



Kinderschutz-Kongress 2025 – Wenn das die Eltern wüssten ...



Seit dem 29.01. dieses Jahres tagt der Kinderschutz-Kongress 2025. Mit dabei sind namhafte Referenten wie: Jo Conrad, Roger Bittel, Frank-Robert Belewsky, Oliver Janich, Dr. Ronald Weikl, Raik Garve und viele mehr. Mit freundlicher Genehmigung des Kongressteams strahlt Kla.TV exklusiv bereits während des Kongresses ein Interview mit Dr. Michael Nehls zum Thema „Die Lithium-Lüge“ für Sie aus. Lithium nimmt als Spurenelement bereits in der frühkindlichen Entwicklung positiven Einfluss. In Europa wurde es als Nahrungsergänzungsmittel verboten. Das giftige Aluminium hingegen darf in Kindersüßigkeiten zugeführt werden – was läuft hier schief?

Seit dem 29.01.2025 tagt ein 16-tägiger Online-Kinderschutz-Kongress. Mit dem Slogan: „Wir stehen auf. Gemeinsam für die Sicherheit unserer Kinder. Denn Kinderschutz ist nicht verhandelbar!“ interviewt das Kongressteam namhafte Referenten zu unterschiedlichen Kinderschutz-Themen. Mit den beiden Zielen: Kinder zu schützen und Eltern zu stärken.

Herzlich willkommen, und schön, dass du da bist. Dieses Video ist für alle, die sich für Kinderschutz und die Zukunft unserer Kinder einsetzen wollen, [...] Themen, die lange tabuisiert oder verdrängt wurden, kommen jetzt ans Licht.

Wusstest du, dass allein in Deutschland jedes Jahr über 100.000 Kinder einfach verschwinden?

... Die Zahl der psychischen oder physischen Krankheiten bei Kindern nimmt rasant zu. [...]

Es ist Zeit, Tabus zu brechen und eine Bewegung ins Leben zu rufen, die nicht aufzuhalten ist. [...]

Eine Bewegung von wachen, klaren und mutigen Eltern. Denn nichts Geringeres als die Zukunft unserer Kinder und damit der gesamten Menschheit steht auf dem Spiel [...]

Es ist nicht einfach, sich mit schwierigen Themen wie Frühsexualisierung, Kinderhandel, Mobbing oder Kindesmissbrauch auseinanderzusetzen. Der Handel von Menschen macht mittlerweile mehr Umsätze als der Handel von Drogen oder Waffen. Harter Tobak, oder? All die Lügen und Manipulationen der Welt – und warum das Ganze? [...]

[Sprecher:]

Die Interviews werden am jeweiligen Ausstrahlungstag für 24 Stunden kostenlos hochgeschaltet und bieten unterschiedliche Lösungsansätze in verschiedenen Themenbereichen.

Für einen kleinen Einblick darf Kla.TV mit freundlicher Genehmigung des Kongressteams exklusiv bereits während des Kongresses folgendes Interview für sie freigeben:

Dr. Michael Nehls zum Thema: „Die Lithium-Lüge“. Lithium als Spurenelement kann vor Alzheimer, Depressionen etc. schützen. In Europa wurde es als Nahrungsergänzungsmittel verboten, das giftige Aluminium hingegen darf in Kindersüßigkeiten zugeführt werden – was läuft hier schief?

Vollständiges Interview:

[Interviewer Frau Feist:]

Herzlich willkommen, liebe Zuschauer, beim Kinderschutzkongress. Schön, dass ihr wieder da seid bei diesem wichtigen Thema, denn gemeinsam stehen wir hier zusammen für die Sicherheit und den Schutz unserer Kinder. Heute ist ein ganz besonderer Mensch bei mir. Ich fühle mich wirklich geehrt, dass er sich die Zeit genommen hat. Er schreibt gerade an einem neuen Buch und die Zeit ist sehr knapp.

Dr. Michael Nehls, herzlich willkommen.

[Dr. Michael Nehls:]

Ja, hallo Frau Feist. Freut mich auch, dass Sie mich eingeladen haben. Ich fühle mich auch geehrt, weil ich glaube, das ist ein ganz, ganz wichtiges Thema, was Sie da bearbeiten. Und wenn ich da beitragen kann, ein bisschen was, dann freue ich mich sehr.

[Interviewer Frau Feist:]

Ja, also für die wenigen, die Sie noch nicht kennen. Sie sind Arzt, Sie sind Molekulargenetiker, Bestsellerautor. Sie beschäftigen sich intensiv unter anderem mit der Funktion des Gehirns, mit den Auswirkungen moderner Einflüsse auf unsere geistige Gesundheit. Sie haben das Buch „Das indoktrinierte Gehirn“ geschrieben, „Das Lithium - Komplott“. Und Sie decken im Grunde genommen auf, wie unser Denken manipuliert wird und welche entscheidende Rolle auch dieses Spurenelement für unsere mentale Widerstandskraft spielt. Und in unserem heutigen Gespräch im Rahmen des Kongresses geht es darum, was diese Erkenntnisse für unsere Kinder bedeuten und wie wir, unsere Kinder in ihrer Entwicklung bestmöglich unterstützen können. Vielen, vielen Dank, dass Sie da sind.

[Dr. Michael Nehls:]

Ja, vielen Dank nochmal für die Einladung. Also ja, das Buch „Das Lithium - Komplott“ ist noch nicht geschrieben, da bin ich gerade dran. Also das habe ich noch nicht publiziert. Es soll ja in Mitte Mai 2025 erscheinen. Also das ist noch davor, also es dauert noch ein bisschen, paar Monate, aber ich bin intensiv am Schreiben. Und das große Thema bei dem Buch ist, dass ich versuche oder mir sicher bin, ich kann beweisen, ich habe es eigentlich schon bewiesen, das entsprechende Kapitel ist schon geschrieben, hat fast 100 Seiten, das erklärt, dass Lithium essentiell ist. Und ich werde ganz oft gefragt auf Vorträgen, weil ich habe sehr viele Vorträge zum Thema gehalten. Und da werde ich immer gefragt, wie ist es mit Kindern? Ist es für Kinder auch essentiell? Da sage ich, naja, es ist keine andere Spezies. Also es ist essentiell. Und es ist interessant eigentlich, weil wenn ich, wenn man sagt, Vitamin C ist essentiell, wird keiner auf die Idee kommen, ja auch für Kinder. Aber Lithium ist halt eben neu, der Gedanke, dass es essentiell sein könnte und, wie ich jetzt eben beweise im Buch, auch essentiell ist. Und es wird deswegen auch eine Revolution einläuten, weil es gerade für die mentale Gesundheit so unfassbar wichtig ist. Das Wort Revolution ist auch der Name, also Lithium-Revolution, einer Vortragsreihe, die wir jetzt auch gerade geplant haben. Also wir werden mit. . . also um den. . . nach den Osterferien 2025, also

