit, eine selbstverständliche Begleiterscheinung.

Was über alle Maßen im Zusammenhang mit innovativen Lernhilfen (es gibt natürlich weit mehr als nur podale, davon ganz am Schluss zwei Beispiele) wichtig und wertvoll ist, ist die Tatsache, das die Auswirkungen von Gewohnheiten stets kumulativer Natur sind. Das ist ohne Ausnahme so! Tust Du kurz etwas, ist das ok bei Therapien, hilft aber langfristig nie wirklich deiner Gesundheit. Tust Du sehr lange etwas, kann das gut oder schlecht für Deine Gesundheit ausgehen! Die Auswirkungen jeder guten oder schlechten Gewohnheit verstärken sich im Lauf der Zeit ohne weiteres Zutun immer mehr, je länger die Gewohnheit einer Handlung andauert, je mehr wirkt sie sich auf das Ganze im Körper aus. Schlechte Gewohnheiten machen krank und kränker, gute gesund und gesünder. Schon 2006 schrieb ich in meinem Sachbuch **„Der heimliche Favorit“** : *„Wüssten wir, in welche Form wir gute Gewohnheiten verpacken könnten, würden wir die größtmögliche Heilwirkung auf unseren Körper ausüben und unheilbar gesund dadurch werden!“*

Um zu wissen, was gut oder schlecht für deinen Körper ist, brauchst du als Ausgangspunkt jeden Handlens, zuerst das Wissen um deine angeborene Konstitution mit ihren Schokoladenseiten und Achillesfersen, wenigstens ansatzmäßig und ungefähr. Ohne dieses Starthäuschen geht nichts, wenn man objektiv handeln will.

Konstitutionell bin ich *„Heimlicher Favorit (HF)“*. Ich weiß das genau und kenne deshalb mein genetisches Hab und Gut. Es setzte sich in der Vergangenheit und setzt sich heute in der Gegenwart wie folgt zusammen :

- Retro-Stirn (sehr deutlich) und Promi-Kinn (dezent) weisen darauf hin, dass sich der obere Körper nonneutral füllen und der untere neutral leeren will. Füllen (Sympathikus-Einfluss) wäre wichtiger für ihn als leeren (Parasympathikus-Einfluss). Früher war mein Kinn leicht retro, mit

zunehmendem Alter wurde es mehr und mehr promi (kein Fehler).

- früher wies ich eine deutlich sichtbare rechte Mundschiefe auf (war Fehler), keine Augenschiefe und eine linke Ohrenschiefe (war ebenfalls Fehler). Diese Symptomie wies schon früher auf mein eigentliches gesundheitliches Problem hin (war mir nur nicht im Detail derart bewusst wie heute).
- Ein rechter Mittelbiss fand früher zu jeder Tageszeit statt (war schwerer gesundheitlicher Fehler)
- früher war ein linkes Standbein zu jeder Tageszeit und Nachtzeit vorhanden (war ebenfalls schwerer gesundheitlicher Fehler)
- Statik: Zwei gleich lange Beine, beide inneren Fußgewölbe hoch und gut entwickelt, rechtes höher als linkes (kein Fehler). Rechte Beinachse in Richtung „O“ (varus), linke in Richtung „X“ (valgus) besser und freier beweglich (kein Fehler, denn das hilft nonneutrale Fülle zu fördern (NNSr), die mit neutraler Leere kompensiert werden muss (NSIRr)).
- Linker Augenschluss wesentlich leichter fallend als rechter (richtig, weil Anzeichen für kompensierende Leere), allerdings zu jeder Tageszeit (= Fehler)
- Früher linker LADO leichter fallend als rechter (Fehler, da UHF – Zeichen)
- Früher linker Schulterhochstand (Fehler), heute Schultergleichstand
- Becken stets gerade (Fehler, muss sich im Tagesverlauf verändern dürfen).
- Kohlenhydratunverträglichkeit (auftretende starke Fülle in der Mitte nach Kohlenhydratverzehr mittags und abends = schwerer gesundheitlicher Fehler, weil Hinweis auf erhebliche generalisierte Leere (auch oben), wodurch sich die Mitte schützend zu stark füllen muss).
- Verschleimungsneigung (Fehler) durch zuviel innere Nässe und Hitze

.....

Fühl- und sichtbare Beschwerden vor 4 Jahren:

Verschleimungsneigung, Lipome (Schleimhinweiszeichen), Reizdarm rechtsseitig, Durchfallneigung, Verdauungsschwäche, Meteorismus nach Kohlenhydratverzehr, Kohlenhydratunverträglichkeit, Meniscopathie medial linksseitig, Tinnitus aurium starken Ausmaßes seit mehr als 15 Jahren, Lumbago gefährdet, starker Speichelfluß, schnell tränendes linkes Auge. Alles besser in Ruhe und im Liegen.

.....

Konstitutionell nicht passend für einen HF ist eine vorhandene generalisierte Leere, durch die sich die Mitte ständig zur falschen Zeit übermäßig stark füllen muss. Ich weiß deshalb, dass ich meinen Körper in der richtigen Art und Weise peripher füllen muss, damit zur falschen Zeit keine Fülle in der Mitte mehr auftritt, selbst dann nicht, wenn unverträgliche Kohlenhydrate verzehrt werden. Das war mein Gesundheitsziel vor 4 Jahren. Irgendwie muss es möglich sein, das Füllen von neutralen Ebenen in richtiger Art und Weise zu begrenzen, ohne irgendwelche Diäten einhalten oder

unverträgliche Nahrungsbestandteile wegzulassen. Wie ließe sich das biologisch sinnvoll erreichen?

.....

