



by Leo Renner © ®

# HUNDERT GRÜNDE

warum

der menschliche Körper

nicht gesund genug sein kann

> gesund sein = ident mit geschlechtskonform sein <

---

> Je geschlechtskonformer ein Körper ist, je gesünder ist er <

## Prolog

Es gibt zwei biologische, physische – natürliche – menschliche Geschlechter, deren Aufgabe es ist, sich fortzupflanzen, um die menschliche Art auf Terra zu erhalten.

Das physische biologische – natürliche – menschliche Geschlecht ist unabhängig vom neuronalen Geschlecht, das über die geschlechtliche Orientierung eines Menschen, über sein Geschlechtsgefühl bestimmt. Dieses kann bekannterweise vom biologischen Geschlecht abweichen.

Die Gesundheit eines Menschen wird von seinem biologischen und physischen Geschlecht gesteuert und ist selbstverständlich nicht nur allein von diesem, sondern auch vom neuralem Geschlecht abhängig.

Chromosomal weisen weibliche Menschen, beweisend, dass es sich auch um weibliche Menschen handelt, ein XX-Chromosom auf und männliche Menschen, beweisend, dass es sich auch tatsächlich um männliche Menschen handelt, dem gegenüber ein XY-Chromosom auf, neben dem unzweifelhaften Vorhandensein ihrer inneren und äußereren Geschlechtsmerkmale und Geschlechtsorgane.

Nachdem die geschlechtliche Orientierung eines Menschen von seinem biologischen und physischen – natürlichen – Geschlecht neural abweichen kann (Vorhandensein diverser Geschlechter), haben wir es hier mit sehr komplizierten multifaktoriellen Ursachen und einem Geschehen zu tun, das über Heterosexualität oder Homosexualität oder über eine diverse andere Sexualität entscheidet. Aufgabe meines kleinen Sachbuches ist es nicht, das Eine oder Andere zu bewerten, noch will und kann ich das Eine oder Andere als normal oder unnormale oder als gut oder schlecht bezeichnen, sondern möchte allein den Begriff der „Geschlechtskonformität“ und den der „Geschlechts-non-konformität“ in Bezug zur vorhandenen GESUNDHEIT oder in Bezug zu einem vorhandenen NICHTGESUNDSEIN eines Menschen setzen, Mehr ist nicht meine Absicht und mehr oder etwas Anderes ist auch nicht Aufgabe dieses Sachbuches.

Weibliche Personen weisen demnach äußere weibliche Geschlechtsmerkmale und innere weibliche Geschlechtsorgane in Verbindung mit einem genetisch vorhandenen XX-Chromosom auf = biologische Voraussetzung für weibliches Geschlecht!

Männliche Personen weisen demnach äußere männliche Geschlechtsmerkmale und innere männliche Geschlechtsorgane in Verbindung mit einem genetisch vorhandenen XY-Chromosom auf = biologische Voraussetzung für männliches Geschlecht!

Diese beweisende Ausgangslage, unabhängig von jeder geschlechtlichen Orientierung, ob es sich um einen weiblichen oder männlichen Menschen handelt, den wir in dieser Arbeit als „geschlechtskonform genug und deshalb als gesund ge-

nug“ oder als „geschlechts-non-konform und deshalb nicht gesund genug“ bezeichnen und betrachten können, wenn wir alle Kennzeichen und Gründe werten, die uns diese Aussage ermöglichen hilft und die Gegenstand dieses Sachbuches sind, sollte der Leser als logisch und richtig anerkennen können. Wer das nicht als logisch und richtig anerkennen kann, weil er anders denkt oder eine andere Meinung hierzu hat, sollte mein Sachbuch an dieser Stelle beenden und es nicht weiterlesen. Denn, dieses basiert auf obiger logischer Ausgangslage, die zu einer „Geschlechtskonformen Diagnostik der menschlichen Gesundheitsentwicklung (Salutogenese)“ führt, die ich seit Jahrzehnten erforsche und die sich mir und meinen praktischen jahrzehntelangen Erfahrungen nach, als richtig herausgestellt hat. Die man deshalb auch als richtig und logisch anerkennen müsste, will man diese gut funktionierende Methode in praxi mit Erfolg anwenden.

Wer sollte dieses Sachbuch unbedingt lesen und studieren? Das wären Leser, die viele Beschwerden und gesundheitliche Probleme aufweisen, die an chronischen Erkrankungen leiden, die Schmerzpatienten sind, deren Leiden ursächlich nicht zu verstehen sind, die therapieresistent sind, die durch Therapien enttäuscht wurden, weil keine bisher ursächlich genug waren, die unglücklich mit Ihrem Körper und in ihrem Körper sind, die psychische Probleme haben, die sich causal nicht beseitigen lassen. Kurzum, es wären Leser, denen man gesundheitlich bisher nicht zufriedenstellend helfen konnte. Diesem Menschentyp rate ich mein Sachbuch in Ruhe zu lesen, ihnen rate ich, sich selbst mit dessen Hilfe zu untersuchen und ihnen rate ich, sich selbst mit dessen Hilfe zu behandeln. Das geschieht jedoch nicht in der Weise, wie man tatsächliche Kranke behandelt (dafür sind fachgerechte causale Therapien unumgänglich), sondern in einer spezifischen Weise, wie sich NICHTGESUNDE selbst behandeln könnten und allein nur auf diese Weise damit Erfolg hätten.

---

Der entscheidende Punkt des NICHTGESUNDSEINS :

*„Wenn Du und Dein Körper nicht geschlechtskonform genug seid, seid ihr beide auch nicht gesund genug!“ Bist Du nicht gesund genug, haben Du und Dein Körper auch nicht genug Möglichkeiten, sich der Störungen und Erkrankungen zu erwehren, die sie dadurch befallen werden!*

---

Alle Kennzeichen, die auf Dein NICHTGESUNDSEIN hinweisen und die Du in diesem Buch findest, sind allesamt Hinweise und Gründe dafür, dass Du und Dein Körper nicht geschlechtskonform genug sind. Das erfährst Du im ersten Buchteil. Wie Du Deinen geschlechts-non-konformen Körper geschlechtskonformer und gesünder machen kannst, wird im zweiten Buchteil beschrieben.

Wie Du selbst nachprüfen kannst, ob Du durch die Maßnahmen, die ich Dir im zweiten Buchteil empfohlen habe, tatsächlich objektiv nachweisbar, geschlechtskonformer und dadurch objektiv gesünder geworden bist, erfährst Du im dritten und letzten Buchteil, der Dir dabei hilft objektiv zu überprüfen, wie gesund Du in Wirklichkeit durch Anwendung der Neinofy-Methode © geworden bist.

*Mithilfe dieses Buches gelingt Dir ein Quantensprung weg von Deinem bisherigen Nichtgesundsein hin zum tatsächlichen objektiv nachweisbaren zukünftigen Gesundsein!*

*Das GUTE und ÜBERRASCHEnde dabei ist, dass Du alles selbst in Deiner Hand hast, Dir selbst helfen kannst und selbstbestimmt und eigenverantwortlich handeln kannst. Du brauchst dazu weder Therapeuten noch Medikamente. Du brauchst nur den alleinigen Willen GESUND AUS EIGENER KRAFT werden zu wollen , um es später auch zu bleiben. Mehr ist nicht nötig! Den Rest macht Dein informierter Körper!*

*ERSTER BUCHTEIL*

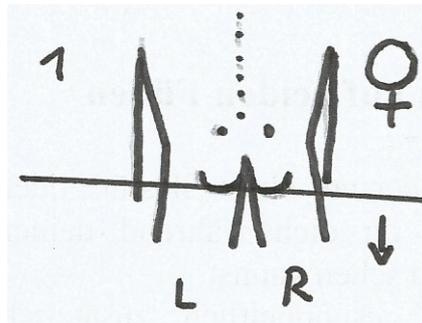
*beschreibt*

alle bisher bekannten 100 Kennzeichen und Gründe,  
die auf ein geschlechts-non-konformes Nichtgesundsein  
causal hinweisen

Je mehr Kennzeichen und Gründe für ein geschlechts-non-konformes Nichtgesundsein Du in Deinem Körper findest, je dringender indiziert wäre Deine Selbsthilfe, bei der wir Dich mithilfe der „NEINOFY-Methode©“ wirksam unterstützen können (2. Buchteil). Ein vollumfassend gesunder weiblicher und männlicher Körper weist im Idealfall nicht ein einziges Kennzeichen von denen auf, die im ersten Sachbuchteil beschrieben werden. Jedes einzelne Kennzeichen, das Du in Deinem Körper findest, belastet Deine zukünftige Gesundheitsentwicklung negativ. Ein vollumfassend gesunder Mensch weist deshalb auch keines der beschriebenen Kennzeichen und Gründe eines Nichtgesundseins auf. Sämtliche Deiner Beschwerden und Erkrankungen haben sekundär grundsätzlich immer auch mit einer vorhandenen Geschlechts-non-konformität zu tun, deren einzelne Kennzeichen gleich beschrieben werden. Manche davon belasten Deine Gesundheit schwer, manche davon weniger schwer, aber grundsätzlich führen alle zu einer negativen Gesundheitsentwicklung. Bei der Beschreibung jedes einzelnen Grundes des Nichtgesundseins wird auf die Schwere der gesundheitlichen Belastung hingewiesen. Nachdem diese Betrachtung der gesundheitlichen Geschlechtskonformität ein weltweites Novum ist und kein Mainstream-Wissen darstellt (Urheber und Finder Leopold Renner © ), findet man auch keine Literatur hierüber, mit Ausnahme der Literatur, die vom Urheber Leopold Renner stammt. Dieses Wissen ist der breiten Öffentlichkeit vollkommen unbekannt. Findest Du Kennzeichen des Nichtgesundseins in Deinem Körper, dann notiere Dir die einzelnen Kennzeichen-Nummern, um später nachprüfen zu können (3. Buchteil), ob diese durch Deine Selbsthilfe-Maßnahmen (2. Buchteil) objektiv beseitigt wurden. Notiere Dir was VORHER war und was Monate später NACHHER sein wird. Auf diese Weise kannst Du den Beweis antreten, wie gut die Neinofy-Methode© Dir dabei half , objektiv gesünder geworden zu sein. Untersuche Dich selbst, wo es möglich ist und ziehe eine zweite Person nur dann für die Untersuchungen hinzu, die Du nicht selbst durchführen kannst. Das betrifft beispielsweise das Fotografieren Deines Gesichtes und Deines Körpers im Stehen, das eine zweite Person durchführen sollte. Der Vergleich mit Nachher-Fotos wird Dir beweisen, dass Vorher-Ereignisse nicht mehr existieren werden, solche, die auf Dein früheres Nichtgesundsein objektiv hingewiesen haben. Die „Neinofy-Methode“ ist eine objektive Methode, deren positive Auswirkungen wissenschaftlich nachweisbar wären. Jedes einzelne Kennzeichen eines Grundes des Nichtgesundseins , das du in Dir finden wirst, kann jedoch nur ganz beseitigt werden und verschwinden, falls Du die richtige, dazu passende Selbsthilfe auch geduldig durchführst (Buchteil 2). Mit jedem verschwundenen Grund des Nichtgesundseins zieht mehr Wohlgefühl und Glück in Deinen Körper ein, was ja Sinn und Zweck eines gesünder gewordenen Körpers ist.

***Betrachten wir zunächst 50 Kennzeichen und Gründe des weiblichen Nichtgesundseins und später, im Anschluss daran, 50 mögliche Kennzeichen des männlichen Nichtgesundseins.***

## Kennzeichen und Grund 1

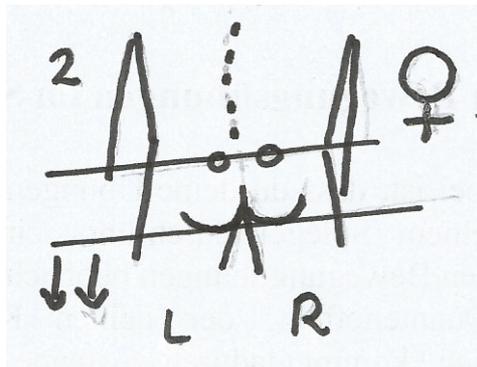


Du bist weiblich. Man macht von Deiner entkleideten Rückseite ein Foto während Du stehst und entdeckt eine deutlich sichtbare rechts tiefer stehende Gesäßfalte, was den Verdacht auf ein kürzeres rechtes Bein lenkt. In dem Fall solltest Du Dich von Deinem Hausarzt zum Radiologen überweisen lassen, um eine Beckenübersichtsaufnahme im Stehen a. p. (BÜS) herstellen zu lassen, um dieses Ereignis entweder zu bestätigen oder es nicht zu bestätigen.

Wissen hierzu musst Du, dass das weibliche Geschlecht statisch gesehen, gut mit einem **minimalen linken kürzeren Bein** zurecht kommt (Ausmaß 2 – 3 mm), aber **nie mit einem rechten**, gleichen welchen Ausmaßes, weil dieses zu viele männliche gesundheitliche Fremdeinflüsse in einem weiblichen Körper hinterlässt.

Ein vorhandenes weibliches rechtes kürzeres Bein gilt deshalb als schwerer Fehler.

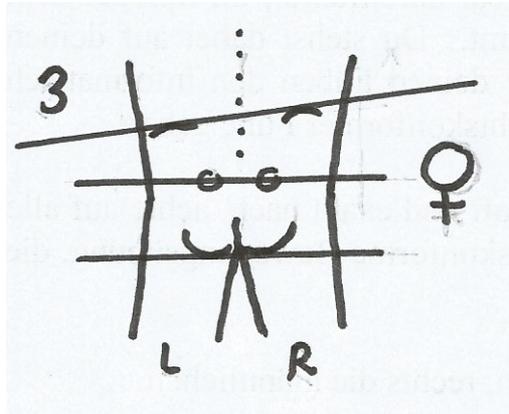
## Kennzeichen und Grund 2



Du bist weiblich. Man macht von Deiner entkleideten Rückseite ein Foto während Du stehst und stellt eine deutliche linke Schiefe von Gesäßfalte und linkem ISG-Grübchen fest. Beide stehen links deutlich sichtbar tiefer, was den Verdacht auf ein zu kurzes linkes Bein lenkt, das kürzer als 5/6 mm sein könnte. Auch in diesem Fall wäre eine BÜS notwendig, um dieses fehlstatische Ereignis entweder zu bestätigen oder es nicht zu bestätigen. Wissen hierzu musst Du, dass ein **zu kurzes linkes Bein** ebenfalls gesundheitliche Fremdeinflüsse hinterlässt, wenn es kompensiert wird.

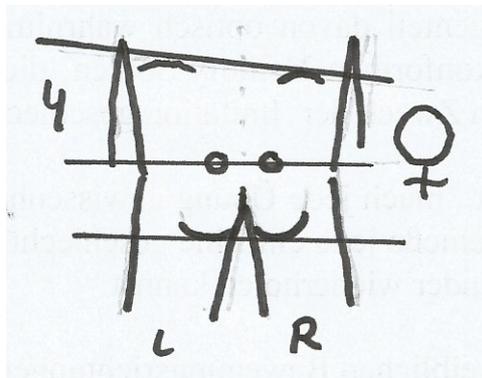
Auch das wäre ebenfalls ein schwerer Fehler, weil die Kompensation eines deutlich linken kürzeren Beines, gegenteilig zur Kompensation eines geringfügigen linken kürzeren Beines ausfällt = Entstehung eines linken störenden Standbeins.

### Kennzeichen und Grund 3



Du bist weiblich. Auf einem Foto Deiner entkleideten Rückseite während des Stehens sieht man zwei gleich hohe, gerade Gesäßfalten und zwei gleich hohe, gerade ISG-Grübchen. Du scheinst also zwei gleich lange Beine zu haben (Parallelogramm zweier waagerechter unterer Linien). Was stört, ist der rechte höhere Beckenkamm, der nicht in dieses Bild passt. Wenn Du alles hundertprozentig gewissenhaft machen möchtest, bräuchtest Du auch hier eine BÜS, die die wahren statischen Verhältnisse anzeigt. Ein Fehler, aber kein schwerer Fehler.

### Kennzeichen und Grund 4

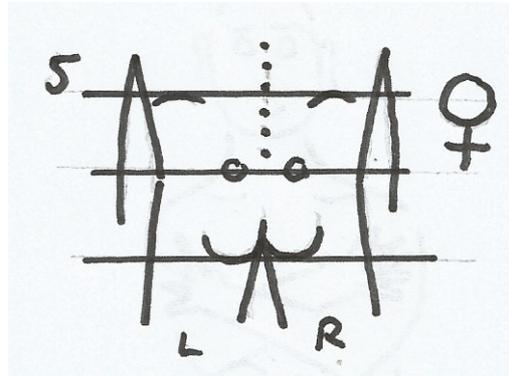


Du bist weiblich. Auf einem Foto Deiner entkleideten Rückseite während des Stehens sieht man zwei waagerechte Gesäßfalten und zwei waagerechte ISG-Grübchen. Du scheinst zwei gleich lange Beine zu haben. Genau weißt Du das aber nicht, was man nur durch eine BÜS in Erfahrung bringen könnte. Was hier stört, ist der linke höhere Beckenkamm, der nicht in dieses Bild passt.

Ein schwerer Fehler, weil Dein Becken in diesem Fall – statisch gesehen – falsch herum verwrungen wäre.

Mit einer BÜS in der Tasche, bist Du diagnostisch immer auf der sicheren Seite! Dadurch kann man in Deiner gesundheitlichen Selbsthilfe viele Fehler vermeiden und kann Dir wesentlich besser, weil causal helfen!

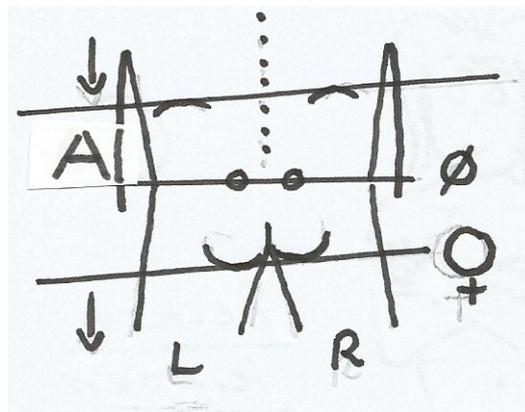
## Kennzeichen und Grund 5



Du bist weiblich und ein Foto Deiner entkleideten Rückseite während des Stehens weist ein Parallelogramm von drei waagerechten Linien auf, weil Du zwei vollkommen gleich lange Beine aufweist. Das hört sich gut an, ist es vielleicht auch, es ist aber ganz bestimmt nicht geschlechtskonform weiblich. Was fehlt? Es fehlt das minimale linke kürzere Bein in einem Umfang zwischen 1 mm und 3 mm. Erst dadurch würde Deine weibliche Statik zu einer geschlechtskonformen richtigen gesunden Statik werden. Geringer Fehler, der sehr häufig ist!

---

**Nur Norm-Signal A allein weist auf eine normale weibliche geschlechtskonforme gesunde Statik innerhalb des Beckens und der Körpermitte hin:**



Du bist weiblich und weist ein geringfügig linkes kürzeres Bein in einem Umfang von 2 – 3 mm auf (durch BÜS bestätigt). In diesem Fall würde man auf einem Foto Deiner entkleideten Rückseite und auf Deiner BÜS sehen, dass Deine linke Gesäßfalte gering tiefer steht, Dein linker Beckenkamm dazu parallel ebenfalls links etwas tiefer steht und Deine beiden ISG-Grübchen absolut waagrecht sind. Alles ist auch per Palpation nachweisbar.

Norm-Signal A sollte man bei jeder Frau sehen, weil es das korrekte und normale gesunde geschlechtskonforme weibliche Verhalten zum Ausdruck brächte. Man erkennt hier optisch das optimale weibliche gesundheitliche Verhalten in Form einer geschlechtskonformen weiblichen Statik, die ohne sichtbaren Fehler wäre!

### Zusammenfassung :

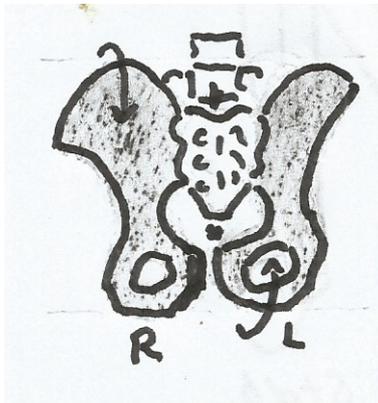
Bist Du weiblich , darf man keine Kennzeichen und Gründe eines Nichtgesundseins in Form der Kennzeichen 1 – 5 in Dir entdecken. Keines davon darf in Dir vorhanden sein, weil Du sonst nicht geschlechtskonform genug und dadurch auch nicht gesund genug wärst.

Man darf und sollte nur das Norm-Signal A in Dir entdecken, falls Du weiblich bist. Wäre dieses tatsächlich objektiv vorhanden, was relativ selten von vorne herein der Fall ist, dann wäre die wichtigste Ausgangslage für eine gute weibliche Gesundheit schon mal in Dir vorhanden und gelegt. Ist dieses Norm-A-Signal noch nicht vorhanden, brauchst Du entsprechende statische Hilfsmittel, die es in Dir erzeugen helfen (siehe Buchteil 2).

Damit haben wir die ersten fünf Kennzeichen und Gründe für ein geschlechts-non-konformes Nichtgesundsein des weiblichen Geschlechtes in deren Körpermitte offen gelegt und beschrieben.

Betrachtet man eine weibliche BÜS oder Röntgenaufnahmen der weiblichen Wirbelsäule von anterior nach posterior aufgenommen, dann kann man in diesen Aufnahmen die nächsten Kennzeichen und Gründe für ein weibliches Nichtgesundsein entdecken, falls man diese Aufnahmen aus geschlechtlichem Blickwinkel heraus betrachtet (siehe nächste Kennzeichen und Gründe).

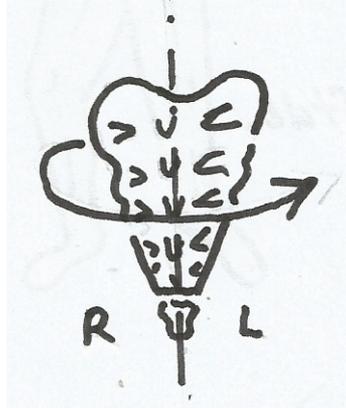
### Kennzeichen und Grund 6



Du bist weiblich und weist folgende Beckenverwringung auf, die nur allein in einer BÜS sichtbar wird. Linke Beckenseite rückwärts torquiert (schmal wirkendes Ilium , breit wirkendes Schambein, vergrößertes Foramen obturatorium), rechte Beckenseite vorwärts torquiert (breit wirkendes Ilium, schmal wirkendes Schambein, verkleinertes Foramen obturatorium) = männliches statisches Ordnungsmuster aufgrund eines rechten kürzeren Beines und somit falsch in einem weiblichen Becken.

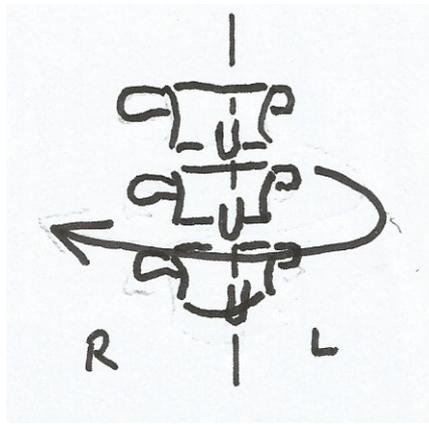
Nur durch gewohnheitsmäßiges Tragen richtig aufgebauter geschlechtskonformer Neinofy-Sohlen lässt sich dieser **schwere statische Fehler** aus dem weiblichen Körper wieder entfernen (siehe Buchteil 2).

### Kennzeichen und Grund 7



Du bist weiblich und findest in Deiner BÜS ein nach links gedrehtes Kreuzbein, sichtbar dadurch, dass die sacralen Dornfortsätze sich auf der rechten Seite befinden. Schwerer Fehler, den man in keiner weiblichen BÜS finden darf. Nur durch gewohnheitsmäßiges Tragen richtig aufgebauter geschlechtskonformer Neinofy-Sohlen lässt sich dieser schwere statische Fehler wieder aus einem weiblichen Körper entfernen (siehe Buchteil 2). Er belastet und vergiftet die weibliche Körpermitte.

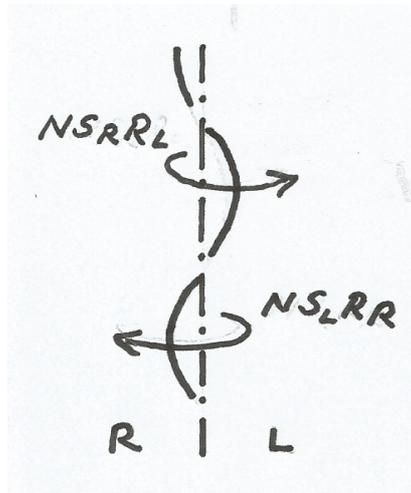
### Kennzeichen und Grund 8



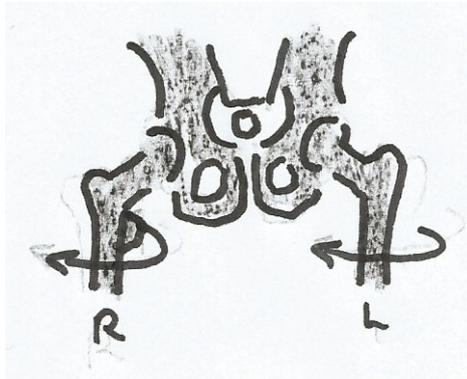
Du bist weiblich und weist sichtbar in Deiner BÜS rechts gedrehte Lendenwirbel auf. Schwerer Fehler, den man nie in einer weiblichen Becken- oder a.p. LWS-Aufnahme sehen darf. Nur durch gewohnheitsmäßiges Tragen richtig aufgebauter geschlechtskonformer Neinofy-Sohlen, lässt sich dieser schwere Fehler wieder aus einem weiblichen Körper entfernen (siehe Buchteil 2)

### Kennzeichen und Grund 9

Du bist weiblich und weist keine weibliche Skoliosierungs-Form sondern eine männliche Skoliosierungs-Form in Deiner Wirbelsäule auf. Schwerer Fehler, der sich nur durch das gewohnheitsmäßige Tragen von geschlechtskonformen richtig aufgebauten Neinofy-Sohlen eliminieren lässt (siehe Buchteil 2).



### Kennzeichen und Grund 10



Du bist weiblich und weist im Stehen, sichtbar auf Deiner BÜS einen rechts außenrotierten Femur im Hüftgelenk auf (Trochanter minor gut sichtbar) und einen innenrotierten linken Femur im linken Hüftgelenk auf (Trochanter minor nicht sichtbar). Schwerer statischer Fehler den man nur durch gewohnheitsmäßiges Tragen richtig aufgebauter geschlechtskonformer Neinofy-Sohlen wieder los wird (Teil 2).

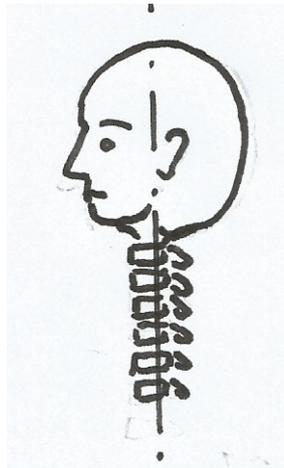
### Kennzeichen und Grund 11



Du bist weiblich und weist eine Streckhaltung in Deiner LWS auf, weil Dein Hohlkreuz, also Deine LWS- Lordose verloren gegangen ist.

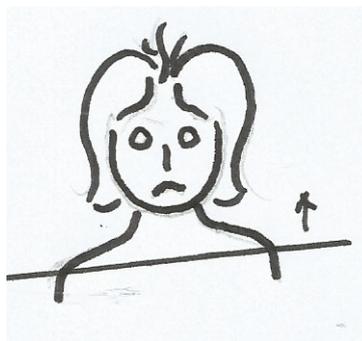
Schwerer Fehler , meist durch Bandscheibenvorfall hervorgerufen, der sich alleine nur durch das gewohnheitsmäßige Tragen geschlechtskonformer Neinyfy.Sohlen wieder korrigieren und beheben lässt (siehe Buchteil 2).

