

Schön, dass Sie hier sind, vielen Dank für Ihre Zeit!

Begleiten Sie uns auf unserem Weg. Wenigstens eine oder gar alle Antworten zum Leben und unseres Daseins hier auf Erden zu finden.

Wir werden keinesfalls die einzig wahre Antwort haben können, denn nur Sie selbst interpretieren unsere Aussagen. Sie bewerten diese nach Ihren Erkenntnissen und Erfahrungen und hinterfragen somit das Gelesene. Natürlich stets zu Ihrem persönlichen Vorteil. Was jedoch im Umkehrschluss allen Menschen in Ihrer Umgebung zum Vorteil gereicht und Dimensionen der puren Menschlichkeit erreichen dürfte.

Zitat Oswald Spengler: "Jeder heute lebende Mensch hat um das Jahr 1300 schon eine Million, um das Jahr 1000 eine Milliarde Ahnen. Diese Tatsache besagt, dass jeder lebende Deutsche mit jedem Europäer der Kreuzzüge ohne Ausnahme blutsverwandt ist und das sich dies, je enger man die Landschaftsgrenze zieht, zu einer hundert- und tausendfachen Verwandtschaft steigert, so das die Bevölkerung eines Landes im Verlaufe von kaum zwanzig Generationen zu einer einzigen Familie zusammengewachsen ist;"

(Quelle: "Der Untergang des Abendlandes" Seite 862 ISBN 978-3-7306-0453-3)

Mit besten Wünschen für Ihre Zukunft

Ihre Gabi und Lutz Lehmann

E-Mail: gabi@legalu.de

Unser Ansatz

Seid ewigen Zeiten wird nach dem Sinn des Lebens gesucht und gefragt. Selbst berühmte Wissenschaftler konnten hier noch keine definitive Antwort geben. Denn jeder verfolgte seine persönlichen Ansätze und versuchte diese Thesen als allgemein gültige Norm zu setzen. Oft begründet durch die wirtschaftliche Abhängigkeit von den Kapitalgebern und dem Hintergrund der wirtschaftlichen Verwertung der Erkenntnisse.

Wobei es, aus unserer Sicht, durch den Fortschritt und den immensen Wissensgewinn in allen Wissenschaftsbereichen zu einer Abkehr von den simpelsten und grundlegendsten Vorgängen der Natur kam. Heute versucht die Wissenschaft sogar Lösungen im Quantenfeld zu finden und somit eine neue Argumentationslinie zu etablieren.

Gestolpert sind wir kürzlich über die Aussage eines renommierten Wissenschaftlers Namens Dr. Joseph Murphy (1898-1981), welcher postulierte: warum wir alle hier auf Erden sind.

Zitat:

“Sie sind hier, um sich mit Hilfe der Macht und Weisheit in Ihnen ein erfülltes, glückliches Leben in Wohlstand zu erschaffen. Sie sind außerdem hier, um zu Wohlstand, Glück und Erfolg Ihrer Mitmenschen beizutragen.“

Wir haben uns gefragt wie sehen wir es und erhielten in diesem Sinne die Antwort: unsere nun vorzustellende Philosophie.

Welcher wir den Namen Legalu gaben und die wir mit Hilfe der ersten Silben der drei Daseinszustände **Leben**, **Gabe** und **Luxus** beschreiben.

Wir sind unserer Ansicht und der unumstößlichen Wahrheit dieser Daseinszustände mehr als Bewusst. Wir leben sie und laden Sie ein uns es gleich zu tun.

Wer wir sind? Natürlich ist das Ihre berechtigte Frage!

Wir sind: Gabriela ihres Zeichens eine brillante Sachverständige im Bereich humaner Ernährung und Lebensführung. Lutz Lehmann ein Lebensbejahender Mensch mit Dokortitel, außerhalb des Mainstreams denkender Realist und Ihr Ehemann.

Link zum Impressum: <https://www.salut.de/impressum/index.html>

Im Folgenden möchten wir Ihnen die einzelnen Punkte unsere Philosophie vorstellen:

Leben - wir stellen die Merkmale fest

GABE - wir präsentieren Ihnen unsere Philosophie

Luxus - ist alles andere als Sie darunter verstehen

Folgen Sie unserer Philosophie und werden Eins mit der Realität!

Definition: Leben

Die Merkmale - grundsätzliche Faktoren
nach Dr. rer. nat. Ulrich Warnke:

Die Zeichen des Lebens stellen 7 spezifische Merkmale dar, die die Lebewesen im biologischen Sinne als genetisch fixierte Einheiten definiert. Um Lebewesen von dem kleinsten Virus bis zum ausgewachsenen Wal als lebendig klassifizieren zu können, müssen diese als Gesamtorganismus auf bereits zellulärer Ebene die Merkmale des Lebens aufweisen. Diese Zeichen sind mit insgesamt 7 bezeichnet, dabei gilt als 7. die Gleichzeitigkeit aller anderen 6 essenziellen Merkmale zusammen.