Die angeborene konstitutionelle Ausgangslage, mich nur nonneutral füllen zu dürfen, ist mir heute vollkommen klar, das war Sie vor ein paar Jahren in dieser Klarheit noch nicht. Nur wie das ohne Therapie und ohne größeren Eingriff in meine Lebensweise erreicht werden kann, war vollkommen unklar. Also musste ich viel experimentieren, um dem verborgenen Code auf die Schliche zu kommen, über den mein Körper lernt, wieder seiner angeborenen Konstitution zu folgen und nicht mehr nur seiner erworbenen. Eines steht heute für mich, nach den gemachten Erfahrungen der letzten 4 Jahre, fest: Das, was wir als Fehler bei einer Therapie ansehen, sind sehr oft nichts weiter als die Bestandteile der erworbenen Konstitution. Wird der Unterschied zwischen erworbener Konstitution (dem gesundheitlichen Falschverhalten) und der angeborenen Konstitution (dem gesundheitlichen Normverhalten) zu groß, leidet nicht nur jede Gesundheit, sondern warten höchst unangenehme Krankheiten auf einen, deren Auslöser logischerweise unklar bleiben müssen.

Das große Problem dabei ist, dass du dich nicht schlecht fühlen musst in deiner erworbenen Konstitution, wenn man es sich in ihr gemütlich eingerichtet hat. Sich subjektiv wohl zu fühlen reicht also nicht. Es reicht auch nicht, keine Beschwerden aufzuweisen und sich scheinbar gesund zu fühlen. Das große Problem ist, dass man die eigentlichen *Parameter der erworbenen Konstitution* in ihrer wirklichen Ausgestaltung a.) nicht kennt und b.) deshalb nicht detailliert untersucht und c.) deshalb auch nie beseitigt. Dumm gelaufen. Die erworbene Konstitution eines Menschen muss man in Summe als schlechte Gewohnheiten bezeichnen.

Die wichtigsten *Parameter der erworbenen Konstitution* im Gegensatz zur angeborenen Konstitution eines HF setzen sich wie folgt zusammen:

Genetisch richtiges Verhalten des HF	Erworbenes falsches Verhalten des HF
Mundschiefe = nicht Bestandteil	Mundschiefe = Bestandteil
Ohrenschiefe = nicht Bestandteil	Ohrenschiefe = Bestandteil
Augenschiefe = nicht Bestandteil	Augenschiefe = Bestandteil
Symptonie = nicht Bestandteil	Symptonie = Bestandteil
Maxilla-Schiefe = nicht Bestandteil	Maxilla-Schiefe = Bestandteil
Mandibula-Schiefe = Bestandteil (Mandibula SI bis kleines YIN)	Mandibula-Schiefe = Bestandteil (Mandibula SI zu jeder Zeit)
männl. Glatze = nicht Bestandteil	männl. Glatze = Bestandteil
linkes Standbein = Bestandteil (erste Tageshälfte 2 Uhr – 14 Uhr)	linkes Standbein = Bestandteil (nonstopp zu jeder Tages- und Nachtzeit)

kein Standbein = Bestandteil
(zweite Tageshälfte 14 Uhr – 2 Uhr)

Knieschieben rechts = Bestandteil
(nur in erster Tageshälfte)

Knieschieben links = Bestandteil (NSIRr)
(nur in zweiter Tageshälfte)

PI li. + AS re. = Bestandteil (NSIRr)

Upslip li. + Patrick re. = Bestandteil
NSr-Becken = Bestandteil
(erste Tageshälfte 2 Uhr – 4 Uhr)
gerades Becken = Bestandteil
(spätnachmittags, abends, nachts)

kein Standbein = Bestandteil
(nonstopp zu jeder Zeit)
rechtes Standbein

Knieschieben rechts = nicht Bestandteil

PI re. + AS li. = Bestandteil

Upslip re. + Patrick li. = Bestandteil
gerades Becken = Bestandteil
(zweite Tageshälfte 14 Uhr – 2 Uhr)
Nsl-Becken = Bestandteil

Genetisch richtiges Verhalten des HF

Erworbenes falsches Verhalten des HF

Femur AR re./IR li. @ = Bestandteil

linker Augenschluss @ = Bestandteil
(in erster Tageshälfte)

einseit. Augenschluss gleich = Bestandteil
(in zweiter Tageshälfte)

Rumpf WRI = Bestandteil
HWS RI @ = Bestandteil
Schulter hoch links = Bestandteil
(nur in erster Tageshälfte)

Eng anliegende Ohren = Bestandteil

Kohlenhydrate gut verträglich
(nur in erster Tageshälfte)

Eiweiße gut verträglich
(nur in zweiter Tageshälfte)

Fülle in Mitte = nicht Bestandteil
(nur von 4 Uhr morg. - 2 Uhr nachts)

Verschleimung = nicht Bestandteil

Femur AR re./IR li. U@ = Bestandteil

rechter Augenschluss @ = Bestandteil
(nonstop zu jeder Zeit)
einseitiger Augenschluss gleich
(nonstop zu jeder Zeit)

Rumpf WRr = Bestandteil
HWS RI u@ = Bestandteil
Schulter hoch rechts = Bestandteil
(nonstop ständig)

Abstehende Ohren = Bestandteil

Kohlenhydrate gut verträglich
(in zweiter Tageshälfte)

Eiweiße gut verträglich
(in erster Tageshälfte)

Fülle in Mitte = Bestandteil
(tagsüber)

Verschleimung = Bestandteil

Das sollte genügen, um zu verstehen, wie sich Angeborenes von Erworbenem unterscheidet, wenn man eine Konstitution als Messlatte zugrunde legt!

Was geschah, während des Ausprobierens der verschiedenen für mich, wie ich heute weiß, falschen Korrekturkonzepte? Ums Ausprobieren kommt leider aber niemand herum, der Neues findet und erproben muss. Mein heutiges empirisches Wissen entstammt alleine den Erfahrungen der letzten 4 Entwicklungsjahre.