irgendwann Ende April, zehn große Städte besuchen und genau diese Lithium-Revolution einläuten. Also das ist dann praktisch der Tag, die sind die Tage, wo dann auch mein Buch schon hoffentlich da ist, fingerscrossed, dass alles klappt. Aber es geht darum zu zeigen, dass Lithium essentiell ist. Und es ist wirklich eins der Elemente, die schon beim. . . kurz nach dem. . . nach der Schöpfung entstanden sind. Also, wer immer an den Urknall glaubt oder auch nicht, ab irgendwann ist sozusagen die Welt mal erschaffen worden. Und wenige Minuten nach der Erschaffung geht man davon aus, rein physikalisch ist Lithium entstanden und durchdringt das ganze Universum. Ist einer der wenigen Elemente, die in unserem Körper sind, die nicht aus Sternenstaub kommen, sondern tatsächlich schon von Anfang, vor den Sternen schon existiert hat. Und auch relevant war eben für die Entstehung des Lebens. Also sogar - das Vorleben, also bevor überhaupt zelluläres Leben entstanden ist, als man noch von einer sogenannten RNA -Welt spricht, also wo praktisch sich irgendwelche Nukleinsäuren, also wie DNA, also unser Erbgut, gibt es auch die RNA, die kennt man zum Beispiel vom SARS -CoV -2, von den RNA -Viren, die haben dann ein Erbgut, das aus RNA besteht. Und man geht davon aus, dass RNA die ursprüngliche Informationseinheit war, der Informationsträger war, für Replikation von Molekülen, die dann irgendwann sozusagen die Basis waren für zelluläres Leben. Und da soll sogar schon Lithium eine Rolle gespielt haben. Es ist also essentiell seit Anbeginn des Lebens. Und das Verrückte ist, dass man diese Essentialität nicht anerkennt. Trotz eindeutiger Beweise, also allein in meinem Buch habe ich geschätzt tausend wissenschaftliche Studien, die die Essentialität de facto belegen, insbesondere eben fürs Gehirn. Und wenn man sich die ganzen Krankheiten anschaut, die durch den Mangel an Lithium bedingt sind, also ich rede jetzt von essentiellm Lithium, also nicht das, was man für die Therapie verwendet, das ist sogar eher ein Nachteil gewesen für das Verständnis, weil man eben dann nur diese therapeutische Maßnahme mit Lithium kennt, meistens für die sogenannte bipolare Störung. Und das werden halt Dosierung verwendet, medikamentöse Dosierungen, die so unfassbar hoch sind, dass man im Prinzip schon im toxischen Bereich ist. Und deswegen kennt man halt Lithium nur als Toxin. Aber wenn man sieht, wie geringste Mengen, kleine Unterschiede, die im Trinkwasser sind, Effekte auslösen, wie zum Beispiel, dass man, wenn man ein bisschen Glück hat, irgendwo zu leben, wo ein bisschen mehr Lithium im Trinkwasser ist, dann haben Kinder, die dort aufwachsen, eine deutlich geringere Wahrscheinlichkeit, dass sie irgendwann eine psychische Krankheit entwickeln. Und das reicht wirklich von Neurosen, Angstsyndromen bis hin zur bipolaren Störung und zur Schizophrenie. Und der gemeinsame Nenner all dieser Krankheiten ist etwas, was man als Neuroinflammation bezeichnet. Und diese Neuroinflammation ist eben ein durchdringendes Phänomen für im Prinzip alle, alle diese Krankheiten, die wirklich anfangen von Autismus bis hin zu Alzheimer, also im Prinzip die ganze Lebensspanne des Menschen umfassen. Und diese ganzen Krankheiten, die alle unsere mentale Gesundheit beeinflussen und letztendlich unser mentales Immunsystem, wie ich es nenne, also unsere Fähigkeit, mit der Umwelt umzugehen und sich zu entwickeln und zu reflektieren. Das mentale Immunsystem, wenn das eben seine Funktion verliert durch einen Lithiummangel, dann nenne ich das das mentale Immundefizienzsyndrom. Und das ist im Prinzip ein Sammelbegriff für ganz viele klinische Diagnosen, eben von Autismus bis Alzheimer. Aber eben nicht nur jetzt klare psychiatrische oder neurodegenerative Krankheiten, sondern auch, ja, Neurosen, aber auch eben Angstsyndrome zum Beispiel oder ADHS. Nicht, dass diese Krankheiten noch andere Ursachen haben, aber unter Lithiummangel ist die Wahrscheinlichkeit, dass man die entwickelt, wesentlich höher. Allerdings, Sie wissen es genauso gut wie ich, wir brauchen einen systemischen Ansatz und wir dürfen keinen Fall Lithium jetzt als Heilmittel betrachten. Das wäre vollkommen fatal. Da haben mich auch schon mehrere Ärzte darauf hingewiesen. Lithium ist wichtig und es ist halt

deswegen gerade besonders interessant, weil es neu ist in seinem Verständnis, dass ich versuche, in die Welt zu tragen. Aber diese überschwängliche Euphorie, die da mit dem Lithium einher kommt, einhergeht, die soll nicht darüber hinwegtäuschen, dass es kein Allheilmittel ist. Es ist nur ein weiterer Mangel, unter dem Menschen leiden. Und wenn man wirklich einen vernünftigen Effekt erzielen will, muss man eben alle Defizite sich anschauen. Und die sind nicht nur in der Nahrung zu finden, die sind natürlich auch in dem ganzen Spektrum von Lebensbereichen zu finden, ob es soziale Interaktion ist, ob es Lebenssinn ist, ob es. . . ob körperliche Aktivität ist. All diese Dinge spielen da rein und alles ist relevant, wenn es um Neuroinflammation geht.

[Interviewer Frau Feist:]

Ja, nochmal einmal auf Lithium zurückzukommen. Also mir fällt da. . . mir kommt da der Begriff von Ehrfurcht insofern, als dass, wenn Sie sagen, dass Lithium wirklich. . . also gerade wenn man systemisch denkt und man davon ausgeht, dass das eines der ersten Elemente auf diesem Planeten war, wenn man das dann überträgt, kann man im Grunde genommen ja schon von. . . also die Bedeutung im Grunde genommen erfassen, was es dann auch für das Leben und für das Entstehen eines Kindes bedeutet. Weil es wirklich, wie Sie gesagt haben, essentiell ist. Und da unterscheidet es sich ja dann eben doch auch von anderen Elementen, weil das eins sozusagen der ersten ist. Das heißt, im Grunde kann man ja davon ausgehen, weil im Kongress geht es auch viel um wirklich Schwangerschaft und Geburt. Was können wir schon tun, damit eben gesunde Kinder überhaupt aus uns entstehen? Das heißt, man könnte ja davon ausgehen, wenn eine Frau oder wenn Eltern schwanger werden möchten und sie dann schon Lithium zu sich führen, es einnehmen, eben in diesen Spurenelementen, in diesem ganz geringen Bereich, wie Sie sagen, nicht toxisch, sondern wirklich gering, dass das dann schon förderlich für das Kind oder das werdende Kind sein kann. Können Sie dazu was sagen?

[Dr. Michael Nehls:]

Ja, das funktioniert sogar direkt und indirekt. Also natürlich ist es für das Kind wichtig, weil man weiß, dass, und deswegen ist es auch so wichtig für das mentale Immunsystem. Das mentale Immunsystem basiert ja auf der Fähigkeit unserer autobiografischen Gedächtniszentrale, wie ich ausführlich schon in anderen Vorträgen und Interviews in all meinen Büchern beschreibe, in fast all meinen Büchern. Und auch in dem jetzt wieder, beruht auf der Fähigkeit des Hippocampus unserer autobiografischen Gedächtniszentrale, tagtäglich neue Hirnzellen zu produzieren. Das ist der Grundmechanismus, der uns vor Alzheimer schützt, aber auch uns die Fähigkeit eben gibt, zu reflektieren, lebenslang ein gutes Gedächtnis zu haben, Resilienz zu haben, ganz wichtig, auch für die kindliche Entwicklung, sodass man auch keine Neuroinformationen entwickelt so schnell, wenn mal irgendwo Stress ist. Und natürlich auch die Neugier, die ganz wichtig ist, dass wir überhaupt lernen und lernen wollen. Und zwar unser ganzes Leben lang, schon als Kind, aber eben auch als Erwachsener und vor allem auch als älterer Mensch. Und diese Fähigkeit des Hippocampus, neue Zellen zu produzieren, das nennt man die Proliferation von neuen Nervenzellen, die Vermehrung von Nervenzellen, braucht etwas, was man Telomeraseaktivität nennt. Das heißt, jedes Mal, wenn eine Zelle sich teilt, wird aus einem molekularbiologischen Mechanismus heraus, werden die Chromosomen ein bisschen kürzer. Und wenn die ihre Kürze, also ihre Länge sozusagen sukzessive verlieren, kommt ein Punkt, man nennt das das Heffligminimum oder Maximum, das bedeutet, das ist so eine Art innere Uhr, den die Zellen haben. Und wenn die Zellen sozusagen genügend solche Verteilung hinter sich haben und die Enden nicht dauernd repariert werden, dann reduziert das