Die Lebens-Kennzeichen im biologischen Sinne:

1. Wachstum (beispielsweise Prozesse der Zellteilung)
2. Stoffwechsel (innerhalb der Zellen)

3. Reizbarkeit (die Außenwelt wahrnehmen)
 4. Interaktionfähigkeit (reagieren können auf Reize)
 5. Bewegungsfähigkeit (aus eigener Kraft bewegen können)
 6. Fortpflanzung (als Merkmal der Verbreitung und Vermehrung)
- Fehlt eines der Zeichen, ist somit etwas nicht lebendig.

Da wir einzeln zwar lebensfähig sind, unsere Lebensaufgabe unter anderem dem Lebens-Kennzeichen 6 (Fortpflanzung) entspricht, benötigen wir ein Pendant. Somit kommt die Liebe ins Spiel soweit wir von der Einvernehmlichkeit beider Parteien ausgehen und dieses nur individuell interpretiert werden kann, ist Liebe in diesem Kontext kein Bestandteil unserer Betrachtung.

Liebe bleibt jedoch aus unserer Sicht der eigentliche Hauptantrieb für die Interaktion mit anderen Lebensformen in unserer visuellen Wirklichkeit. Würden Sie etwa aus hasserfühltem Antrieb auf andere freundlich zugehen?

In diesem Zusammenhang bitten wir Sie schnellstmöglich von jeglichem Gendergaga abstand zu nehmen. Leben war und ist schon immer eine Dualität von männlich und weiblich. Auch wenn es biologisch sich selbst befruchtende Organismen gibt trifft dies NICHT auf uns Menschen zu. Das politische Geschlecht „divers“ gilt lediglich der Machterhaltung der Erfinder und Entscheider dieses Unsinn.

Unser Fazit: Wenn alle oben genannten 7 Merkmale des Lebens erfüllt sind, stellen auch Sie fest: ich bin ja viel mehr, nämlich wir alle.

Für uns ergibt sich daraus vereinfacht die immer wieder zitierte GABE.

Definition: Gabe

Was in einschlägiger Literatur als Besonders, Speziell oder Alleinstellungsmerkmal beschrieben wird, trifft in Wahrheit auf uns alle zu. Schon vor 3000 Jahren wurde dies in den bedeutendsten Schriften z.B.: den Upanishaden und selbst knapp 1000 Jahre später in der Bibel festgestellt.

Was verstehen wir unter GABE?

Wir bezeichnen mit dem Begriff die Summe der Anfangsbuchstaben von: Gedanken (Glaube), Atmung, Bewegung und Ernährung.

G

Für uns steht G für Gedanken dem Ursprung willentlich das Ist zu ändern, wie z.B. was ich denke bin ich. Denn, grundsätzlich stellen wir fest, es gibt keine bewusste Aktion ohne gedanklichen Ursprung. Sie müssen erst einen Gedanken formen bevor Sie konstruktiv tätig werden können.

Verwechseln sie dies bitte nicht mit Ihren täglich ausgeführten und sich stets wiederholenden Aktivitäten. Diese sind meist eintrainiert und dienen oftmals Ihrer persönlichen Alltagsbewältigung. Doch immer wenn Sie nach einem Mehr oder Besser fragen landen Sie automatisch in der kreativen Zone Ihres Lebens, ergo Ihrer Hauptaufgabe hier auf Erden.

Um es zu verdeutlichen: selbst der Reflex des Atmens bei der Geburt entsteht aus einem Bewusstsein der Selbsterhaltung. Hier im speziellen durch einen Wechsel des Lebensraumes. Wobei diese Reaktion bereits in unseren Genen manifestiert ist und absolut zum Leben gehört.

Daraus folgt, durch diesen Umgebungswechsel muss der Fötus zwangsläufig und abrupt auf die Energiezufuhr Sauerstoff umschalten, um als eigenständiger Mensch leben zu können. Das Neugeborene erlernt sekundlich die erhaltenen Eindrücke zu werten und zu verwenden. Somit bekommt unser Gehirn die Hauptaufgabe des Seins zu funktionieren. Damit die Funktionalität aber aufrechterhalten werden kann, benötigt unser Energieintensivstes Organ Sauerstoff.

A

Was uns zum zweiten Buchstaben A wie Atmung bringt. Sie ist seit dem ersten Schrei bei der Geburt eine Haupteigenschaft (2. Lebens-Kennzeichen) des menschlichen Daseins. Leider verkennen viele Menschen die Wichtigkeit dieser alltäglichen "Selbstverständlichkeit". Grundsätzlich bedeutet es:

1. Sauerstoff ist eines der wichtigsten Elemente für unser Überleben
2. Basiert unsere Hirnleistung signifikant auf diesem Element
3. Funktioniert der zelluläre Stoffwechsel nur mit Sauerstoff

Wir haben hierzu das grundlegende Prinzip in unserem PDF-Dokument Nasenatmung dargestellt. (<https://www.saluuut.de/pdf/Nasenatmung.pdf>)

Zitat: "Die Nase kontrolliert 30 unterschiedliche Vorgänge in Ihrem Körper. Nerven in den Nasengängen (die mit dem Hypothalamus in Verbindung stehen) nehmen alles wahr, was mit der Atmung zu tun hat, und nutzen diese Informationen, um die Körperfunktionen zu kontrollieren. Die Nase setzt beispielsweise beim Atmen Stickstoffmonoxid (NO) frei, das von der Nase in die Lunge transportiert wird. NO ist ein Gas, das in der Homöostase (Gleichgewichtserhaltung) im Körper eine signifikante Rolle spielt."

