

## CHRIS WARK

Chris Wark wurde 2003 im Alter von 26 Jahren mit Darmkrebs im Stadium 3 diagnostiziert. Nach der Operation verzichtete er auf die Chemotherapie und nutzte die Ernährung und natürliche Therapien zur Heilung. Er gründete den Chris Beat Cancer Blog im Jahr 2010, um Menschen zu inspirieren, die Kontrolle über ihre Gesundheit zu übernehmen und Krankheiten umzukehren, indem er ihre Ernährung und ihren Lebensstil radikal verändert.



### BESCHREIBUNG:

In dieser Lektion gibt Chris Wark einen kleinen Einblick in die Ernährung, die Denkweise und die täglichen Praktiken, die ihm im Alter von 26 Jahren geholfen haben, Dickdarmkrebs im Stadium 3 C zu bekämpfen. Anhand der Details seiner erstaunlichen Heilungsreise wirst du die Alternativen zur traditionellen Chemotherapie entdecken, die ihm dabei halfen, Krebs schmerzlos und unter Beibehaltung seiner Lebenskraft und Lebensfreude zu heilen.

### WAS DU IN DIESER LEKTION LERNEN WIRST

- Einen **Schritt-für-Schritt Prozess**, um Krebs für immer zu heilen.
- Was du tun kannst, wenn deine **Familie und Ärzte** deine Methoden nicht unterstützen?
- Die „**seltsame Ernährungsweise**“, die Chris am meisten half.
- Wie du deine **Instinkte stärkst** und bessere Gesundheitsentscheidungen triffst.
- Das **wichtigste Instrument**, das du für einen erfolgreichen Weg durch den Krebs benötigst.
- **Was ein Tumor wirklich ist** und wie man herausfindet, warum eine Operation oder Chemotherapie möglicherweise nicht die beste Wahl ist.

### ANWENDUNG IN DEINEM LEBEN:

Nimm dir einen Moment Zeit, um über deine Ernährung nachzudenken. Was isst du an einem typischen Tag? Frage dich vor diesem Hintergrund: Was ist eine gesunde Ernährungsumstellung, die ich ab sofort in meinen Tagesablauf einbauen kann? Was ist es? Kannst du dich dazu verpflichten, dies täglich zu tun?

„Vertrauen Sie darauf, dass Ihr Körper heilen kann, wenn Sie ihm die richtigen Nährstoffe und Pflege geben.“ — Chris Wark