sozusagen die Anzahl der Zellzyklen und reduziert letztendlich die Fähigkeit, diese Zellen sich zu vermehren. Die sterben sogar dann ab, weil das zu einer Dysregulation der zellulären Mechanismen führt. Und die Telomerase, weil die Telos heißt das Ende und Smeros ist das Teil und die Enden sind die Zellen, die sich dann verändern. Und die Zellen sind die Zellen, die sich dann verändern. Und die Endteilchen, die kann man eben, die sind im System bei unserem Körper, das heißt die Telomerase, und die kann wieder diese Enden reparieren. Und wir wissen, dass die unter dem Einfluss von Lithium ist, diese Telomerase. Und deswegen ist zum Beispiel im Hippocampus die höchste Konzentration an Lithium zu finden im Gehirn. Der Hippocampus ist die Region des Gehirns, die Lithium anreichert. Warum? Weil es eben diesen Pool an Nervenzellen hat, der ständig sich vermehren muss, damit wir unsere geistige Leistungsfähigkeit erhalten. Und dieser Mechanismus, das proliferierende Gewebe eine hohe Telomeraseaktivität hat, aber auch viel Lithium braucht, um die zu erhalten, gilt nicht im Erwachsenen, für den Hippocampus zum Beispiel, aber beim Kind, beim heranwachsenden Kind, für den gesamten Organismus. Man hat also schon vor 20 Jahren festgestellt, vor 30 Jahren, dass die Lithiumkonzentration im Embryo, im Fötus am höchsten ist. Es kommt zu einer Lithiumanreicherung. Das heißt, der Körper weiß, die Zellen müssen jetzt ganz viele Zellteilungen machen und kein Embryo würde zum Kind heranwachsen, wenn diese Zellteilung nicht funktionieren würde. Man hat zum Beispiel im Tierversuch, das kann man wirklich nur bei Tieren machen ethisch, ist es dort sozusagen vertretbar, dann hat man bei Tieren einfach, das war vor 30, 40 Jahren, die Lithiummenge reduziert im Futter. Und die Kinder, die. . . Also die Würfe, das hat man bei Ratten gemacht, bei Mäusen gemacht, bei Ziegen gemacht und die Würfe, die waren deutlich geringer, kleiner und die Babys, die geboren worden sind, waren deutlich kleiner und die Wahrscheinlichkeit, dass sie das erste Lebensjahr überhaupt hinter sich bringen, erfolgreich, ist um 50, 60, zum Teil um 80, 90 Prozent reduziert, je nachdem, wie stark die Lithiummenge reduziert war. Man hat es nicht auf Null reduziert, es ging technisch nicht. Weil Lithium überall ein bisschen vorkommt. Aber die Reduktion war so eindeutig, dass man aus diesem Studium her gefolgert hat, eindeutig, es ist essentiell. Und es gibt absolut keinen Grund anzunehmen, dass es beim Mensch aufhört, essentiell zu sein. Das heißt, es ist auch beim Menschen essentiell für die kindliche Entwicklung, schon im Mutterleib und natürlich dann auch, wenn das Kind geboren wird. Was der zweite Grund, warum es essentiell ist, also ich habe gesagt, direkt und indirekt, direkt eben. . . Im Mutterleib, aber indirekt genauso. Weil natürlich für eine Frau, die schwanger ist, mit ganzen Sorgen, ob das alles so klappt mit dem Kind und berufliche Umstellung, das Leben wird vielleicht ein bisschen umgestellt. Das ist natürlich alles neu und um Neues proaktiv und mit Mut zu erleben, braucht man ein gesundes mentales Immunsystem. Und wenn dann ein Mangel ist an Proliferation im Hippocampus und da spielt nicht nur Lithium eine Rolle. Ich habe ein ganzes Buch geschrieben, das heißt die Algenöl - Revolution. Wenn Omega -3 fehlt, hat man dann auch das gleiche Problem. Also es gibt keinen essentiellen Vitalstoff, auf den der Hippocampus verzichten kann. Aber Lithium ist eben einer von denen. Und Lithium ist ein sehr fundamentaler. Wenn der fehlt, dann haben wir ein molekularbiologisches, ja, wie soll ich sagen, eine Dysfunktion im Hippocampus, der einerseits die Proliferation dieser Zellen reduziert und den Neuroinflammation verstärkt. Man ist sozusagen schon vorinflammatorisch und jedes Ereignis, was ein bisschen stressreich ist, sorgt für eine Hyperinflammation und das wiederum sorgt zur Freisetzung von Bodenstoffen, die dummerweise alle über die Plazenta auch zum Kind gelangen, was heranwächst. Und dann natürlich dort wiederum im Gehirn des Kindes auch dafür sorgt, dass die Proliferation von Zellen gehemmt wird. Das heißt, wir haben hier zwei Teufelskreise, die eigentlich ganz einfach unterbrochen, beziehungsweise vor denen man sich schützen kann, wenn man eben ausreichend Lithium zuführt. Und ausreichend ist wirklich nicht viel. In meinem Buch habe

ich jetzt Schätzungen abgegeben aufgrund dessen, was die ganze Studienlage hergibt. Und ich gehe davon aus, dass ein Milligramm, also wirklich ein tausendstel Gramm, also das ist auf dem Teelöffel schon gar nicht zu sehen, wenn es reines Lithium wäre. Mit bloßem Auge schon schwer zu erkennen. Weniger wie ein Salzkörnchen. Ein Milligramm ist wahrscheinlich schon ausreichend. Wir wissen, dass Mikrogrammmengen, also nochmal ein tausendstel davon, Mikrogrammmengen schon ausreichen, um zum Beispiel im Trinkwasser, wenn man da nur einen Liter trinkt, mit einem, mit ein paar Mikrogramm mehr wie in einem anderen Dorf, wo man vielleicht zufälligerweise ein bisschen weniger Lithium im Trinkwasser hat. Der Unterschied ist gewaltig von Depression, ADHS... Dass man psychisch auffällig wird. Aggression zwischen Jugendlichen bis hin zur Lebenserwartung. Nur ein paar Mikrogramm Unterschied. Das heißt, wir reden wirklich von minimalen Mengen, die kilometerweit, also ich habe wirklich eine Grafik in meinem Buch, wo ich logarithmisch arbeite, um den Abstand zwischen der essentiellen Dosis und der therapeutischen Dosis, vor der alle Angst haben, zurecht, darzustellen. Und während sozusagen der essentielle Bereich so ein paar Zentimeter breit ist, so ist der Dosisbereich, da sind wir vollkommen im, ja, da ist alles in Ordnung. Das ist das, was wir brauchen. Um dann den therapeutischen Bereich abzubilden, bin ich wirklich zwei, drei Kilometer weit rechts. Und weil eben mein Buch keine drei Kilometer breit ist, musste ich logarithmisch arbeiten, nur um überhaupt das alles noch auf eine Grafik zu bringen. Das heißt, wir sind kilometerweit weg von einer, einer toxischen Dosierung. Und die Effekte für das Kind sind eben sehr, sehr, sehr vorteilhaft.

[Interviewer Frau Feist:]

Also wenn Sie das so erzählen, als erstes fällt mir ein, also die wenigsten Menschen kennen sich überhaupt aus mit Zellentwicklung, was Zellen überhaupt sind. Mitochondrien ist zwar jetzt gerade so ein bisschen so ein Begriff, der in ist, aber letztendlich kann sich kaum jemand was darunter vorstellen. Telomerase weiß auch niemand. Das sind ja eigentlich für unser Leben essentielle, ja, ein essentielles Wissen. So, jetzt wird das ja im Grunde genommen nicht verbreitet und schon gar nicht, dass es eben, wie Sie sagen, auch diese essentiellen Spurenelemente zum Beispiel gibt oder wie Sie sagen, Vitalstoffe. Was verhindert das denn? Also warum ist das Wissen nicht vorhanden? Denn letztendlich, gerade wenn Sie von Lithium sprechen, würde das ja eine enorme Entspannung und eine enorme Gesundheitsförderung für die ganze Menschheit bedeuten.