### **Kennzeichen und Grund 12**



Du bist weiblich und leidest an einer Streckhaltung Deiner HWS, weil die HWS-Lordose verloren gegangen ist. Schwerster denkbarer und katastrophaler Fehler, der Deine Gesundheit absolut zugrunde richtet, wenn es dir nicht gelingt geschlechtskonformer zu werden. Auch in diesem Fall geht es ohne das Tragen passender geschlechtskonformer Neinyfy-Sohlen nicht (siehe Buchteil 2)

### **Kennzeichen und Grund 13**



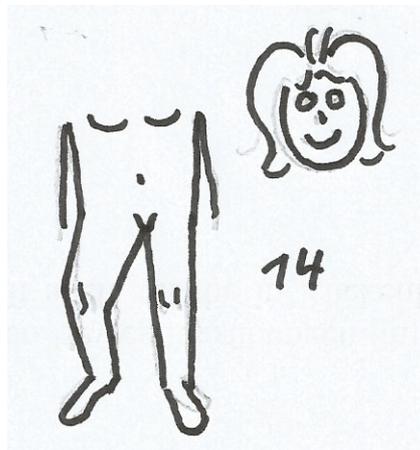
Du bist weiblich und weist im Stehen einen Schulterhochstand links auf = schwerer Fehler, weil Deine Atmung nicht geschlechtskonform funktioniert. Die Einatmungsseite ist nicht rechts stärker ausgebildet, wie es beim weiblichen Geschlecht normal und gesund wäre, sondern dominiert links, was falsch ist. Auch dieser durchaus schwere Fehler, weil er die innere Atmung und Blutzirkulation behindert, lässt sich nur ganz allein durch das gewohnheitsmäßige Tragen geschlechtskonformer richtig aufgebauter Neinyfy-Sohlen wieder beheben (siehe in Buchteil 2)

### Zusammenfassung:

Die Kennzeichen und Gründe Nr. 6 bis Nr. 13, die auf ein weibliches geschlechtsnon-konformes Nichtgesundsein hinweisen, sind allesamt schwere bis sehr schwere Fehler und belasten die weibliche Salutogenese schwer. Keines dieser Kennzeichen darf sich im Körper einer Frau finden. Das ist aber sehr oft der Fall, nur sucht nach diesen Kennzeichen eigentlich niemand.

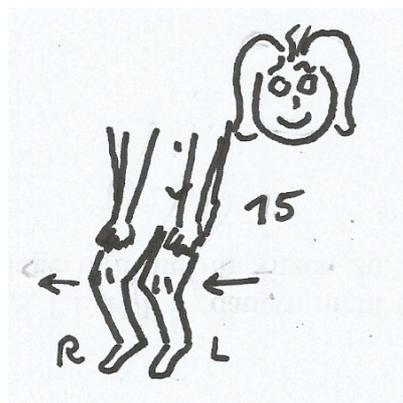
Um dem Buchteil 2 schon etwas vorzugreifen, sind alle Kennzeichen und Gründe eines weiblichen Nichtgesundseins von Nr. 1 bis Nr. 13 Grund, speziell weibliche Neiny-Sohlen zu tragen. Nur sie allein geben dem gestörten weiblichen Körper die statischen notwendigen Informationen, die er von podal her braucht, um sich selbst reparieren zu können, in dem Sinn, geschlechtskonformer zu werden.

### Kennzeichen und Grund 14



Du bist weiblich. Ein linkes Standbein erscheint Dir sehr angenehm, ein rechtes hingegen unangenehm. Falsches Standbein ist immer schwerer statischer Fehler, weil es darauf hinweist, dass ein minimales linkes kürzeres Bein, das optimal für Frauen wäre, unerwünscht ist. Es spricht für sich, dass dieser Fehler sich ohne das Tragen geschlechtskonformer Neiny-Sohlen nie vom Körper verabschieden werden wird.

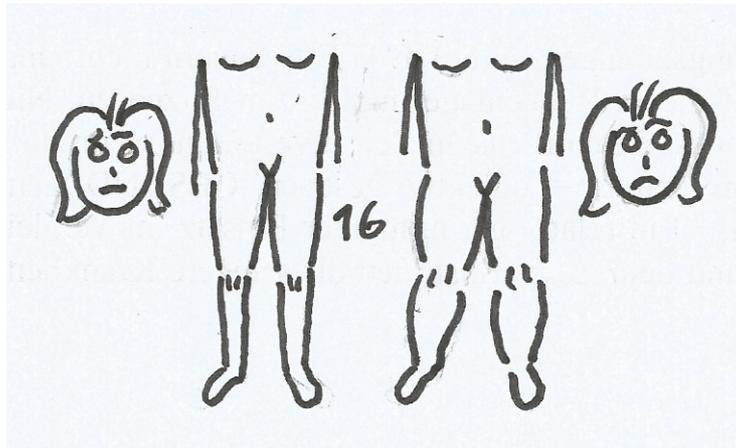
### Kennzeichen und Grund 15



Du bist weiblich und empfindest das seitliche Verschieben Deiner beiden Kniegelenke nach rechts als deutlich angenehmer als nach links, was statisch gesehen falsch ist. Ein Fehler , der beide Kniegelenke immer mehr überlasten wird.

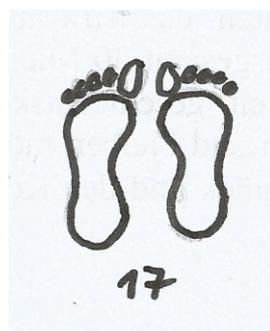
Auch dieser Fehler lässt sich nur mit Hilfe des podalen Einsatzes maßgerechter persönlich aufgebauter geschlechtskonformer Neinofy-Sohlen beseitigen (Buchteil 2)

### Kennzeichen und Grund 16



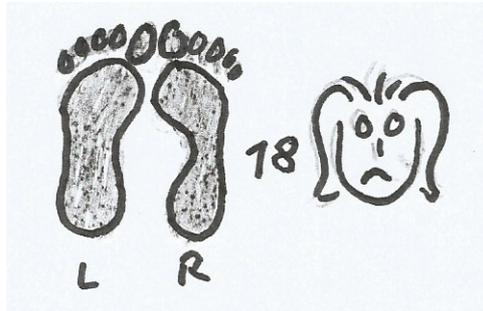
Du bist weiblich. Betrachte Deine Unterschenkel. Fallen sie zu schlank, zu dünn aus (Spinnenbeine) oder fallen sie zu füllig aus (dicke Beine). Beides ist ein Fehler, der auf Deine Geschlechts-non-konformität und auf Dein damit verbundenes Nicht-gesundsein hinweist.

### Kennzeichen und Grund 17



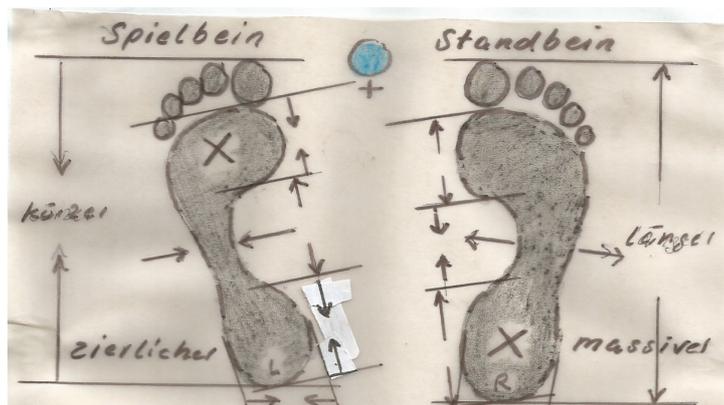
Du bist weiblich und weist vollkommen seitengleiche symmetrische Fußabdrücke auf. Ein Fehler , weil geschlechtskonforme weibliche Füße anders aussehen müssen! Selbstverständlich kann man in diesem Fall ebenfalls nicht auf das gewohnheitsmäßige Tragen passender geschlechtskonformer Neinofy-Sohlen verzichten, die als einzige und alleinige Hilfsmaßnahme in der Lage sind , den geschlechts-non-konformen Füßen den richtigen Simulationsreiz anzubieten, damit sie geschlechtskonformer belastet werden und die ideale weibliche Fußform annehmen können. *Nur geschlechtskonforme Füße sind gesunde Füße !!!*

## Kennzeichen und Grund 18



Du bist weiblich und weist männliche Fußabdrücke auf = schwerer statischer Fehler , der sich alleine nur durchs Tragen passender geschlechtskonformer Neiny-Sohlen beseitigen lässt ( siehe Buchteil 2).

**Norm-Signal B = die weiblichen Fußabdrücke unten in Graphik weisen auf geschlechtskonforme gesunde weibliche Füße hin. Anders dürfen weibliche Abdrücke nicht ausfallen !!!**

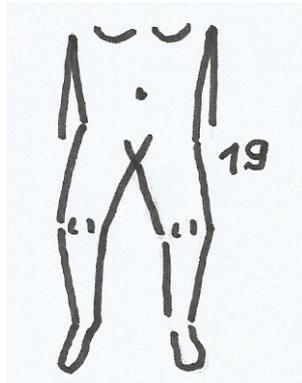


Du bist weiblich und weist geschlechtskonforme weibliche Füße und Fußabdrücke auf. Sehr gut . In diesem Fall geht Dein Nichtgesundsein nicht von Deinen Füßen aus, sondern hat andere Ursachen (siehe Teil 2)

Trotzdem rate ich Dir zum Tragen von geschlechtskonformen Neiny-Sohlen, um diese gute podale Gesundheit zu erhalten und zu bewahren.

Weisen Frauen geschlechtskonforme Füße auf , ist das schon mal die halbe Miete zu einer guten Gesundheitsentwicklung und die Voraussetzung das sonstige Nichtgesundsein an anderen Orten sicher beseitigen zu können. Geschlechtskonforme weibliche Füße gehören zum Wichtigsten, was ein weiblicher Mensch gesundheitlich aufweisen kann, weil deren Statik von ihren Wurzeln her bereits alles enthalten was weiter oben zu einer guten *ganzheitlichen* Geschlechtskonformität und Gesundheit passt. Führst Du geschlechtskonforme Bewegungsübungen durch, helfen und reichen diese in der Regel vollkommen aus, um seine Beschwerden erfolgreich zu behandeln und um sich in seinem Körper wohl und gesund zu fühlen !!!

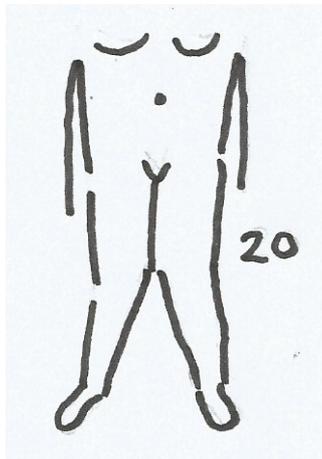
### **Kennzeichen und Grund 19**



Du bist weiblich und weist zwei O-Beine auf = Fehler , weil so etwas nicht geschlechtskonform ist.

Ganz klar, dass in einem solchen Fall die Hilfe wieder nur von ganz unten, von den Füßen her kommen kann, indem besagte Person ihre maßgerechten geschlechtskonformen Neinfoy-Sohlen trägt.

### **Kennzeichen und Grund 20**



Du bist weiblich und weist zwei X-Beine auf = falsch , weil so etwas nicht geschlechtskonform ist. Auch hier geht es selbstverständlich nicht ohne Tragen der passenden geschlechtskonformen Neinfoy-Sohlen, um von podal her die Beinachsen zu korrigieren und in die richtigen geschlechtskonformen Bahnen zu lenken.

### **Kennzeichen und Grund 21**

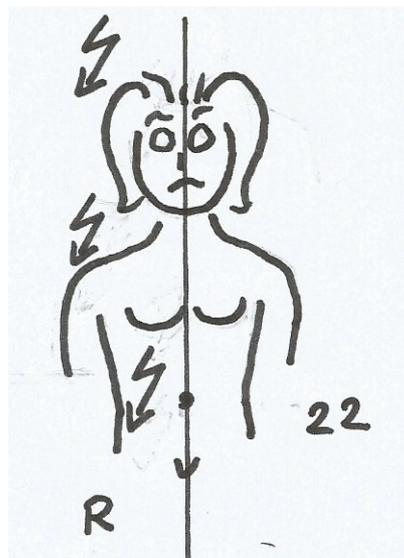
Du bist weiblich und weist schmerzhaft Beschwerden im rechten Bein auf, gleich wo. Das ist in der Regel (unter anderem) ein Kennzeichen dafür, dass Dein Körper nicht geschlechtskonform genug ist. Wären die schmerzhaften Beschwerden im linken Bein, würde das erfahrungsgemäß auch auf andere Ursachen hinweisen.

Frau + Beschwerden rechts ist immer auch Geschlechts-non-konformität !



Selbstverständlich geht es auch in diesem Fall nicht ohne das Tragen maßgerechter geschlechtskonformer Neinofy-Sohlen, die die Füße von podal her zu geschlechtskonformen Füßen umwandeln helfen.

### **Kennzeichen und Grund 22**



Du bist weiblich und weist schmerzhaft Beschwerden rechts oben auf, gleich wo, Hauptsache rechts. In dem Fall informiert Dich Dein Körper erfahrungsgemäß darüber, dass Du im Moment nicht geschlechtskonform genug bist. Trägst Du fortan Deine maßgerechten geschlechtskonformen Neininofy-Sohlen, kannst Du in der Regel diesen Beschwerdetyp rasch beseitigen. Wären Deine Beschwerden auf der linken Seite würden sie auch auf andere Ursachen hinweisen.

### **Kennzeichen und Grund 23**

Du bist weiblich und findest den männlichen rechten LADO, das ist eine spezielle Armeinstellung, viel angenehmer als den weiblichen linken LADO, der sich normalerweise bei Frauen deutlich angenehmer anfühlen müsste, wenn Du nur geschlechtskonform genug wärst, was dann aber nicht der Fall ist.



Beim rechten LADO legt man den rechten Handrücken hinten auf die LWS und fasst sich mit der linken Hand in den Nacken. Falsch ist es, wenn diese Armeinstellung Frauen angenehmer ist, als die gegensätzliche, die nur dann angenehmer wäre, wäre der Körper geschlechtskonform genug.

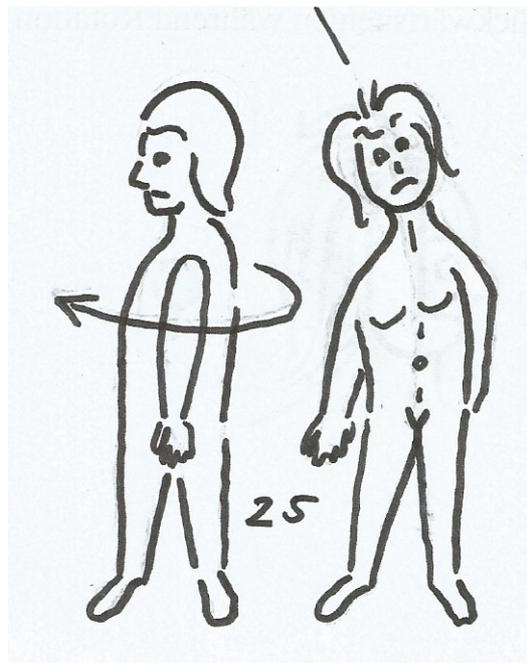
### **Kennzeichen und Grund 24**



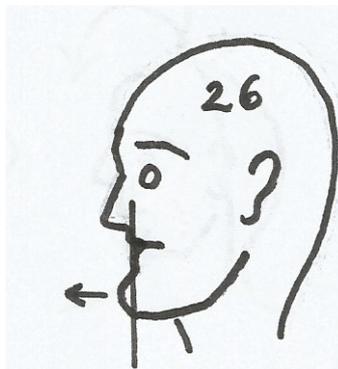
Du bist weiblich und magst Deinen Kopf nicht nach rechts drehen, weil diese Bewegung schmerzhaft blockiert ist. Ein Fehler, der unter anderem auch darauf hinweisen kann, dass Dein Körper nicht geschlechtskonform genug ist. Versuche es mit dem Tragen Deiner maßgerecht angefertigten geschlechtskonformen Neiny-Sohlen und Du wirst feststellen, dass sich diese Blockade rasch auflösen wird.

### **Kennzeichen und Grund 25**

Du bist weiblich und kannst Dich nicht beschwerdefrei mit Deiner BWS nach rechts verdrehen oder sie beschwerdefrei nach rechts seitneigen, Auch in diesem Fall wäre das ein Kennzeichen dafür, dass Dein Körper nicht geschlechtskonform genug ist. Trägst Du in diesem Fall versuchsweise ebenfalls Deine persönlich aufgebauten maßgerechten geschlechtskonformen Neiny-Sohlen, wird es nicht lange dauern, bis auch diese Blockade wieder verschwinden wird.



### Kennzeichen und Grund 26

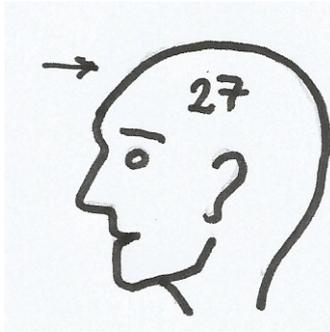


Du bist weiblich und weist ein Promi-Kinn auf. Die Kinnschuppe überragt dabei die Nasensteg-Linie nach vorn und überquert diese senkrechte Linie. Ein weiteres Kennzeichen dafür, dass Du nicht geschlechtskonform genug bist, denn diese Kinnform ist Bestandteil eines männlichen Ordnungsmusters.

Auch in diesem Fall ist die Grundlage jedes Tuns, das zu mehr weiblicher Gesundheit führt, begleitet vom gewohnheitsmäßigen Tragen Deines maßgerechten geschlechtskonformen Neinofy-Sohlen-Typs. Ohne podale Information schwächt sich die zu prominente Kinnform nicht ab. Mit ihr hingegen schon, es dauert nur eine Weile!

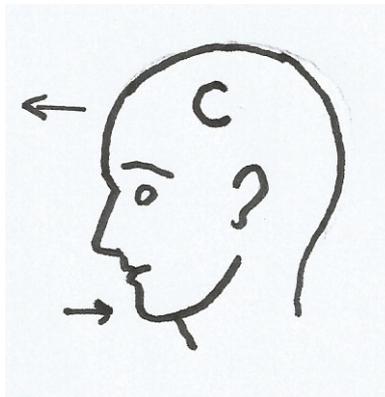
### Kennzeichen und Grund 27

Du bist weiblich und weist eine nach hinten fliehende Stirnform auf, Auch diese Stirnform ist Bestandteil eines männlichen Ordnungsmusters und passt gesundheitlich gesehen nicht zum Körper einer Frau. Auch hierfür gilt das Gleiche. Ohne podalen Input maßgerechter Neinofy-Sohlen, kommt es nicht zu mehr gesundheitlicher weiblicher Ordnung.




---

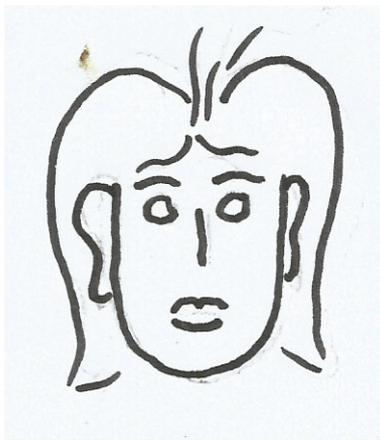
**Norm-Signal C** weist auf ein gesundheitlich optimales und geschlechtskonformes normales weibliches Gesichtsprofil hin



Du bist weiblich und weist ein dezentes Retro-Kinn und eine dezente Promi-Stirn plus unauffällige Nase auf, das ist optimal, was Deine Konstitution und Deine Geschlechtskonformität in gesundheitlicher Hinsicht angeht.

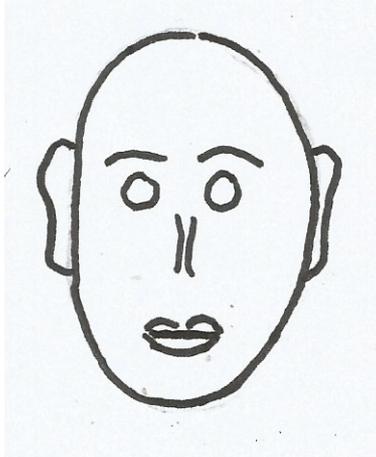
---

### **Kennzeichen und Grund 28**



Du bist weiblich und weist ein rechtes weiter abstehendes Ohr auf. Das ist ebenfalls ein Kennzeichen männlicher gesundheitlicher Ordnung und ist nicht geschlechtskonform. Auch hier ist die Grundlage für eine Änderung dieses Fehlers wieder allein nur im gewohnheitsmäßigen Tragen maßgerechter personalisierter geschlechtskonformer Neinofy-Sohlen zu suchen. Ohne ginge es nicht.

### Kennzeichen und Grund 29



Du bist weiblich und weist ein Gesicht auf, dessen linke Hälfte deutlich sichtbar konvexer geformt ist als die rechte . Auch das ist wieder kein weibliches Ordnungsmuster sondern ein männliches und aus diesem Grund ein Kennzeichen , dass Du wiederum nicht geschlechtskonform wärst.

Auch hier muss unbedingt der podale INPUT, der von maßgerechten geschlechtskonformen Neinofy-Sohlen ausgeht, auf den Körper gewohnheitsmäßig einwirken können. Eine geschlechts-non-konforme Schädelbasis sollte keine Frau aufweisen.

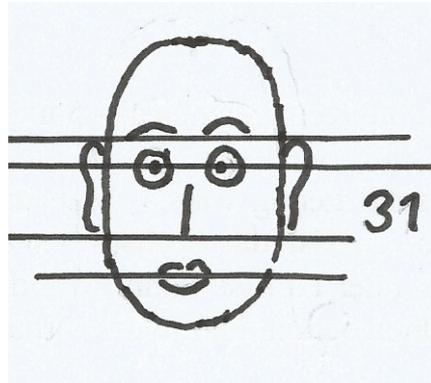
### Kennzeichen und Grund 30



Du bist weiblich und stellst bei genauem Hinsehen im Spiegel fest, dass Dein rechtes Auge irgendwie größer wirkt als Dein linkes. Das ist ein Kennzeichen , das wiederum auf Deine Geschlechts-non-konformität hinweist. Es ist kein schlimmer Fehler, aber einer, der ebenfalls wieder aus Dir verschwinden sollte.

Auch in diesem Fall brauchst Du Dein persönlich aufgebautes Paar geschlechtskonformer Neinofy-Sohlen, das Du regelmäßig täglich eine kurze Zeit lang tragen solltest (siehe Buchteil 2). Schon einige Wochen später wird Dir diese Asymmetrie nicht mehr auffallen, weil sie wieder verschwunden ist.

### Kennzeichen und Grund 31

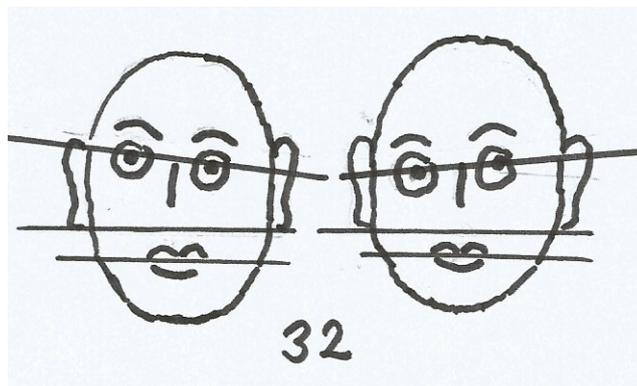


Du bist weiblich und hast auf einem Fotoausdruck Deines Gesichtsporträts festgestellt, dass Deine Augenlinie, Deine Ohrenlinie und Deine Mundlinie absolut waagrecht verlaufen. Besser geht's gefühlsmäßig einfach nicht, oder ? Aber Pech gehabt, dieses waagerechte Parallelogramm ist nicht geschlechtskonform. Etwas später im Norm-Signal D kommt die Auflösung.

Vermutlich hast Du zwei gleich lange Beine.

Auch in diesem Fall ist es enorm wichtig, um objektiv gesünder zu werden, regelmäßig und gewohnheitsmäßig individuelle geschlechtskonforme Neinyofo-Sohlen zu tragen und wenn es auch nur eine halbe Stunde lang am Tag geschieht. Warum siehst Du bei Norm-Signal D.

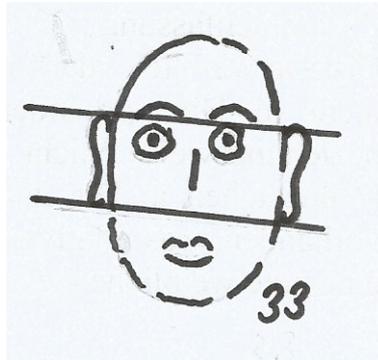
### Kennzeichen und Grund 32



Du bist weiblich und stellst im Spiegel bei genauem Hinsehen fest, dass Du eine rechte oder linke Augenschiefe aufweist. Ein Fehler der ebenfalls wieder aus Dir verschwinden sollte. Die einzige Gesichtslinie, die tatsächlich gerade und waagrecht sein und auch immer bleiben sollte und sich nie schief outen darf, ist die Augenlinie. Siehe etwas später bei Norm-Signal D.

Auch in diesem Fall erweist sich das Tragen Deiner individuellen maßgerechten geschlechtskonformen Neinyofo-Sohlen wieder als Segen, denn es wird nicht allzu lange dauern, bis sich die Augenlinien durchs regelmäßige Tragen begradigen werden.

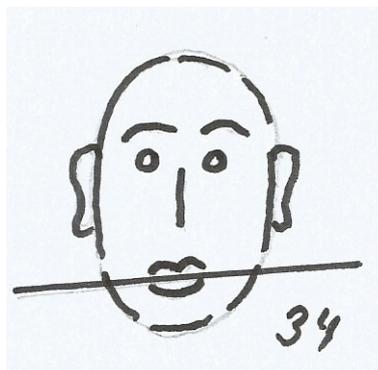
### Kennzeichen und Grund 33



Du bist weiblich und stellst bei genauem Hinsehen fest, dass Du eine linke Ohrenschiefe aufweist. Schwerer statischer Fehler in Deiner Schädelbasis (siehe bei Norm-Signal D). Gehört zu den männlichen Ordnungsmustern.

Auch hier musst Du unbedingt über eigene maßgerechte geschlechtskonforme Neinyfy-Sohlen verfügen, die Du regelmäßig trägst, um mehr Geschlechtskonformität in Deiner Schädelbasis zu erreichen. Kopfschmerzneigung, Migräne, Kiefergelenkprobleme hängen damit oft zusammen.

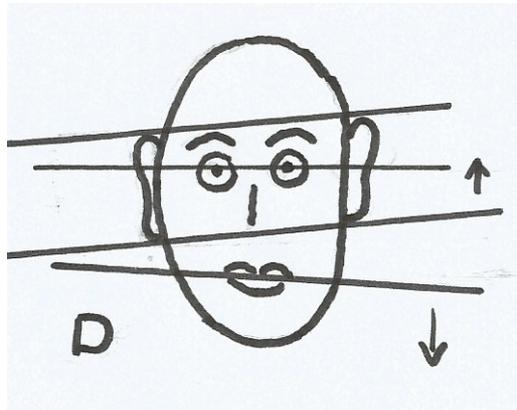
### Kennzeichen und Grund 34



Du bist weiblich und stellst fest, dass Du bei genauem Hinsehen eine rechte Mundschiefe aufweist, die vielleicht nur während des Sprechens oder Lachens zustande kommt. Schwerer statischer Fehler in Deiner oberen HWS (siehe bei Norm-Signal D). Gehört ebenfalls zu den männlichen Ordnungsmustern und stört den Biss und die Kiefergelenke.

Auch in diesem Fall bist Du ohne das regelmäßige Tragen von maßgerechten individuellen geschlechtskonformen Neinyfy-Sohlen aufgeschmissen. Denn nichts ist causacausal wichtiger in diesem Fall als die Stellung Deines Kreuzbeins zu korrigieren, das mit der Mundlinie im Zusammenhang steht. Schon nach einigen Wochen des Tragens wird sich Dein Mund begradigen.

**Norm – Signal D = normale und gesunde optisch wahrnehmbare weibliche faciale Geschlechtskonformität.**



Du bist weiblich und zu Hundert Prozent geschlechtskonform und deshalb auch vollumfassend gesund, was weltweit eine absolute Rarität darstellt.

In diesem Fall würde man in dezenter Ausprägung folgendes in Deinem Gesichtsporträt ersehen können:

- eine rechtsseitig minimal konvexere Gesichtshälfte
- ein linkes Ohr , das minimal mehr absteht als rechts
- ein minimal größeres Auge links
- eine dezente rechte Ohrenschiefe
- eine dezente linke Mundschiefe
- eine waagerechte Augenlinie

Dieser optimale faciale weibliche Steckbrief würde damit zusammenfallen, dass man kein einziges Kennzeichen des Nichtgesundseins , von denen ich in diesem kleinen Sachbuch 50 weibliche ausgewählt habe, in diesem weiblichen Körper finden könnte, weil er vollumfassend gesund wäre.

Das Ziel Deiner gesundheitlichen Selbsthilfe, die Du mithilfe meiner Neinofy-Methode durchführst, ist es unter anderem deshalb auch , sich in facialer Richtung „D“ zu entwickeln.

Um eine gewissenhafte Diagnostik „D“ durchzuführen , brauchst Du einen Foto-Ausdruck Deines Gesichtsporträts , das im Stehen von einer 2. Person fotografiert wurde. In diesen Ausdruck lassen sich dann obige Messlinien eintragen.

Das rate ich allen Anwendern meiner Methode bevor sie mit Ihrer Neinofy-Selbsthilfe beginnen , um später Vergleichsmöglichkeiten mit dem Ergebnis ihrer gesundheitlichen Selbsthilfe zu haben. Nur was sich beweisbar objektiv in der richtigen Richtung verändert, ist auch tatsächlich im Körper in geschlechtskonform richtiger Richtung umgewandelt worden und auch so geschehen.

