



Geno-Typing

Gesund und Fit dank GenoTyp

Karl B. Rietmann

MD IfHI Herisau

Der amerikanische Mediziner **Prof. Dr. Peter J. D'Adamo** ist unter anderem der Begründer des Geno-Typing, mit dem die Bestimmung Ihres Stoffwechseltypen möglich wird. Dazu gibt es neu das Buch in deutscher Sprache. Der umfangliche Titel „Verändere Dein genetisches Schicksal“ führt zu einem Inhalt, der sich mit Deiner Genetik und Epigenetik befasst. Als langjähriger Verwender dieser wissenschaftlichen Grundlagen stelle ich an vielen meiner Bekannten positive Veränderungen fest.

Es steht immer eine Frage im Raume

Kann man mit der richtigen Ernährung besser leben, Krankheiten vermeiden, sein Leben unter Umständen gar verlängern? **Ja man kann.** Als Ernährungsspezialist und Frequenztherapeut verwende ich seit bald 20 Jahren eine auf mein Individuum abgestimmte Ernährung. Mit Hilfe dieser Lebensphilosophie verlor ich etliche Kilos und konnte unter anderem meine Sehhilfe weglassen. Seit über zehn Jahren ver helfe ich vielen Bekannten zu einem gesünderen Leben. Gelernt habe ich das Konzept des Geno-Typing bei meinem Academic Dean Dr. Peter J. D'Adamo, dem Begründer unter anderem der **Geno-Typen-Ernährung** und heutigen Distinguished Professor of the Center of Excellence in Generative Medicine at the University of Bridgeport CT/USA. Das Buch hat auch einen Anspruch als Hilfe zur Selbsthilfe.

Das Buch

„Verändere Dein genetisches Schicksal“ befasst sich auch vertieft mit der Genetik und Epigenetik.

Es ist verständlich und eine Informationsquelle für jedermann.

Buchbeginn:

Vorwort von D. Peter J. D'Adamo
Ich hatte immer ein tiefes Vertrauen in unsere Fähigkeit, die Kontrolle über unseren Körper und unser Leben zu übernehmen.

Ich habe jeden Tag Patienten behandelt, die Gesundheit, Vitalität und Freude in ihrem Leben entdeckten, in dem sie die Art und Weise veränderten, wie sie sich **ernährten**, welche **Nahrungs-Ergänzungsmittel** sie einnahmen und wie sie sich **bewegten**.

Sechs GenoTypen, einer daraus ist ab Geburt jedem eigen.

Das Geno-Typing von Peter J. D'Adamo gilt als Revolutionär und ist ein neuer Ansatz für Dein Wohlbefinden. D'Adamo kombiniert genetische und epigenetische Informationen mit den Bluttypen und vielen Markern eines jeden Erscheinungsbildes und hat sechs **GenoTypen** bestimmt: den Jäger, den Sammler, den Lehrer, den Explorer, den Krieger und den Nomaden. Persönliche Merkmale wie die Länge der Beine, die Form der Zähne, das Muster der Fingerabdrücke sind unter anderem ausschlaggebend für Deine Typenbestimmung. Solche Analysen erstellen Therapeuten mit einer Ausbildung im Geno-Typing. Selbstverständlich erhältst Du dies auch bei mir in Herisau. Die Daten- und Marker Aufnahme dauert ein bis zwei Stunden.

Das Handbuch für Dein ganzes Leben

Danach erhältst Du ein **Handbuch** mit Deinem Ernährungs- und Lebensplan, der individuell auf Deine eigenen Bedürfnisse abgestimmt ist. Im Handbuch steht, welche Ernährung und welche sportlichen Aktivitäten Dir am ehesten zu Deinem Wohlbefinden und Normalgewicht verhelfen, sowie Deine Gesundheitlichen Aspekte fördern. Der Plan zeigt auf, wie man Krankheiten vermeiden kann, für die man am anfälligsten ist. Oder anders gesagt: Wer gemäss D'Adamos Konzept lebt, kann das Verhalten der Gene verändern – und zwar zum Positiven.

Gene und immer überzeugter

Die guten Gene können zum **Sprechen** laut gestellt und die schlechten zum **Schweigen** stumm gebracht werden. Damit zeigt jeder selbst auf, wie seine Gene epigenetische Veränderungen verarbeiten und zurückbilden können. Ich selbst bin nach vielen Jahren immer überzeugter von diesem Verhalten und dieser Lebensweise. Seit ich die Empfehlungen des Geno-Typing anwende, verspüre ich Lebensfreude wie nie zuvor.

SWAMI-GenoType®

ist ein hoch entwickeltes Computer-Software-System, von Dr. Peter J. D'Adamo. Er und sein IfHI-Team haben **SWAMI-GenoType® Software** geschrieben. Diese nutzt die künstliche Intelligenz und Leistungsfähigkeit von Computern, die systemrelevant mit extremer Präzision und Geschwindigkeit einen maßgeschneiderten und einzigartigen **One-of-Art** Ernährungs- und Lebensplan für Dich gestaltet. Dein persönliches Handbuch erarbeitet unter anderem auch NutriGenomics/Epigenetics in Herisau, welche auch Seminare und spezielle Ausbildungen im Geno-Typing durchführt.