Um es gleich vorweg zu sagen: **Gesundheitliche Lernhilfen schaden nie!** Entweder wirken sie oder nicht. Sind sie richtig gewählt und werden gewohnheitsmäßig angewendet, heben sie die Gesundheit kräftig an. Sind Sie falsch gewählt, reagiert der Körper entweder mit flüchtigen Abwehrreaktionen (Kniebeschwerden, Fußbeschwerden, Hüftbeschwerden, Lumbalgie oder mit Reaktionen der Haut) oder überhaupt nicht. Meistens reagiert er darauf gar nicht, was es schwer macht, von der Lernhilfe überzeugt zu bleiben. Abwehrreaktionen, die durch Lernhilfen hervorgerufen werden, bleiben außen lokalisiert und dringen nicht ins Innere des Körpers ein. Lernhilfen üben keinen Zwang aus. Im richtigen Leben ist es auch so: *Zwang übt nur der Lehrer auf den Schüler aus, das Lernen selbst bleibt zwangfrei.*

Anders verhält es sich mit therapeutischen zwanghaften Handlungen (Beinlängenausgleich, orthopädische Schuhzurichtungen, orthopädische Einlagen, orthopädische chirurgische Korrekturen, Korrekturen von Füßen, Wirbelsäule, Becken und Extremitäten gestützt auf Röntgenaufnahmen). Nach den Abwehrreaktionen, die in der Regel ebenfalls meist milde verlaufen und deshalb oft überhaupt nicht bemerkt werden, entstehen jedoch iatrogene Zweit- und Dritterkrankungen, wenn man dem Körper Nützliches nimmt, das man irrtümlich als Fehler ansieht. Iatrogene Schädigungen entstehen durch Lernhilfen nicht, weil diese frei von Zwängen sind.

Was mir durchs Ausprobieren podaler Aktionen in den letzten vier Jahren selbst widerfahren ist:

Entstehung eines Gerstenkorns am linken Oberlid, Entzündliche Anschwellung meines linken Kniegelenkes, neuralgiformer Schmerz in linker Orbita, Nackensteifigkeit mit Ausstrahlung in rechten Arm, Verstärkung der Fülle in Mitte, tränen des linken Auges und Zunahme des Speichelflusses. Reaktionen, die sich nach Absetzen der podalen Therapien (noch nicht Lernhilfen, die Erkenntnis kam später) wieder vollkommen zurück bildeten.

Wo gehobelt wird , fallen Späne! Interessant im Zusammenhang mit diesen (ich sehe sie als positive) Reaktionen an, ist, dass ich meinen mindestens 15 Jahre alten Tinnitus aurium vollkommen verloren habe. In mir ist es heute so still , wie zu Kindeszeiten. Das ist mit keiner Therapie hinzukriegen.

Lernhilfen richtiger Ausprägung können und werden nie einen derartigen Wirbel erzeugen. Die einzig richtige Lernhilfe, die das statische Formbild des heimlichen Favoriten erzeugen hilft, befindet sich einzig und allein auf den A-Flächen der Fuchi-Wendesohlen der WSF (für den UHF auf den B-Flächen der WSF). Seitdem ich die ohne Unterlass seit ca. 3 Monaten trage, ist nie mehr wieder eine Abwehrreaktion aufgetreten. Was hat sich dadurch bis heute objektiv verändert:

- Meine rechte frühere Mundschiefe ist nicht mehr feststellbar, die linke Ohrenschiefe ist weniger geworden. Die Symptomie ist noch vorhanden, hat sich aber halbiert.
- Der rechte Mitgebiss (rechter früherer Mundschluss bei halb geöffnetem Mund) geht heute pünktlich (wie es richtig ist) um die Abendzeit in einen symmetrischen Mitgebiss über. Das hat mich am meisten überrascht und überzeugt.
- Der früher nahezu unmögliche rechte Augenschluss ist heute in Dunkelheit genauso gut möglich wie der einseitig linke. Auch das hat mich echt überrascht.
- Ein rechtes Standbein ist mir heute um die Abendzeit genauso gut möglich, wie das Einnehmen des immer noch besseren linken Standbeines.
- Das seitliche Verschieben beider Kniegelenke nach links ist heute um die Abendzeit in Dunkelheit problemlos möglich geworden (wäre früher wegen meines lädierten Innenmeniskus schmerzlos unmöglich gewesen)
- Mein rechtes Becken steht heute in der ersten Tageshälfte tiefer (NSr) und verhält sich in der zweiten Tageshälfte waagrecht (Voraussetzung für NSl, das durch NNSr entsteht). Früher verhielt es sich stets waagrecht.
- Meine Kohlenhydratunverträglichkeit hat nachgelassen, die nachmittägliche und abendliche Fülle in der Mitte hat sich in etwa halbiert. Ich kann heute wieder Brot jeder Sorte essen, ohne mich dadurch nenneswert aufgebläht zu fühlen, obwohl ich Gluten nicht vertrage.
- Meine Verschleimungsneigung ist noch nicht besser geworden, dazu trage ich die Sohlen noch nicht lange genug und habe noch keine Mitte-Sohlen verwendet. Am Element ERDE (interessanterweise einem Element der Statik) gibt es deshalb noch viele Baustellen.
- Mein Reizdarm ist deutlich besser geworden, lässt aber noch viel zu wünschen übrig.
- Meine Müdigkeit in der zweiten Tageshälfte hat deutlich nachgelassen und meine Stimmung hat sich aufgehellt. Der Wunsch sich nachmittags hinzulegen ist weniger geworden.

Ich bin durch das künstlich hervorgerufene statische Formbild „NSIRr“, das die A-Flächen von Neiny Fuchi-Wendesohlen (WSF) in mir zur Füllezeit hervorrufen, messbar gesünder geworden und das bereits nach 3 Monaten podaler Lernhilfe. Ich kann diesen Effekt zukünftig weiter verstärken, indem ich mich immer mehr daran gewöhne und mir meine angeborene Konstitution schrittweise zurückhole.

Welche anderen Lernhilfen eignen sich zur Verstärkung der hier beschriebenen Auswirkungen für die fünf Konstitutionstypen ?