Das Tragen individueller maßgerechter Neinofy-Sohlen , die allein die W-Planet GmbH herstellen kann und darf, ist dabei der allerwichtigste Part !!!

### Kennzeichen und Grund 35



Du bist weiblich und wirst aufgefordert spontan ein Auge zu schließen, kannst das aber nicht, weil du bei diesem Versuch nur beide Augen gleichzeitig schließen kannst aber nicht eines alleine. Fehler , der wieder aus Deinem Körper verschwinden muss.

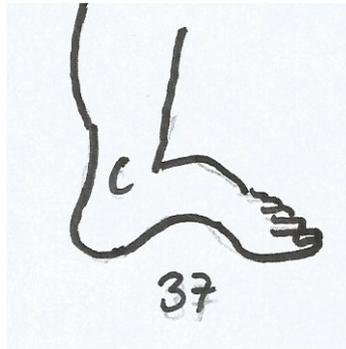
### Kennzeichen und Grund 36



Du bist weiblich und wirst aufgefordert ein Auge zu schließen. Du schließt daraufhin spontan das linke, weil Dir das leichter fällt und weil es angenehmer ist. Fehler, denn Frauen sollten spontan immer nur und allein ihr rechtes Auge schließen wollen, falls sie tatsächlich vollumfassend geschlechtskonform gesund wären. Der linke Augenschluss gehört wieder zu den gesundheitlichen männlichen Ordnungsmustern.

Auch in diesem Fall ist das regelmäßige und gewohnheitsmäßige Tragen individueller maßgerechter geschlechtskonformer Neinof-Sohlen von großer Bedeutung und heilsamer Auswirkung. Schon bald danach werden Frauen mit falschem Augenschluss merken, dass der linke Augenschluss langsam unangenehmer wird.

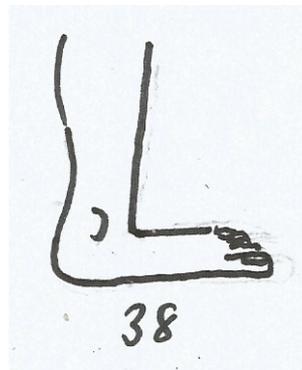
### Kennzeichen und Grund 37



Du bist weiblich und weist zwei starke symmetrische HohlfüÙe auf. Fehler , weil nur ein Fuß tatsäclich hohler sein dürfte als der andere (wenn man geschlechtskonforme Kriterien anlegt). Nur der linke Fuß sollte etwas hohler sein als der rechte.

In diesem Fall schreit bereits alles nach maßgerechten geschlechtskonformen Neiny-Sohlen, die den Körper nicht nur hierüber informieren sondern ihn im Lauf der Zeit auch aktiv in diese Richtung wandeln werden.

### Kennzeichen und Grund 38



Du bist weiblich und weist zwei symmetrische PlattfüÙe auf. Schwerer Fehler, weil nur ein Fuß platter als der andere sein dürfte, das ist nur der rechte aber nie der linke.

Auch dieser Fall schreit geradezu nach maßgerechten geschlechtskonformen Neiny-Sohlen.

### Kennzeichen und Grund 39

Du bist weiblich und stehst barfuß am Boden. Fühle nun, wo Dein rechter Fuß hauptsächlich belastet wird. Stehst Du mit dem rechten Fuß mehr hinten auf der Ferse oder mehr vorne auf dem Vorfuß?

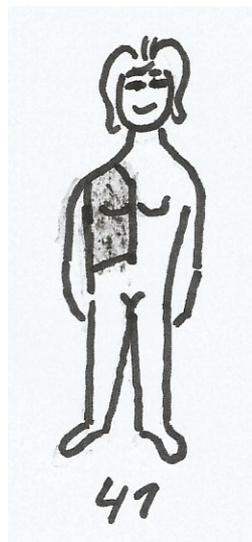
Geschlechtskonform richtig wäre rechts hinten mehr auf der Ferse zu stehen. Falsch wäre es , rechts mehr auf dem Vorfuß zu stehen. Ganz klar, dass richtig aufgebaute Neiny-Sohlen diesen bedeutsamen Fehler korrigieren, falls er vorhanden wäre.

### Kennzeichen und Grund 40

Du bist weiblich und stehst barfuß am Boden. Konzentriere Dich jetzt gefühlsmäßig auf Deinen linken Fuß. Wo wird dieser mehr belastet? Hinten im Bereich der linken Ferse oder vorne im Bereich des linken Vorfußes?

Geschlechtskonform richtig wäre es , links mehr vorne auf dem linken Vorfuß zu stehen. Ganz klar , dass auch in diesem Fall richtig aufgebaute Neinofy-Sohlen den Fehler im Linken Fuß korrigieren würden, wenn es statisch falsch läuft.

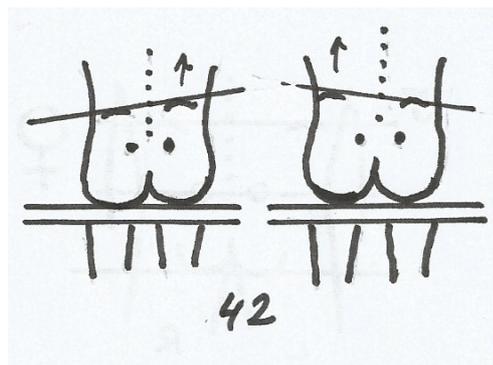
### Kennzeichen und Grund 41



Du bist weiblich und untersuchst nun Deine Atmung. Du stehst barfuß am Boden und hast beide Augen geschlossen und atmest tief und langsam durch die Nase ein und durch geöffneten Mund wieder aus. Erfühle welche Lunge , die rechte oder linke , mehr an der Einatmung beteiligt ist, welche sich mehr mit Einatemluft füllt.

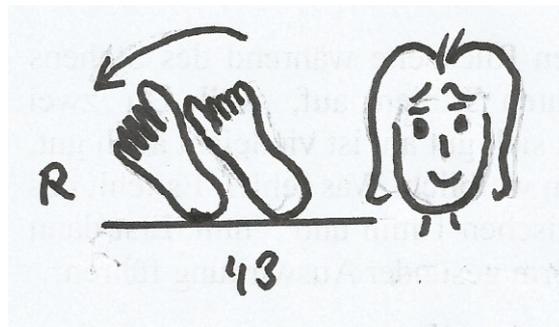
Falsch wäre es , wenn es die linke Lunge wäre = männliches Ordnungsmuster. Geschlechtskonform richtig wäre es, wenn Du das Gefühl hast, dass Deine rechte Lunge mehr Einatmung abbekommt als die linke. Betrachtest Du Dich dabei in einem Spiegel, würdest Du sehen, dass sich die rechte Schulter beim Einatmen hebt.

### Kennzeichen und Grund 42



Du bist weiblich und sitzt auf einer harten Oberfläche und betastest mit beiden Daumen von oben her Deine beiden knöchernen Beckenkämme und stellst fest , dass ganz klar ein Beckenkamm höher steht als der andere. Fehler! Im Sitzen müssen grundsätzlich beide Beckenkämme waagrecht sein und sich auch so anfühlen. Ein Hinweis, wenn es anders ist, ist, dass Du das Richtige für Dein Steißbein tun musst (siehe Teil 2).

### **Kennzeichen und Grund 43**



Du bist weiblich und liegst am Rücken mit einem Kopfkissen unter dem Kopf und drehst beide Füße mit gestreckten Beine nach rechts und empfindest diese Scheibenwischerbewegung beider Füße nach rechts angenehmer. Sie ist freier möglich als nach links = Fehler , der erneut auf Deine Geschlechts-non-konformität hinweist. Das angenehme Drehen beider Füße nach links wäre geschlechtskonform richtiger!

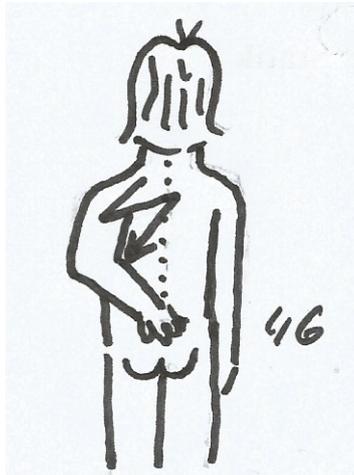
### **Kennzeichen und Grund 44**

Du bist weiblich und liegst am Rücken mit einem Kopfkissen unter dem Kopf. Deine beiden Augen sind geschlossen , Dein Mund ist weit geöffnet. Lege beide Zeigefingerkuppen auf die Unterkieferzähne links und rechts und beiße sanft auf die beiden Zeigefingernägel von oben her zu. Welcher Zeigefingernägel, wird von den Oberkieferzähnen zuerst berührt, der linke oder der rechte ? Beides wäre falsch. Richtig , weil es geschlechtskonform richtig wäre, ließe es in Dir nur dann, wenn ein vollkommen symmetrischer Biss entstünde, das heißt , wenn beide Zeigefingernägel von den Obekieferzähnen zur gleichen Zeit symmetrisch berührt werden würden. Sehr wichtiger Test, nennt sich Mitgebiss-Test.

### **Kennzeichen und Grund 45**

Du bist weiblich und stehst barfuß am Boden. Wiederhole nun den Mitgebiss-Test, indem Du Dich nach rückwärts neigst und nach oben zur Zimmerdecke siehst. Beide Zeigefingerkuppen liegen wieder auf den Unterkieferzähnen links und rechts und du beißt wieder sanft auf beide Zeigefingernägel zu. Das richtige geschlechtskonforme Ergebnis kommt dann zustande , wenn nur der rechte Zeigefingernägel allein von den Oberkieferzähnen zuerst berührt wird. Alles andere wäre falsch und fehlerhaft.

### Kennzeichen und Grund 46



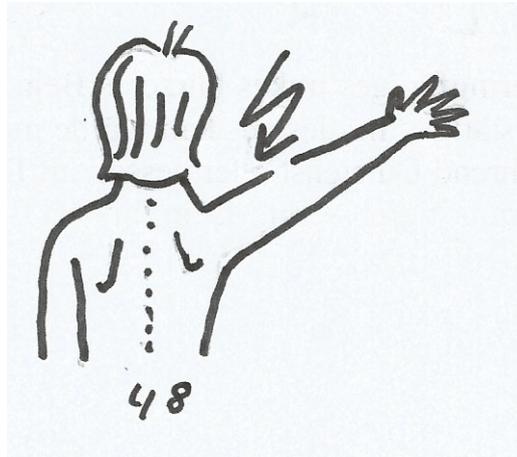
Du bist weiblich und weist einen schmerzhaften linken Schürzengriff auf. Den linken Handrücken hinten auf die LWS zu legen wäre schmerzhaft und nahezu unmöglich. In dem Fall ist Dein Körper garantiert nicht geschlechtskonform und Du solltest schleunigst mit dem Tragen maßgerechter individueller geschlechtskonformer Neinofy-Sohlen beginnen. Die einzige Möglichkeit Dir selbst zu helfen (siehe Buchteil 2), weil Dein Schultergürtel geschlechts-non-konform geworden ist.

### Kennzeichen und Grund 47



Du bist weiblich und weist einen schmerzhaften rechten Nackengriff auf. Auch das ist garantiert nicht geschlechtskonform. Auch in diesem Fall hilft Deinem Körper nur die Rückkehr in seine weibliche fehlerfreie Geschlechtskonformität, die Du mit dem Tragen Deiner maßgerechten geschlechtskonformen Neinofy-Sohlen einleiten solltest. Die einzige Möglichkeit Deinen Körper rasch gesundheitlich zu ordnen. Jede obere Fehlstatik wird immer nur durch Fehler der unteren Statik hervorgerufen.

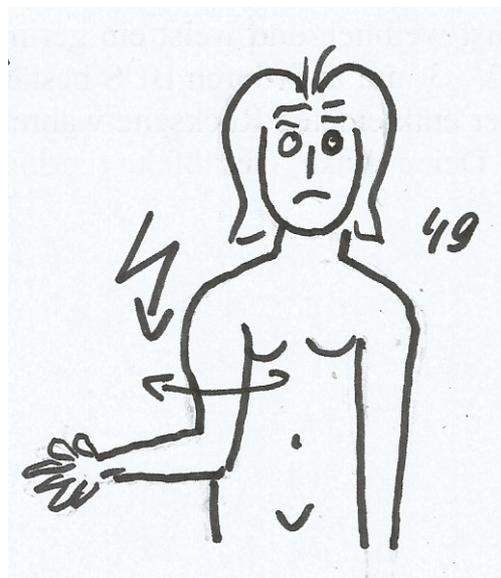
### Kennzeichen und Grund 48



Du bist weiblich und kannst Deinen rechten gestreckten Arm nicht mehr seitlich hochheben, Das schmerzt zu stark. Auch in diesem Fall ist Dein Körper nicht mehr geschlechtskonform genug und Du musst richtig handeln.

Was immer richtig und nie falsch ist, gleich an was Du auch immer leidest, ist, wenn Du in Deine Schuhe hineinschlüpfst, in denen sich Deine individuellen maßgerechten geschlechtskonformen Neinfoy-Sohlen befinden. Nachdem nahezu niemand optimale geschlechtskonforme Füße aufweist, schadet es nie, sich von dieser Stelle aus Deinen Problemen zu nähern. Das ist immer richtig !!!

### Kennmuster und Grund 49



Du bist weiblich und weist eine schmerzhaft vertikale rechte Aussenrotation auf. Auch dieses Kennzeichen kann auf Deine Geschlechtskonformität hinweisen. Es schadet nie den Versuch zu unternehmen, mit Deinen maßgerechten individuellen geschlechtskonformen Neinfoy-Sohlen zu beginnen. Garantiert bessert sich dadurch auch die rechte Schulter, weil sie ja Teil der verloren gegangenen ORDNUNG ist.

## **Kennmuster und Grund 50**

Du bist weiblich und hast einen zu hohen Blutdruck oder zu schnellen Puls oder leidest an Verstopfung oder an Schlaflosigkeit oder an Übernervosität und innerem Stress oder an Verdauungsstörungen wie Blähungen, Völlegefühl und Meteorismus oder an trockenen Schleimhäuten oder an zu starker schmerzhafter Periode oder an Hitzewallungen oder an kalten Füßen und Händen und Durchblutungsstörungen. Das sind alles Beschwerden und Erkrankungen, die man auch als geschlechts-non-konform bezeichnen könnte und an denen Frauen nicht leiden würden, wären sie tatsächlich geschlechtskonform.

Die weibliche Geschlechtskonformität zeichnet sich vegetativ dadurch aus, dass in vertikaler Körperhaltung (im Stehen, Gehen und Laufen), der Sympathikus-Einfluss angeregt wird, jedoch nicht in so starkem Ausmaß, wie das beim männlichen Geschlecht normalerweise der Fall ist und dass in halbvertikaler Körperhaltung (im Sitzen) der Parasympathikus-Einfluss stärker herabgesetzt wird, als das beim männlichen Geschlecht der Fall wäre und dass im Liegen der Parasympathikus-Einfluss heraufgesetzt wird, aber nicht so stark, wie das beim männlichen Geschlecht normalerweise der Fall wäre.

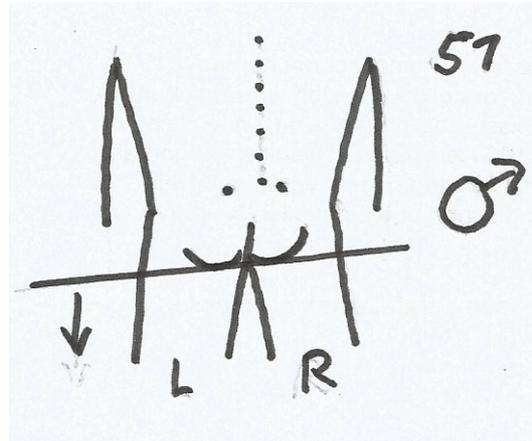
Das weibliche Geschlecht befindet sich normalerweise, falls der weibliche Körper geschlechtskonform genug und dadurch gesund genug ist, in einer vegetativen Minus-Situation gegenüber dem männlichen Geschlecht, das sich normalerweise in einer vegetativen Plus-Situation gesundheitlich wohler fühlt. Das nur am Rande, um den kausalen vegetativen Gegensatz zu verstehen, der aber wie gesagt nur dann vorhanden ist, wenn eine Person sehr geschlechtskonform oder sehr gesund wäre.

### *Zusammenfassung:*

*Jede Frau, die einen oder mehrere der beschriebenen 50 geschlechts-non-konformen gesundheitlichen Sargnägel und Gründe ihres Nichtgesundseins in sich aufweist, kann sich ganz allein immer nur selbst helfen, indem Sie darauf bedacht ist, geschlechtskonformer und damit auch gesünder zu werden. Sind die 50 beschriebenen weiblichen Sargnägel geschlechts-non-konforme Sargnägel, kann man diese nur beseitigen, indem die Betroffene selbst Hand an ihre Gesundheit und Statik legt. Kein Therapeut ist in der Lage hier kausale Abhilfe zu schaffen, weil es sich schließlich nicht um Krankheiten anderer Genese handelt, sondern um ein Nichtgesundsein handelt, dessen Ursache eine Abweichung von der weiblichen inneren Ordnung darstellt. Gegen so etwas gibt es keine Therapien, dagegen hilft nur, sich selbst im Ganzen von Grund auf, in weiblicher geschlechtlicher Form und Richtung zu ORDNE (siehe Buchteil 2)! Hierbei kann sich jede Betroffene nur selbst helfen!*

Gibt es 50 weibliche Kennmuster und Gründe für deren Geschlechts-non-konformität, gibt es natürlich auch 50 männliche Kennmuster und Gründe, die als nächstes, genauso akkurat und gewissenhaft von mir beschrieben werden, wie ich das eben für das weibliche Geschlecht getan habe.

### Kennzeichen und Grund 51

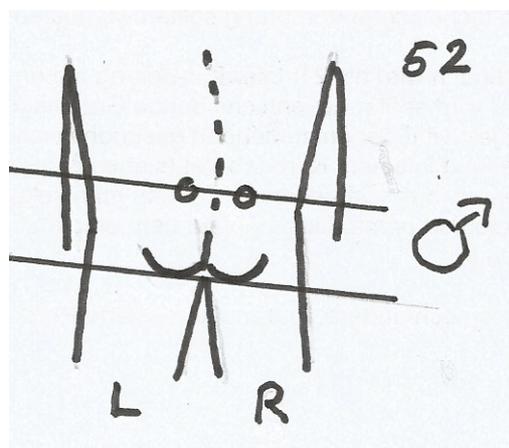


Du bist männlich. Auf einem Foto Deiner entkleideten Rückseite, während Du stehst, sieht man eine deutlich sichtbare links tiefer stehende Gesäßfalte, was den Verdacht auf ein kürzeres linkes Bein lenkt. In dem Fall wäre es gut, wenn Du eine radiologische Beckenübersicht a. p. im Stehen (BÜS) hättest, um diesen Verdacht zu bestätigen und über das metrische genaue Ausmaß der linksseitigen Beinverkürzung Bescheid zu wissen. Das wäre wichtig, weil der Erfolg Deiner gesundheitlichen Selbsthilfe hiervon maßgeblich abhängt.

Wissen hierzu muss man, dass das männliche Geschlecht gesundheitlich gut mit einem minimalen rechten kürzeren Bein zurechtkommt (2 – 3 mm Ausmaß = optimal), nie aber mit einem linken kürzeren. Dieses hinterlässt bei der Kompensation zu viele weibliche gesundheitliche Fremdeinflüsse und belastet deshalb die Gesundheitsentwicklung bei jeder männlichen Person negativ.

Ein vorhandenes linkes kürzeres Bein beim männlichen Geschlecht gilt deshalb als schwerer Fehler und ist klar geschlechts-non-konform.

### Kennzeichen und Grund 52

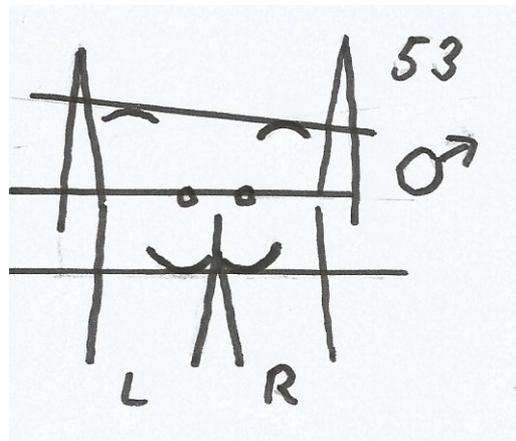


Du bist männlich. Auf einem Foto Deiner entkleideten Rückseite, während Du stehst, sieht man deutlich eine rechts tiefer stehende Gesäßfalte und parallel dazu auch ein rechts tiefer stehendes ISG-Grübchen, was den Verdacht auf ein zu kurzes rechtes

Bein lenkt, das kürzer als 5 – 6 mm sein dürfte. Um diesen Verdacht zu bestätigen, wäre es gut, wenn man Dich zum Radiologen überweist, der eine BÜS von Dir anfertigt. Eine solche wäre in diesem Fall ebenfalls wichtig, weil man unbedingt das genaue Ausmaß der rechtsseitigen Beinverkürzung kennen sollte, um Dir eine erfolgreiche gesundheitliche Selbsthilfe zu ermöglichen.

Ein zu kurzes rechtes Bein, das kürzer als 5 mm ist, ist genauso falsch und geschlechts-non-konform wie ein linkes kürzeres Bein, gleich welchen Ausmaßes. Auch dieses erzeugt bei der Kompensation gesundheitliche gegengeschlechtliche Fremdeinflüsse und gilt ebenfalls als schwerer statischer Fehler, weil es den Körper dazu zwingt, des Ausgleichs wegen, ein rechtes weibliches Standbein einzunehmen. Dein Nichtgesundsein wird dadurch ursächlich erklärbar.

### Kennzeichen und Grund 53

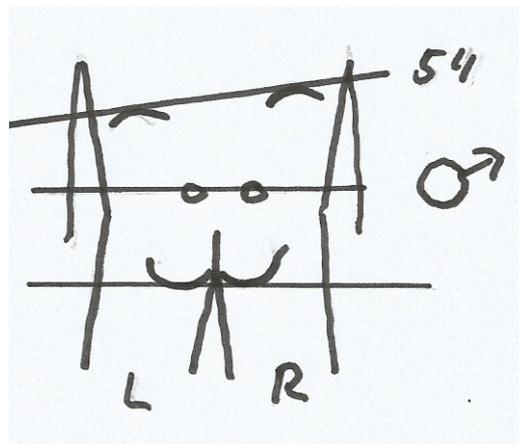


Du bist männlich. Auf einem Foto Deiner entkleideten Rückseite sieht man waagerechte Gesäßfalten und waagerechte ISG-Grübchen. Diesem Parallelogramm nach scheinst Du zwei gleich lange Beine zu haben. Was dieses Bild stört, ist der linke höhere Beckenkamm. Wenn Du auch in diesem Fall wieder hundertprozentig richtig handeln und genau über Dich Bescheid wissen möchtest, wäre nur eine vorhandene BÜS dazu in der Lage, Dir die wahren statischen Verhältnisse näher zu bringen. Dieses Bild 53 ist jedenfalls ebenfalls kein geschlechtskonformes Bild.

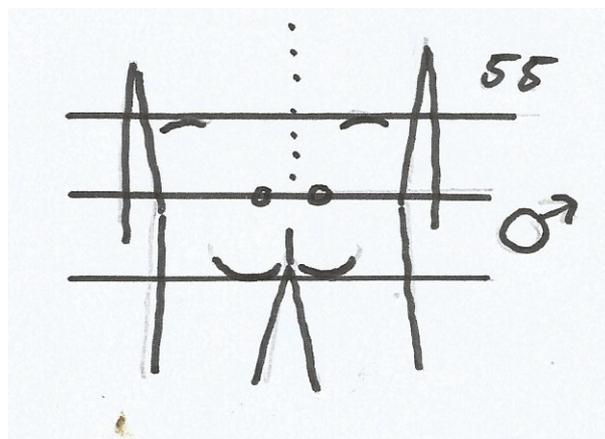
### Kennzeichen und Grund 54

Du bist männlich und weist ebenfalls zwei waagerechte Gesäßfalten und zwei waagerechte ISG-Grübchen, so wie in Kennzeichen 53 auf. Im Gegensatz dazu ist aber der rechte Beckenkamm erhöht, was auf einen schweren statischen Fehler hinweist, weil Dein Becken falsch herum verwrungen ist (rechts PI und nicht wie in Abbildung 53 links Pi).

Auf einer BÜS könntest Du die geschlechts-non-konforme Beckenverwrung bestätigen und nachweisen. Ohne BÜS ist man auf Vermutungen angewiesen, die sich oft als falsch herausstellen. Mit BÜS bist Du also immer auf der sicheren Seite.



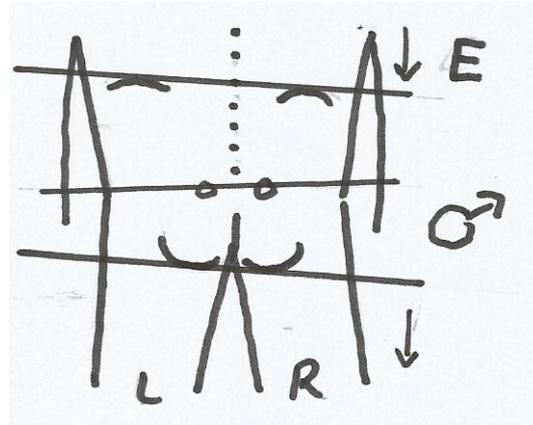
### Kennzeichen und Grund 55



Du bist männlich und weist ein Parallelogramm von drei waagerechten Linie auf. Zwei waagerechte Gesäßfalten, zwei waagerechte ISG-Grübchen, zwei waagerechte Beckenkämme, Du scheinst also zwei gleich lange Beine zu haben. Hört sich gut an, ist das aber auch gesundheitlich gut? Geschlechtskonform jedenfalls ist das nicht ! Geschlechtskonform wären nur die Verhältnisse in „Norm-Signal-E“, das dadurch entsteht, weil ein minimales rechtes kürzeres Bein in einem Ausmaß von 2 – 3 mm vorhanden wäre und richtig ausgeglichen würde. Hier fehlt also etwas! Es fehlt das minimal kürzere rechte Bein, das die Voraussetzung für eine gute und stabile und nachhaltig männliche Gesundheit ist!

**„Norm-Signal-E“ allein weist auf normale männliche geschlechtskonforme gesunde Statik innerhalb des Beckens und der Körpermitte hin:**

Geschlechtskonform und gesund ist eine männliche Statik nur dann, wenn ein Parallelogramm zwischen Gesäßfalten und Beckenkämmen in leicht rechts geneigtem Zustand vorhanden ist und die ISG-Grübchen-Linie dabei absolut waagerecht bleibt, was zur optimalen Beckenverwringung links PI und rechts AS führt. Alles andere ist grundsätzlich – gesundheitlich + statisch gesehen – fehlerhaft und nicht geschlechtskonform (ein Hauptgrund des männlichen Nichtgesundseins).



Ist „Norm-Signal-E“ bei einer männlichen Person vorhanden, besteht eine gute gesundheitliche Ausgangslage und eine weitgehend fehlerfreie und gesunde Statik. Ist dieses „SOLL-Norm-Muster-E“ noch nicht vorhanden, muss man es durch Tragen der passenden maßgerechten geschlechtskonformen Neinofy-Sohlen herstellen helfen und es dadurch erzeugen (siehe Buchteil 2).

Zusammenfassung:

Bist Du männlich, darf man keine Kennzeichen und Gründe eines Nichtgesundseins in Form der Kennzeichen 1 – 5 in Dir entdecken. Keines davon darf in Dir vorhanden sein, weil Du sonst nicht geschlechtskonform und gesund genug bist.

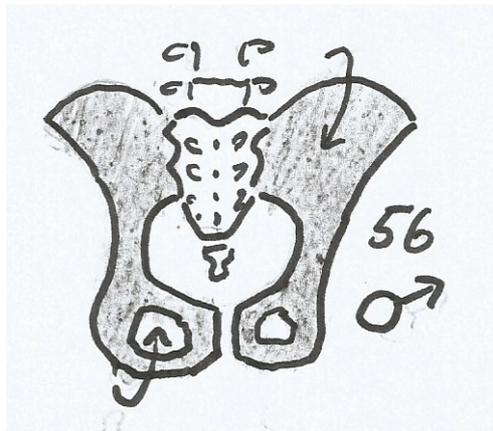
Man darf und sollte nur das „Norm-Signal -E“ in Dir entdecken, falls Du männlichen physischen Geschlechts bist. Wäre dieses statische männliche Ordnungsmuster tatsächlich vorhanden, was das Vorhandensein eines minimalen rechten kürzeren Beines voraussetzt, wäre eine gute gesundheitliche Ausgangslage und Basis in Dir vorhanden. Besteht dieses „Normmuster E“ noch nicht in Dir, musst Du es mit Hilfe von persönlich aufgebauten maßgerechten geschlechtskonformen Neinofy-Sohlen© erzeugen und dem Körper dadurch LERNEN, es selbst herzustellen (Buchteil 2).