[Dr. Michael Nehls:]

Ja, absolut. Also ich meine, Herr Schellenberg, das ist ein Kinderarzt, Christian Schellenberg, der wahrscheinlich auf dem Kongress auch bei Ihnen noch sozusagen auftauchen wird als Experte. Ein sehr guter Freund von mir, der Lithium eben auch bei Kindern anwendet, der sagt, es ist unfassbar, die Effekte, die er da sieht. Und er nimmt Lithium hier nicht als therapeutische Maßnahme, sondern er versucht nur, den Mangel zu beheben. Und das alleine reicht schon aus, um gewaltige Effekte zu erzielen. Und wir sind uns beide einig, dass es natürlich nicht nur für Kinder wichtig ist, die jetzt gerade verhaltensauffällig geworden sind, sondern es ist nicht für alle lebensverändernd, auch Kinder, die jetzt noch nicht auffallen. Er hat das auch so ein schönes Gleichnis, das habe ich auch im Buch jetzt natürlich drin, mit seinem Erlaubnis. Er sagt halt. . . Das ist ja wie, wenn man mit einem platten Reifen, also einem fast platten Reifen, Fahrrad fährt. Man ist praktisch. . . Man kommt schon durchs Leben damit, man ist allerdings halt eben. . . Es ist halt ein bisschen anstrengender. Und es funktioniert. Also, ja, aber das Problem ist halt, wehe, es kommt irgendwo ein Schlagloch, ja, dann fährt man da mit dem Fahrrad rein und ich kenne das ja selber, ich fahre sehr viel Fahrrad, dann hat man diesen Schlangenbiss,

nennt man das, weil es auf der Felge aufschlägt. Dann ist der Reifen platt. Worst case, man fällt sogar noch um und haut sich den Kopf an. Also im Prinzip ist, wenn man das als Metapher betrachtet, plötzlich kommt so ein Moment, irgendein Ereignis in einem Leben, wo man mit einem platten Reifen eben nicht mehr durchkommt, wo der Stress dann zu viel wird und man bricht zusammen. Man hat dann ein Angstsyndrom, wo man entwickelt, man entwickelt eine Depression oder sogar, wenn man hinfällt, jetzt rein metaphorisch eine posttraumatische Belastungsstörung. Und deswegen ist es schon gar nicht gesund, mit diesen Mängeln im Prinzip durchs Leben zu gehen, auch wenn man vielleicht akut noch gar nicht krank ist und noch nicht sozusagen bei irgendeinem Arzt vorstellig wird, sondern ich glaube, jedes Kind würde davon profitieren. Vorausgesetzt natürlich, dass es unter einem Mangel lebt. Aber der ist eben sehr, sehr wahrscheinlich, wenn man nicht gerade in den Anden, in den Anden, in Nordchile oder Nordargentinien lebt, wo man dann wirklich vier, fünf, bis zehn Milligramm am Tag Lithium zuführt, also nochmal deutlich mehr, wie essentiell notwendig wäre, weil dort eben ein vulkanisches Gebiet ist und das Lithium noch nicht so über die Jahrtausende oder Jahrtausende der Erdgeschichte eben ausgewaschen wurde. Aber in Regionen wie jetzt zum Beispiel in Europa ist, gibt es fast nirgends lithiumreiche Regionen, es sei denn, zum Beispiel jetzt, weiß nicht, ob man überhaupt das überhaupt noch zu Europa dazuzählt, also Teneriffa zum Beispiel. Also auf den Kanarischen Inseln hat man sehr hohe Lithiumwerte in der Nahrung, nach dem Trinkwasser, weil eben vulkanisch.

[Interviewer Frau Feist:]

Ja, Sie haben ja von der Resilienz gesprochen und jetzt auf diese, diese Metapher bezogen, ohne jetzt zu sagen, dass, wie Sie auch gesagt haben, dass Lithium das Allheilmittel für alles wäre, kann man das sich so vorstellen, dass, wenn, wenn wir Lithium einnehmen, unter anderem, Sie haben ja auch von Omega 3 zum Beispiel gesprochen, also es gibt ja auch andere Faktoren, aber wenn wir das einnehmen, dass sozusagen unsere Fähigkeit, mit Hindernissen und Problemen umzugehen und auch, weil Sie es gerade angesprochen haben, posttraumatische Belastungsstörungen zum Beispiel, also auch in, in sehr, sehr schwierigen Situationen oder in deren Auswirkungen, wenn wir uns da befinden, dass Lithium wirklich eine Basis, unter anderem Lithium eine Basis gibt, die uns ermöglicht, mit allem besser umzugehen mit den Stürmen des Lebens?

[Dr. Michael Nehls:]

Ja, absolut. Ich habe jetzt gerade ein Kapitel abgeschlossen und nenne Lithium den Vagusnerv unter den Spurenelementen. Im Prinzip ist es so, unser ganzes System wird durch Lithium etwas gedämpft, aber ein hyperaktives System. Und nicht nur jetzt im psychischen Bereich, sondern es geht runter bis auf den molekularen Bereich. Also die Moleküle, die Signalmoleküle in unseren Zellen, die durch Lithium reguliert werden, wenn die hyperaktiv sind, sind diese Moleküle, ich nenne auch die Lithium -Targets, also die Zielmoleküle für Lithium, Target ist das Ziel, und Lithium erkennt diese Targets, interagiert mit diesen Targets, verändert deren Funktion. Und wenn Lithium nicht da ist, sind die hyperaktiv. Und wenn die hyperaktiv sind, sorgen die für zum Beispiel eine Neuroinflammation, eine schleichende Entzündung im ganzen Körper, eben auch im Gehirn, Neuroinflammation, aber letztendlich im ganzen Körper. Und die Neuroinflammation oder die Hyperaktivität dieser Targets, ich nenne mal eins davon, das heißt GSK3, Name spielt keine Rolle, aber wenn GSK3 hyperaktiv ist, ist es vermutlich das zentrale Molekül in seinem hyperaktiven Zustand für sämtliche Zivilisationskrankheiten. Deswegen ist es auch das Haupttarget der Pharmaindustrie. Die wollen aber auf das Target jetzt nicht mit Lithium schießen, weil das ist zu billig und kann man nicht patentieren. Die wollen auf dieses Target