Fassen wir nochmal zusammen:

1. **Fülle-Typen** (meist übergewichtig, rund- kugelig, Retro-Kinn + Retro-Stirn, rechtes Standbein + rechter Augenschluss angenehm) *brauchen podal entweder WSM oder WSF*. Testen, was richtig: A-Flächen oder B-Flächen zu welcher Zeit?
2. **Leere-Typen** (sehr schlank, stabförmig, Promi-Kinn + Promi-Stirn, linkes Standbein + linker Augenschluss angenehm) *brauchen podal entweder WSK oder WSF*. Testen, was richtig: A-Flächen oder B-Flächen zu welcher Zeit ?
3. **Heimlicher Favorit (HF)** (meist normalgewichtig, oben athletisch , unten schlank, Retro-Stirn + Promi-Kinn, linkes Standbein + linker Augenschluss angenehm, bevorzugt männliches Geschlecht) *brauchen podal einzig und allein WSF*. Testen, was richtig: A-Flächen zu welcher Zeit ?
4. **Unheimlicher Favorit (UHF)** (oben schlank , unten fülliger, Normalgewicht – Übergewicht, Retro-Kinn + Promi- Strin, rechtes Standbein und rechter Augenschluss angenehm, bevorzugt weibliches Geschlecht) *brauchen podal einzig und allein WSF*. Testen, was richtig: B-Flächen zu welcher Zeit ?
5. **Unauffälliger Misch-Typ (Mitte)** (unauffälliges Kinn und Stirn , entweder zu große oder zu kleine Nase, kein einseitiges Standbein + kein einseitiger Augenschluss, männlich oder weiblich) *brauchen podal Mitte-Sohlen*. Testen, was richtig: Mitte-Sohlen „Sanduhr“ oder Mitte-Sohlen „Raute“ zur Tragezeit am Nachmittag?

Was ist sämtlichen Konstitutionen statisch gesehen bildhaft gemein?

„*Statik ist ein YIN-Aspekt!*“ *YIN-ASPEKTE sind unter anderem das Ruhende, Stoffliche, Strukture, Statische, Materielle, das Unten liegende (Füße), das sich mit der Erde verbindende (Füße), das weibliche, das Dunkle!*

Was liegt deshalb näher, als zusätzlich zu allem statischen Tun eine gesundheitliche ganzheitliche Lernhilfe einzusetzen, die als Grundlage allen statischen Tuns , das YIN festigt und stärkt, *ohne sich dabei therapieren zu müssen*. Funktionieren tut diese Lernhilfe, die gleich zur Sprache kommt aber nur , wenn sie regelmäßig und täglich am Morgen und am besten immer angewendet wird, weil sie nur über den Habituationseffekt der dauernden Wirkverstärkung funktioniert. Zeitliche kurze Anwendungspausen von einigen Tagen unterbrechen den guten gesundheitlichen Effekt nicht.

Diese Art von Lernhilfe ist keine Therapie, auch wenn sie als solche dargestellt wird. Den Kritikern dieser Methode muss man bei kurzzeitiger Anwendung rechtgeben, sie bewirkt buchstäblich gar nichts. Lange, am besten aber immer angewendet ist diese Methode jedoch eine Macht, denn sie verbindet als einzige nichttherapeutische Methode die Elemente ERDE (Mundhöhle, Mundschleimhäute) mit dem Element WASSER (Harn). Überwinden dazu muss man sich mit meinem Rezept nicht. Wer im Internet „*Eigenharn*“ googelt, kann sich über die therapeutischen Eigenschaften informieren. Wie jedoch schon

gesagt, die Wirkung ist gleich Null bei kurzzeitiger Anwendung. Trinken alleine nützt ohnehin nicht.

Wie geht's:

- Nehmen Sie ein Glas oder Kunststoffbecher mit 200 ml Fassungsvermögen und füllen dieses/n am Morgen zur Hälfte mit Ihrem Morgenharn (Mittelstrahl)
- Füllen Sie die andere Hälfte mit frisch gepresstem Orangensaft auf (zu finden bei Discountern oder Lebensmittelmärkten im Kühlregal)
- Sie merken garantiert nicht mehr, dass Ihr eigener Harn dabei ist.
- Nehmen Sie einen kleinen Schluck und pressen die Flüssigkeit mindestens eine halbe Minute lang durch Ihre Zähne und bewegen Sie sie kräftig im Mund hin und her, danach schlucken Sie die Lösung hinunter.
- Verfahren Sie so mit jedem einzelnen Schluck. Lassen Sie sich Zeit. Je länger sie die Flüssigkeit im Mund belassen und bewegen, je besser die Wirkung.
- Die Lösung lässt sich auch gurgeln, damit erreichen Sie zusätzlich das METALL-Element und tun was für Ihre Abwehr.
- Müßig zu erwähnen, dass ich das selbst seit vielen Jahren tue, ohne jemals eine Nebenwirkung verspürt zu haben. Die Grundlage jeder Statik ist der YIN-Gehalt in ihr. Sie stabilisiert sich dadurch im Lauf der Zeit wesentlich.
- Ihre Zähne werden im Lauf der Zeit strahlend weiß und gesund dadurch, das betrifft auch Ihre Knochen, Ihr Zahnfleisch, Ihre Mundschleimhäute, Ihre Gelenke und das gesamte Skelett, das sich statisch gesehen, stabiler verhalten kann.
- Zwei bis dreimal pro Jahr lasse ich meine Zähne durchsehen und den Zahnstein entfernen. Von Karies oder Defekten nie eine Spur.
- Was aber meiner Ansicht noch viel wichtiger ist, ist die lebensverlängernde Wirkung, die von dieser Methode ausgeht. Sieht man sich in der Elementen-Lehre die „Reihfolge der Bändigung“ an, sieht man, dass das ERDE-Element das WASSER-Element (Großes YIN, großer Parasympathikus-Einfluss) *bändigt* und dieses wiederum das FEUER-Element (Großes YANG, großer Sympathikus-Einfluss) *bändigt*. *Es entsteht ein Gleichgewicht durch die gegenseitige Bändigung zwischen dem einen Extrem und dem anderen.* Die Reihenfolge der Bändigung von Elementen ist das kybernetische System der Gegensteuerung gegenüber der Reihenfolge der Hervorbringung (was ernährt was? = Mutter-Kind-Regel).
- Nähert man sich von dieser holistischen Betrachtung dem „*Eigenharn-Kontakt mit der Mundschleimhaut*“ an, wird sie nicht nur zur Grundlage allen statischen Tuns, sondern auch zur Grundlage eines möglichst langen Lebens (die Zusichnahme von Eigenurin wird auch mit Prinzipien des Ayurveda begründet).
- Mir jedenfalls nützt es, sichtbar und spürbar an meinen guten Zähnen abzulesen, die ja wiederum nur Bestandteile des WASSER-ELEMENTES und damit der eigenen Statik sind.