Damit wurden die ersten fünf Gründe des männlichen Nichtgesundseins und ihre Kennzeichen offengelegt und beschrieben.

Betrachtet man eine männliche BÜS oder Röntgenaufnahmen der männlichen Wirbelsäule, kann man in derartigen Aufnahmen die nächsten Gründe und Kennzeichen des männlichen Nichtgesundseins entdecken, aber nur, wenn man solche Röntgenaufnahmen aus dem geschlechtlichen Blickwinkel heraus betrachtet.

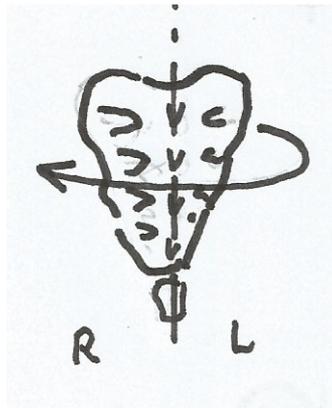
## Kennzeichen und Grund 56

Du bist männlich und weist folgende Beckenverwringung auf, die nur in einer BÜS sichtbar werden kann. Rechte Beckenseite ist rückwärts torquierte (schmal wirkendes Ilium, breit wirkendes Schambein, größer wirkendes Foramen obturatorium), linke Beckenseite ist vorwärts torquierte (breit wirkendes Ilium, schmal wirkendes Schambein, kleiner wirkendes Foramen obturatorium) = weibliches Ordnungsmuster aber kein männliches aufgrund eines linken kürzeren Beines und somit falsch.



Nur durch gewohnheitsmäßiges Tragen persönlich aufgebauter maßgerechter geschlechtskonformer Neinofy-Sohlen© lässt sich dieser schwere Fehler wieder aus einem männlichen Körper entfernen. Mit nichts sonst (siehe Buchteil 2).

### Kennzeichen und Grund 57

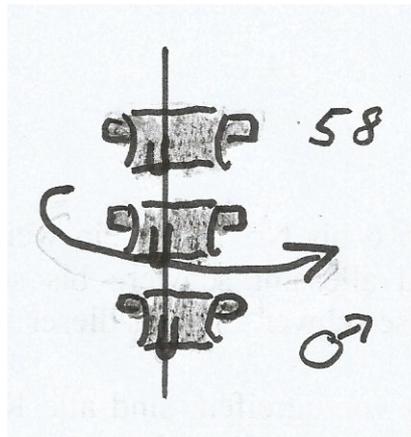


Du bist männlich und siehst in Deiner BÜS ein nach rechts gedrehtes Kreuzbein, sichtbar dadurch, weil die sacralen Dornfortsätze sich auf der linken Seite befinden. Schwerer Fehler, den man in keiner männlichen BÜS finden darf und der vor allem Deine BWS oben überlastet. Sacrale Unordnung = thorakale Unordnung!

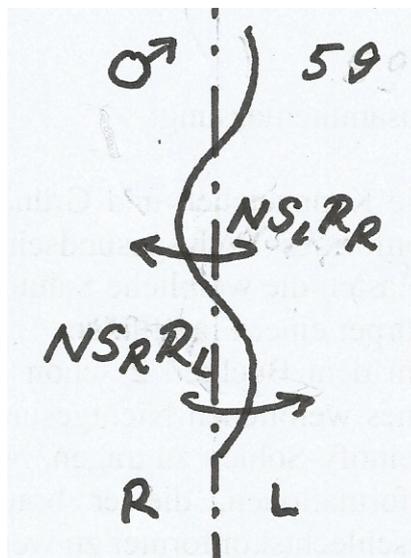
Nur durch gewohnheitsmäßiges Tragen persönlich richtig aufgebauter maßgerechter geschlechtskonformer Neinofy-Sohlen lässt sich dieser schwere statische Fehler wieder aus einem männlichen Körper entfernen (siehe Buchteil 2). Ein rechts rotiert eingestelltes Kreuzbein passt nur in einen weiblichen Körper.

### Kennzeichen und Grund 58

Du bist männlich und weist links rotiert eingestellte Lendenwirbel, sichtbar in einer Röntgenaufnahme, auf. Schwerer statischer Fehler, weil das nur in Begleitung eines minimal linken kürzeren Beines auftreten darf. Ein minimal linkes kürzeres Bein ist jedoch ein geschlechts-non-konformer Kapitalfehler und lässt sich nur durch Tragen geschlechtskonformer männlicher maßgerechter Neinofy-Sohlen beseitigen.



### Kennzeichen und Grund 59



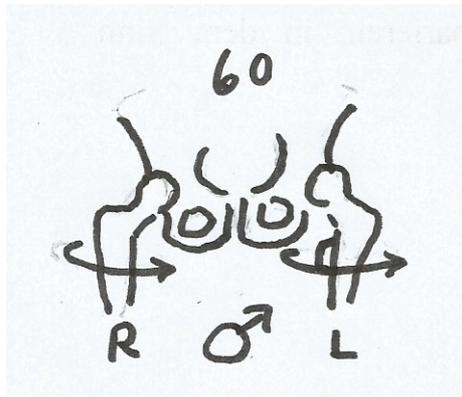
Du bist männlich und weist in einem Röntgenbild sichtbar eine weibliche Skoliose-Form auf. Im Bereich der LWS ist sie linkskonvex, im Bereich der BWS ist sie rechtskonvex. Schwerer Fehler, weil man so etwas nur in Begleitung eines linken kürzeren Beines sehen darf, wenn die Skoliose biologisch Sinn machen soll.

Auch hier kann man diesen statischen Fehler nur allein durch gewohnheitsmäßiges Tragen persönlich aufgebauter maßgerechter geschlechtskonformer Neinofy-Sohlen positiv beeinflussen (siehe Buchteil 2).

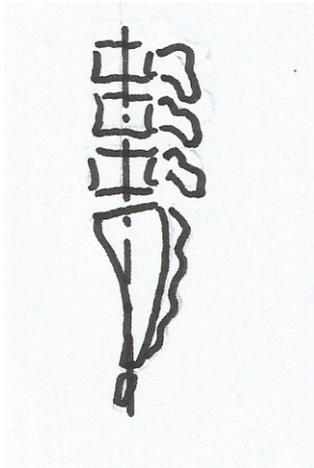
### Kennzeichen und Grund 60

Du bist männlich und weist im Stehen, sichtbar auf Deiner BÜS einen links außenrotierten Femur auf (gut sichtbarer Trochanter minor) und einen innenrotierten rechten Femur auf (unsichtbarer Trochanter minor).

Schwerer statischer Fehler, weil dieses Einstellungsmuster in beiden Hüftgelenken ein weibliches Ordnungsmuster ist aber kein männliches. Führt zur Überlastung beider Hüftgelenke und lässt sich nur durch Tragen geschlechtskonformer maßgerechter und persönlich aufgebauter Neinofy-Sohlen beseitigen.

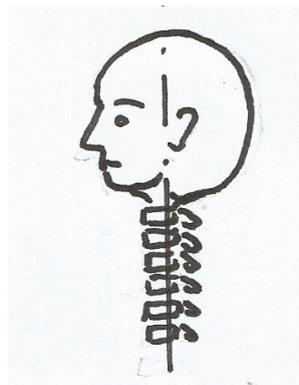


### Kennzeichen und Grund 61



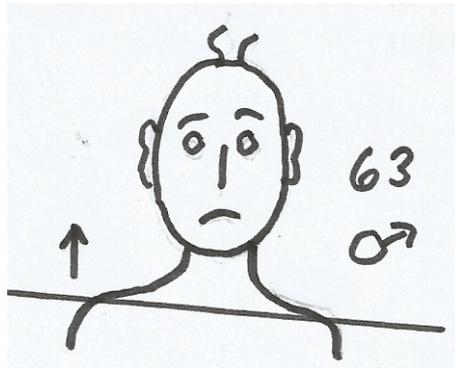
Du bist männlich und weist eine Streckhaltung in Deiner LWS auf, weil Deine Lordose verloren gegangen ist. Schwerer Fehler meist durch Bandscheibenvorfall verursacht, der im Bereich des unteren Erwärmer zuviel Hitze und Fülle erzeugt. Auch dieser schwere statische Fehler lässt sich nur und ganz allein durch gewohnheitsmäßiges Tragen persönlich aufgebauter geschlechtskonformer Neinofy-Sohlen korrigieren (siehe Buchteil 2). Eine LWS-Lordose ist essentiell wichtig!

### Kennzeichen und Grund 62



Du bist männlich und leidest an einer Streckhaltung Deiner HWS = Lordoseverlust. Schwerer Fehler, der allerdings Männern nicht so schadet wie Frauen. Auch in diesem Fall geht es ohne Tragen maßgerechter , persönlich aufgebauter, geschlechtskonformer Neinofy-Sohlen nicht, um seine HWS-Lordose zurück zu gewinnen (siehe in Buchteil 2) . Die HWS-Lordose ist ebenfalls eine essentielle Notwendigkeit.

### **Kennzeichen und Grund 63**



Du bist männlich und weist im Stehen einen Schulterhochstand rechts auf. Schwerer Fehler, weil Deine Atmung nicht geschlechtskonform abläuft. Die männliche Einatmungsseite darf nicht rechts stärker sondern muss links stärker sein. Beim Einatmen sollte normalerweise beim männlichen Geschlecht die linke Lunge mehr Einatemungsluft abbekommen als die rechte.

Auch dieser respiratorische Zirkulationsfehler reagiert gut auf das gewohnheitsmäßige Tragen von maßgerechten geschlechtskonformen und persönlich aufgebauten Neinofy-Sohlen.

Ist die Einatmungsseite falscherweise bei männlich rechts dominant, schadet das langfristig seinen Nieren. Ist die Ausatemungsseite falscherweise links dominant, schadet das seinen Lungen. Nichts ist wichtiger für die Funktionen dieser beiden lebenswichtigen Organe als die geschlechtskonforme Atmung !!!

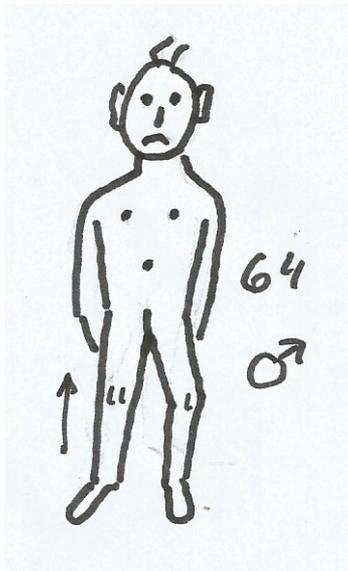
#### **Zusammenfassung:**

Die Gründe des Nichtgesundseins Nr. 56 – 63 und ihre Kennzeichen, die klar auf eine geschlechts-non-konforme UNORDNUNG hinweisen, sind allesamt schwere bis sehr schwere Fehler. Sie belasten die männliche Salutogenese klar negativ.

Keines dieser Kennzeichen darf sich im Körper eines Mannes finden. Das ist aber mega oft der Fall, nur sucht nach diesen Kennzeichen niemand, weil sie den meisten Therapeuten unbekannt sind, was sich ändern müsste, um das Gesundheitswesen an causalere Stelle tatsächlich zu entlasten,

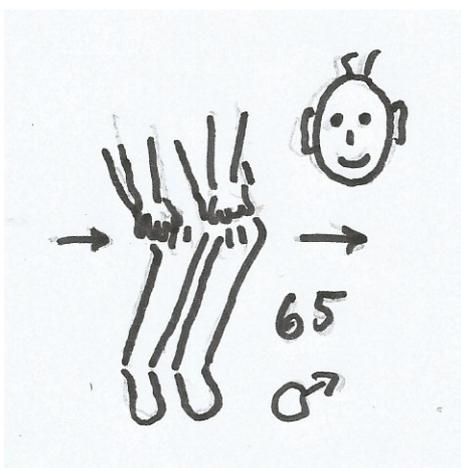
Um auch hier schon auf Buchteil 2 vorzugreifen, ist das Tragen speziell aufgebauter geschlechtskonformer Neinofy-Sohlen essentiell wichtig , damit der nichtgesunde männliche Körper alle notwendigen Informationen erhält, um sich selbst reparieren zu können. Nur Neinofy-Sohlen lösen den geschlechtskonformen Imitationsreiz aus.

### Kennzeichen und Grund 64



Du bist männlich und empfindest das Stehen auf einem rechten Standbein viel angenehmer als auf einem linken Standbein. Schwerer Fehler, weil er darauf hinweist, dass ein minimales rechtes kürzeres Bein, das für Männer optimal wäre, unerwünscht ist. Es spricht für sich, dass in diesem Fall logischerweise das Tragen von maßgerechten geschlechtskonformen und persönlich richtig aufgebauten Neinofy-Sohlen, die Hauptmaßnahme innerhab dieser Selbsthilfe sein wird.

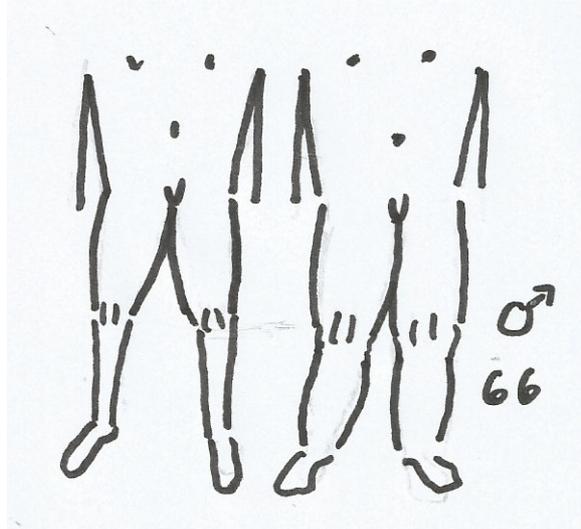
### Kennzeichen und Grund 65



Du bist männlich und testest das seitliche Verschieben Deiner leicht gebeugten Kniegelenke und stellst fest, dass das seitliche Verschieben nach links viel angenehmer ist als nach rechts, das sich eher als schmerzhaft erweist.

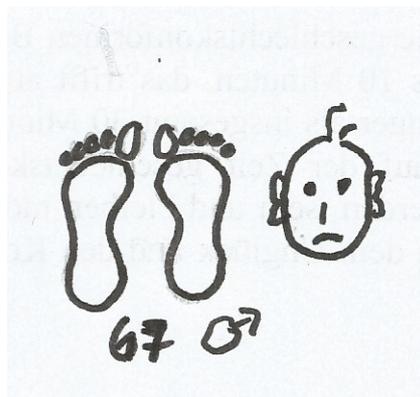
Fehler, weil beim männlichen Geschlecht, wenn es gesund und geschlechtskonform ist, das seitliche Verschieben beider Kniegelenke nach rechts angenehmer und frei erscheinen muss, nach links hingegen sich als unangenehm outen muss. Klar dass die Haupthilfe auch hier nur von podal kommen kann! Um beide Knie geschlechtskonform umzuwandeln, bedarf es immer auch geschlechtskonformer Füße.

### Kennzeichen und Grund 66



Du bist männlich. Betrachte Deine Unterschenkel, Sind sie normal , was Fülle und Leere in ihnen angeht oder sind zu dünn (Spinnenbeine) oder zu füllig und gestaut (zuviel an unterer Fülle)? Beides wäre nicht geschlechtskonform und würde auf ein männliches Nichtgesundsein hinweisen. Nachdem die Füße die geschlechtskonforme Basis bilden, auf denen beide Unterschenkelregionen aufbauen, müssen diese selbstverständlich geschlechtskonform ausfallen, was man nur dann sicher erreichen kann, wenn man ab und zu gewohnheitsmäßig seine persönlich aufgebauten maßgerechten geschlechtskonformen Neinyfy-Sohlen trägt, die die W-Planet GmbH für jeden Anwender sorgfältig und gewissenhaft nach Maß herstellt.

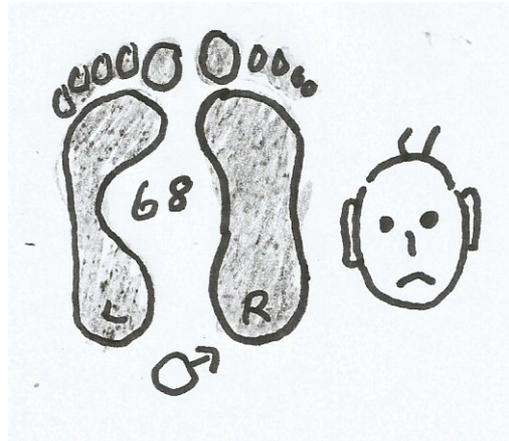
### Kennzeichen und Grund 67



Du bist männlich und weist vollkommen symmetrische Fußabdrücke links und rechts auf. Wieder ein Fehler , weil geschlechtskonforme männliche Füße anders aussehen. Dieser Fehler schreit geradezu nach dem Tragen maßgerechter, persönlich aufgebauter geschlechtskonformer Neinyfy-Sohlen, weil nur durch sie ein Imitationsreiz entsteht, der beide Füße sicher in geschlechtskonforme umwandeln hilft.

*Nur geschlechtskonforme Füße sind gesunde Füße !!!*

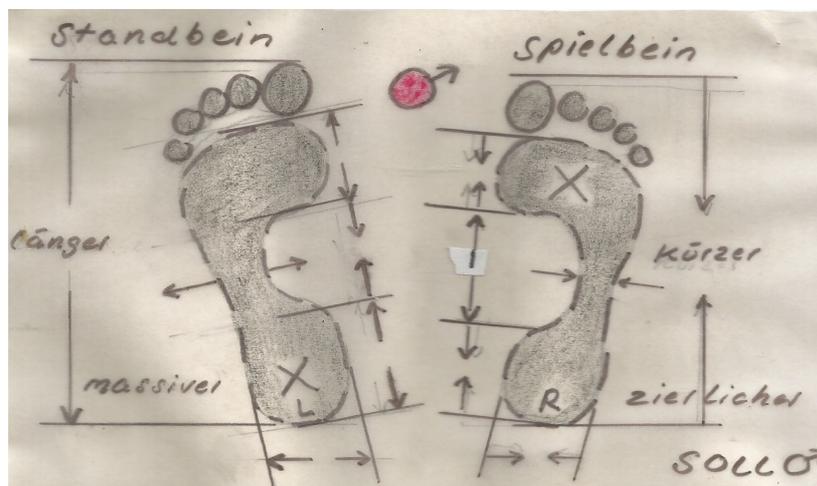
## Kennzeichen und Grund 68



Du bist männlich und weist weibliche Fußabdrücke auf. Schwerer Fehler, der nur ganz allein durchs Tragen geschlechtskonformer persönlich aufgebauter männlicher Neinyfy-Sohlen beseitigt werden kann. Logisch, durch was auch sonst!

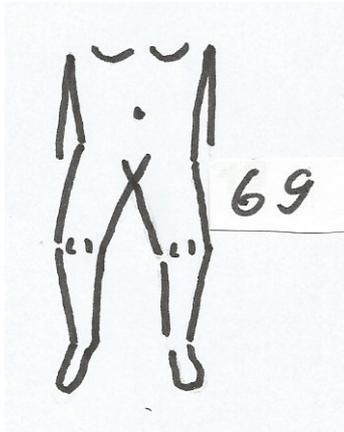
---

**Norm-Signal -F = geschlechtskonforme männliche gesunde Füße. Anders dürfen männliche Fußabdrücke nicht aussehen !!!**



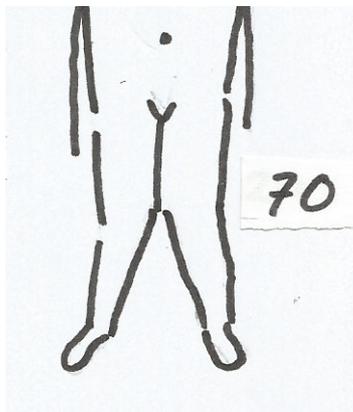
Du bist männlich und weist korrekte geschlechtskonforme männliche Fußabdrücke auf! Gratuliere und Chapeu! In diesem Fall geht Dein Nichtgesundsein nicht primär von podal aus. Trotzdem rate ich Jedem, der bereits optimale männliche Fußabdrücke aufweist, zum Tragen seiner maßgerechten und persönlich aufgebauten Neinyfy-Sohlen, um diesen gesundheitlich guten Zustand zu erhalten und zu bewahren. Führst Du in diesem Fall geschlechtskonforme Bewegungsübungen jeden Morgen durch (siehe Buchteil 2), kannst Du zu Recht davon ausgehen, dass sie Dein Nichtgesundsein, das an anderen Körperstellen vorliegt, sicher beseitigen werden. Ich selbst weise optimale geschlechtskonforme männliche Fußabdrücke auf und mache jeden Morgen geschlechtskonforme Bewegungsübungen und kann damit tatsächlich alle meine Beschwerden erfolgreich behandeln, die sich einstellen.

### Kennzeichen und Grund 69



Du bist männlich und weist zwei O-Beine auf. Kein Problem normalerweise, nur dass dies nicht geschlechtskonform ist. Ein O-Bein auf der richtigen Seite aufzuweisen, wäre schon besser. Am besten aber ist auch in diesem Fall das Tragen Deiner persönlich aufgebauten maßgerechten geschlechtskonformen Neinofy-Sohlen. Nur durch sie, werden sich beide O-Beine im Lauf der Zeit abschwächen.

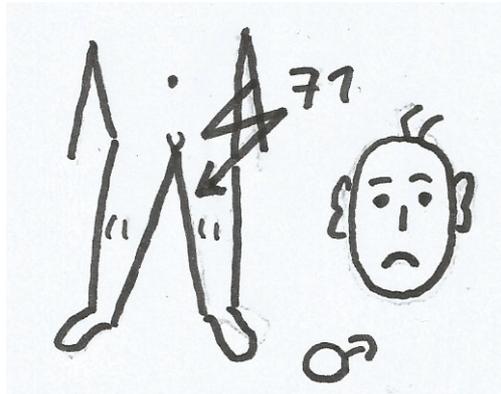
### Kennzeichen und Grund 70



Du bist männlich und weist zwei X-Beine auf. Auch das wäre normalerweise kein Problem, wenn es nicht geschlechts-non-konform wäre. Auch bei diesem Problem gibt es nur eine einzige ursächliche Hilfestellung, die im Lauf der Zeit beide X-Beine abschwächen hilft. Das ist – DU WEISST ES LÄNGST – wiederum nur das gewohnheitsmäßige langfristige Tragen Deiner persönlich aufgebauten maßgerechten geschlechtskonformen Neinofy-Sohlen, die zuerst und primär zu korrekten geschlechtskonformen Füßen und sekundär zu korrekten statischen geschlechtskonformen Beinachsen führen werden.

*Statik entwickelt sich immer nur von UNTEN nach OBEN ! Nie umgekehrt ! Der Keller des Hauses ist statisch gesehen immer wichtiger als das Dach! Der Keller des Hauses MENSCH ist ident mit seinen Füßen und mit nichts anderem!*

## Kennzeichen und Grund 71

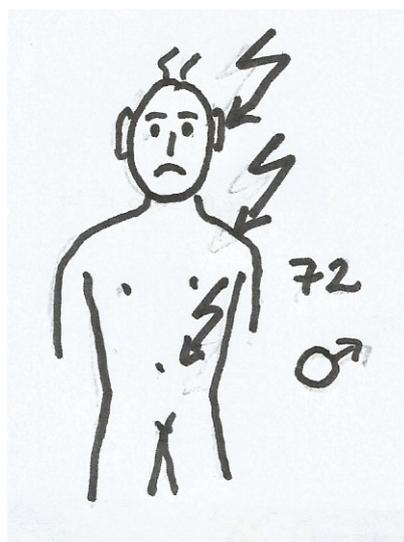


Du bist männlich und hast Beschwerden im linken Bein, gleich ob vorne oder hinten, außen oder innen, gleich wo, dann ist das in der Regel ein recht zuverlässiger Hinweis dafür, dass Dein Körper, dort wo die Beschwerden sind, nicht geschlechtskonform genug ist. Wären die Beschwerden im rechten Bein, gleich wo, würde das meinen Erfahrungen nach auch auf andere Ursachen schließen lassen.

*Männlich + Beschwerden auf linker Körperseite = unter anderem auch Hinweis auf Geschlechts-non-konformität !!!*

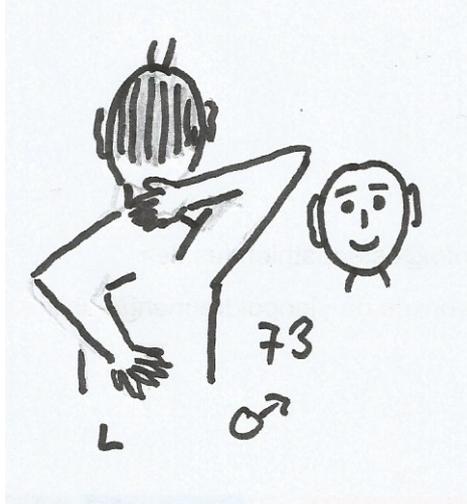
Natürlich ist auch hier – statisch gesehen – UNTEN wieder wichtiger als OBEN – wodurch die passenden geschlechtskonformen Neinofy-Sohlen perfekt zur Behandlung solcher linksseitiger Beschwerden geeignet sind. Funktioniert prima !!!

## Kennzeichen und Grund 72



Gleiches gilt , wenn Du männlich bist und Beschwerden im linken oberen Körper aufweist, gleich ob vorne, außen, innen, oder hinten, gleich wo. UNTEN ist wieder wichtiger als OBEN, deshalb sind Deine Füße auch hier der Schlüssel zur richtigen Behandlung dieser linksseitigen Beschwerdeform. Unbedingt ausprobieren !

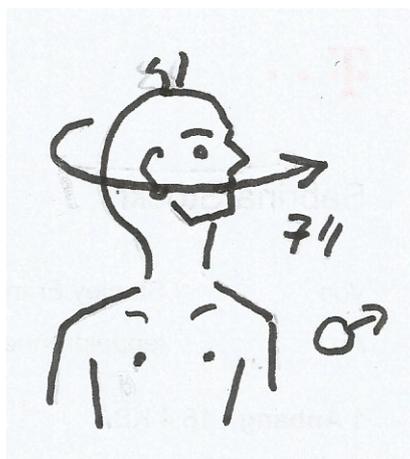
### Kennzeichen und Grund 73



Du bist männlich und findest den weiblichen linken LADO (das ist eine geschlechtskonforme Armeinstellung, siehe Grafik) angenehmer als den richtigen männlichen rechten LADO, der sich normalerweise bei Männern angenehmer anfühlen müsste, Schwerer Fehler (weist meist auf das Vorhandensein eines linken kürzeren Beines hin. In dem Fall ist Dein Schultergürtel nicht geschlechtskonform und Du bist aus diesem Grund auch nicht gesund genug!

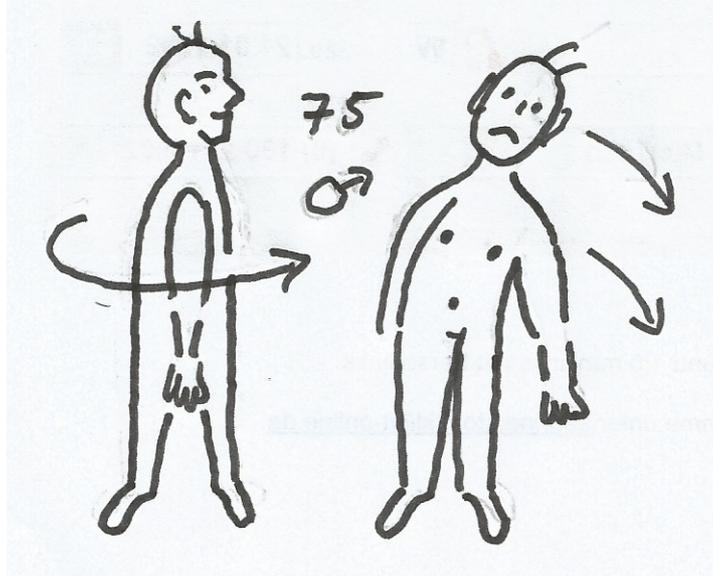
Nachdem es sich auch hier um einen Statikfehler handelt, ist UNTEN wieder wichtiger als OBEN, weswegen das gewohnheitsmäßige Tragen maßgerechter geschlechtskonformer persönlich aufgebauter Neiny-Sohlen das Mittel der Wahl ist, um gesünder zu werden und den LADO geschlechtskonform umzudrehen.

### Kennzeichen und Grund 74



Du bist männlich und drehst Deinen Kopf ungern nach links, weil es sich blockiert und schmerzhaft anfühlt. Ein Fehler, der wieder darauf hinweist (unter anderem), dass Dein Körper im Bereich seiner HWS nicht geschlechtskonform ist. Das gewohnheitsmäßige Tragen maßgerechter geschlechtskonformer persönlicher Neiny-Sohlen wird diese Blockade causacausal im Lauf der Zeit beseitigen.