schießen mit ihren Magic Bullets, also mit ihren magischen Kugeln. Magic Bullets sind eigentlich ein Begriff für sehr erfolgreiche Medikamente. Also erfolgreich im Sinne von nicht unbedingt jetzt, dass sie heilen, das sind die wenigsten, sondern die vermarktungstechnisch den größten Umsatz haben. Das sind die Magic Bullets und diese Magic Bullets sollen auf diese Lithium Targets schießen. Und die Haupttargets der Pharmaindustrie sind alle in diesem Stoffwechsel oder in diesem Signalweg, der durch Lithium kontrolliert wird. Und dieser Signalweg ohne Lithium führt zu allen möglichen chronischen Krankheiten, allen Zivilisationskrankheiten, aber nur unter Lithiummangel. Das heißt, wenn der Lithiummangel behoben wird, verlieren die Targets ihre Bedeutung für die Pharmaindustrie. Und das ist eine der Erklärungen, warum Lithium A nicht als essentielles Spurenelement anerkannt ist. Und noch schlimmer, dass es noch nicht mal erlaubt wird, in Europa zum Beispiel einfach so als Nahrungsergänzungsmittel zuzuführen. Also man darf es zuführen, aber darf es nicht verkaufen offiziell. Es ist nach EU -Richtlinie verboten, Lithium als Nahrungsergänzungsmittel auf den Markt zu bringen. Das soll jetzt nicht heißen, dass es nicht manche tun. Also ich brauche jetzt keine 100 Zuschriften oder 1000 wieder, die sagen, Herr Nehls, ich habe es im Internet gefunden. Es ist zwar offiziell erlaubt, aber ich habe da ein Video gemacht. Kann man auf meinem Kanal übrigens auch anschauen. Mit einer Juristin, die Spezialistin ist für diese Fragen. Und die hat gesagt, im Prinzip ist es ein Schwarzmarkt, der da entstanden ist. Und das ist eben fatal. Es ist ein Schwarzmarkt unkontrolliert. Der jetzt praktisch Lithium vertritt. Und ständig ist man mit einem Fuß im Gefängnis. Also wenn, sie hat mir sogar gesagt, wenn ich jetzt zum Beispiel in den USA, wo man das einzige Land, wo ich kenne, wo man es frei verkaufen darf, offiziell. Wenn ich jetzt da eine Sammelbestellung mache für meine ganze Familie, dann bin ich praktisch Dealer. Ja, also weil es ein Schwarzmarkt ist, ist verboten. Und das ist ja das absolut Verrückte, dass etwas, was hirngesund ist und zwar essentiell fürs Hirn gesund ist. Nicht nur nicht anerkannt ist als essentiell, sondern eben noch verboten wird. Deswegen heißt das Buch ja auch das Lithium -Komplott. Und was aber noch perfider ist, dass zum Beispiel Aluminium als Nahrungsergänzung erlaubt ist, obwohl es hirntoxisch ist. Ja, also auch ist ja auch Teil an diesen ganzen Impfen, Impfungen, die gemacht werden bei Kindern. Also über 50 Prozent der Impfstoffe haben Aluminium drin und das geht ins Gehirn. Und im Gehirn erzeugt Aluminium eine Neuroinflammation. Also die Spurenelemente, die eine Neuroinflammation verursachen, sind erlaubt. Es gibt, glaube ich, ein Dutzend E -Nummern, gerade auch für Süßigkeiten für Kinder. Die enthalten Aluminium. Aluminium ist in den ganzen Spritzen drin, die man als Impfung vermarktet. Und das ist alles erlaubt. Aber das essentielle Spurenelement, was sozusagen das Gegengift wäre, wenigstens, das ist noch nicht anerkannt als solches und sogar verboten. Und das ist absolut irre und zeigt aber eben auch, was für eine perfide Machtstruktur dahinterstehen muss, die Interesse hat eben, dass man, ja gut, ich meine, es ist ja logisch, eine Industrie, die davon lebt, dass Menschen krank sind, hat natürlich alle Möglichkeiten und Interessen und auch die finanziellen Möglichkeiten, den politischen Einfluss und natürlich auch auf die Medien, dass eben sowas nicht wirklich bekannt wird. Und das Gespräch, was wir beide gerade hier führen, wird wahrscheinlich keine Leitmedien, also kein ARD, kein ZDF in Deutschland wird das mit so ein Gespräch führen. Das wäre unmöglich. Kann ich mir gar nicht vorstellen.

[Interviewer Frau Feist:]

Es gibt ja so eine Methode, die nennt sich Seven Layers Deep, also sieben Schichten tief gehen. Und das ist sehr interessant. Alles, was Sie erzählen, ist im Grunde genommen, man forscht immer weiter. Also mir wird beim Arzt als Beispiel ein Medikament verschrieben. Warum wird mir das verschrieben? Also man fragt immer, warum? Warum wird mir das

verschrieben? Was steckt dahinter? Was steckt da - hinter? Und so kommt mir das so vor, wenn Sie so mit allem, was Sie erzählen, kommt man eigentlich automatisch in wirklich diese molekulare Ebene. Sie haben ja eben auch von den Signalmolekülen gesprochen, dass eigentlich viel, also wir sind so drauf gepolt worden, mit allem immer sehr im Außen zu gucken. Und in der Größe und alles, was groß ist, was mächtig ist, was in der Werbung uns gezeigt wird, das ist das, das muss ja helfen. Aber mal gucken, was steckt dahinter und dahinter und dahinter. Und man kommt in den kleinen Bereich, interessanterweise auch in diese wirkliche, in die Milligramm. Also es ist ja wirklich schon Molekularebene, wenn man sagt, so ein kleines Salzkörnchen Lithium würde schon im Trinkwasser ganz viel nützen.

[Dr. Michael Nehls:]

Ja, das ist unfassbar.

Also, was Sie gerade mit den sieben Lehren sagten... ich kenne diesen Begriff so nicht, aber es passt natürlich sehr gut zu meiner eigenen Geschichte, weil mein allererstes Buch, was ich jemals geschrieben habe „Die Methusalem-Strategie“, da geht es im Prinzip schon darum; das zentrale Thema ist, dass man nie aufhören soll, die Warum-Frage zu stellen. Also, das ist das zentrale Thema dieses Buches, also sowohl psychologisch als auch philosophisch. Und ich habe ja dann mir die Frage gestellt, warum ist Lithium, weil ich bin von der Alzheimer-Forschung auf Lithium gestoßen, weil Menschen mit bipolarer Störung haben ein sechsfach erhöhtes Risiko, Alzheimer zu entwickeln, es sei denn, sie werden mit Lithium behandelt. Und Lithium -Behandlung ändert zwar nichts am Krankheitsprozess, es ist ja eben eine Behandlung, keine Therapie, aber die Wahrscheinlichkeit, dass Sie Alzheimer entwickeln, geht auf das Normalmass zurück, obwohl es auch nicht gesund ist, aber auf das normale Durchschnittsmass in der Bevölkerung. Und irgendwann hat man festgestellt, den Effekt erziele ich aber auch schon bei einem tausendstel der Dosis. Und dann waren wir plötzlich bei mikrodosiertem Lithium. Und so bin ich auf das Lithium gekommen, dann habe ich mir die Warum-Frage gestellt. Ja, warum ist es dann nicht erlaubt, warum macht man es nicht ins Trinkwasser? Weil, im Trinkwasser weiß man, wenn ich Glück habe, irgendwo zu leben, wo mehr Lithium drin ist, und wir reden wirklich von Mikromengen eben, dann habe ich ein geringeres Alzheimer-Risiko, ein geringeres Depressionsrisiko. Und warum ist das nicht drin? Also warum? Und dann, warum ist es verboten? Und die Warum-Frage, wie gesagt, die hat mich sogar bis zum Urknall gebracht, also wirklich bis zum Anfang des Lebens. Und das macht diese Reise jetzt, die ich jetzt durch mein Buch gemacht habe, unfassbar spannend. Aber man kann dann eben das Ganze von unten auch wieder sozusagen aufbauen und eine neue Welt sich erschaffen. Also, wenn man dann sozusagen tief reingedrungen ist bis zu den Anfängen, bis die Warum-Frage keinen Sinn mehr macht, weil man die nicht mehr tiefer fragen kann, weil die nächste Frage wäre dann, warum gibt es ein Universum? Aber da kann ich dann keine Antwort mehr liefern, aber man kann dann umkehren und kann sagen, okay, von dort aufbauend baue ich mir jetzt eine neue Welt auf, die Lithium enthält. Und wenn ich mir diese Welt vorstelle, dann habe ich eine Revolution in der Medizin, aber ich habe auch eine Revolution im menschlichen Miteinander. Ich bin im April 2024 eingeladen worden vom Schweizer Außenministerium auf einem großen Kongress, über 1500 Repräsentanten aus über 100 Nationen waren anwesend. Und ich sollte den Schlüsselvortrag halten, die Keynote Lecture, und in 15 Minuten die Frage beantworten, was das Gehirn benötigt, um Frieden denken zu können. Das war eine Friedenskonferenz und ich sollte das in 15 Minuten beantworten. Ich habe natürlich das mentale Immunsystem erklärt und dann habe ich aber auch in einem Schlussbild gezeigt, dass Lithium das Schlüsselmolekül für Frieden-Denken ist. Weil das ist eben das, was uns erlaubt zu reflektieren, etwas gelassener zu sein, wenn es zu Konflikten kommt. Frieden ist

ja nicht die Absenz von Krieg, sondern die Fähigkeit, friedfertig zu denken, auch Konflikte auszuhalten, Konflikte zu diskutieren, die Position des anderen einzunehmen, also sprich, die Perspektive zu ändern. Und all das fasse ich zusammen unter mentalem Immunsystem. Und das Lithium ist eben das Schlüsselmolekül für das mentale Immunsystem und umso perfider, dass es uns vorenthalten wird.