Probieren geht über Studieren!

* * * * *

2. Regt Euer „*Endocannabinoid-System*“ (ECS) an!

Information im Internet unter **med.can.ch** (Medical Cannabis Verein Schweiz) und tropft Euch zur Anregung desselben 4 – 5 Tropfen *CBD-Öl* (ich verwende 10% iges) morgens nach der Eigenharnprozedur auf die Zunge und lasst das Öl von den Mundschleimhäuten aufnehmen. Wichtig: 1 – 2 Stunden danach nichts essen und trinken. Wird auch das zur Gewohnheit, verstärkt sich die Wirkung auf das zentrale Nervensystem im Lauf der Zeit immer mehr, dem wir ja das Gehirn als Erfolgsorgan des Lernens zuordnen müssen. Damit schließt sich der Kreis der unteren YIN-Grundlagen und der oberen YANG-Grundlagen, die ein Leben lang erlernenswert sind.

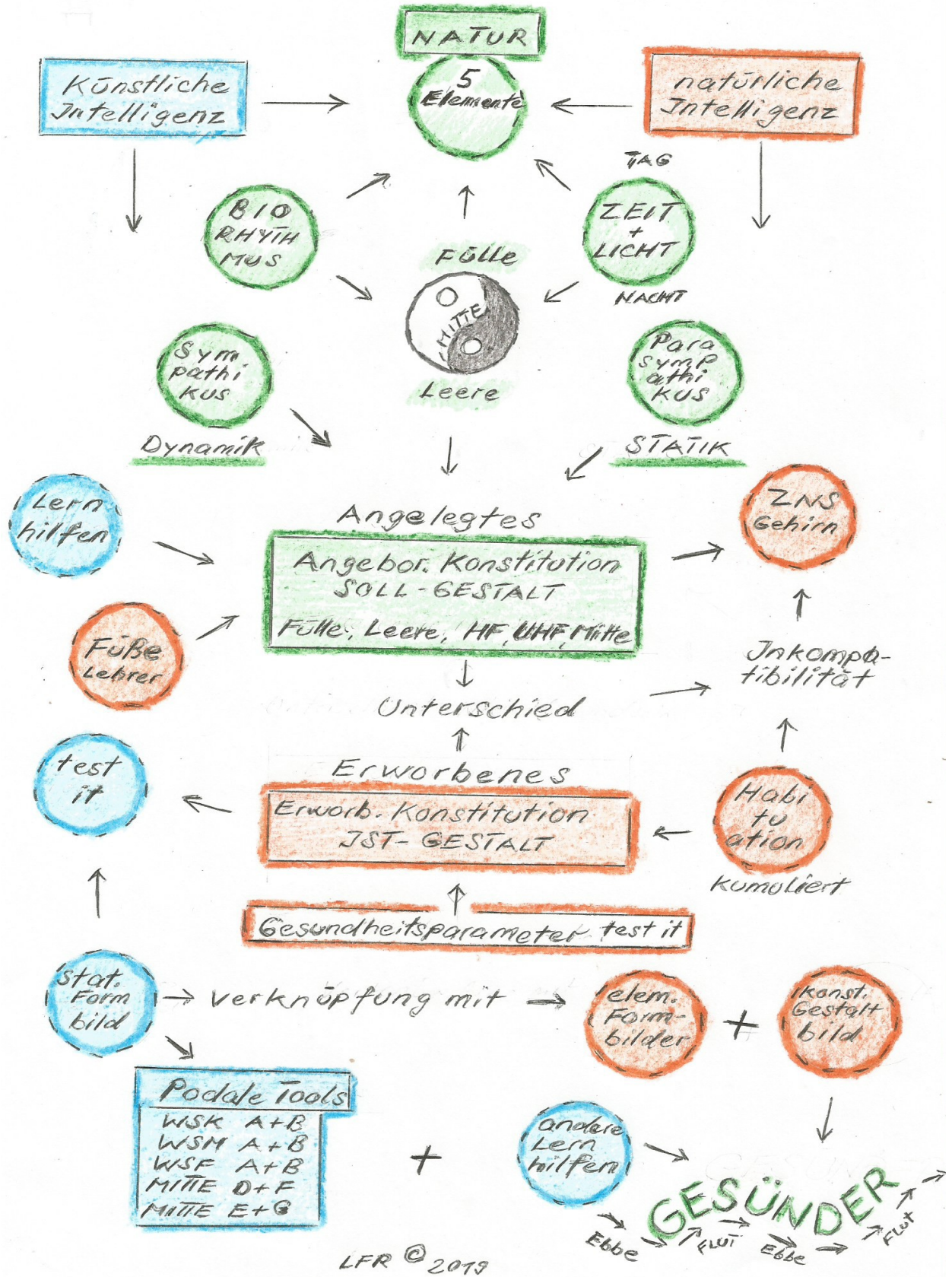
Aus den Informationen von med.can.ch könnt Ihr das Übrige entnehmen.

* * * * *

Damit endet diese Arbeit und ich denke, dass Sie zu mehr Klarheit beitragen kann, was Lernhilfen im Unterschied zu Therapien leisten könnten.

Bitte beachten Sie dazu noch die folgenden Schemata und die folgenden Tipps in den Anhängen.