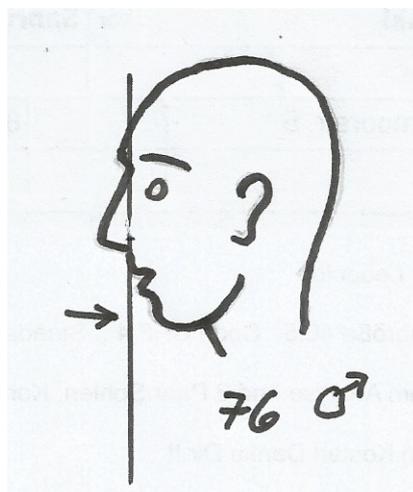
### Kennzeichen und Grund 75



Du bist männlich und kannst Dich in Deiner BWS weder gut und beschwerdefrei nach links verdrehen noch beschwerdefrei nach links seitneigen. Auch in diesem Fall wärst Du nicht geschlechtskonform genug und dadurch auch nicht gesund genug,

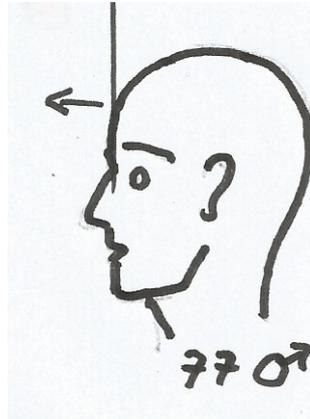
Trägst Du auch in diesem Fall Deine persönlich aufgebauten maßgerechten geschlechtskonformen Neinofy-Sohlen wird es nicht lange dauern, bis sich diese Blockaden auflösen werden. Im Bereich der menschlichen Geschlechts-non-konformität ist UNTEN auch hier wichtiger als OBEN (jetzt schon alter Hut).

### Kennzeichen und Grund 76



Du bist männlich und weist ein mehr oder weniger deutliches Retrokinn auf. Ein Kennzeichen , das klar geschlechts-non-konform ist, weil es Bestandteil des weiblichen Ordnungsmusters ist. Trägst Du regelmäßig Deine maßgerechten Neinofy-Sohlen wird sich Deine Kinnform im Lauf der Zeit verändern und die Kinnschuppe wird sich ganz langsam nach vorne verlagern.

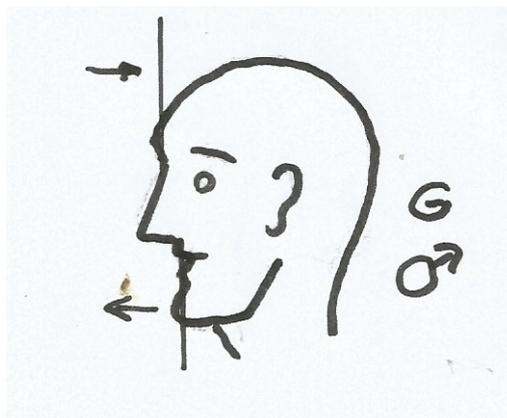
## Kennzeichen und Grund 77



Du bist männlich und weist eine Promistirn auf, das ist eine Stirnform, die entweder rund nach vorne gewölbt ist (wie bei Kleinkindern) oder eine Stirnform die sehr senkrecht nach oben verläuft. Ein weiteres Kennzeichen, das auf Deine Geschlechtsnon-konformität hinweist, weil diese Stirnform ein weibliches Ordnungsmuster darstellt.

Nachdem UNTEN wichtiger ist als OBEN, ist das Mittel der Wahl, um geschlechtskonformer und gesünder zu werden, das gewohnheitsmäßige Tragen Deiner persönlich aufgebauten maßgerechten geschlechtskonformen Neinofy-Sohlen. Deine Stirnform wird sich im Lauf der Zeit verändern und sich in Richtung männlicher SOLL-Form umwandeln. Das braucht Zeit, kommt aber zustande!

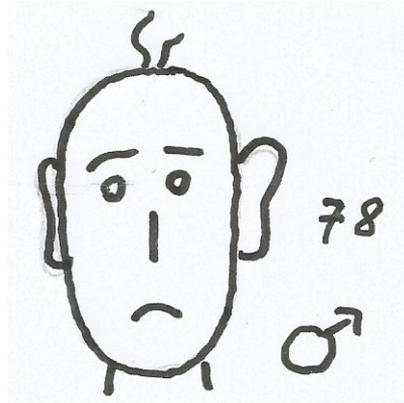
**„Norm-Signal-G“ weist auf das richtige männliche geschlechtskonforme Gesichtsprofil hin.**



Du bist männlich und weist eine nach hinten fliehende Retrostirn und ein dezentes Promikinn und eine markante Nase auf. Das ist sowohl geschlechtskonform als auch konstitutionell optimal für männlich.

Dein gesundheitliches Ziel wäre also, sich in Richtung dieser faciaalen Ordnung zu entwickeln, falls Du noch nicht das Norm-Signal-G aufweist. Hierbei helfen Dir wieder die maßgerecht aufgebauten geschlechtskonformen Neinofy-Sohlen.

### Kennzeichen und Grund 78



Du bist männlich und weist ein linkes abstehenderes Ohr auf, Fehler , weil dies zum weiblichen gesundheitlichen Ordnungsmuster gehört und deshalb ein geschlechts-non-konformes Kennzeichen im Gesicht eines Mannes ist. Dieser Fehler, der auf eine geschlechts-non-konforme Schädelbasis hinweist, lässt sich ebenfalls nur durch das gewohnheitsmäßige Tragen maßgerechter persönlich aufgebauter geschlechts-konformer Neinofy-Sohlen causal beheben, weil im Fall der menschlichen Geschlechtskonformität UNTEN immer wichtiger ist als OBEN.

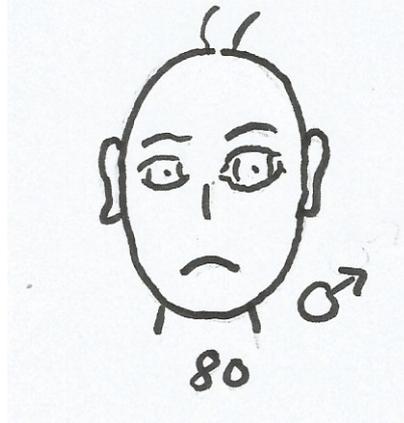
### Kennzeichen und Grund 79



Du bist männlich und weist eine rechte konvexere Gesichtshälfte auf, zu der auch ein linkes abstehendes Ohr gut passt, weil Beides besser zu einem weiblichen Körper passt als zu einem männlichen. Auch das weist auf eine geschlechts-non-konforme Schädelbasis hin.

Ach hier muss unbedingt der podale INPUT geschlechtskonformer maßgerechter männlicher Neinofy-Sohlen hinzugefügt werden. Eine geschlechts-non-konforme Schädelbasis darf kein Mensch aufweisen, weder weiblich noch männlich!

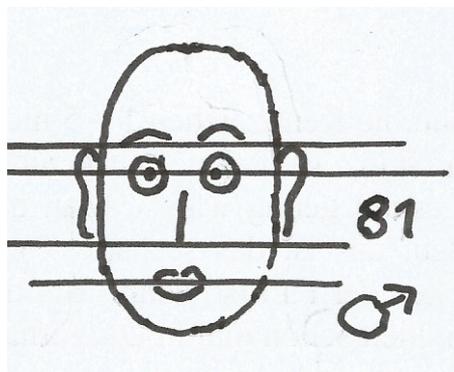
## Kennzeichen und Grund 80



Du bist männlich und weist ein linkes größer wirkendes Auge auf. Fehler , der auf Deine Geschlechts-non-konformität im Schädel hinweist. Ein schwerer Fehler deshalb , weil er zu den weiblichen Ordnungsmustern zählt und im Körper eines Mannes nichts zu suchen hat.

Trägst Du regelmäßig Deine geschlechtskonformen maßgerechten und persönlich aufgebauten Neinyfy-Sohlen, wird sich dieser Fehler bald von Dir verabschieden. UNTEN ist wichtiger als OBEN (Statisches Naturgesetz).

## Kennzeichen und Grund 81

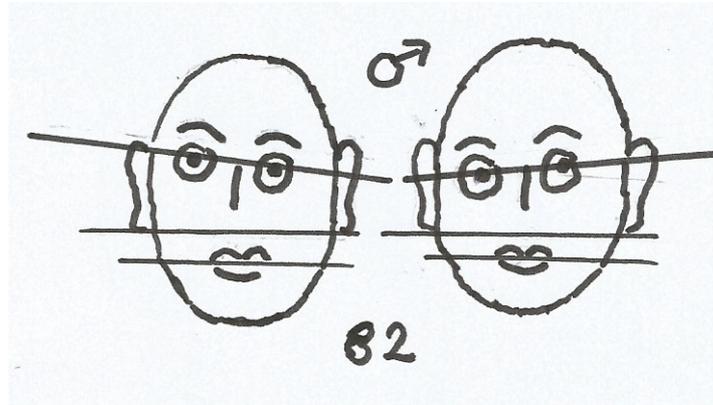


Du bist männlich und stellst auf einem Fotoausdruck Deines Gesichtsprätrats fest, dass die Mundlinie , Ohrenlinie und Augenlinie absolut waagrecht sind. Hört sich gut an, ist aber nicht geschlechtskonform. Einzig die Augenlinie muss bei jedem Menschen , ob weiblich oder männlich waagrecht sein und bleiben. In „Norm-Signal-H“ wartet die Auflösung, was geschlechtskonform richtig in einem männlichen Gesicht wäre, möchte man vollumfassend gesund sein.

Auch in diesem Fall hilft Dir nur das Tragen geschlechtskonformer maßgerechter persönlich aufgebauter Neinyfy-Sohlen, die von UNTEN her Deine Schädelbasis OBEN in männlicher gesundheitlicher Richtung ORDNEN helfen und wenn Du diese auch nur eine halbe Stunde am Tag trägst, reicht das bereits vollkommen aus.

Du hast vermutlich zwei gleich lange Beine, was ja bekanntermaßen auch nicht geschlechtskonform ist.

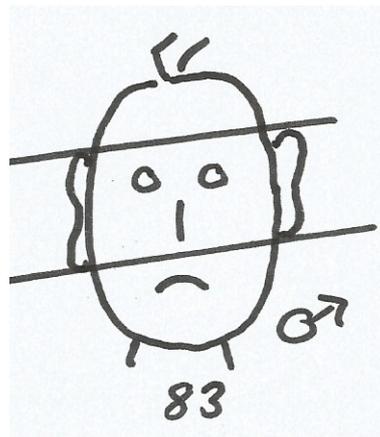
### Kennzeichen und Grund 82



Du bist männlich und stellst im Spiegel eine Augenschiefe fest, gleich ob es eine rechte oder linke ist. Beides ist falsch. Die Augenlinie ist die einzige Gesichtslinie, die stets waagrecht sein und bleiben muss. Sie korrespondiert mit Deinem 3. Lendenwirbel, der ebenfalls, wenn Dein Körper gesund ist, stets waagrecht sein und bleiben muss.

Auch in diesem Fall erweist sich das Tragen Deiner geschlechtskonformen maßgerechten persönlich aufgebauten Neiny-Sohlen als einziges alleiniges Hilfsmittel, durch das sich Deine Augenlinie im Lauf der Zeit vollkommen begradigen wird. Dieser statische Fehler beeinflusst Deinen Sehsinn negativ.

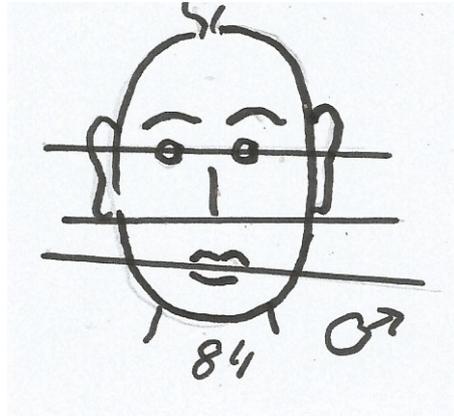
### Kennzeichen und Grund 83



Du bist männlich und weist eine deutlich sichtbare rechte Ohrschiefe auf, Schwerer Fehler, weil eine solche nur das weibliche Geschlecht aufweisen darf, schließlich ist sie Teil des weiblichen Ordnungsmusters in der weiblichen Schädelbasis. Bei Männern darf man nie eine rechte Ohrschiefe wahrnehmen.

Fast ist es schon langweilig darauf hinzuweisen, was causacausal zu tun wäre, um eine solche wieder los zu werden. Du weißt es längst, wenn Du zu Deinem eigenen Paar geschlechtskonformer Neiny-Sohlen hinunterblickst. Wer keine derartigen hat, hat äußerst schlechte Karten, wenn es darum geht, tatsächlich vollumfassend gesund zu werden und es nachhaltig auch zu bleiben. Ohne geht das nämlich nicht.

## Kennzeichen und Grund 84

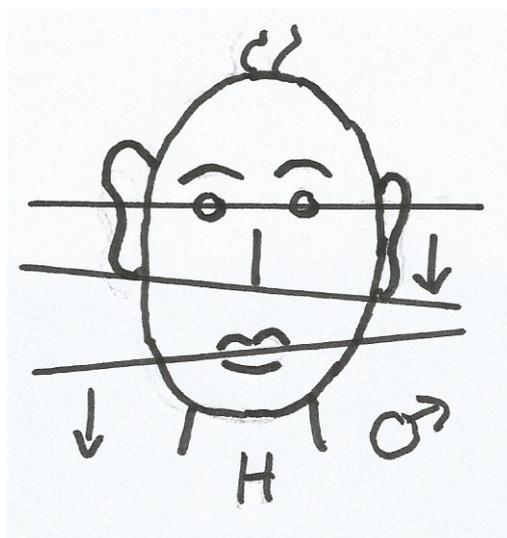


Du bist männlich und weist eine deutlich sichtbare linke Mundschiefe auf, die man vielleicht nur während des Sprechens oder Lachens bemerkt. Schwerer statischer Fehler in Deiner oberen HWS (siehe bei Norm-Signal-H), weil eine linke Mundschiefe nur Frauen aufweisen dürfen. Sie gehört zum Instrumentarium des weiblichen Ordnungsmusters und stört auch den Biss und die Kiefergelenke.

Eine Mundschiefe korrespondiert mit der räumlichen Stellung des Kreuzbeins. Hättest Du in diesem Fall keine geschlechtskonformen eigenen maßgerechten Neinofy-Sohlen, wärest Du komplett aufgeschmissen, den nur solche sind in der Lage causacausal Dein Kreuzbein in eine Lage zu bringen, die kompatibel mit Deinem männlichen VNS und Deiner männlichen Statik sein kann.

Schon nach einigen Wochen des Tragens wird sich Dein Mund nicht nur begradigen, sondern wird auf dem Weg zu einer minimalen dezenten rechten Mundschiefe sein.

**Norm-Signal-H = normale und gesunde optisch wahrnehmbare männliche faciale Geschlechtskonformität**



Du bist männlich und vollumfassend gesund , weil vollumfassend geschlechtskonform. Eine Rarität, die weltweit nur sehr selten vorkommen dürfte. In diesem Fall würde man facial bei Dir folgendes feststellen:

- eine linksseitige dezente konvexere Gesichtshälfte
- ein rechtes Ohr , das etwas mehr absteht als das linke
- ein minimal größeres rechtes Auge
- eine dezente linke Ohrenschiefe
- eine dezente rechte Mundschiefe
- eine waagerechte Augenlinie

Dieser gesundheitlich optimale männliche Steckbrief würde damit zusammenfallen, dass man kein einziges sonstiges geschlechts-non-konformes Kennzeichen des Nichtgesundseins in Dir fände, von denen ich 50 ausgewählt und beschrieben habe.

Das Ziel des vollumfassenden Gesundseins ließe sich am „Norm-Signal-H“ im Gesichtsporträt ablesen. Sind tatsächlich alle 6 facialen Normfaktoren vorhanden, wird man nur noch sehr wenige Gründe oder Kennzeichen des Nichtgesundseins im Körper finden können, weil dieses Ergebnis in der männlichen Schädelbais darauf hinweist, dass alle Norm-Signale ( E – H) fehlerfrei vorhanden sind. Ansonsten entwickelt sich das Norm-Signal-H nicht komplett. Wichtiger Hinweis!

Um eine gewissenhafte und korrekte „Diagnostik-H“ durchzuführen, brauchst Du einen Foto-Ausdruck Deines Gesichtsporträts (im Stehen fotografiert), in den Du dann die verschiedenen Messlinien einzeichnen kannst.

Deshalb rate ich allen männlichen Neinofy-Anwendern grundsätzlich , bevor sie Ihre Neinofy-Selbsthilfe beginnen, bevor sie das erste Mal Neinofy-Sohlen tragen, unbedingt auch die faciale Diagnostik-H durchzuführen und nach einigen Wochen der Anwendung ein zweites Mal durchzuführen, damit sie einen objektiven Vergleich haben, was tatsächlich im Körper geschehen ist beziehungsweise in welche Richtung er sich bereits positiv gewandelt hat. Dieser objektive Nachweis ist sehr wichtig , um nachbessern zu können, falls zu wenig statische Wirkung bestünde.

## **Kennzeichen und Grund 85**

Du bist männlich und wirst aufgefordert ein Auge zu schließen, kannst das aber nicht, weil Du bei diesem Versuch statt eines Auges nur beide gemeinsam schließen kannst. Kommt selten vor, kommt aber vor. Ein Fehler , der unbedingt wieder aus Deinem Körper verschwinden muss. Auch dieser Fehler schreit geradewegs nach dem Tragen maßgerechter geschlechtskonformer Neinofy-Sohlen, denn nur wenn mehr

Geschlechtskonformität in diesem Körper entsteht, entsteht auch wieder das Bedürfnis das linke Auge zu schließen, um durch das rechte zu sehen.



### **Kennzeichen und Grund 86**



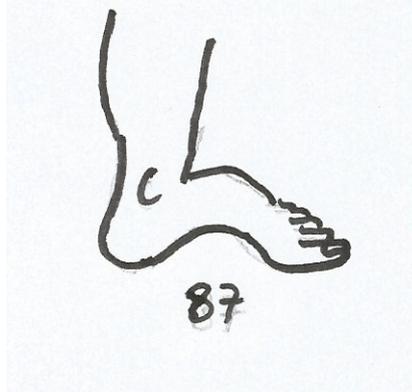
Du bist männlich und wirst aufgefordert ein Auge zu schließen und schließt daraufhin das rechte, weil es Dir einfach leichter fällt und weil es angenehmer ist. Schwerer Fehler , weil das nur Frauen tun sollten, weil es Bestandteil ihres weiblichen Ordnungsmusters ist.

Auch in diesem Fall ist das Tragen von geschlechtskonformen maßgerechten persönlich aufgebauten Neiny-Sohlen von höchster Bedeutung und großer heilsamer Auswirkung. Ohne geschlechtskonforme Füße, ohne geschlechtskonformes Becken, ohne geschlechtskonforme Wirbelsäule und ohne geschlechtskonforme Schädelbasis kein vollumfassendes Gesundsein !!!

Schon nach Wochen des Tragens merkt der Anwender, der diesen kapitalen Fehler macht, dass das Schließen des linken Auges zunehmend angenehmer wird.

Wer vom Tragen geschlechtskonformer maßgerechter personalisierter Neiny-Sohlen nichts hält, hat auch NICHTS (nämlich überhaupt nichts) verstanden und muss halt nichtgesund bleiben und das später auch ausbaden. Selber schuld !!!

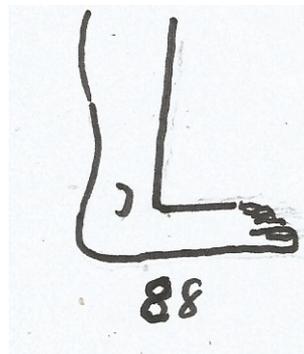
### Kennzeichen und Grund 87



Du bist männlich und weist zwei ausgeprägte Hohlfüße auf . Fehler , weil nur ein Fuß hohler sein darf als der andere, wenn Du geschlechtskonform sein möchtest. Nur der rechte Fuß dürfte und müsste hohler sein als der linke.

Auch in diesem Fall schreit alles nach dem Einsatz von geschlechtskonformen maßgerechten und persönlich aufgebauten Neinofy-Sohlen. Anders schaffst Du es einfach nicht , den richtigen linken Fuß mehr abzusenken.

### Kennzeichen und Grund 88



Du bist männlich und weist zwei symmetrische Plattfüße auf. Tut schon weh bloß beim Hinschauen. Durchaus schwerer Fehler , weil immer nur ein Fuß platter sein dürfte als der andere, wenn der Körper geschlechtskonform sein soll. Der linke Fuß dürfte etwas platter sein als der rechte und der rechte müsst etwas hohler sein als der linke.

Auch dieser Fall schreit geradewegs nach Neinofy-Sohlen, die geschlechtskonform , maßgerecht und persönlich aufgebaut wurden. Orthopädische Einlagen sind OK, sie führen aber nicht zu mehr Geschlechtskonformität, was ihr Manko ist.

*Was ist das Besondere an geschlechtskonformen männlichen Füßen?*

*Dass sie die männliche richtige Fußform aufweisen, die alleine in der Lage ist, beim Stehen die linke Ferse und den rechten Vorfuß mehr zu belasten als umgekehrt! Findet das statt, gesundet Dein Körper und wird an allen seinen Stellen geschlechtskonformer werden wollen !!! Denke an die verlorengegangene Integrität!*

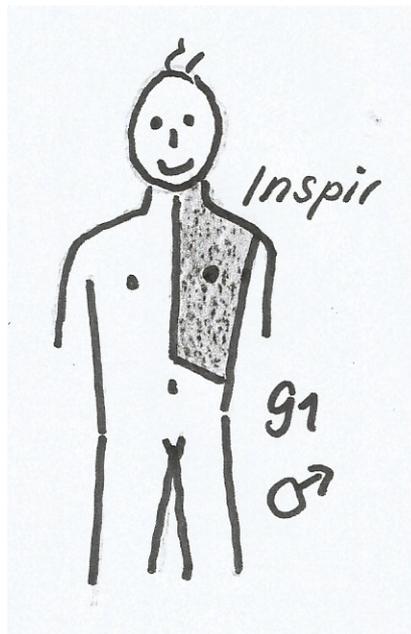
### Kennzeichen und Grund 89 und 90

Du bist männlich und stehst barfuß am Boden. Schließe Deine Augen und fühle genau hin, wo Dein rechter Fuß mehr belastet wird. Hinten im Bereich der Ferse oder vorne im Bereich des rechten Vorfußes? Du kannst das absolut nicht wahrnehmen? Das heißt, dass Deine Füße noch nicht geschlechtskonform genug aufgebaut sind.

Fühle, wo Dein linker Fuß mehr belastet wird. Hinten im Bereich der linken Ferse oder vorne im Bereich des linken Vorfußes? Du kannst auch das absolut nicht wahrnehmen? Ein Zeichen, dass Deine Füße noch lange nicht geschlechtskonform genug aufgebaut sind.

Nur ganz allein durch Tragen Deiner geschlechtskonformen maßgerechten persönlich aufgebauten Neinofy-Sohlen LERNT Dein Körper das richtige Verhalten kennen und kann es nach und nach dadurch auch immer besser simulieren.

### Kennzeichen und Grund 91

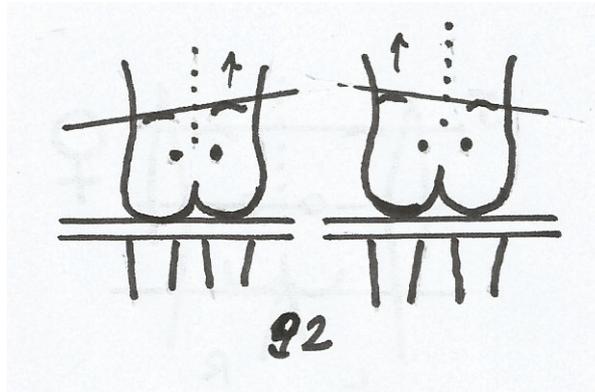


Du bist männlich und untersuchst Deine Atmung. Du stehst barfuß am Boden und hast beide Augen offen. Atme jetzt tief und langsam durch die Nase ein und durch geöffneten Mund hörbar wieder aus. Erfühle welche Lunge, die rechte oder linke, mehr an der Einatmung teilnimmt, welche sich mehr mit Einatemluft füllt?

Falsch wäre es, wenn es die rechte wäre. Richtig wäre es, wenn es die linke Lunge ist.

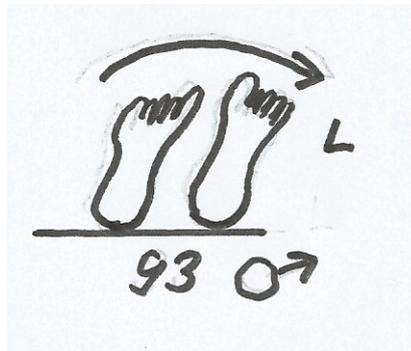
Deine Atmung ist ebenfalls ein geschlechtskonformer Vorgang. Du erkennst das daran, dass bei Männern ein Schulterhochstand links und bei Frauen ein Schulterhochstand rechts vorhanden ist, wenn die Atmung geschlechtskonform und damit gesund und normal funktioniert. Wichtiges Kennzeichen !

### Kennzeichen und Grund 92



Du bist männlich und sitzt auf einer harten Sitzfläche und betastest mit beiden Daumen von oben her Deine beiden knöchernen Beckenkämme und stellst dabei fest, dass einer höher als der andere ist. Fehler, weil im Sitzen normalerweise immer beide Beckenkämme waagrecht sein sollten. Ein Hinweis, wenn das anders ist, dass Du Dein Steißbein mit in Deine Selbsthilfe integrieren musst (siehe Buchteil 2)

### Kennzeichen und Grund 93



Du bist männlich und liegst am Rücken mit einem Kopfkissen unter dem Kopf, deine beiden Beine liegen gesteckt und Du drehst beide Füße nach links wie zwei Scheibenwischer und empfindest diese Scheibenwischerbewegung als sehr angenehm, angenehmer als nach rechts . In diesem Fall hast Du wieder einen neuen Fehler gefunden, der auf Deine Geschlechts-non-konformität im Bereich deiner unteren Extremitäten hinweist. Nur das angenehme Drehen beider Füße nach rechts wäre geschlechtskonform richtig!

Ach hier schreit wieder alles nach dem Einsatz von geschlechtskonformen maßgerechten persönlich aufgebauten Neinofy.Sohlen, die zu einer angenehmen rechten Außenrotation und linken Innenrotation beider Femuren führen würden.

### Kennzeichen und Grund 94

Du bist männlich und liegst am Rücken mit einem Kopfkissen unter dem Kopf, Deine Augen sind geschlossen, Dein Mund weitgeöffnet, Beide Zeigefingerkuppen liegen

rechts und links auf den Unterkieferzähnen. Beiß nun von oben her mit den Oberkieferzähnen sanft auf die beiden Zeigefingernägel zu. Welchen Zeigefingernägel berühren die Oberkieferzähne zuerst, den rechten oder linken? Beides wäre ein schwerer Fehler und wäre geschlechts-non-konform. Nur wenn beide Zeigefingernägel gleichzeitig berührt werden, weil ein symmetrischer Mitgebiss im Liegen vorhanden ist, ließe die Sache richtig und bestünde genug Geschlechtskonformität im Bereich beider Kiefergelenke.

### **Kennzeichen und Grund 95**

Führe den Mitgebiss-Test nun im Stehen durch. Du stehst barfuß am Boden, beide Augen sind weit geöffnet, Dein Oberkörper befindet sich im Hohlkreuz, Du blickst nach oben Richtung Zimmerdecke, Dein Mund ist weit geöffnet, Deine beiden Zeigefingerkuppen liegen rechts und links auf den Unterkieferzähnen. Beiße nun wieder sanft von oben her auf beide Zeigefingernägel zu. Welcher Zeigefingernägel wird von den Oberkieferzähnen zuerst berührt? Der linke? Oder beide gleichzeitig wie in Rückenlage? Oder nur der rechte?

Richtig und geschlechtskonform ist nur der rechte Mitgebiss, bei dem nur der rechte Zeigefingernägel mit den Oberkieferzähnen zuerst in Kontakt kommt!

Dieser Mitgebiss-Test im Stehen ist sehr wichtig, weil er eine Aussage macht, die den Sympathikus-Einfluss in Dir, während des Stehens auf beiden Füßen, betrifft.

Fällt der vertikale Mitgebiss-Test pathologisch aus, weil es zu einem linken vertikalen oder zu einem symmetrischen vertikalen Mitgebiss kommt = Geschlechts-non-konformität und Nichtgesundsein, dann wird dadurch auch Dein Sympathikus-Einfluss gestört, was gewaltige negative gesundheitliche Folgen hat.

Fazit: Im Stehen muss unbedingt ein rechter früherer Mundschluss (bei beiden Geschlechtern gleich) zustande kommen = wichtige gesundheitliche Einflussgröße !!!

### **Kennzeichen und Grund 96**



Du bist männlich und weist einen schmerzhaften rechten Schürzengriff auf. Den linken Handrücken hinten auf die LWS zu legen ist sehr schmerzhaft und nahezu unmöglich.