[Interviewer Frau Feist:]

Jetzt habe ich noch eine Frage und zwar ist ja gerade es auch ganz in, sag ich mal. Also überall hört man von Schwermetallen, Schwermetallvergiftung, und gut, wenn man sich umguckt und ein bisschen wach ist, dann kommt man ja auch dazu. Also automatisch... also man sieht einfach, wir werden auf allen möglichen Ebenen vergiftet, nicht nur körperlich, sondern auch mental, wie Sie jetzt gerade auch so erzählt haben. Und welche Rolle kann da... also kann Lithium da auch eine Rolle spielen? Ich will jetzt nicht Entgiftung sagen, weil das gerade so Trend ist, aber dass die Schwermetalle im Körper reduziert werden oder an Wirkkraft verlieren.

[Dr. Michael Nehls:]

Beides. Also es gibt Studien, die zeigen, dass zum Beispiel die Quecksilberausscheidung zunimmt, wenn man Lithium zuführt. Die meisten Schwermetalle und auch Plastik und so weiter, hemmen die Neurogenese im Hippocampus, also die Bildung neuer Hirnzellen, was unser mentales Immunsystemprinzip lahmlegt. Insofern ist die Neuroinflammation der Schlüssel und Lithium hilft da. Es gibt auch andere Substanzen, also alles, was die mentale Leistungsfähigkeit, sprich das mentale Immunsystem dämpft, ist problematisch. Und ich gebe da mal ein Beispiel, jetzt nicht aus dem Lithium-Kontext, aber auch zum Beispiel aus meinem Buch die Algenöl-Revolution. Da habe ich interessanterweise festgestellt, dass Inuit, die sich ja hauptsächlich von Fisch ernähren, die essen natürlich auch sehr viel Schwermetalle, weil die halt im Fisch drin sind. Und da habe ich recherchiert, wie ist es mit der Alzheimer-Wahrscheinlichkeit, weil die Schwermetalle machen ja Alzheimer. Aber der Mangel an den essentiellen Spurenelementen und Vitalstoffen, die im Fisch sind, macht auch Alzheimer. Also wie geht es gegeneinander aus? Also was passiert jetzt, wenn ich etwas zuführe, was vitalstoffmäßig essentiell ist, gleichzeitig aber etwas zuführe, was mir schadet? Und das Erstaunliche ist, dass die Vitalstoffe gewinnen. Das heißt, die Menschen, die Inuit, die das geringste Alzheimer-Risiko haben, also versterben und kaum Alzheimer entwickelt haben oder gar keinen, haben interessanterweise die höchsten Schwermetallkonzentrationen im Gehirn. Aber die haben kein Alzheimer entwickelt, weil sie auch die höchste Vitalstoffkonzentration im Gehirn haben. Das heißt, was unser Körper nicht kann, sind Mängel sozusagen ausgleichen. Aber wenn wir die Mängel ausgleichen, selbst, durch eine sinnvolle Ernährung, dann sind wir viel toleranter nicht nur äußeren Gefahren gegenüber, Krieg und Frieden, Diskussionen, sozialer Stress. Wir sind auch Toxinen gegenüber toleranter. Das heißt nicht, dass die Toxine dann gut sind und das ist ja gar kein Problem. Aber, es wäre natürlich noch besser, keine Toxine, nur Vitalstoffe. Aber die Kombination aus beiden, und in meinem neuen Buch nenne ich, um die Homöostase sozusagen aufrechtzuerhalten, das ist ja das Thema, also das Gleichgewicht der Kräfte. Und da habe ich zwei Gesetze. Ich nenne das erste Kapitel auch das Gesetz „Die Naturgesetze im Zusammenhang mit dem mentalen Immunsystem“. Und diese Naturgesetze sind das Gesetz des Minimums und das Gesetz des Maximums. Maximum ist sozusagen, was darf ich maximal zuführen, bevor es wirklich schlimm wird für mich. Also Richtung Toxin. Da gehören natürlich Schwermetalle dazu, aber auch Zucker oder auch Alkohol. Ich kann alles übertreiben. Also alles wird zum Gift irgendwann. Lithium natürlich dann auch. Und auf der

anderen Seite das Gesetz des Minimums. Also, was brauche ich mindestens, um gesund zu sein. Da geht es um die Vitalstoffe. Aber nicht nur, auch Bewegungen, soziale Kontakte und so weiter. Und zwischen dem Gesetz des Minimums und dem Gesetz des Maximums, da ist die Homöostase. Aber je mehr, wenn ich die Vitalstoffe alle da habe, halte ich mehr aus nach oben. Also das Gleichgewicht der Kräfte wird eher ausgehalten, als wenn eben die Vitalstoffe fehlen. Das ist, wenn ich ein Auto habe. Ich kann es überladen, tut dem Auto nicht gut. Aber wenn ein Vitalstoff fehlt, dann fährt es halt überhaupt nicht. Ja, also so kann man sich das vielleicht vorstellen. Also ich halte einfach mehr aus. Ich kann mehr mit mir mitschleppen in meinem Leben. Ich kann mehr ertragen. Aber das Minimum ist das führende Gesetz der beiden. Das ist ja eine sehr erfreuliche Botschaft, die Sie da verbreiten. Denn das, was ja eben gerade viel so gehört wird, ist, dass. . . Also, diese Schwermetalle und Entgiftung oder Vergiftung. Das ist so. . . Das hält gerade Einzug in die Familien. Und die Familien oder die Eltern geraten da manchmal leicht in Panik oder Unruhe oder Sorge. Und alle sind jetzt darauf aus oder viele sind darauf aus zu entgiften, entgiften, entgiften. Da kann man ja aber auch viel falsch machen. Ja, da kann man auch viele Vitalstoffe ausschleusen. Und dann hat man genau das Gegenteil erreicht. Deswegen, da bin ich gar kein so richtiger Freund davon. Das andere ist auch. . . Ich gebe Ihnen mal ein Beispiel noch zu dieser Balance aus dem Thema von meinem letzten Buch „Indoktriniertes Gehirn“. Da geht es ja darum, dass im Prinzip das Virus, das konstruierte als Biowaffe, aber gleichzeitig eben auch verimpfte, als mRNA, was ja im Prinzip den Biowaffenanteil enthält, das Spike -Protein das modifizierte. Und dieses Spike-Protein, das modifizierte, aktiviert im Gehirn die Neuroinflammation. Und die ist eben neurotoxisch für den Hippocampus. Und dann haben mich Leute immer gefragt, ja, ist nun jetzt die Spritze gefährlich oder auch das Virus? Ich sage, nein, das Virus ist nicht genauso gefährlich, aber auch gefährlich, weil eben genau das drin ist. Aber ja, ist es dann schlimm, wenn man das bekommt? Da sage ich, nein, ich habe auch eine Covi -Infektion gehabt, bin ziemlich sicher. Habe es auch getestet, mit Antikörpern hoch und runter und auch aus der Sicherheit heraus, dass ich mal auf dem Amt sagen kann, guck mal, ich bin gut geprimed für die nächste Infektion. Aber ich habe immer gesagt, ich habe gar keine Angst, dass das mein Gehirn jetzt beeinträchtigt, weil ich eben auf der Vitalstoffseite dafür Sorge, dass mein Gehirn funktioniert, soweit ich es weiß. Vielleicht fehlt noch irgendwas, aber von dem, was ich glaube, was man braucht, das wird in meinen Büchern gut beschrieben. Und wir leben auch danach. Und deswegen habe ich gesagt, ich habe keine Angst, dass ich bleibende Schäden durch eine Covid-Infektion habe.

