

Weltrekord-Marathonläuferin läuft dem Brustkrebs davon – Mit Rohkost und Meditation im Gepäck

Epoch Times / 27. Oktober 2017, / Aktualisiert: 27. Oktober 2017 17:42



2013 liefen Janette Murray-Wakelin und ihr Mann Alan 365 Marathons in 365 aufeinander folgenden Tagen. Foto: facebook Running Raw around Australia

Die australische Marathonläuferin Janette Murray-Wakelin hat ihren Brustkrebs überwunden. Sie wählte eine Rohkost-Diät, Meditation und körperliche Aktivität und folgte, was ihre Heilfähigkeiten betrifft, ihrer Intuition. In den frühen 2000er Jahren wurde sie mit Stufe-3-Brustkrebs diagnostiziert und ihr wurde gesagt, sie hätte nur noch sechs Monate zu leben, ohne jegliche Garantien. Doch innerhalb genau dieser sechs Monate hatte sie einen guten Gesundheitszustand erreicht und fuhr fort sich an Hunderten von Marathons, in nur einem Jahr, zu beteiligen - in nur einem Jahr! "Ich war bereits gefährdet, warum sollte ich mich weiter gefährden, so würde ich weitere sechs Monate „Krankenstand“ erhalten?" Anstatt anzunehmen, was sie eine "von Angst getriebene" Denkweise nennt, welche manche Ärzte in solch einer Situation erschaffen, mied sie die Empfehlungen für Chemo-und Strahlentherapie zugunsten alternativer Methoden, die, wie sie verspürte, deutlich klügere und gesündere Entscheidungen waren. "Die meisten Menschen gehen mit dem, was ihr Arzt sagt, weil sie nicht wissen, dass sie für sich die Verantwortung übernehmen und sich selbst kontrollieren können", sagt Murray-Wakelin.

Die Entscheidung keine konservativen Krebstherapien zu verwenden

[caption id="attachment_2252140" align="alignnone" width="640"]



Breuss-Kur mit verschiedenen Säften. Foto: [istock](#)

(<http://www.istockphoto.com/de/foto/m%C3%B6hrensaft-in-glas-auf-einem-tisch-gm594946974-102010751>)[/caption]

Ohne zu zögern, vermied sie die konservativen Krebsbehandlungen und begann sich zu fragen, was sie ihrem Körper geben könnte, um alles besser zu machen. Was ihr am meisten sinnvoll erschien, war eine Diät mit hohem Nährstoff-Niveau, also lebenden Nahrungsmitteln, zu verwenden. Die in Australien ansässige Murray-Wakelin, die sich zum Zeitpunkt ihrer Diagnose schon vegetarisch ernährte, war schon immer an Fitness und Gesundheit interessiert gewesen. Allerdings vermutete sie, dass versehentliche Bestrahlungen ihrer Haut mit chemischen Substanzen und in einem Gebiet zu leben, wo sie toxischen Mengen an Verschmutzung ausgesetzt war, zu ihrer Diagnose führten. Nach dem Erhalt der Brustkrebs-Diagnose, vertiefte sie sich sofort in erhärtliche Forschungsarbeiten und informierte sich über andere Menschen, die auf konservative Krebsbehandlungen verzichten wollten. Unter Bezugnahme auf viele Bücher und Studien, die eine ganze Reihe von Nebenwirkungen und fragwürdigen Ergebnissen aufgelistet hatten, merkte sie, dass "... je kleiner die Druckbuchstaben wurden, desto mehr wurde deutlich, dass dies nicht die Sache ist, die zu tun war." Sie wendete sich dann dem Buch „Die-Breuss-Krebs-Kur“ von Rudolph Breuss zu, ein 42-Tage-Saft-Fasten auf seinen Schriften basierend.

Heilende Nahrungsmittel gegen den Brustkrebs



Running Raw around Australia 2013

vor etwa 5 Jahren



161

17

14

Für ihre Diagnose beinhalten das Fasten mehrere Lebensmittel aus der Familie der Kohlgewächse, wie Rüben, Brokkoli und Rosenkohl. Nach 42 Tagen fügte sie andere Lebensmittel wie Karotten und grüne Apfel zu ihren Säften hinzu. Weizengrasssaft war für sie auch ein Muss, es hilft dem Körper sich von schädlichen Zellen zu befreien. "Krebs kann in einer mit Sauerstoff angereicherten Umgebung nicht überleben, also, umso mehr Sauerstoff ich durch Bewegung, bewusste Atmung und Weizengras-Trinken in den Körper pumpen konnte, umso besser", sagte sie. Sie erklärte, dass es ihre Idee war den Krebs auszuhungern, während sie zur gleichen Zeit den Körper mit essentiellen Nährstoffen versorgen würde, damit er sich kräftigen kann.

Körperlich aktiv bleiben und den Krebs in Schach halten



Running Raw around Australia 2013

vor etwa 5 Jahren

239

17

40

Die Ärzte hatten ihr empfohlen, sich zu schonen und das Laufen zu stoppen. "So - und das erste, was ich tat", sagt sie mit einem Lachen, "war meine Distanz zu erhöhen." Wieder betont sie die Bedeutung, dass

Krebszellen in einer mit Sauerstoff angereicherten Umgebung nicht gedeihen können, weshalb sie fühlte, dass mehr Aktivität und nicht weniger für sie wichtig war. Im Jahr 2013 liefen sie und ihr Mann 365 Marathons in 365 aufeinander folgenden Tagen, also während des ganzen Jahres. Am 1. Januar 2014, liefen sie noch einen, was einen neuen Weltrekord für "die meisten aufeinander folgenden Marathons" setzte. Nebenbei gesagt, beide sind in den Sechzigern! Sie betonen, dass ihre 100% rohe vegane Ernährung auf pflanzlicher Basis, das Bewusstsein für Nachhaltigkeit und der Glaube an menschliche Güte und natürliche Heilung, sie motiviert hält. Barfuß-Schuhe, fügen sie hinzu, helfen auch.

Sie hat "Tonnen von Energie" und fühlt sich ausgezeichnet



Running Raw around Australia 2013

vor etwa 4 Jahren

18

4

1

"Es hinterlässt in mir absolut keinen Zweifel, dass der Konsum einer 100 %-gen Rohkost einen großen Unterschied für meine Genesungs-Zeit und meine gesamten Heilung machte", sagt sie. "Meine Diagnose vom Krebs und die daraus resultierenden Reise in eine optimale Gesundheit war ein Erfahrung, für die ich wirklich dankbar bin. Ich weiß sicher, dass ich auf dem rohen Weg weitermachen will, wie ich weiterhin mehr Nutzen für die Gesundheit erfahren und eine ständig wachsendes, aufgeklärtes Bewusstseins erleben kann. Jeder Tag ist spannend, wenn man roh ißt! " Quellen: [Running Raw Around Australia](http://rawveganpath.com/running-raw-around-australia/) (<http://rawveganpath.com/running-raw-around-australia/>)

Wenn Dir dieser Artikel gefällt, teile ihn mit Deinen Freunden und gib uns ein Like auf [Facebook](https://www.facebook.com/epoch.genial/) (<https://www.facebook.com/epoch.genial/>)! So hilfst Du uns, noch mehr geniale Geschichten aus aller Welt aufzuspüren und mit Dir zu teilen.

Hast Du selbst etwas Geniales erlebt, oder ein geniales Thema, Bild oder Video, das wir posten sollen? Dann schick uns Deine Geschichte im [Messenger](https://www.facebook.com/epoch.genial/#) (<https://www.facebook.com/epoch.genial/#>).