In diesem Fall bist Du garantiert wieder nicht geschlechtskonform und nicht gesund genug.

Du solltest schleunigst mit dem Tragen Deiner geschlechtskonformen maßgerechten und persönlich aufgebauten Neinofy-Sohlen UNTEN beginnen, um Deinen Schultergürtel OBEN wieder geschlechtskonformer zu machen.

### **Kennzeichen und Grund 97**



Du bist männlich und weist einen schmerzhaften linken Nackengriff auf. Auch dieser ist garantiert geschlechts-non-konform.

Das Tragen Deiner geschlechtkonformen maßgerechten und persönlich aufgebauten Neinofy-Sohlen ist die einzige sinnvolle – weil causacausale – Möglichkeit in diesem Fall Deine Selbsthilfe einzuleiten.

Ist Dein Körper gesünder weil geschlechtskonformer kann er sich auch mit seinen Möglichkeiten – von denen er tausende gute hat – wieder adäquat gegen Entzündungen zur Wehr setzen.

### **Kennzeichen und Grund 98**

Du bist männlich und weist eine schmerzhafte linke Arm-Abduktion auf. Du kannst Deinen linken Arm nicht mehr schmerzlos seitlich heben. Auch in diesem Fall ist Dein Körper nicht mehr geschlechtskonform, wenigstens nicht in seinem Schultergürtel.

*Denke immer an die wichtige Regel: UNTEN ist wichtiger als OBEN , wenn es um die Statik geht. Deshalb schreit auch der 98. Fehler in Deinem Körper nach dem Einsatz maßgerechter geschlechtskonformer persönlicher Neinofy-Sohlen.*



Diese wichtige Grundlage nicht zu kennen oder sie einfach wegzulassen, weil man nichts von ihr weiß oder alles besser weiß ( was schlimmer als Nichtwissen ist !) ist schuld daran, dass so viele Nichtgesunde krank werden.

Würde man nach der Entdeckung geschlechts-non-konformer Kennzeichen sofort daran gehen, die Geschlechtskonformität in einem nichtgesunden Körper wieder herzustellen, gäbe es nicht mal mehr halb so viele Kranke auf der Welt und könnte dadurch jedes Gesundheitswesen causacausal entlastet werden. Das ist Fakt !

### **Kennzeichen und Grund 99**



Du bist männlich und weist eine schmerzhafte linke vertikale Außenrotation auf. Was man orthopädisch auch für Ursachen dafür angibt, ist der causacausale Grund , der hinter allem steckt, der, dass Du auch in diesem 99. Fall im Moment geschlechts-non-konform bist. Auch hier hilft Dir als podale Grundlage und statische Basis nur das Tragen Deiner geschlechtskonformen maßgerechten persönlich aufgebauten Neinyofy-Sohlen, die Deinen Körper von UNTEN her ORDNEN und die Grundlage dafür legen, dass er sich erfolgreich OBEN selbst wieder heilen kann. *Medico curat, Natura sanat! Nur Deine Natur kann Dich heilen, der Medico kann nur kurieren !!!*

## **Kennzeichen, Kennmuster und Grund 100**

Du bist männlich und hast einen zu niedrigen Blutdruck, einen zu langsamen Puls, hast oft Durchfall und in der Regel eher breiigen, zu flüssigen Stuhlgang, hast das Bedürfnis Dich untermittags hinlegen zu müssen, weil Du schnell ermüdest, kannst nicht lange auf einem Fleck stehen und müsstest Dich ständig bewegen, leidest an Verdauungsstörungen, Blähungen, Völlegefühl, Meteorismus, hast zu feuchte Schleimhäute (schnell tränende Augen und einen zu starken Speichelfluss), hast Kältegefühle auch in normal warmen Räumen, brauchst viel Wärme, suchst die Sonne und Hitze und musst sehr oft am Tag wasserlassen.

Das sind alles Beschwerden und Symptome und Teile von Erkrankungen, die man als ebenfalls geschlechts-non-konform bezeichnen kann. An solchen würdest Du nicht leiden, wenn Du gesünder und geschlechtskonform genug wärst.

Die männliche normale und gesunde Geschlechtskonformität zeichnet sich vegetativ dadurch aus, dass während vertikaler Körperhaltung im Stehen, Gehen und Laufen der männliche Sympathikus-Einfluss sehr groß sein muss, um sich gegen die Gefahren, die auf einen Mann zukommen können, erfolgreich zur Wehr setzen zu können. Im halbvertikalen Zustand des Sitzens, muss wie bei der Frau auch, der Parasympathikus-Einfluss herabgesetzt sein. Im Liegen muss der Parasympathikus-Einfluss im männlichen Körper heraufgesetzt sein.

Männer sind nur dann gesund und auch nur dann geschlechtskonform, wenn ihr VNS in einem Plus-Zustand ist (viel S im Stehen, wenig P im Sitzen, viel P im Liegen).

Frauen sind nur gesund und auch nur dann geschlechtskonform, wenn ihr VNS in einem Minus-Zustand ist (nicht zu viel S im Stehen, wenig P im Sitzen, nicht zu viel P im Liegen). Das ist enorm wichtig zu wissen.

Die Geschlechts-non-konformität des männlichen Geschlechts bewirkt in der Regel eine Parasympathikotonie, die des weiblichen Geschlechts führt zur Sympathikotonie was in der geschilderten Symptomatik zum Ausdruck kommt.

\* \* \* \* \*

*Jeder Mann, der einen oder mehrere der beschriebenen 50 gesundheitlichen Sargnägel sein Eigen nennt, weil er nicht gesund genug ist, kann sich immer und grundsätzlich nur ganz allein helfen, indem er darauf bedacht ist, durch seine kausalen Selbsthilfeschnitte geschlechtskonformer und dadurch objektiv gesünder zu werden,*

*Kein einziger Therapeut und keine einzige Therapie ist in der Lage, das Nichtgesundsein eines Menschen abzuschaffen. Das kann und muss jede betroffene Person selbst tun. Hier handelt es sich nicht um Krankheiten sondern um eine geschlechts-non-konforme UNORDNUNG (Chaos-Prinzip), die eine Abweichung von der normalen gesunden geschlechtskonformen inneren ORDNUNG darstellt. So etwas ist nicht therapierbar, sondern muss von jedem Menschen selbst in richtiger geschlechtlicher SOLL-Richtung GEORDET werden.*

## **Der Unterschied zwischen Kranksein und Nichtgesundsein ?**

Wann wäre eine weibliche Person vollumfassend gesund?

Wenn sie kein einziges der 50 weiblichen Kennzeichen des geschlechts-non-konformen Nichtgesundseins aufwiese und die 4 weiblichen Norm-Signale A – D ohne Fehler vorhanden wären.

Wann wäre eine männliche Person vollumfassend gesund ?

Wenn sie kein einziges der 50 männlichen Kennzeichen des geschlechts-non-konformen Nichtgesundseins aufwiese und die 4 männlichen Norm-Signale E – H ohne Fehler vorhanden wären.

Durch dieses ganz besondere und sehr spezifische Wissen entsteht für beide Geschlechter eine Ziel-Vorstellung , an was sie sich orientieren können, wenn Sie sich auf Ihrem Selbsthilfe-Weg befinden beziehungsweise nach was sie überprüfend – ob ihr Weg auch richtig verläuft – sehen müssten.

Weisen weibliche und männliche Personen beschriebene Kennzeichen des Nichtgesundseins auf, weil ihre Körper geschlechts-non-konform ausfallen sind sie auch nichtgesund, müssen dadurch aber NOCH LANGE NICHT KRANK sein. Das Kranksein kommt erst später. Es ist sekundärer Natur und ist eine natürliche Folge jedes unbehandelten Nichtgesundseins, das sich über Jahre unbemerkt hinzieht.

Es gibt selbstverständlich den Unterschied zwischen Kranksein und Nichtgesundsein, wenn man wie aus meinem Sachbuch weiß und in der Lage ist, Kennzeichen des Nichtgesundseins zu erkennen, die während einer Krankheit nicht vorhanden sind. Doch so etwas kommt eigentlich nie vor. Das Kranksein vergesellschaftet sich mit dem unbemerkten Nichtgesundsein das aufgrund des unbemerkten Geschlechts-non-konformseins entsteht und ist grundsätzlich immer regelmäßig Folge dessen.

Deshalb gäbe es für jeden Menschen weltweit, der den hohen Anspruch hätte, sein kurzes Leben in vollumfassender Gesundheit zuzubringen, nur ein einziges Ziel, so geschlechtskonform wie möglich zu werden. Denn in diesem Zustand wäre allein alles drin , um seltener an Krankheiten leiden zu müssen, beschwerdefrei zu bleiben, sich gesund, wohl und glücklich im eigenen Körper zu fühlen und es seinem Körper zu ermöglichen, die Kontrolle über seine 50 Billionen Zellen zu behalten, um schwerwiegende lebensbedrohliche Krankheiten (wie beispielsweise Krebs) zu vermeiden.

Damit beende ich Buchteil 1. Er hat seine Aufgabe erfüllt, weil er Dir die allerwichtigsten Warnzeichen vor Augen geführt hat, solche, die man weder in Deinem noch in anderen menschlichen Körpern finden darf. Es sind allesamt Kennzeichen und Gründe von Vorstadien späterer Krankheiten.

*Fazit:*

*„Krankheit hat immer nur einen einzigen natürlichen Feind, das ist die vollumfassend gute Gesundheit! Gesundheit hat auch nur einen einzigen natürlichen Feind, das ist aber nicht die Krankheit, es ist die Geschlechts-non-konformität!*

*Das männliche menschliche Geschlecht bedarf einer ungestörten, sehr spezifischen geschlechtskonformen Ordnung, die sich allein in männlichen Ordnungsmustern ausdrückt. Sind zu viele gegengeschlechtliche weibliche Ordnungsmuster in ihm entstanden und vorhanden, kann er diese weder kompensieren noch aus eigener Kraft eliminieren. Dazu braucht er Informationen und Signale , die von außen kommen müssen, um das Chaos und die Unordnung in sich zu erkennen und diese auch aus eigener Kraft aus sich zu eliminieren.*

*Das weibliche menschliche Geschlecht bedarf ebenfalls einer ungestörten, sehr spezifischen geschlechtskonformen Ordnung, die sich allein in weiblichen Ordnungsmustern ausdrückt. Sind zu viele gegengeschlechtliche männliche Ordnungsmuster in ihr vorhanden und entstanden, kann sie diese weder kompensieren noch aus eigener Kraft eliminieren. Dazu braucht sie Informationen und Signale von außen, um das Chaos und die Unordnung in sich zu erkennen und diese auch aus eigener Kraft aus sich zu eliminieren.*

*Nachdem die Thematik des menschlichen Nichtgesundseins eine geschlechtlich dominierte und statisch dominierte Thematik darstellt, kommt das statische Gesetz „UNTEN ist immer wichtiger als OBEN“ zum Einsatz, was bedeutet, dass das, was im Körper ganz UNTEN ist , zum wichtigsten Player einer causalen, wirksamen und heilsamen gesundheitlichen Selbsthilfe wird.*

*Danach kommt lange nichts, was so bedeutsam, wie die praktische Umsetzung dieses Gesetzes wäre (siehe Buchteil 2).*

*Kein Therapeut, kein einziger und keine Therapie, keine einzige, ist in der Lage das menschliche Nichtgesundsein in Form einer vorhandenen Geschlechts-non-konformität zu beseitigen. Das kann nur die Natur des Menschen selbst, indem man sie informiert, indem man ihr lernt, indem man ihr hilft, die Fremdeinflüsse zu erkennen, die sie laufend beschädigt. Medico curat (mehr kann er nicht!), Natura sanat (falls sie geschlechtskonform genug ist)!*

*Damit sie das kann, braucht sie Dich , der sie spezifisch informiert!*

*Deshalb kann und muss jeder Mensch sein Nichtgesundsein selbst in die Hand nehmen und kann es nur selbst eliminieren, indem man Sargnagel für Sargnagel erkennt und jeden einzelnen aus sich entfernt. Vor diesem Sachbuch war das nicht möglich , weil es weltweit keine Literatur mit diesem Wissen gab und gibt, die dieses Szenario korrekt beschreibt, das die Vorstufe der allermeisten Krankheiten darstellt !!! **Vorbeugen ist allemal besser als heilen !***

*ZWEITER BUCHTEIL*

*beschreibt*

*die wirksame und heilsame SELBSTHILFE,  
die das geschlechts-non-konforme Nichtgesundsein  
causacausal beseitigen hilft*

## Fünf unterschiedliche Neinofy – Selbsthilfe – Tools sind sinnvoll

An erster und wichtigster Selbsthilfe-Stelle steht die Verwendung persönlich aufgebauter geschlechtskonformer maßgerechter **Neinofy-Sohlen** ©®, um primär UNTEN geschlechtskonforme Füße zu erzeugen und zu erhalten, was sekundär OBEN zu entsprechender guter gesundheitlicher und statischer ORDNUNG führt.

An zweiter und ebenso wichtiger Selbsthilfe-Stelle steht die Anwendung **geschlechtskonformer Bewegungsübungen**, um nicht nur die Statik allein, sondern auch die Beweglichkeit des Körpers geschlechtskonform zu prägen und zu wandeln.

An dritter Selbsthilfe-Stelle steht das **INNERE MILIEU** der Anwender und Anwenderinnen, das tageszeitlich – biorhythmisch – ebenfalls geschlechtskonform beschaffen sein muss. Fülle und Leere sind Bestandteile der Geschlechtskonformität.

An vierter Selbsthilfe-Stelle steht die **Ernährung** der Anwender und Anwenderinnen, die ebenfalls geschlechtskonform sein sollte, um gesundheitliche Belastungen und Überlastungen der Gesundheit zu vermeiden.

An fünfter und letzter Stelle steht die geschlechtskonforme **Unterstützung der fünf Speicher-Organen** (Herz, Leber, Nieren, Lungen und Milz) und der zu ihnen gehörenden **fünf Elemente**, um das **vegetative Nervensystem** zu korrigieren.

Diese fünf Selbsthilfe-Tools haben nur eine einzige gemeinsame Aufgabe zu erfüllen, die ist, den Körper geschlechtskonform zu **ORDNEN** und ihn dadurch gesünder zu machen.

Die Methode „*Neinofy Smart Health Systems (NSHS)* © by Leo Renner“ ist keine Therapie! Sie ist meilenweit von jeder Therapieform entfernt. Sie ist eine **ORDNUNGS-METHODE**, die nichts weiter im Sinn hat, als ihre Anwender so geschlechtskonform wie möglich zu machen! Mehr wäre weniger! Nachdem nach umfänglicher Geschlechtskonformität umfängliches Gesundsein folgt, ist diese Methode weltweit einzigartig und ein Novum, das es weltweit in dieser Form kein zweites Mal gibt. Das eigentliche Novum ist, dass es dazu keiner zweiten Person bedarf, sondern jeder Anwender selbst Hand an sich legt, um sich gesundheitlich selbst zu helfen. Nichtgesundsein lässt sich anders nicht beheben!

Ich habe als Urheber und Erfinder von NSHS© 10 Jahre lang auf dem Gebiet der menschlichen Geschlechtskonformität intensivste Forschungsarbeit und Entwicklungsarbeit geleistet (von 2015 – 2025) und habe davor 50 Jahre lang als osteopathisch arbeitender Heilpraktiker in eigener Praxis mehr als 100 000 BÜS analysieren dürfen und die entsprechenden Erfahrungen in praxi damit gemacht, die die Richtigkeit meiner Beobachtungen und heutigen Hypothese der menschlichen Geschlechtskonformität in praxi bestätigt hat. Tausende weibliche und männliche Personen wendeten meine Methode in den letzten 10 Jahren mit objektivem Erfolg an (siehe Buchteil 3). Du hast hier also eine Methode vor Dir, die wissenschaftlichen Kriterien in nichts nachsteht. Das Motto „*Hilf dir selbst, dann hilft dir Gott!*“ wäre nicht das richtige Motto, wenn man bereits krank wäre. Es ist und bleibt aber das richtige Motto, wenn man nur nicht gesund genug ist !!! Dann hilft nichts Anderes!



## ORIGINAL – SOHLEN ©

by Leo Renner

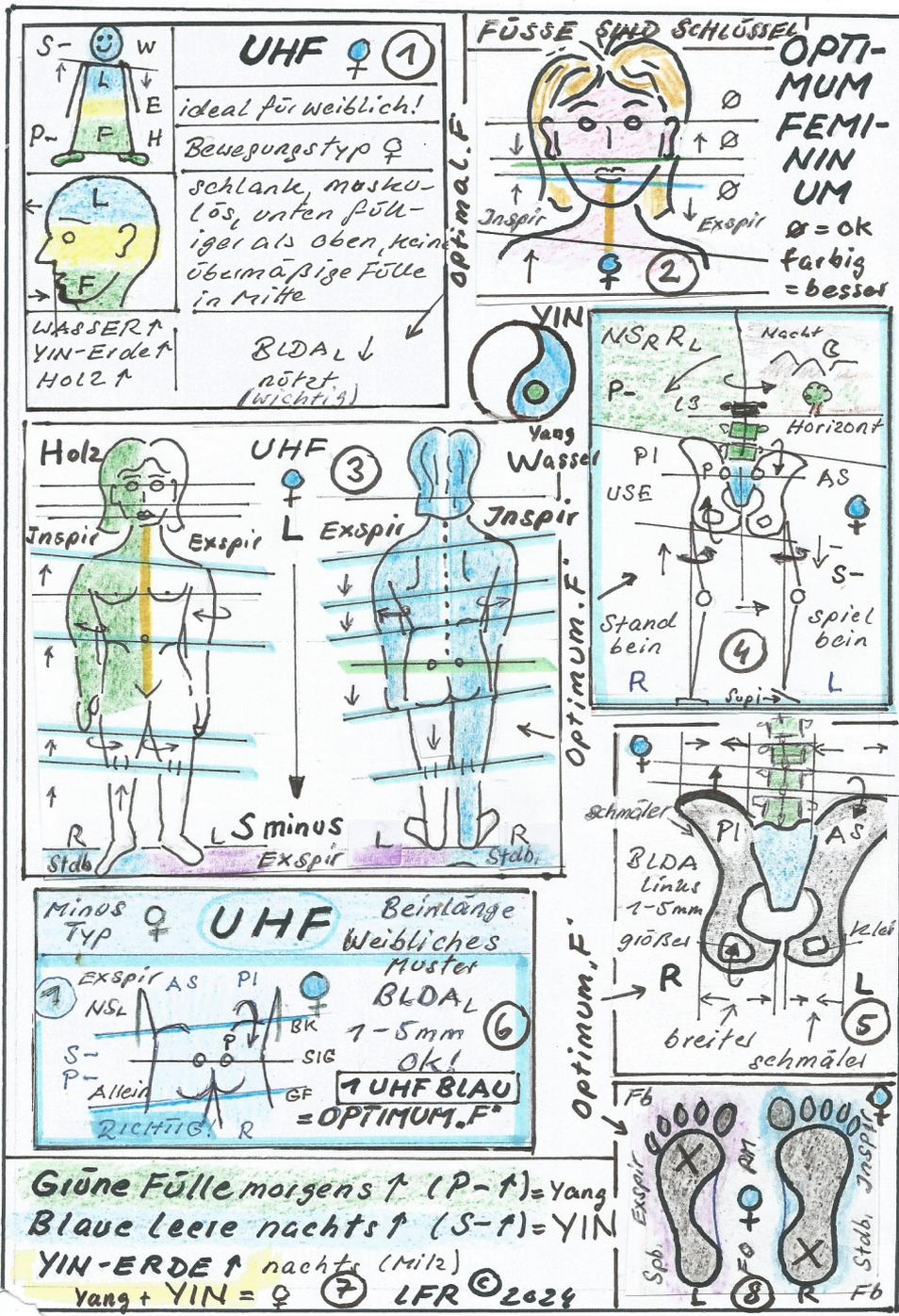
### Wie müssen sie aufgebaut sein, um geschlechtskonforme Füße hervorzubringen?

1. Sie müssen geschlechtskonform aufgebaut sein, das heißt, sie müssen weiblichen und männlichen Füßen LERNEN, wo die Fußbelastung örtlich stattfinden sollte. Die normale weibliche Fußbelastung ist nur dann geschlechtskonform, wenn die rechte Ferse und der linke Vorfuß während des Stehens mehr belastet werden. Die normale männliche Fußbelastung ist nur dann geschlechtskonform, wenn die linke Ferse und der rechte Vorfuß während des Stehens mehr belastet werden. Das wäre normal!  
Sie müssen auch die richtige geschlechtskonforme Fußform aufweisen. Nur beides zusammen ergibt UNTEN geschlechtskonforme gesunde Füße.
2. Sie müssen maßgerecht aufgebaut sein, das heißt, sie müssen alle 50 weiblichen und alle 50 männlichen Fehler in Form der Geschlechts-non-konformität, die in Teil 1 beschrieben wurden, beseitigen können. Sie müssen die Fähigkeit haben die Norm-Signale A – D bei weiblich und die Norm-Signale E - H bei männlich herstellen zu können.
3. Sie müssen persönlich und individuell aufgebaut sein das heißt, dass keine einzige Neinofy-Mono-Sohle und kein einziges Neinofy-Sohlen-Paar einem anderen genau gleicht. Jedes Konstrukt ist ein persönliches Unikat, das exakt zum Unikat der Anwender-Persönlichkeit passt. Nur personotrope Neinofy-Sohlen lösen im Körper der Anwender mehr Geschlechtskonformität aus. Jeder Körper weist selbstverständlich andere statische Fehler auf und weist andere Ursachen der Geschlechts-non-konformität auf, jeder ist anders gestrickt! Auf dieses „Anders gestrickt sein“ müssen sie Rücksicht nehmen. Dann funktionieren sie erst!!!  
Dieser Realität müssen Neinofy-Sohlen in ALLEM gerecht werden können.

Das heißt auf den Punkt gebracht, dass *Neinofy-Sohlen keine Massenprodukte sind, sondern individuelle Kunstwerke in Form causaler gesundheitlicher Lernhilfen darstellen, die zur Konstitution der Anwender individuell passen müssen !!!*

Sie stellen eine Form von podaler künstlicher Intelligenz dar, die die natürliche Intelligenz des menschlichen Somas vermehren und optimieren hilft.

Schau Dir dazu nochmal in meiner grafischen Übersicht an, was alles geschlechtskonform weiblich wäre und über was von podal her alles informiert werden müsste und .....



was Neinofy-Sohlen richtiger Machart alles hervorbringen sollten, dann wird Dir klar, welche Kunstwerke es in Wirklichkeit sein müssen. Dass wir von der W-Planet GmbH deshalb keine Angst vor Plagiateuren haben, dürfte klar sein. Nachmachen kann das nämlich niemand außer uns. Niemand !!!

Schau Dir nochmal in einer zweiten grafischen Übersicht an, was alles klassisch geschlechtskonform männlich wäre und über was von podal her informiert werden müsste und .....

**HF ①**

ideal für männlich!  
Bewegungstyp ♂  
schlank, muskulös, oben fülliger als unten, keine übermäßige Fülle in mitte.

FEUER ↑  
YANG-Erde ↑  
METALL ↑

Wichtig:  
BLDAR ↓  
nützt

**FÜSSE SIND SCHLÜSSEL**

**OPTIMUM MASCULINUM**

♂ = OK  
farbig = besser

②

**HF ③**

Optimum.M.

④

**Plus Typ ♂ HF** Beinlänge Männliches Muster

①

⑥

OK!

**1 HEROT**

= OPTIMUM.M.

⑤

Rote Fülle mittags ↑ (S+t) YANG  
Violette Leere abends ↑ (P+t) Yin  
YANG-ERDE ↑ nachmittags  
YANG + Yin = ♂ ⑦ LFR © 2024

**Optimum M**

⑧

was Neinyfy-Sohlen richtiger Machart alles hervorbringen sollten, dann wird Dir auch hier klar , welche individuellen persönlichen Kunstwerke Neinyfy-Sohlen sind

Um Neinofy-Sohlen herstellen zu können, die geschlechtskonform genug, die maßgerecht genug und die persönlich und individuell genug ausfallen, brauchen wir von der W-Planet GmbH, dem lizenznehmenden Sohlenhersteller, von den Anwenderinnen und Anwendern folgende Daten und Medien, die sie uns bei einer Bestellung von Neinofy-Sohlen zur Verfügung stellen müssen:

- Name, Vorname, Geburtsdatum, Postanschrift und Schuhgröße
- 1 Foto vom Gesichtsprofil (Gesicht von seitlich) im Stehen aufgenommen
- 1 Foto vom Gesichtsporträt (Gesicht von vorne) im Stehen aufgenommen
- 1 Foto vom stehenden Gesamtkörper von vorne, normal bekleidet
- 1 Foto vom stehenden Gesamtkörper von hinten (Rückansicht) nur mit Slip bekleidet
- 1 Foto beider Fußabdrücke (nasse Fußsohlen auf trockener Steinplatte)
- wenn Röntgenbilder vorhanden, die im Stehen aufgenommen wurden, dann bitte ein Foto jeweils davon.
- Kurzer Beschwerdebericht
- Nummern der gefundenen Kennzeichen des Nichtgesundseins

Ünerrmittlung der Daten und Medien kann über Mail-Anhänge erfolgen ([info@neinofy.de](mailto:info@neinofy.de) oder an [leopoldrenner@t-online.de](mailto:leopoldrenner@t-online.de)) oder auch postalisch erfolgen an die W-Planet GmbH, Philippstraße 2 A, D- 84453 Mühldorf am Inn.  
Tel: 0049 8631 1888578 Mobil: 0049 170 9939530 bei Anfragen

Beim Foto des Gesichtsprofils ist darauf zu achten, dass die Kopfhaare die Stirnform nicht verdecken.

Beim Foto des Gesichtes von vorne, ist darauf zu achten, dass beide Ohren gleich gut sichtbar sind,

Beim Foto des rückwärtigen Körpers ist darauf zu achten, dass beide Gesäßfalten gut sichtbar sind und dass beide ISG-Grübchen sichtbar sind.

Existiert eine BÜS, ist diese von größter Wichtigkeit für uns, Sie kann uns auch postalisch zugeschickt werden und die Anwender erhalten sie nach erfolgter Analyse wieder zurück. Das gilt auch für Röntgenaufnahmen der Wirbelsäule.

---

Nach Auswertung aller Medien und Daten erhält jeder Anwender einen Kurzbefund seines Gesundheitszustandes und einen Kostenvoranschlag, der den Preis für die indizierte und notwendige Sohlenherstellung enthält.

Deine Neinofy-Sohlen müssen so aufgebaut werden, dass Sie alles Wesentliche enthalten und möglichst lange durchhalten und gut funktionieren. Das drückt sich natürlich auch im Aussehen und Design Deiner individuellen podalen Tools aus. Also bitte nicht enttäuscht sein, wenn andere Vorstellungen von Sohlenbeschaffenheit und Design vorlägen. Das Wichtigste ist, dass Deine persönlichen Neinofy-Sohlen das in Dir hervorbringen, was Dir fehlt und das kann immer nur mehr Geschlechtskonformität sein ! Unwichtig dabei ist jedes äußerliche Design. Funktionieren müssen sie und nicht schick aussehen.

### **Zum Tragemodus geschlechtskonformer maßgerechter und persönlich aufgebauter Neinofy-Sohlen**

Wir empfehlen grundsätzlich immer zwei Sohlenpaare zu bestellen, Eines für geschlossene Hausschuhe zum stundenweise Tragen zuhause und ein Paar für Straßenschuhe zum Tragen außerhaus.

Am besten ist, man legt jedes Sohlenpaar nur einmal in ein Paar ausgewählte Schuhe ein und belässt sie danach in diesen Schuhen ohne sie ständig in andere Schuhe zu wechseln. Trägt man andere Schuhe, pausiert man mit dem Tragen seiner Neinofy-Sohlen-Paare einfach. Nachdem nahezu alle Anwender auch Neinofy-Mono-Sohlen benötigen, die man nur in einen rechten oder linken Schuh einzulegen hat, wechselt man das Tragen der Sohlenpaare mit dem Tragen von Neinofy-Mono-Sohlen ab.

Jeder Neinofy-Sohlen-Lieferung liegt eine persönliche Anwender-Info bei, aus der der Gebrauch der individuellen Sohlen klar hervorgeht. Bei Fragen telefoniert man miteinander. Die Betreuung jedes Neinofy-Kunden und Anwenders ist kostenlos.

**Das Tragen von Neinofy-Sohlen ist einfach und unkompliziert, die Auswirkungen sind nicht immer gleich zu spüren. Es geht auch nicht um subjektive Auswirkungen sondern nur um die Folgen des Tragens in Form von objektiv gewordener Geschlechtskonformität. Neinofy-Sohlen sind keine Therapeutika. Also bitte nicht mit einer Therapie verwechseln!**

Die Methode funktioniert und jede Anwenderin und jeder Anwender reagiert anders darauf. Darum darf man nie das subjektive Reagieren aufgrund des Neinofy-Sohlen-Tragens zum Gradmesser einer Wirkung machen, sondern darf nur die objektiven Kennzeichen einer Veränderung und Wandlung hin zu mehr Geschlechtskonformität als Gradmesser und Parameter eines Erfolges heranziehen (Buchteil 3).