Aber allerdings, wenn etwas fehlt, wenn mein Immunsystem, mein mentales schon angeschlagen ist, wenn ich schon eine Neuroinflammation habe, zum Beispiel aufgrund eines Lithium -Mangels, dann ist die Gefahr natürlich groß, dass mich so eine Infektion umhaut. Und zwar nicht nur akut, dass ich meine Infektion bekomme und daran leide, vielleicht eine Woche, zwei Wochen, sondern dass ich tatsächlich eine Long-Covid entwickle, eine chronische Erschöpfung entwickle oder als Kind dann auch alle möglichen Probleme entwickle, bis hin zu Autismus. Autismus ist ja auch letztendlich eine Konsequenz einer Neuroinflammation, vor allem in der vulnerablen Phase der Hippocampus - Entwicklung, also so erstes, zweites Lebensjahr. Da entwickelt sich der Hippocampus zur vollen Reife. Wenn man in der Phase eine schwere Neuroinflammation entwickelt, ist die Wahrscheinlichkeit extrem hoch, dass man eben einen Autismus entwickelt, also eine Dysfunktion des Hippocampus, in der Phase des Lebens, die eben dann lebenslang anhalten kann. Und einer der Haupttrigger sind eben zum Beispiel aluminiumhaltige Injektionen, weiß man. Also die sollte man vermeiden, Gesetz des Maximums. Auf der anderen Seite eben die Versorgung, dass die Neuroinflammation gar nicht passiert. Gesetz des Minimums, sprich Lithium, aber eben auch aquatische Omega - 3 - Fettsäuren, die ich

nur deswegen erwähne, weil halt eben die fischreiche Ernährung nicht so eine gute Idee ist. Und die einzige Quelle, vernünftige Quelle an aquatischen Omega -3 -Fettsäuren sind dann eben, ja, wenn es nicht die Fischprodukte sein dürfen, eben die Algenölprodukte.

[Interviewer Frau Feist:]

Also wenn Sie so berichten, mit allem, was Sie wissen, würde ich fast sagen, es müsste eigentlich ein Fach in der Schule geben, das heißt NEHLS.

[Dr. Michael Nehls:]

Nee, es müsste heißen „Artgerechte Lebensweise“.

[Interviewer Frau Feist:]

Ja, nur das wird uns halt leider viel zu selten in der Komplexität auch berichtet, so wie Sie es jetzt gerade sagen, deswegen.

[Dr. Michael Nehls:]

Ja, also meine Frau hat gerade gestern irgendwo auf Deutschlandfunk, schlagen Sie mich tot, ich weiß nicht genau wo, aber ich glaube irgendein Sender, es kann Deutschlandfunk gewesen sein oder so was ähnliches, da ging es drum um den Kennedy, Robert F. Kennedy, der ja zum Gesundheitsminister designiert ist, also wir zeichnen es ja noch auf, bevor er sozusagen jetzt die Stelle bekommt, wenn er sie bekommt, wenn er die Zustimmung vom Parlament dort hat. Aber der wurde dann als Schwurbler bezeichnet, weil er behaupten würde, gesunde Ernährung sei wichtig. Also man ist Schwurbler, wenn man behauptet, gesunde Ernährung ist wichtig, und das finde ich schon extrem krass, ja. Meine Frau meint aber, so wie sie es angehört hat, hat es irgendeine KI geschrieben.

[Interviewer Frau Feist:]

Ja, wobei, wenn Sie das sagen, gerade gibt es so einen Bericht aus den öffentlich - rechtlichen Medien in Deutschland, wo tatsächlich behauptet wird, dass dieses ganze Gerede um Nahrungsergänzungsmittel, um Spurenelemente, Vitamine und so was, das ist eigentlich alles Schwachsinn, weil der Körper braucht so wenig davon, dass selbst ... - es war wirklich in dem Bericht davon die Rede - also bei Vitamin C zum Beispiel, das Vitamin C, was Sie in Pommes finden, reicht völlig aus. Also Sie können ruhig sagen: „Ich verzichte auf alles andere, auch Obst und Gemüse. Es ist gar nicht nachgewiesen.“ Essen Sie einfach Pommes, da haben Sie Ihre tägliche Ration Vitamin C.

[Dr. Michael Nehls:]

Ja, ja, das ist gar nicht so weit hergeholt. Ich habe mehrere Jahre in den USA gelebt, also mit meiner Familie zweimal, sogar mehrere Jahre. Also wir haben zweimal einen Umzug gemacht in die USA, wieder zurück und nochmal hin. Auf jeden Fall waren die dann auch in der Schule. Und da gab es tatsächlich die Ernährungspyramide. Und ich werde es nie vergessen, wo meine Kinder mit einer Zeichnung der Ernährungspyramide heimkamen. Also die Pyramide, was wichtig ist, was nicht so wichtig ist. Und nebensächlich war ein Hamburger. Und da wurde praktisch auch vom Hamburger mit Pfeilen gezeigt, dass alles sozusagen damit abgedeckt ist. Also der tägliche Hamburger würde sozusagen ausreichen, sich sozusagen ausreichend nach modernster Medizin zu ernähren. Und soweit ich auch weiß, ist die Ernährung, die Aufklärung, auch in den Händen von McDonalds und Co. Also, es wird ja alles von großen Organisationen, Konzernen, ja alles in den USA gefördert. Aber letztendlich ist es ja bei uns auch nicht viel anders, weil die haben ja auch ihre Durchgriffsmöglichkeiten

in die Politik und in das Gesundheitswesen. Und ich schildere auch in meinem neuen Buch sehr, sehr genau, wie zum Beispiel es zu diesem Umbruch kam. Also wie sozusagen eine artgerechte Lebensweise aus dem Curriculum auch in der medizinischen Ausbildung rausgenommen worden ist. Warum das Gesetz des Minimums da nicht vorkommt. Das Grundgesetz des Lebens findet in der Medizin ..., wird in der Medizin nicht gelehrt. Das kann man sich gar nicht vorstellen. Das ist ja ..., ich meine, jeder Automechaniker, ohne despektierlich zu sein, weiß, wenn das Auto stehen bleibt, gibt's ne Handvoll Gründe. Aber in der medizinischen Ausbildung, wenn der Wagen stehen bleibt sozusagen, also wenn ich dann die Diagnose Depression bekomme, gibt's nur das Antidepressivum. Es gibt keine systemischen Fragen: Ja warum hat man die Diagnose Depression entwickelt? Warum hat es Kinder - ATHS entwickelt? Warum kommt es zu Autismus? Und zwar erst, seit man diese Injektionen gegen Kinderkrankheiten macht, die gar nicht notwendig wären. Und deswegen ist halt eben das Thema, dass wir die Warum - Frage stellen müssen. Und vielleicht haben wir ein paar Warum - Fragen jetzt auch ganz gut beantwortet.

[Interviewer Frau Feist:]

Ich danke Ihnen wirklich. Ja, das ist..., also Sie haben so viel angesprochen, das ist ja eigentlich nochmal im Detail ein ganz neuer Bereich eben. Das ist auch das, wo viele Eltern auch sehr verzweifelt sind. Warum gibt es Autismus? Warum gibt es ADHS und so weiter? Das sprengt natürlich jetzt den Rahmen.

[Dr. Michael Nehls:]

Ich kann aber dazu vielleicht einladen. Als A natürlich, mein neues Buch wird dafür die Antworten liefern. Aber ich kann niemanden sozusagen zwingen, also ich will auch niemanden dazu zwingen, mein Buch zu kaufen, sondern ich möchte..., ich kläre auf allen Ebenen auf. Es gibt natürlich auch Interviews dazu. Ich habe {auf} einen Autismus - Kongress gerade vor kurzem Rede und Antwort gestellt, das wird demnächst auf meinem Kanal erscheinen. Habe aber im Vorfeld des Kongresses in meiner Vorbereitung mich über einen systemischen Ansatz der Prävention und der Therapie von Autismus intensiv beschäftigt und habe dann ein mehrseitiges Dokument mit allen wissenschaftlichen Studien zusammengefasst. Und auf meiner Webseite findet man das alles. Also einfach auf meine Webseite gehen, www.michael-nehls.de, und dann unter Info, da gibt es zu all diesen Themen, gibt es dann eben auch entsprechende Unterstützung. Das heißt, man muss nicht jetzt von mir ein Buch kaufen, es reicht auch schon, das mal einfach zu gucken und sich Anregungen zu holen.

[Interviewer Frau Feist:]

Ich habe abschließend eine kurze Frage. Sie sind ja selber auch Vater, haben das ganze Wissen, die ganzen Erkenntnisse, und wenn Sie jetzt sagen würden, die drei wichtigsten Punkte, weil Sie vorhin gesagt haben, wir leben auch danach, was sind so die drei wichtigsten Punkte, wo Sie sagen, das ist essentiell für uns als Familie, für unsere Kinder. Das lassen wir komplett weg oder das dann, also so leben wir oder das führen wir zu, das fördern wir. Was würden Sie da sagen?