B

Der 3. Buchstabe unserer Philosophie ist B, wie Bewegung diese ist immer der Anfang einer Veränderung. Speziell jeder persönlichen, sowohl physischer als auch psychischer Natur.

Bewegung ist absolut wichtig im Rahmen des Stoffwechsels und im psychischen Bereich, um verbrauchtes mit neuem ersetzen zu können. Ohne diesen Erneuerungseffekt gäbe es kein Wachstum. Wir wären nicht in der Lage uns an Veränderungen anzupassen oder auf Neues reagieren zu können. Im Besonderen muss auch unsere Muskulatur ein Mindestmass an Bewegung haben um seine alltäglichen Aufgaben bewältigen zu können. Damit sind aber keinesfalls nur die Schritte bis zum Kühlschrank gemeint. Ergo, runter vom Sofa raus in die Natur!

E

wie Ernährung, ist eines der schwierigsten Themen unserer Zeit. Was man uns mindestens medial immer wieder darzustellen versucht. Dabei ist dies überhaupt nicht wahr.

Ernährung bedeutete schon immer nur eine gesunde und vor allem artgerechte Erhaltung unseres Lebens. Informieren Sie sich möglichst umgehend über eine natürliche Lebensweise! Somit erhalten auch Sie die Chance im Kreise der Hochaltrigen begrüßt zu werden.

Wir benötigen keine industriell gefertigten Lebensmittel und schon gar nicht die angepriesenen Mengen davon. Leben ist keines Falls nur essen. Es gibt weit bedeutendere Dinge als irgendein z.B.: Wurstbrot.

Für uns bedeutet Ernährung einfach eine natürliche, gesunde und artgerechte Erhaltung unseres Lebens.

Unsere Tipps: <https://www.saloot.de/lehmann/02E.html>

Definition: Luxus

Luxus wohnt in Jedem/Jeder* von uns, nur bekennen kann sich jedes Individuum einzig selbst dazu! Haben Sie Ihre Aufgabe verstanden?

Vergessen Sie den Mainstream-Luxus dieser bedeutet den Willen Anderer zu folgen und ohne sich eine eigene Meinung je gebildet haben zu können. Luxus war noch nie der dicke Mercedes oder die super Villa, noch nicht einmal der Millionen-Gewinn in der Lotterie. Luxus entsteht in Ihnen – Sie müssen nur bereit dafür sein.

Luxus definieren wir folgender Maßen:
was andere, so genannte Experten, für mich gedacht haben ist 100% schädlich für mich. Dann übernehme ich lieber die Selbstverantwortung über mich zu 100%.

Luxus ist 100% Selbstverantwortung!

Gönnen Sie sich den Luxus selbst zu wählen! In jedem natürlichen Nahrungsmittel steckt genau DIE ENERGIE welche Ihr Körper zwingend benötigt. Bitte, informieren Sie sich über die wirklich biologischen Substanzen welche Ihnen ein gesundes und langes Leben ermöglichen! Somit ist die Frage nach Selbstverantwortung der eigentliche Schlüssel zu einem erfüllten und reichen Leben.

Speziell zur Ernährung meinen wir die kommerziell erstellten und vertriebenen Nahrungsprodukte, sowie alle erdenklichen Fertiggerichte, Imbissbuden, Sterne Restaurants und selbst Konfekt gehören zu all dem Schädlichen! Übrigens sind nur Sie Ihr eigener Fünf Sterne Koch, denn nur Sie wissen was im Essen wirklich enthalten ist. Vergessen Sie z.B.: MC Doof und Branchengleiche Anbieter! Hier wird NUR Profit generiert und NICHTS daran ist wirklich noch gesund.

Sollte Ihnen dies zu mühsam sein, schlagen wir vor: schnellst möglich zum Arzt zu rennen und ihn für Ihre persönliche Verantwortung in die Pflicht zu nehmen. Somit landen Sie im Kreislauf der heutigen Gesundheitsindustrie welche übrigens NICHTS mit Gesundheit zu tun hat. Ausschließlich mit dem Erhalt der Gesundheitsindustrie selbst und Sie sind und bleiben Proband für Pharmakonzerne und Versuchskaninchen für zahllose Absolventen der Schulmedizin.

Wir verstehen unter Selbstverantwortung: niemals steht einer von uns alleine, denn nur gemeinsam sind wir dem Leben gewachsen.

Mit besten Wünschen für Ihre Zukunft
Gabi und Lutz Lehmann
gabi@legalu.de

* schieß Gendergaga dieses ist absolut niemals Notwendig, da Leben **nur** zwischen männlich und weiblich entstehen kann. Keines Falls divers was uns die Politische Macht jedoch weiß machen will.