Sind Neinofy-Sohlen korrekt geschlechtskonform aufgebaut, sind sie gewissenhaft maßgerecht aufgebaut und sind sie persönlich genug aufgebaut, entstehen kaum nennenswerte oder gar negative Reaktionen auf das Tragen hin.

Nachdem ich noch eine ganze Weile, bestimmt die nächsten 4 – 5 Jahre, im Auftragseingang der W-Planet GmbH zubringen werde und auch in der Neinofy-Sohlen Herstellung mitarbeiten werde, Sorge ich dafür, dass Fehler in der Herstellung sorgfältig vermieden werden. Auch die Sohlen-Endherstellung gehört zu meinen alleinigen Aufgaben. Der Urheber bleibt also noch jahrelang an Bord, solange es meine Gesundheit und Fitness zulässt, an der ich aber ständig arbeite.

Fazit:

Jede Neinofy-Sohlen-Anwenderin und jeder Neinofy-Sohlen-Anwender kann sich darauf verlassen, dass sie ein Sohlen-Produkt erhalten, das zu ihrer Person wie der Schlüssel zum Schloss passt, das ihre statischen Fehler und Ursachen der Geschlechts-non-konformität beseitigen hilft und das sie maßgerecht genug aufgebaut wurden, um ihre Körper in Richtung der vier geschlechtlichen Norm-Signale zu wandeln. Das Alles braucht aber Zeit und kann kein Körper ad hoc herbeizaubern, deshalb ist das Wichtigste von Allem, geduldig und vertrauensvoll auf diesem – am Ende sehr erfolgreichen – Neinofy-Weg zu bleiben.

Ein großer Fehler ist es, wenn man die Subjektivität als Parameter einsetzt. Reagiert man auf das Tragen fachlich richtig aufgebauter maßgerechter und persönlich richtig aufgebauter Neinofy-Sohlen mit Symptomen oder Beschwerden, ist das nicht negativ oder falsch, sondern muss immer als positiv angesehen werden. Der Körper beginnt sich zu verändern, was selbstverständlich auch spürbar ablaufen kann.

Reagiert ein Körper auf das Tragen hin nicht mit Symptomen oder Beschwerden und bleibt stumm, so, als wirkt das Tragen der Sohlen überhaupt nicht, ist das auch OK, wenn sich während des Tragens eine objektive positive gesundheitliche Wandlung vollzieht, ablesbar beispielsweise an den Fußabdrücken.

Reagiert ein Körper hoch erfreut auf das Tragen von Neinofy-Sohlen hin, was auch vorkommt und seine vormaligen Beschwerden und Erkrankungen verschwinden darauf hin, was auch möglich ist und sehr oft auch beobachtet wird, dann ist das natürlich auch OK.

Bei allen drei Möglichkeiten des subjektiven Reagierens, ist aber nicht das subjektive Reagieren das Ausschlaggebende, sondern nur die objektive Veränderung und Wandlung des Gesundheitszustandes, die an den optischen Veränderungen des Gesamtkörpers, des Gesichtes und der Füße abgelesen werden kann. Deshalb braucht man zur Überprüfung was sich gesundheitlich objektiv geändert hat, Medien in Form von Fotos, die den ehemaligen IST-Zustand dokumentierten und Medien in Form späterer Fotos, die den später entstandenen SOLL-Zustand dokumentieren. Nur der Vergleich beider Medien (Vorher/Nachher) lässt erkennen, was sich tatsächlich, was sich wirklich durch das Tragen von Neinofy-Sohlen verändert und gewandelt hat.

Deshalb rate ich auch nicht dazu, sofort alle fünf möglichen Selbsthilfe-Tools zu gleicher Zeit einzusetzen, sondern nur eines nach dem anderen hinzuzufügen, falls es nötig wäre. So kann es beispielsweise vollkommen genügen, alleine nur Neinofy-Sohlen zu tragen. Genügt das alleine nicht, weil nicht der erforderliche SOLL-Zustand zustandekommt, dann fügt man die geschlechtskonformen Bewegungsübungen hinzu. Genügt auch das noch nicht, ordnet man zusätzlich sein INNERES Mileu. Genügt auch das noch nicht, optimiert man seine Ernährung. Genügt auch das noch nicht, unterstützt man seine 5 Speicherorgane und 5 Elemente.

Eins nach dem Anderen, denn niemand weiß, was sein Körper tatsächlich alles braucht, um wieder die geschlechtskonforme Kurve zu kriegen !!!

## Die Durchführung geschlechtskonformer Bewegungsübungen

ist bereits gut dokumentiert und von mir sehr ausführlich beschrieben worden.

Du findest die entsprechenden PDF's in Form von 3 kurzen Sachbuchbänden auf der Website [www.neinofy.com](http://www.neinofy.com)

Wenn Du auf der Website bist, dann schließe zuvor die Vorseite, danach kommst Du auf die Startseite. Scrolle auf ihr ganz nach unten bis zum Seitenende und klicke dort auf LITERATUR:

- Literaturbeitrag Nr. 18 = Band 1: Bewegungsübungen in Rückenlage
- Literaturbeitrag Nr. 20 = Band 2 : Bewegungsübungen im Sitzen
- Literaturbeitrag Nr. 21 = Band 3 : Bewegungsübungen im Stehen

Man führt alle Bewegungsübungen am besten regelmäßig und gewohnheitsmäßig am Morgen durch, wenn sich herausstellt, dass das Tragen von Neinofy-Sohlen alleine nicht ausreicht, um objektiv gesünder bzw. geschlechtskonformer zu werden.

Zuerst führt man die Bewegungsübungen in Rückenlage durch (Dauer 10 Minuten), danach folgen die im Sitzen (Dauer 10 Minuten) und am Schluss folgen die im Stehen (Dauer 10 Minuten). Wer das jeden Morgen macht, so wie ich das seit Jahren tue, kommt zu einem perfekt funktionierenden geschlechtskonformen Körper.

Hat man Beschwerden oder leidet man an Erkrankungen und weist zusätzlich dazu eines oder mehrere der 50 Kennzeichen des Nichtgesundseines auf, kann man diese Bewegungsübungen auch zur Behandlung seiner Beschwerden zusätzlich untertags verwenden. Auch das funktioniert in der Regel sehr gut.

Durch die Asymmetrie geschlechtskonformer Bewegungen beseitigst Du automatisch die Blockaden, die zum Auftreten der 50 möglichen Kennzeichen Deines Nichtgesundseins führen.

Durch das geschlechtskonforme Atmen während dieser Bewegungsübungen stärkst Du Deine Nieren und Lungen in geschlechtskonformer Richtung.

Durch das Üben vor einem Spiegel im Sitzen und Stehen ermöglichst Du es Deinem Körper, die einzelnen Fehlerformen in Dir zu erkennen und zu beseitigen.

Das Ganze optimiert Deinen Körper gesundheitlich, es ORDNET ihn tiefgreifend und befreit ihn von seinen Gesundheitsfehlern.

## **Optimierung Deines INNEREN MILIEUS**

Dein INNERES Milieu folgt dem Tagesverlauf und damit dem Biorhythmus. Es kann SAUER, BASISCH und NEUTRAL ausfallen, je nachdem welche Körperaufgaben in welcher Tageszeit bewältigt werden müssen.

Spricht man von Übersäuerung oder von einem zu basischen INNEREN MILIEU und meint damit SCHÄDLICHES, das sich auf den Körper dauernd negativ auswirkt, macht man es sich zu einfach. Außerdem ist es falsch, weil SCHÄDLICHES für den einen Menschen durchaus NÜTZLICH sein kann, während es einem Anderen tatsächlich schadet.

Das Innere Körpermilieu ist selbstverständlich ebenfalls geschlechtskonformer Natur. Frauen reagieren auf Säuren in der Regel wesentlich empfindlicher als Männer und Männer reagieren auf Basen in der Regel wesentlich empfindlicher als Frauen. Gut zu erkennen ist das bei der Bevorzugung von vegetarischer Nahrung und tierischer Nahrung. Frauen fühlen sich natürlicherweise weit mehr hingezogen zum Vegetarismus als Männer. Das liegt in der Regel an ihrem eher basischen und neutralen Inneren Milieu, das ihrer Gesundheit mehr nützt. Männer fühlen sich natürlicherweise weit mehr hingezogen zu tierischer Nahrung als Frauen. Das liegt in der Regel an ihrem eher sauren Milieu, das ihrer Gesundheit mehr nützt. Ausnahmen bestätigen diese Regel natürlich.

Die Gesundheit des weiblichen Geschlechts verläuft nur dann gut und stabil, wenn ihr INNERES MILIEU von neutral zu basisch tendieren kann und wenn Säuren darin keine zu große Rolle spielen. Erinnern wir uns, Frauen sind vegetative Minus-Wesen, deren Sympathikus-Einfluss eher gedämpft sein muss, wenn sie in vertikaler Körperhaltung sind (das können nur Basen im Inneren hervorrufen). Männer sind vegetative Plus-Wesen, deren Sympathikus-Einfluss vermehrt sein darf, wenn sie in vertikaler Körperhaltung sind (das können nur Säuren im Inneren hervorrufen, Basen zügeln diesen positiven männlichen Einfluss eher).

Fazit: Tendiert das INNERE MILIEU im Körper einer Frau von Neutral (morgens und mittags) zu Basisch (abends und nachts), wäre das geschlechtskonformer als wenn das Gegenteil der Fall wäre. Tendiert das INNERE MILIEU eines Mannes von Neutral (morgens) zu Sauer (mittags), zu Neutral (nachmittags) und zu Basisch (abends und nachts) wäre das geschlechtskonformer als wenn das Gegenteil der Fall wäre. Die Geschlechtskonformität von Saurem inneren Milieu und Basischem inneren Milieu und Neutralen Inneren Milieu ist von der Tageszeit abhängig, die auf einen weiblichen und männlichen Körper einwirkt.

Schauen wir uns deshalb einen Tagesverlauf unter der Prämisse des INNEREN MILIEUS einmal genauer an, um die gesundheitliche Selbsthilfe von Mann und Frau zu ergänzen und um sie aus diesem Wissen heraus geschlechtskonform zu optimieren. Sohlen tragen ORDNET die Körper-Statik, sich geschlechtskonform bewegen, ordnet die Körper-Beweglichkeit, das INNERE MILIEU zu beeinflussen ordnet die Körper-Dynamik (Sauer = viel, Neutral = mittel, Basisch = wenig).

## Vorgehensweise am Morgen

Die Morgenzeit erstreckt sich in einem biorhythmischen Zeitfenster von 4 Uhr morgens bis 9 Uhr vormittags und lässt sich in dieser Zeitspanne etwa 5 Stunden lang gesundheitlich gut beeinflussen.

---

Für die gesundheitliche Selbsthilfe von Frauen ist dieses Zeitfenster ein sehr wichtiges Zeitfenster, weil sie Ihr Leber-Galle-System in dieser Zeitspanne gesundheitlich optimieren können. Dazu müssen sie ihren Parasympathikus-Einfluss zügeln und reduzieren. Ihr INNERES MILIEU muss in diesem fünfstündigen Zeitfenster NEUTRAL reagieren, also weder SAUER noch BASISCH sein.

Wie bringen Frauen ihr INNERES MILIEU dazu, NEUTRAL zu reagieren ?

- Früh genug morgens aufstehen , um das Zeitfenster gesundheitlich zu nutzen!
  - Vor dem Frühstück, das einen grünen Apfel enthalten soll, etwas SAURES trinken (Beispiel: Etwas Zitronensaft gemischt mit etwas frisch gepressten Orangensaft, eine kleine Menge genügt).
  - Zum Frühstück Früchte-Tee oder Pfefferminztee bevorzugen
  - Nach dem Frühstück die weiblichen geschlechtskonformen Bewegungsübungen im Sitzen durchführen (10 Minuten Dauer)
  - Nach den Bewegungsübungen in Schuhe schlüpfen , in denen sich geschlechtskonforme maßgerechte und persönliche Neinofy-Sohlen befinden und 10 Minuten nach draußen vor die Tür gehen. Nicht laufen, nicht joggen, sondern einfach nur stramm 10 Minuten gehen.
  - Wieder zuhause, ein kleines Glas Rote Bete-Saft trinken.
  - Das genügt, um das weibliche innere Milieu NEUTRAL reagieren zu lassen.
- 

Für die gesundheitliche Selbsthilfe für Männer ist dieses Zeitfenster auch wichtig, aber nicht so wichtig wie für Frauen. Ihr Parasympathikus-Einfluss muss ebenfalls gezügelt werden, ihr INNERES MILIEU sollte schon zu dieser Zeit leicht SAUER reagieren können.

Wie bringen Männer ihr INNERES MILIEU dazu am Morgen leicht SAUER zu reagieren ?

- Sehr früh aufstehen (, 4 Uhr 30, 5 Uhr) nicht länger als 7 Stunden schlafen
- vor dem Frühstück, das frisches Obst in größerer Menge enthalten sollte, ebenfalls etwas SAURES trinken (darf sehr sauer sein!)

- zum Frühstück schwarzen Kaffee oder schwarzen Tee bevorzugen (Coffein säuert)
  - wenn nichts dagegen spricht , jeden 2. Morgen eine Tablette Aspirin Protect 100 mg einnehmen (Aspirin säuert)
  - nach dem Frühstück die männlichen geschlechtskonformen Bewegungsübungen in Rückenlage und danach die im Sitzen durchführen (20 Minuten)
  - nach den Bewegungsübungen in Schuhe schlüpfen in denen sich die geschlechtskonformen maßgerechten und persönlichen Neinofy-Sohlen befinden und auf Ihnen nach draußen vor die Tür gehen und 10 Minuten stramm gehen. Auch joggen und Laufen passt, das man aber nicht auf Neinofy-Sohlen tun soll.
  - Wieder zuhause, ein kleines Glas Rote Bete-Saft trinken
  - das genügt, um das männliche INNERE MILIEU am Morgen leicht SAUER reagieren zu lassen.
- 

### **Vorgehensweise am Vormittag (9 Uhr – 11 Uhr)**

Von 9 Uhr an wächst der Sympathikus-Einfluss immer mehr an , um gegen 14 Uhr sein Maximum zu erreichen. Sympathikus-Einfluss ist immer mit SAUREM INNEREN MILIEU verbunden und gleichzusetzen.

Männliche Personen vertragen dieses in der Regel gut und es erfrischt sie. Frauen stresst ein SAURES INNERES MILIEU eher und überfordert sie, weswegen ein NEUTRALES INNERES MILIEU in diesem nächsten fünfstündigen Zeitfenster gesundheitlich optimaler für sie ist.

Wie bringen Frauen Ihre INNERES MILIEU dazu, dass es am Vormittag weiterhin relativ NEUTRAL bleibt?

- Im Lauf des Vormittags 2 Gläser Mineralwasser ohne Kohlensäure trinken, denen man pro Glas je einen halben Teelöffel Soda (Kaiser Natron) zusetzt.
- Vormittags keinen schwarzen Kaffee oder schwarzen Tee trinken
- Vormittags nichts Süßes essen oder trinken. Fasten!
- Vor dem Mittagessen ein großes Glas Gemüsesaft trinken!
- Vor dem Mittagessen die weiblichen Bewegungsübungen im Stehen durchführen
- Im Anschluss daran das geschlechtskonforme maßgerechte persönliche Paar Neinofy-Sohlen die Mittagszeit über tragen

Wie bringen Männer Ihr INNERES Milieu dazu am Vormittag SAUER zu reagieren?

- Im Lauf des Vormittags 2 Gläser Mineralwasser mit Kohlensäure trinken, dem man etwas Zitronensaft hinzufügt
- Vormittags eine Tasse schwarzen Kaffee oder schwarzen Tee trinken + fasten!
- Vor dem Mittagessen Bitterstoffe einnehmen
- vor dem Mittagessen die männlichen geschlechtskonformen Bewegungsübungen durchführen
- im Anschluss daran das geschlechtskonforme maßgerechte persönliche Paar Neinofy-Sohlen über die Mittagszeit über tragen und 10 Minuten draußen auf Ihnen stramm gehen.

### **Vorgehensweise nachmittags 15 Uhr – 17 Uhr**

Frauen und Männer gleichermaßen sollten in diesem Zeitfenster ein relativ NEUTRALES INNERES MILIEU aufweisen, das weder zu SAUER noch zu BASISCH ausfallen soll.

Wie bringen Frauen ihr Inneres Milieu dazu, dass es auch in diesem Zeitraum weiterhin relativ NEUTRAL bleibt?

- Nachmittags wieder 2 Gläser Wasser ohne Kohlesäure trinken, dem man pro Glas einen halben Teelöffel SODA (Kaiser Natron ) hinzufügt
- Nichts Süßes essen oder trinken. Fasten!
- Keinen schwarzen Kaffee oder schwarzen Tee trinken!
- Wenn möglich in diesem Zeitraum eine halbe Stunde bis Stunde hinlegen und vor dem Ausruhen die weiblichen geschlechtskonformen Bewegungsübungen in Rückenlage durchführen.
- Nach dem Aufstehen etwa 1 Stunde lang das eigene maßgerechte geschlechtskonforme Neinofy-Sohlen-Paar tragen.
- Nach 17 Uhr 1 großes Glas Gemüsesaft trinken

Wie bringen Männer ihr Inneres Milieu dazu, von SAUER auf NEUTRAL zu schalten?

- Nachmittags ebenfalls 2 Glas Mineralwasser trinken, dem man SODA hinzufügt
- Nichts essen, nichts kalorienhaftes trinken, fasten!

- keinen schwarzen Kaffee oder schwarzen Tee trinken
  - wenn möglich sich in diesem Zeitraum ebenfalls eine halbe Stunde bis Stunde lang hinlegen. Vor dem Schlummer die männlichen geschlechtskonformen Bewegungsübungen in Rückenlage durchführen
  - Nach dem Aufstehen eine Stunde lang das eigene geschlechtskonforme Neinofy-Sohlen-Paar tragen
  - Nach 17 Uhr ein großes Glas gepfefferten Gemüsesaft trinken
- 

### **Vorgehensweise abends und spätabends**

Das INNERE Milieu beider Geschlechter muss jetzt BASISCH werden. Was führt sicher dazu?

- Abends körperliche Anstrengungen vermeiden, Abendsport ist gesundheitlich absolut kontraproduktiv
  - Ausruhen und Muße angesagt im Sitzen und Liegen
  - Gesundheitlich gut in dieser Zeitspanne ist es für das innere Milieu – natürlich nur falls möglich - Gesellschaft vermeiden, schweigen und allein sein. Das alkalisiert den Körper am allermeisten.
  - Nochmal ein großes Glas gepfefferten Gemüsesaft trinken
  - Vor 23 Uhr zu Bett gehen
- 

Mir ist natürlich vollkommen klar, dass nicht jeder Anwender dem 1 : 1 folgen kann, was aber aus diesen wichtigen Maßnahmen ersichtlich wird, ist der richtige Trend. Sich einigermaßen daran zu halten, vermehrt jedenfalls die eigene Geschlechtskonformität im Inneren und hebt die tägliche Gesundheit stark an!

---

Was sehr viele Menschen abends falsch machen, ist, dass sie abends Sport treiben und sich dabei körperlich anstrengen. Das säuert jeden Körper ohne Ausnahme sehr stark an. Selbstverständlich ist das aus dem Blickwinkel auf das INNERE MILIEU kontraproduktiv und falsch.

Sport zu treiben und körperliche anstrengende Leistung zu erbringen passt nur in ein Zeitfenster , das sich von 9 Uhr bis etwa 14 Uhr öffnet. Nur in diesem Zeitraum schadet ein SAURES INNERES MILIEU dem Körper nicht, auch dem von Frauen nicht. Zu jeder anderen Zeit nimmt der Biorhythmus Schaden. Das muss ich so klar und drastisch aussprechen, weil es der Wahrheit entspricht.

## Die übelsten Ernährungsfehler für beide Geschlechter

Selbstverständlich ist bei genauem Hinsehen jedes Nahrungsmittel , das Du zu Dir nimmst geschlechtskonformer Natur. Nur führt das zu nichts, darauf achten zu wollen, weil man es im Alltag nicht umsetzen kann. Wichtiger als das sind die Ernährungsfehler , die jeder Anwender, wenn er sie kennt, im Alltag sehr wohl vermeiden könnte. Es sind sehr einfache Kriterien:

- Achte bei Deinem morgendlichen Frühstück darauf, keine tierischen Eiweiße zu verzehren (geh sparsam mit Milch und Butter um, keine Milchprodukte wie Yoghurt, Quark, Käse, keine Wurst, kein Fleisch, kein Fisch, keine Eier)  
Verzehre stattdessen nur Kohlenhydrate wie frisches Obst, Trockenfrüchte, Müsli, Brot, Brötchen, Konfitüren, Honig.  
Dadurch vermeidest Du die ersten Fehler, denn nur dadurch bleibt das INNERE Milieu von Frauen NEUTRAL und das von Männern SÄUERT sich leicht an.
- Iss nie etwas in der Zeit zwischen Frühstück und Mittagessen, trink in dieser Zeitspanne auch keine kalorienhaltigen Getränke. Faste mindestens 5 – 6 Stunden lang und trinke stattdessen nur 2 Glas Wasser.
- Achte beim Mittagessen darauf, dass Du Mischkost zu Dir nimmst. Das ist eine Kost , die aus Kohlenhydraten und aus Eiweißen bestehen soll. Frauen bleiben dabei eher auf der vegetarischen Seite, Männer können auch ins Lager der tierischen Eiweiße wechseln. Iss unmittelbar nach dem Mittagessen etwas SÜSSES, ganz wenig davon, genieße ein Dessert, denn das ist der einzige Zeitpunkt, wo es Dir nicht schadet. Vermeide den Kaffee nach dem Essen.
- Geh extrem sparsam mit Alkohol um, der schadet Dir immer, Wähle alkoholfreie Getränke zum Mittagessen aus.
- Iss nie etwas in der Zeit zwischen Mittagessen und Abendessen, trinke in dieser Zeit auch nichts Kalorienhaltiges. Faste wieder 5 – 6 Stunden lang und trinke stattdessen nur 2 Glas Wasser.
- Achte beim Abendessen darauf, dass Du nach Möglichkeit nur pflanzliche Eiweiße zu Dir nimmst. Alle Kohlenhydrate sind nun verboten. Männern schadet es nicht geringe Mengen von tierischem Eiweiß zu verzehren.
- Iss nach dem Abendessen bis zum Frühstück am nächsten Morgen nichts mehr und trinke auch nichts Kalorienhaltiges. Faste erneut 8 Stunden lang
- Geh extrem sparsam mit Zucker um. Zucker säuert von allem am stärksten an.
- Salz ist lebenswichtig und schadet nicht im Mittagessen, zum Frühstück passt es nicht und auch zum Abendessen solltest Du sparsam damit umgehen.
- Nimm Abends scharfe Gewürze zu Dir (Senf, Meerrettich, Kresse, Radieschen, Rettich, Paprika u.a.) , die nützen Deinem Immunsystem.
- Fazit: Gut ist morgens Kohlenhydrate, vormittags fasten, mittags Kohlenhydrate und Eiweiße, nachmittags fasten, abends Eiweiße, nachts fasten

Dadurch ernährst Du Dich nicht nur bombenrichtig , sondern bleibst schlank und rank, bleibst leistungsfähig und gesund und entslackst Deinen Körper durchs Fasten.

Jeder Ernährungsfehler, den Du machst, mag er auch noch so klein und unwichtig erscheinen, lässt Dich schneller altern, schadet Deiner Schönheit – die ja immer nur von innen kommt – und macht Dich krankheitsanfällig.

Das vorgestellte Ernährungskonzept wird automatisch zum geschlechtskonformen Konzept, wenn sich beide Geschlechter daran im Großen und Ganzen halten!

---

### **Optimierung der 5 Speicherorgane und 5 Elemente**

Geht man von einer geschlechtskonformen Gesundheit aus und möchte diese zusätzlich zu all dem, was bis jetzt schon beschrieben wurde, was bis jetzt schon an Möglichem vorhanden ist, noch mehr optimieren, noch mehr unterstützen und noch mehr verbessern, dann bietet es sich an , die 5 Speicherorgane des Körpers (das sind Herz, Leber, Nieren, Lungen und Milz) und die dazu gehörigen 5 Elemente (das ist das Holz-, Feuer-, Wasser-, Metall- und Erde-Element) sinnvoll im richtigen Zeitfenster anzuregen.

Das weibliche Geschlecht bedarf erfahrungsgemäß einer besonderen Anregung des HOLZ-Elementes und der Leber-Funktion , die morgens stattfinden müsste und bedarf einer besonderen Anregung des WASSER-Elementes und der Nieren-Funktion, die spätabends stattfinden müsste und der Anregung des Elementes ERDE und der Milz-Funktion, die nachmittags stattfinden müsste. Dadurch wird die weibliche Gesundheit verstärkt und weiter optimiert.

Das männliche Geschlecht bedarf erfahrungsgemäß einer besonderen Anregung des FEUER-Elementes und der Herz-Funktion, die mittags stattfinden müsste und bedarf einer Anregung des METALL-Elementes und der Lungen-Funktion, die frühabends stattfinden müsste. Dadurch wird die männliche Gesundheit verstärkt und weiter optimiert.

Die Heilpflanzen, Mineralien und Metalle, die man zu dieser Anregung und Optimierung heranziehen kann, kann man auf zweierlei Art und Weise dem Körper einverleiben:

- einmal als Bio-Feld, das man in Neinyo-Sohlen zusätzlich zu allem Anderen einfügt
- und einmal in oraler Form, indem man sie zu einer bestimmten Zeit einnimmt.

Grund für die Einverleibung ausgewählter Heilpflanzen, Mineralien und Metalle ist nicht das Vorhandensein von Krankheiten, die man damit therapieren könnte, sondern ist das Vorhandensein einer Geschlechts-non-konformität, die man damit zusätzlich zu allen anderen Selbsthilfe-Maßnahmen reduzieren kann.

Motto: Krankheit verhindern durch geschlechtskonformes Gesundsein !!!

---

Schauen wir als erstes auf den **Morgen** , was im Zeitfenster zwischen 4 Uhr morgens und 9 Uhr vormittags für **Frauen** besonders nützlich wäre:

- *Der Morgen ist holzig!* Das Element HOLZ beherrscht den Morgen. Die Funktion der LEBER lässt sich in diesem Zeitfenster am besten optimieren. Dazu brauchen wir spezifische Heilpflanzen , das sind die *Choleretica*. Choleretica sind Heilpflanzen, die Leberfunktion und Gallebildung anregen.

Selbstverständlich sind Choleretica auch für das männliche Geschlecht notwendig und wichtig, für das weibliche Geschlecht sind sie aus geschlechtskonformer Sicht aber noch wesentlich bedeutsamer, wenn zahlreiche gesundheitliche Sargnägel vorhanden sind (siehe die 50 weiblichen Kennzeichen), die auf eine Störung des HOLZ-Elementes explizit zusätzlich hinweisen. Welche Kennzeichen wären das? Es handelt sich dabei um folgende Kennzeichen: Nr. 10, Nr. 16 (dicke Beine), Nr. 18, Nr. 22, Nr. 28, Nr. 30, Nr. 32 (rechte Augenschiefe), Nr. 36, Nr. 43, Nr. 47, Nr. 48 und Nr. 48.

Das sind allesamt gesundheitliche Sargnägel , die auch zusätzlich darauf hinweisen, dass es nicht schaden könnte, Deine Leberfunktion sanft anzuregen.

Welche Heilpflanzen, Mineralien und Metalle würde ich hierzu raten und verwenden:

- Wermut-Tee (sehr sehr bitter) + Mariendistel Früchte-Tee + Löwenzahn Wurzeln als Tee in Kombination (1 Teelöffel pro Tasse Tee (250 ml Tasse))
- Biochemie nach Dr. Schüssler: Kalium sulfuricum D 6 Tbl. (morgens 2)
- Magnesium Präparat morgens 1 Kapsel
- Homöopathie: Atropinum sulfuricum D6 Dilution (morgens 10 Tropfen)

Neinofy-Sohlen für das weibliche Geschlecht , die innen ein Heilpflanzen-Biofeld aufweisen, enthalten die passenden Choleretika, die in Form eines physikalischen Feldes mit den entsprechenden Fußreflexzonen in Resonanz treten. Tragezeit morgens eine halbe Stunde lang.

Um Allergien zu vermeiden, bitte immer zuerst die Wirkung in einer sehr viel geringeren Versuchsdosierung testen, wie gut verträglich sie ist. Bei Fragen hierzu einfach telefonisch nachfragen (0049 170 9939530).

Schauen wir als nächstes auf den **Nachmittag** (14 Uhr bis 16 Uhr), was in diesem Zeitfenster für **Frauen** gut und wichtig wäre:

- Der Nachmittag ist *erdig*. Das Element ERDE ist in diesem Zeitfenster gut zu erreichen, in diesem Fall sollte man die Funktion der MILZ heraufsetzen. Dazu brauchen wir spezifische Heilpflanzen und Mineralien. Das Erste, was in diesem Zusammenhang wichtig ist, ist der Verzehr eines Dessert direkt im Anschluss an das Mittagessen, den SÜSS stärkt die Milz. Wenn das Dessert Enzyme enthält, solche die in Ananas, Papaya und Granatäpfeln drin sind, wirkt sich das SÜSSE auf die Verdauung noch positiver aus. Also, ein Dessert direkt nach dem Mittagessen ist für beide Geschlechter sehr nützlich.