Funktionsschema : „Gesünder durch Lernhilfen von Neinofy“



LFR © 2019

Abbildung 7: Künstliche Intelligenz „Statisches Formbild“ beeinflusst Natur und natürliche Intelligenz

Handlungsschema: „Gesünder mit Lernhilfen von Neinfoy“



Auftragserteilung = Durchgabe erforderlicher Daten des Kunden an info@neinfoy.de

.....
Name, Postanschrift, Geburtsdatum, Schuhgröße, Telefonnummer oder Mail-Adresse
Körpergewicht und Körpergröße? Bauch: flach, stark vorgewölbt, zu dick, zu rund?
Standbein links, rechts, kein einseitiges Standbein? Zu viel an unterer Fülle?
Einseitiger Augenschluss links einfacher, rechts einfacher, kein Unterschied erkennbar?
Gesäßfalten: rechte tiefer stehend, linke tiefer stehend, beide waagrecht?
Gesundheitliche Probleme:
Mail-Anhang: Foto von Gesichtsprofil, Foto Gesicht von vorne (stehend aufgenommen)



Auftragsbearbeitung durch W-Planet GmbH, Philippstraße 2 A in D-84453 Mühldorf

.....
Bestimmung der angeborenen Konstitution. Bestimmung der Differenz von angeboren
Konstitution zu erworbener Konstitution. Bestimmung des *statischen Formbildes*.
Auswahl des passenden Korrektur-Sohlen-Typs. Herstellung desselben. Verfassen
einer persönlichen Information für Umgang der gelieferten Sohlen. Verpackung, Ver-
sand und Logistik. Rechnung für Dienstleistung und Infos der Sendung beiliegend.



Umgang mit gelieferten Neinfoy-Korrektur-Sohlen

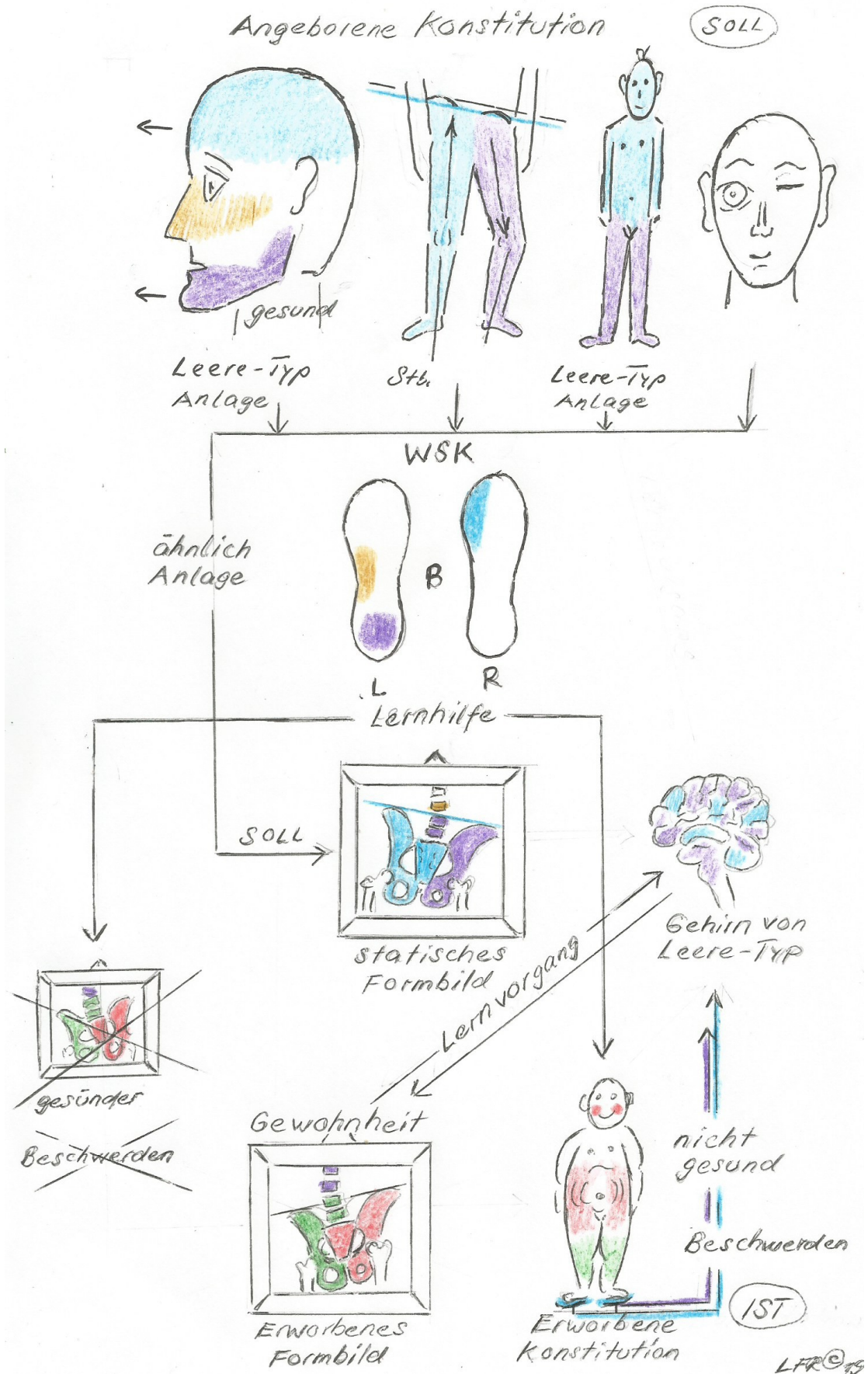
.....
Durchführung der Testphasen (persönliche Information beiliegend). Tragephase der
Korrektur-Sohlen-Seiten, die sich im persönlichen Test als richtig erwiesen. Feedbacks
gemäß Wirkungsweise. Kostenlose Betreuung bei Fragen oder Unsicherheiten während
Tragephase.