[Dr. Michael Nehls:]

Also das erste Mal ist, komplett relaxed bleiben. Also auf jeden Fall nicht jetzt in irgendeinen Wahn verfallen, dass alles perfekt sein muss. Um ganz ehrlich zu sein, ich bin erst vor gut 20, 22 Jahren auf den Trichter gekommen. Also ich habe 10, 15 Jahre nach dem Medizinstudium noch gebraucht, um überhaupt zu verstehen, wie ich da sozusagen

indoktriniert wurde und dass ich die Medizin komplett neu wieder zusammenbauen muss. Und in der Zeit sind auch meine Kinder aufgewachsen, bis zum Teenageralter. Das heißt, wir haben all das nicht angewandt, was ich heute weiß. Und wenn ich Enkel habe, würde ich es wahrscheinlich besser machen, also zumindest eine bessere Empfehlung geben. Aber das brauche ich gar nicht, weil meine Kinder in der Zwischenzeit auch mit mir zusammen gelernt haben, auf was es ankommt. Aber weil ich eben weiß, dass man natürlich jetzt ..., ja, dass es nicht absolut fatal ist, wenn man nicht alles perfekt macht und es sogar im Umkehrschluss es sogar fatal werden kann, wenn man es perfekt machen will. Das ist nämlich auch ganz schön stressig, dann kommt man recht schnell in so - wie heißt das nochmal, nicht Normorexie, es gibt so ein Wort dafür, also nicht die Anorexie, sondern diese ja ... - dass man versucht, alles zu perfektionieren in seiner Ernährung, in seinem Verhalten. Und dann macht das Leben auch keinen Spaß mehr. Und das ist das Wichtigste eigentlich im Leben, dass es Spaß macht, ja, dass man Freude hat, so weit wie es geht. Und wenn mal was Schlimmes passiert, dass man es eben überwindet und dann daraus lernt und wieder Freude gewinnt. Und da ist es halt ganz wichtig, dass man relaxed bleibt, ganz arg wichtig, also ganz, ganz wichtig. Dann gibt es noch ein paar Dinge, die absolut essentiell sind, und die man halt über die normale Nahrung nicht zuführen kann. Die sind natürlich bei uns auf dem Tisch und da rede ich ja immer wieder davon, Omega-3, Vitamin D und Lithium. Und dann ist man eigentlich schon recht gut versorgt, wenn man natürlich jetzt ..., je nachdem, wie man sich ernährt, hat man vielleicht noch einen Selenmangel, Zinkmangel, klar. Aber das sind einfach so die gewissen Dinge. Und natürlich vorherrschend ist natürlich diese Art Methusalem - Strategie, wie ich sie nenne, das heißt, ich weiß, dass nicht nur Ernährung relevant ist für uns. Man muss eben auch das soziale Miteinander, [wie] man miteinander umgeht Was aber eben erleichtert wird, wenn man keine Mängel hat, weil man ist einfach etwas relaxed im Umgang miteinander. Man ist nicht gleich gestresst, wenn jemand mal eine andere Meinung hat. Und das heißt, das Soziale ist halt extrem wichtig, dass man Sachen anspricht, durchspricht und sie nicht einfach übergeht. Und ja, wir machen auch alle unseren Sport ein bisschen und dass man auch körperlich ein bisschen aktiv bleibt. Und da die Welt eben so krank ist und wir wollen, dass es ein bisschen besser wird, haben wir natürlich Lebensinhalt. Und das ist ja auch ganz wichtig, dass man immer was zu tun hat.

[Interviewer Frau Feist:]

Herzlichen Dank, wirklich. Also, dass Sie uns auch auf Ihre, wie Sie es auch selber gesagt haben, spannende Reise mitgenommen haben und hier vieles erläutert haben. Vielen, vielen Dank dafür, für Ihre Zeit.

[Dr. Michael Nehls:]

Ja, ich danke Ihnen. Ich meine, den Kongress, den Sie da veranstalten, ich muss ganz ehrlich sagen, als ich davon gehört habe, habe ich sofort zugesagt, obwohl ich momentan eigentlich überall absage, weil ich das Buch schreiben muss, aber ich habe so höchsten Respekt, dass Sie das machen und ich hoffe, dass also über meinen Abonnementkreis, wir werden es ja auch bei mir veröffentlichen, dass wir da möglichst viele bekommen, die sagen, ja, da gehe ich mal hin, da informiere ich andere drüber und dass hoffentlich die ganze Welt bei Ihnen zuschaut.

[Interviewer Frau Feist:]

Danke Ihnen sehr, wirklich. Und viele Grüße an Ihre Frau, besonders heute. Vielen Dank.

[Dr. Michael Nehls:]

Danke.

[Lied:]

Wenn der Sturm um uns tobt und die Zweifel sich regen, halten wir uns fest und finden Stärke im Leben.

Wir atmen die Hoffnung, bauen Brücken aus Liebe, gestalten die Zukunft, einer Welt ohne Kriege.

Wir verschreiben Rezepte und darauf steht: Leben, Liebe, Freiheit, das ist alles, was zählt. Es geht nur gemeinsam, zusammen. Die guten Seelen ziehen sich magisch an. Es geht nur gemeinsam, zusammen, in Liebe und in Frieden Hand in Hand.

Wenn die Welt uns herausfordert, stehen wir auf, mit Mut im Herzen und dem Glauben darauf.

Die Lichter im Schatten zeigen uns den Weg um die Welt zu verändern, dafür ist es nie zu spät.

Magische Wesen heilen das Leid. Gemeinsam jetzt und immer sind wir alle bereit.

Wir verschreiben Rezepte und darauf steht: Leben, Liebe, Freiheit - das ist alles, was zählt. Es geht nur gemeinsam, zusammen. Die guten Seelen ziehen sich magisch an. Es geht nur gemeinsam, zusammen, in Liebe und in Frieden Hand in Hand.

von abu/avr

Quellen:

Interview Dr. M. Nehls(Anmeldung erforderlich)

<https://wahrkademie.net/produkte/kinderschutzkongress-2025-interviews/tag-5/dr-michael-nehls/>

Infos & Anmeldung Kinderschutzkongress

<https://kinderschutzkongress.com/>

Das könnte Sie auch interessieren:

#GesundheitMedizin - Gesundheit & Medizin - www.kla.tv/GesundheitMedizin

#Pharma - www.kla.tv/Pharma

#Medikamente - www.kla.tv/Medikamente

#Gesundheit - www.kla.tv/Gesundheit

#Medizin - www.kla.tv/Medizin

Kla.TV – Die anderen Nachrichten ... frei – unabhängig – unzensiert ...



- was die Medien nicht verschweigen sollten ...
- wenig Gehörtes vom Volk, für das Volk ...
- tägliche News ab 19:45 Uhr auf www.kla.tv

Dranbleiben lohnt sich!


Kostenloses Abonnement mit wöchentlichen News per E-Mail erhalten Sie unter: www.kla.tv/abo

Sicherheitshinweis:

Gegenstimmen werden leider immer weiter zensiert und unterdrückt. Solange wir nicht gemäß den Interessen und Ideologien der Systempresse berichten, müssen wir jederzeit damit rechnen, dass Vorwände gesucht werden, um Kla.TV zu sperren oder zu schaden.

Vernetzen Sie sich darum heute noch internetunabhängig!

Klicken Sie hier: www.kla.tv/vernetzung

Lizenz:  Creative Commons-Lizenz mit Namensnennung

Verbreitung und Wiederaufbereitung ist mit Namensnennung erwünscht! Das Material darf jedoch nicht aus dem Kontext gerissen präsentiert werden. Mit öffentlichen Geldern (GEZ, Serafe, GIS, ...) finanzierte Institutionen ist die Verwendung ohne Rückfrage untersagt. Verstöße können strafrechtlich verfolgt werden.