Schriftliche Befundung an Kunden oder Therapeuten auf Wunsch

.....
Kostenfrei bei Inanspruchnahme von Paket 1 und Paket 2. Kostenpflichtig siehe bei
„Ursächliche Klärung von Gesundheitsproblemen (Lösungsvorschläge)“

Anhang

Wie man mit Neiny-Lernhilfen seine Beschwerden behandeln kann



Was aus Abbildung 8 hervorgeht:

„Neinofy-Dienstleistungen sind keine therapeutischen Hilfsmaßnahmen! Sie schulen das Gehirn hinsichtlich einer Verarbeitung des Unterschiedes zwischen Bestandteilen der erworbenen und angeborenen Konstitution. Je größer diese Unterschiede ausfallen, je indizierter und hilfreicher wäre ein podaler Input!

Wie darauf jeder Körper reagiert, ob er ein *erworbenes Formbild* in das *Formbild seiner angeborenen Konstitution* umwandeln kann und will und wenn JA, wie schnell er das tut, weiß niemand. Die Erfahrungen zeigen, dass es ohne schädliche Nebenwirkungen funktioniert, falls ein Sohlenträger, die richtigen Sohlen und Sohlenflächen über einen möglichst langen Zeitraum verwendet.

Was man hierzu braucht ist Zeit und Geduld und die positive Einschätzung etwas sinnvolles zu tun. *Gesünder zu werden, ist immer noch das Sinnvollste von allem!*

Damit ein gesundheitlicher Lernvorgang zu einem Erfolg führt, ist es notwendig, ein Minimum an persönlichen Daten (siehe bei „Handlungsschema“) in Formbilder umzuwandeln und in umgewandelter Form in die Korrektur-Sohlen einer Person einzufügen. Sämtliche Korrektur-Sohlen, die ohne persönliche Merkmale bleiben, funktionieren ihrem physikalischen Aufbau nach, der die Füße an ganz bestimmten Stellen mehr belastet als an anderen, jedoch nur halb so gut, wie individualisierte Lernhilfen. Je mehr individuelle Formbilder (entnommen und transformiert aus den Angaben der Anwender, siehe „Handlungsschema“ und Abbildung 8) in ein Paar Korrektur-Sohlen integriert werden können, je stärker und lebhafter kommt der Lernvorgang und damit eine bessere sekundäre Gesundheit zustande.

Gewöhnt man sich an das Tragen der richtigen Sohlen und Sohlenflächen, wird es im Lauf der Tragezeit immer wichtiger, dass neben dem physikalischen Aufbau auch funktionale Bestandteile den Sohlen zugefügt wurden, die nicht nur den Füßen, sondern auch dem Gehirn darüber Auskunft geben, welches Gesundheitsziel eigentlich erreicht werden müsste. Diese Hinzufügung natürlicher Stoffe macht während des Gewöhnheitsprozesses gute 50% an Wirkung aus. Lässt man das Individualisieren ganz weg, erreicht der Anwender sein Gesundheitsziel meist nicht ganz und bleibt auf halben Weg gebessert stehen, ganz gleich wie lange das nicht individualisierte Sohlenkonzept getragen wird. Die Kumulation von Auswirkungen auf eine Gewohnheit hin, geht selbstverständlich von der Zusammensetzung einer Gewohnheit aus.

Beispiel Rauchen! Die schädliche Auswirkung geht nicht allein vom Nikotin aus. Das wäre in unserem Fall zu vergleichen, mit der allerdings deutlich positiveren Auswirkung nicht individualisierter Korrektur-Sohlen. Dazu kommen Rauch, Feinstaub, Teer und noch vieles andere. Das Rauchen ist eine Kombination vieler schädlicher Stoffe und Belastungen, die sich im Lauf der Zeit immer mehr summieren. Wenden wir dieses Beispiel auf das Tragen von podalen Lernhilfen an, kommt es zu keiner negativen sondern positiven Auswirkung auf die Gesundheit. Sie soll so groß wie irgend möglich werden und den Körper darin schulen, gesund zu bleiben. Was beim Rauchen negativ wirkt, ist die Kombination schädlicher Stoffe, die Gewohnheit mit Ihnen mehrmals täglich immer wieder in Kontakt zu kommen, macht am Ende todkrank.

Beispiel in Abbildung 8: Förderung der Gesundheit eines Leere-Typen durch podale Lernhilfe getrgener WSK.

Vier Bestandteile sind für diese Konstitution typisch: Gesichtsprofil, schlanke stabförmige Gestalt, rechtes Standbein, linksseitiger Augenschluss leichter fallend.

Der physikalische Sohlenaufbau der WSK belastet beide Füße an bestimmten Stellen mehr als an anderen. Dies führt sekundär dazu, dass sich weiter oben im Bereich des Beckens und der LWS ein statisches Formbild entwickelt, das der angeborenen Konstitution eines Leere-Typen sehr ähnlich ist. Im Gehirn existieren immer zwei Formbilder einer Person: A.) Das genetisch angelegte und B.) das durch Gewohnheiten erworbene. Das Erworbene steht stets im Vordergrund, schließlich macht das den Menschen momentan aus. Das Angeborene bleibt wartend im Hintergrund. Kommt es nie zu einem Vergleich, kommt es auch nie zu einer Gesundheitsanregung.

Steht und geht die erworbene Konstitution auf Sohlen, die der angeborenen Konstitution ähnlich sind, kommt es zu einem podalen Input, der die Aufmerksamkeit des Gehirns erregt. Schließlich müssten beide Füße ja derart geformt bleiben, wie sie der erworbenen Konstitution nach entsprechen müssten. Sprechen wir von einem *podalen Input*, meint man eigentlich genau dieses Ereignis. Es käme zu keinem, wenn die Füße der genetischen Anlage nach bereits geformt wären.

Eine erworbene Konstitution wie auch die angeborene, besteht jedoch nicht nur aus statischen Mustern und Formbildern, sondern aus unzähligen anderen Formvarianten der Persönlichkeit (Alkaleszenzgrad des inneren Milieus, vegetative Steuerung, asymmetrische Beweglichkeit, mentale und psychische Reaktionsweise, funktio-elementare Dominanzen, loci minores resistentiae und vielem anderen mehr), so dass in podalen Lernhilfen (ob es nun WSK, WSM, WSF oder Mitte-Sohlen sind), viele weitere Charakteristika als nur sein statisches Formbild, eingefügt werden könnten. Diesen Vorgang der Erweiterung, bezeichne ich als Individualisierung von Korrektur-Sohlen bzw. von podalen Lernhilfen.

Beispiel „Leere-Typ“: Zur Individualisierung seines podalen Inputs, müsste neben dem Physikalischen, folgendes an Informationen zu einem asymmetrischen Bild zusammengesetzt werden, damit es durch den Habituationseffekt zu einem möglichst umfangreichen gesundheitlichen Lernvorgang kommt. Die Anlagen eines Leere-Typen können durch bestimmte eingefügte Stoffe zusätzlich angeregt werden:

- einen Botenstoff für sein WASSER-Element
- einen Botenstoff für sein METALL-Element
- einen Botenstoff für sein Element ERDE
- einen Botenstoff für seinen gedämpften Sympathikus
- einen Botenstoff für seinen angeregten Parasympathikus
- einen Botenstoff für mehr YANG im YIN
- einen Botenstoff für YIN

Die eingebauten zusätzlichen Stoffe kommen, neben dem statischen Formbild, durch semipermeable Membranen getrennt, mit beiden Füßen in täglichen Kontakt und verstärken den Lernvorgang in Richtung „angeborene Konstitution“. Eine derartige Habituation bleibt nie auf halben Weg stehen. In ihr kann alles integriert werden, das der Persönlichkeit einer angeborenen Konstitution ähnlich ist. Ein solches Ähnlichkeitsprinzip ist auch Grundlage

der Homöopathie,(Ähnliches kann durch Ähnliches geheilt werden), deren Kritiker und Gegner überhaupt nichts verstanden haben.

Derart ganzheitlich gesehen, wird es verständlich, mit den richtigen Lernhilfen Beschwerden erfolgreich behandeln zu können, obwohl sie keine Therapeutika darstellen und zur Behandlung primär nicht geschaffen wurden.

.....

Welche Ernährungsform passt zu welchen Sohlentypen?

Zu WSK passt *liberale vegetarische Kost, jedoch keine streng vegane!*

Zu WSM passt *liberale vegetarische Kost, jedoch keine streng vegane!*

Zu WSF für HF passen *vegane und liberal vegetarische Kost!*

Zu WSF für UHF passen *vegane und liberal vegetarische Kost !*

Zu Mitte-Sohlen „Sanduhr“ *passt liberale vegetarische Kost !*

Zu Mitte-Sohlen „Raute“ *passt Fasten und viel Trinken!*

.....

Dem Leben „Sinn“ geben

Sich vorrangig um seine eigene Gesundheit und sich als Therapeut vorrangig um die Gesundheit seiner Patienten anzunehmen , macht Sinn. Es gibt nichts sinnvoller!

Betrete ich am Vormittag die A-Flächen meiner WSF und bringe einige Stunden auf ihnen zu, durchdringt mich meine eigene gestaltliche IN-FORM-ATION. Sie dringt ein in meine Füße, dringt nach oben in Beine, Becken und Wirbelsäule und formt sie dem Soll nach aus. Sie dringt nach oben in mein Yang, nach unten in mein YIN und in alle Organe. Sie verbindet das Innen mit dem Außen , das Oben mit dem Unten, das Vorne mit dem Hinten, so wie es sein soll und klärt meine Gedanken und Empfindungen. Gesundsein ist ein cerebraler Akt des Lernens und beruht auf gestaltlicher In-form-ation, die zu einem instinktiven Wissen über sich selbst führt.

Podale Lernhilfen bringen und halten den Körper in Form. Informationen dieser speziellen Art brauchen ein Medium, um Wissen und Nachrichten im Körper zu verbreiten, um Vergessenes wieder bekannt zu machen und Wissenswertes zu übertragen. Die Informanten sind unsere Füße , die gleich Lehrern , das nötige Wissen vermitteln helfen. Das Medium sind die Korrektur-Sohlen, die dem Körper die richtige Orientierung geben, um gesünder zu werden.

Ist man nichtgesund und hat stete Beschwerden, ist es kein Wunder, dass man sich frustriert die Frage nach dem Sinn dahinter stellt und einem keine vernünftige Antwort dazu einfällt. Das Leben macht nur Sinn, wenn man in seinem Verlauf wenigstens einigermaßen gesund ist. Den persönlich passenden Unterricht, um dieses Ziel zu erreichen, kann sich jeder der möchte, mit unserer Hilfe selbst zusammenstellen.

Was ist die Zukunft in diesem Genre?

Die Zukunft liegt ganz klar in der Informationstechnologie. Künstliche Intelligenz hilft natürlicher Intelligenz. In Einlegesohlen künstliche Intelligenz einzufügen, ist auf den ersten Blick abwegig, undenkbar und erscheint vollkommen unmöglich. Erst auf den zweiten Blick und bei sehr genauem Hinsehen erscheint es wahrscheinlich. Ein dritter Blick ist nicht nötig, denn es funktioniert.

Machen wir es uns am Ende noch leichter, als es mithilfe dieser Arbeit bereits ist:

Retro-Kinn + Retro-Stirn = WSM testen + WSF testen (A-Seiten)

Promi-Stirn + Retro-Kinn = WSF testen (B-Seiten)

Retro-Stirn + Promi-Kinn = WSF testen (A-Seiten)

Promi-Kinn + Promi-Stirn = WSK testen (A-Seiten und B-Seiten)

Fülle in Mitte tagsüber = Mitte-Sohlen vom Sanduhr-Sohlentyp testen

Leere in Mitte nachts = Mitte-Sohlen vom Rauten-Sohlentyp testen