Welche gesundheitlichen Sargnägel (welche der 50 weiblichen Kennzeichen eines Nichtgesundseins) weisen explizit darauf hin, dass Frauen Ihre Milzfunktion zusätzlich anregen sollten und wenn JA, mit was genau? Folgende Kennzeichen tun das:

Nr. 4, Nr. 5, Nr. 8, Nr. 9, Nr. 11, Nr. 16 (dicke Beine), Nr. 31, Nr. 34, Nr. 38

Das wären allesamt Kennzeichen, die auch zusätzlich darauf hinweisen, dass es die MILZ nicht schlecht fände, angeregt zu werden.

Welche Heilpflanzen, Mineralien, Metalle würde ich hierzu auswählen:

- Angelikawurzeln + Kümmelfrüchte + Anisfrüchte + Korianderfrüchte + Fenchelfrüchte + Schafgarbenkraut als Tee mit Stevia gesüßt
- Biochemie nach Dr. Schüssler: Calcium fluor, D 6 Tbl. (1 x 2)
- 1 Glas Chininhaltiges Tonicwater statt einfachem Wasser
- Homöopathie: Grindelia D4 Tbl. + Ceanothus americanus D4 Tbl. je 1 Tbl.
- nach Einnahme halbe Stunde lang hinlegen.

In Neinofy-Sohlen kann man ebenfalls ein Heilpflanzen-Biofeld einfügen, das mit den Fußreflexzonen der MILZ in Resonanz tritt.

Es ist deshalb wichtig, dass die Anwender, wenn Sie Neinofy-Sohlen bei der W-Planet GmbH bestellen, auch immer die Kennzeichen-Nummern angeben, die sie bei sich finden. Auf diese Weise wissen wir Bescheid, wo es fehlt !!!

Schauen wir als nächstes auf den **späten Abend** (21 Uhr bis 23 Uhr), was in diesem Zeitfenster für **Frauen** gut und wichtig wäre:

- Der späte Abend ist *wässrig!* Das WASSER-Element beherrscht die Szene. In diesem Fall sollte man die Funktion der NIEREN heraufsetzen.  
Das tut man am einfachsten und am biologischsten in dem man schon im Bett liegend die weibliche geschlechtskonforme Atmung zelebriert. Es kommt vor allem auf die tiefe und langsame Einatmung an, bei der der Bauch weit vorgewölbt wird. EINATMEN stärkt die NIEREN, AUSATMEN stärkt die LUNGEN, aber nur dann, wenn Beide in geschlechtskonformer Einstellung durchgeführt werden (siehe dazu Band 1 „Geschlechtskonforme Bewegungsübungen in Rückenlage“).  
Vor dem Schlafen, das nicht sehr viel später als 23 Uhr erfolgen sollte, kann man folgende Heilpflanzen, Mineralien und Metalle auf sich einwirken lassen:
  - ein Tee bestehend aus Baldrianwurzeln + Melissenkraut + Pestwurzurzeln + + Passionsblumenkraut in Verbindung mit 20 – 30 Tropfen Weißdorn-Tinktur Wichtig , um den Sympathikus-Einfluss zu zügeln!
  - Biochemie nach Dr. Schüssler: Kalium phos. D6 Tbl. (2 Tbl. im Mund zergehen lassen
  - Wenn Verlangen danach: 1 großes Glas Gemüsesaft im Lauf des Abends, auch 2 Gläser davon sind OK.

Gibt es Kennzeichen , die auf die Unterstützung spätabends hinweisen und sie indizieren? Natürlich gibt es auch diese im Überfluss:

Nr. 1 = das Wichtigste, Nr. 6, Nr. 7, Nr. 9, Nr. 11, Nr. 13, Nr. 14, Nr. 16, Nr. 17, Nr. 18, Nr. 23, Nr. 26, Nr. 28, Nr. 34, Nr. 41

Die beste Nieren-Stärkung kommt zustande, durch

- genügend Trinken untermittags , zu viel Flüssigkeitsaufnahme belastet die Nieren aber eher . 2 Liter täglich genügen. Brennnessel-Tee ist auch guter Tipp!
- Geschlechtskonformes Atmen während der geschlechtskonformen Bewegungsübungen
- durch pflanzliche Sedativa spätabends zu sich genommen
- durch Zufuhr von Kalium und vegetarischer Ernährung abends!

\* \* \* \* \*

Zusammenfassung:

Die weibliche Gesundheit ist abhängig von P minus morgens, von einem vegetativen neutralen Nachmittag und von S minus spätabends. Das gilt es hervorzurufen. Wie, habe ich eben beschrieben. Es gibt auch Neinofy-Sohlen weiblicher Form, in der sich ein Magnetfeld unter dem Akupunkturpunkt „Niere 1“ befindet, was die Sedierung spätabends noch verstärken hilft. Will man noch stärker auftrumpfen !

Schauen wir auf den **Vormittag** und **Mittag** (10 Uhr bis 13 Uhr), was in diesem Zeitfenster für **Männer** gut und wichtig wäre:

- Der Mittag ist *feurig!* Das FEUER-Element beherrscht diese Szene. Geschlechtskonforme Männer brauchen viel FEUER und vertragen in der Regel viel Sympathikus-Einfluss sehr gut. Sind sie nicht geschlechtskonform kommt es zur Unverträglichkeit des Sympathikus-Einflusses. Was den Sympathikus-Einfluss in gesunder Form am meisten anhebt, ist das Tragen männlicher geschlechtskonformer maßgerechter Neiny-Sohlen am Vormittag und in der Mittagszeit die Durchführung der männlichen Bewegungsübungen im Stehen. Zusätzlich dazu können sie sich in diesem Zeitfenster noch folgende Heilpflanzen, Mineralien und Metalle zuführen:
- Bitterstofftinktur (Amara-Tropfen) direkt auf die Zunge tropfen
- Calcium zuführen
- Wermuttee (abscheulich bitter, aber extrem wirksam), dem man 30 Tropfen Weißdorn-Tinktur hinzugibt
- Biochemie nach Dr. Schüssler: Calcium phos. D6 Tbl. + Ferrum phos. D6 Tbl. je 2 im Mund zergehen lassen.
- Heilpflanzen, die mit anderem pharmakologischem Schwerpunkt auf Herz, Kreislauf und Blutgefäße einwirken.

In Neiny-Sohlen mit Heilpflanzen-Feld sind die entsprechenden passenden Heilpflanzen eingefügt, die mit den Reflexzonen des rechten und linken Herzens in Resonanz treten.

Welche Kenzeichen des männlichen Nichtgesundseins würden darauf hindeuten, dass sie zusätzlich in obiger Form indiziert und notwendig wären:

Auch hier gibt es sehr viele, die auf eine Störung des FEUER-Elementes hindeuten:

Nr. 1, Nr. 2, Nr. 5, Nr. 7, Nr. 12, Nr. 14, Nr. 16 (dicke Beine), Nr. 18, Nr. 22, Nr. 25, Nr. 27, Nr. 34, Nr. 38, Nr. 41, Nr. 47, Nr. 48, Nr. 49

Zusammenfassung:

Neben dem wichtigen Tragen männlicher maßgerechter Neiny-Sohlen vormittags und in der Mittagszeit, neben der Durchführung männlicher Bewegungsübungen am Vormittag im Stehen, neben der Zufuhr von CALCIUM (= ION des Sympathikus), neben der Zufuhr von Bitterstoffen vor dem Mittagessen, neben der Zufuhr eines milden Cardiotonikums (Weißdorn), neben einem podalen Heilpflanzenfeld, das man in Neiny-Sohlen einfügen kann, ist es permanent wichtig sich stets in diesem Genre vor Augen zu führen, dass damit nichts therapiert werden soll, sondern die Gesundheit damit nur angehoben und optimiert wird.

Schauen wir ins letzte Zeitfenster **frühabends** (18 Uhr – 20 Uhr) und überlegen was in dieser Zeitspanne wichtig und gut für die **männliche** Gesundheit wäre:

- Der späte Nachmittag und frühe Abend ist *metallig*! Hier dominiert das METALL-Element , das über die Funktion der beiden LUNGEN wacht. Wie schon bei den Frauen und dem WASSER-Element zur Sprache gebracht, ist die geschlechtskonforme Atmung (hier ist es die betonte Ausatmung) der bestanregende Vorgang zur Stärkung beider LUNGEN, aber nur dann , wenn man aus der geschlechtslosen Atmung eine geschlechtskonforme Atmung macht (siehe hierzu Band 1: Geschlechtskonforme Bewegungsübungen in Rückenlage). Auch das Tragen von Neinofy-Sohlen am frühen Abend gehört hierzu.

Zusätzlich kann man selbstverständlich auch Heilpflanzen, Mineralien und Metalle am frühen Abend einsetzen und hinzufügen, die beide Lungen und das METALL-Element gesundheitlich optimieren helfen. Das ist ein Part , der hauptsächlich dem männlichen Geschlecht gesundheitlich zugute kommt. Was nicht heißt, dass nicht auch Frauen darauf zurückgreifen können. Von der Spezifität der menschlichen Geschlechtskonformität aus gesehen, ist folgendes festzustellen:

- > Das HOLZ-Element mit ihrem Speicherorgan LEBER , sowie das WASSER-Element mit ihrem Speicherorgan NIERE, sowie das Element ERDE mit ihrem Speicherorgan MILZ sind für das Erreichen der weiblichen Geschlechtskonformität unverzichtbar wertvoll.
- > Das FEUER-Element mit ihrem Speicherorgan HERZ, sowie das METALL-Element mit ihrem Speicherorgan LUNGE sind für das Erreichen der männlichen Geschlechtskonformität unverzichtbar wertvoll.

Selbstverständlich brauchen Mann und Frau alle 5 Elemente, müssen alle 5 Elemente funktionieren, müssen alle 5 Speicherorgane in ihnen gut funktionieren. Ist ein Körper aber geschlechts-non-konform geworden , genügt es neben der Statik-Korrektur, neben der Beweglichkeitskorrektur , neben der Herstellung des passenden INNEREN Milieus und der passenden Ernährung, sich auf diese partiellen Elemente zu fokussieren , wie hier beschrieben und empfohlen.

Zur Erinnerung: NSHS © therapiert nichts, therapiert keine Speicherorgane , therapiert keine Elemente, therapiert das VNS nicht, sondern will nur EINES erreichen, seine nichtgesunden Anwender geschlechtskonformer und dadurch gesünder zu machen. Dazu alleine bedarf es der beschriebenen und empfohlenen Strategien.

Welche Heilpflanzen, Mineralien und Metalle sind in der Lage zusätzlich zu allem bereits Bekanntem im Zeitfenster frühabends Männern zu einer besseren , weil geschlechtskonformerer Gesundheit zu verhelfen? Folgendes empfiehlt und bewährt sich:

- Tee aus Efeublättern + Lungenkraut + Thymian + Spitzwegerichkraut + Königskerzenwurzeln mit 5 Tropfen Olbas-Öl als Hinzugabe in den heißen Tee
- abends 1 großes Glas gepfefferten Gemüsesaft
- abends 2 Tabletten Cystus Pandalis im Mund zergehen lassen
- Biochemie nach Dr. Schüssler: Kalium chlor. D6 Tbl ( abends 2)

Welche Kennzeichen weisen darauf hin , dass dieser Zusatz indiziert und wichtig wäre? Folgende Kennzeichen lassen sich dadurch noch besser eliminieren:

Nr. 8, Nr. 9, Nr. 13, Nr. 16 (zu dünne Beine), Nr. 18, Nr. 23, Nr. 25, Nr. 26, Nr. 30, Nr. 41

Zusammenfassung:

Selbstverständlich gäbe es Hunderte weitere Maßnahmen, die man dazu hernehmen könnte, um die Funktionsweise des Körpers , die seiner wichtigsten Organe, die seiner Lebenselemente , die des vegetativen Nervensystems zu verbessern und zu optimieren.

Will man das unbekannte Wesen „GESUNDHEIT“ tatsächlich und wirklich zu einem starken Wesen machen, das den Menschen vor allerlei Krankheiten schützt und bewahrt, das ihn ohne nennenswerte Beschwerden gut leben lässt, das ihn glücklich macht, weil man sich in seinem Körper wohl fühlt, geht kein Weg daran vorbei:

- zunächst seine eigene Geschlechts-non-konformität selbst zu bestimmen, sie selbst zu diagnostizieren
- um im Anschluss daran , die gesundheitlichen Sargnägel und Kennzeichen dieser Geschlechtsnon-konformitäten selbst aus seinem Körper zu entfernen.

Nachdem das jeder Mensch selbst und ganz allein tun muss – niemand kann sein Nichtsgesundsein einem anderen Menschen aufhalsen, auch keinen Therapeuten, muss man wissen, wie die Selbsthilfe , bei der wir von der W-Planet GmbH mithelfen können, exakt auszusehen hätte und wie sie genau durchführbar wäre.

Dabei hilft Dir mein Sachbuch! Das hast Du inzwischen bemerkt. Ganz klar, dass jetzt ganz viele Fragen während der Durchführung von Deiner Seite entstehen werden – schließlich will man alles so richtig wie möglich machen – um einen baldigen und vor allem guten Erfolg einzufahren . Stell uns ungeniert Deine Fragen, wir begleiten Dich bis in Dein Ziel, das zur Aufgabe hätte, so wenige Kennzeichen und Sargnägel des Nichtsgesundseins aufzuweisen, wie möglich (siehe Buchteil 3).

## *DRITTER BUCHTEIL*

*beschreibt*

*die Überprüfung Deines objektiven Erfolges*

---

*Der wichtigste Buchteil, weil er objektiv beweist, dass die Neinofy-Selbsthilfe funktioniert und die Methode „Neinofy Smart Health Systems ©“ in allen Ihren Teilen richtig ist und eine Wirklichkeit auf dem Gebiet des geschlechtskonformen Gesundwerdungsprozesses darstellt (Renner) !*

---

Du bist schlau, weil Du mit dem Lesen und Studieren bis hierher durchgehalten hast. Jetzt ist es nur noch ein kleiner aber wichtiger Wegabschnitt hin zur objektiven Überprüfung der Frage: *„Wie gesund bin ich wirklich – objektiv – geworden, nach Durchführung meiner monatelangen persönlichen Neinofy-Selbsthilfe?“*

Subjektives Empfinden und subjektives gefühlsmäßiges Werten führt Dich sehr oft auf den falschen Weg, weil Dich Dein Gefühl täuschen kann. So hattest Du beispielsweise das Gefühl, dass subjektiv nichts in Dir geschehen ist, obwohl Du doch plötzlich so viel für Dich gesundheitlich getan hast. Klar, dass man dann das GEFÜHL haben kann, dass wenn sich subjektiv nichts im Körper tut, dass das Ganze dann ein Placebo zu sein scheint. Also lässt man das Ganze wieder sein und verlässt diesen Weg und geht zurück in den vormaligen Alltagstrott, Schade, denn dadurch hast Du eine große Chance durch negatives gefühlsmäßiges Denken verpasst.

Tat sich aufs Tragen von Neinofy-Sohlen hingegen scheinbar viel Negatives, was auch vorkommen kann, entsteht schnell der Eindruck von schädlichen Nebenwirkungen und der Angst sich damit schaden zu können, was einem das Ganze ebenfalls vorschnell abbrechen lässt. Auch das ist schade, weil die Chance auf ein vollumfassendes Gesundsein damit endgültig verpasst wurde. GEFÜHLE die täuschen können !

„SUBJEKTIVITÄT“ bedeutet, von GEFÜHLEN, von Vorurteilen, von Wünschen geleitet zu sein, die nichts aber auch gar nichts mit der Realität zu tun haben müssen. SUBJEKTIVITÄT ist eine persönlich gefärbte Sichtweise, die fast immer falsch ist, wenn man die Realität und Wirklichkeit nicht kennt oder besser, sie gar nicht kennenlernen will!

Fazit:

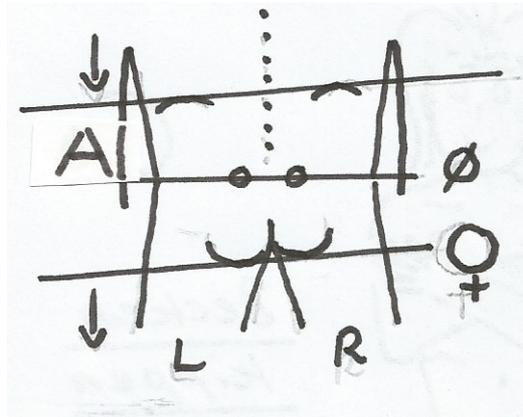
Was Du nie tun darfst, ist Dich allein auf Deine Gefühle zu verlassen, die Realität kann eine ganz andere sein! Was Du hingegen immer ohne Ausnahme tun solltest, ist nach der Realität und nach der Wirklichkeit in Dir zu suchen, die Du nur in der Objektivität von Vorgängen finden wirst. Um bei unserem Thema zu bleiben, muss Deine Suche in eine objektive Untersuchung zwischen dem Vorher und Nachher münden, mit der sich der dritte Buchteil beschäftigt. Nur das, was sich tatsächlich objektiv verändert, was sich ereignet hat, ist das, was beweisbar zählt. Gefühle hin oder her. Fühlst Du Dich subjektiv wohl, weil Du im Moment keine Beschwerden hast, sagt das nichts darüber aus, wie objektiv gesund Du im Moment tatsächlich wärst. Die gesundheitliche Wirklichkeit in Dir kann eine vollkommen andere sein. Deshalb musst Du unbedingt versuchen, diese Wirklichkeit objektiv kennen zu lernen.

Das ist doch der spannendste Moment des Ganzen, zu erfahren, dass es mir tatsächlich half, dass das tatsächlich das Gelbe vom Ei war, weil ein Kennzeichen des Nicht-gesundseins nach dem anderen, stillheimlich verschwunden ist !!!

---

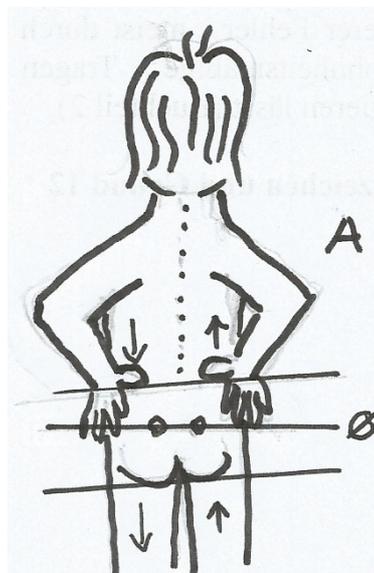
**Wie sieht die Überprüfung beim weiblichen Geschlecht aus, ob ein gesundheitlicher Erfolg aufgrund Deiner durchgeführten monatelangen Neinofy-Selbsthilfe objektiv beweisbar eingetreten oder noch nicht eingetreten ist?**

Die erste Voraussetzung, um zu wissen, dass nun genug weibliche Geschlechtskonformität in der Körpermitte vorhanden wäre, ist das Zustandekommensein von „Norm-Signal - A“, das vor Beginn Deiner Selbsthilfe noch nicht vorhanden war.



Wie überprüfst Du das am besten :

- Du stehst auf Deinem Neinofy-Sohlenpaar oder auf Deiner Neinofy-Mono-Sohle – falls Du eine solche erhalten hast – und legst beide Daumenkuppen von oben her auf Deine beiden knöchernen Beckenkämme und fühlst, welcher Beckenkamm der höhere ist, es muss der rechte sein.



- Eine zweite Person betrachtet Deine beiden Gesäßfalten, die linke muss parallel zu den Beckenkämmen ebenfalls dezent tiefer stehen.
- Das wäre die Grundvoraussetzungen für ein geschlechtskonformes weibliches Becken, das die Beckenorgane gesund erhalten kann.

- Die beiden ISG-Grübchen sollten waagrecht erscheinen!

Ist das der Fall, weißt Du, dass Dein Neinofy-Sohlen-Paar oder Deine Neinofy-Mono-Sohle richtig aufgebaut wurde und das Tragen zum objektiv richtigen Ergebnis führt. Also bitte weitertragen.

Nun wirst Du einwenden, dass das aber nur der Fall ist , während Du auf Neinofy-Sohlen stehst und nicht mehr der Fall ist, wenn Du barfuß ohne sie stehst. Das ist anfangs richtig, ändert sich später aber, weil Dein Körper durchs Tragen richtig konzipierter Neinofy-Sohlen-Konstrukte dazu angeregt wird, sein Knochenwachstum innerhalb der langen Röhrenknochen asymmetrisch anzupassen, mit dem Ziel später einmal ein minimales linkes kürzeres weibliches Bein aufzuweisen , das auch ohne Neinofy-Sohlen barfuß stehend vorhanden sein wird. Ich habe das röntgenologisch schon zahlreiche Male beobachten können, dass aus einem zu kurzen linken Bein ein geringes kürzeres linkes Bein wurde, dass aus zwei gleich langen Beinen, ein geringes linkes kürzeres Bein wurde und dass aus einem minimalen rechten kürzeren Bein, ein geringes linkes kürzeres Bein wurde. Das geschieht jedoch nur, wenn Neinofy-Sohlen korrekt richtig aufgebaut wurden und Du beim Tragen bleibst!

Warum tut das ein Körper? Warum reagiert er dermaßen richtig? Mir ist vollkommen klar warum, weil dadurch seine Integrität angeregt wird. Dein Körper weiß ganz genau , was geschlechtskonform wäre und was nicht. Hilft man ihm auf dem Weg dorthin, wird auch er versuchen seinen Teil dazu beizutragen. Ob es die Osteoklasten sind, die im längeren Bein reagieren oder ob es die Osteoblasten sind, die im kürzeren Bein reagieren, ist nebensächlich. Körperliche Integrität = körperliche Unversehrtheit! Unversehrt oder unverletzt wäre ein weiblicher Körper aber nur , wenn sein linkes Bein um 2 mm – 3 mm kürzer wäre. Ist das nicht der Fall verletzt das den Körper , traumatisiert es ihn. Ganz klar , dass jeder weibliche Körper , der einigermaßen intakt ist, zurück zur Unversehrtheit will, dass er integer sein will !!!

Zusammenfassung:

Nach einigen Monaten Deiner Neinofy-Selbsthilfe solltest Du nachsehen , was aus Deiner Geschlechts-non-konformität objektiv geworden ist.

Der erste Untersuchungsschritt befasst sich mit dem Zustandegekommenen des „Norm-Signals-A“. Diese statische SOLL-Norm „A“ ist deshalb so wichtig, weil sie sich in Deiner Körpermitte befindet und von dort aus nach OBEN ausbreiten kann.

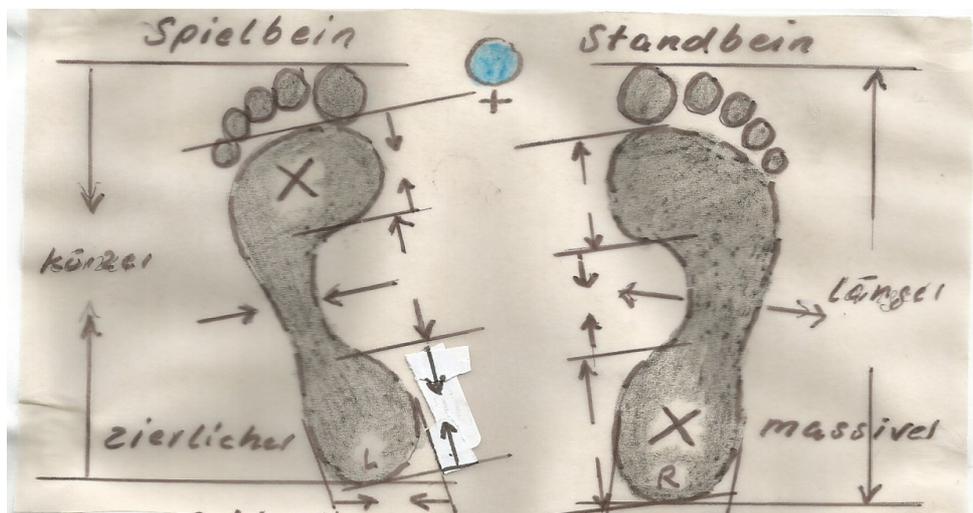
Ein weiblicher Körper ist objektiv bereits als sehr gesund einzustufen, wenn sein linkes Bein um 2 – 3 mm kürzer ist. In diesem Fall entsteht ein links geneigtes Parallelogramm zwischen Gesäßfalten und Beckenkämmen. Die ISG-Grübchen-Linie sollte sich zwischendrin waagrecht verhalten. Dadurch entsteht die richtige Beckenverwringung.

Je länger man seine Neinofy-Sohlen-Konstrukte trägt , je mehr regt man die Integrationskräfte im Körper an, mit dem Ziel, das notwendige linke kürzere Bein anatomisch zu erzeugen, was jeder Körper deshalb gerne tut, um seine verloren gegangene Unversehrtheit zurück zu erhalten. LOGISCH!

Du kannst auch gerne ein Foto von Deiner entkleideten Körperrückseite , stehend entweder auf Deinem Neinofy-Sohlen-Paar oder/und auf Deiner Mono-Sohle und es an [info@neinofy.de](mailto:info@neinofy.de) schicken, dann helfen wir Dir bei Deiner Überprüfung.

Gehen wir als nächstes zu „**Norm-Signal-B**“, das Deine Fußabdrücke beinhaltet: Was ist mit Deinen Füßen und Fußabdrücken geschehen, nach monatelangem Tragen Deiner Neinofy-Sohlen? In welcher Form triffst Du sie an? Eine spannende Frage, weil geschlechtskonforme Füße die wichtigste Grundlage für ein vollumfassendes Gesundsein darstellen und die Grundlage für Norm-Signal-A bilden!

Welche Form haben Deine Fußabdrücke heute im Vergleich zu den allerersten Fußabdrücken von Dir? Was hat sich wie und wo in ihnen gewandelt? Sind sie bereits in der optimalen Form von weiblichen Fußabdrücken vorhanden ? Siehe unten



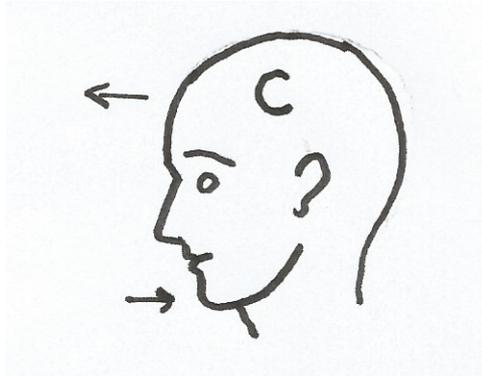
SOLL-Norm weiblicher Fußabdrücke

Oder fehlt es noch weit bis dahin. In diesem Fall ist das eine gute Gelegenheit Deine Sohlen zu aktualisieren und sie ein klein wenig anders aufzubauen, falls nötig.

Nachdem wir von der W-Planet-GmbH das Erstfoto Deiner Fußabdrücke besitzen, kannst Du uns gerne das aktuelle an [info@neinofy.de](mailto:info@neinofy.de) zuschicken, um es fachgerecht auszuwerten. Normgerechte weibliche Fußabdrücke entstehen nur dann, wenn die Fußbelastungen zwischen rechtem Fuß (Ferse) und linkem Fuß (Vorfuß) normgercht stattfinden. Das erkennen wir am neuen Foto.

Ist die Statik erst mal geschlechtskonformer geworden , erkennbar an geschlechtskonformen Füßen und einem geschlechtskonformen Becken, wandelt sich auch der Rest OBEN rasch in richtiger Richtung. Alle 3 Monate nachzusehen, was sich objektiv im Körper verändert hat, genügt vollkommen.

Die Wandlung eines weiblichen nicht geschlechtskonformen Gesichtsprofils in Richtung „Norm-Signal-C“ dauert deutlich länger als ein Vierteljahr. Trotzdem würde ich dazu raten, auch das Erst-Profil-Foto mit dem aktuellen Foto vom Gesichtsprofil zu vergleichen.



Die Voraussetzung für eine gute weibliche Gesundheit findet sich auch in der Konstitution „C“, die folgendes aufweist:

- vorhandene Promi-Stirn = nahezu senkrecht verlaufende Stirn oder rund vorgewölbte Stirnform
- zierliche Nase
- dezentes Retro-Kinn, dessen Kinnschuppe nahe hinter der senkrechten Nasensteglinie liegt.

Ist dieses Profil bei Frauen bereits vorhanden, was bereits sehr oft der Fall ist, ist das ein wesentlicher gesundheitlicher Pluspunkt.

Ist dieses Profil noch nicht vorhanden, wird es sich im Lauf der Jahre in diese Richtung entwickeln, wenn man seinem Neinofy-Selbsthilfe-Weg treu bleibt.

Eine Frage, die mir Neinofy-Anwender immer wieder stellen, zeugt vom Unverständnis der Methode, ist aber verständlich und normal:

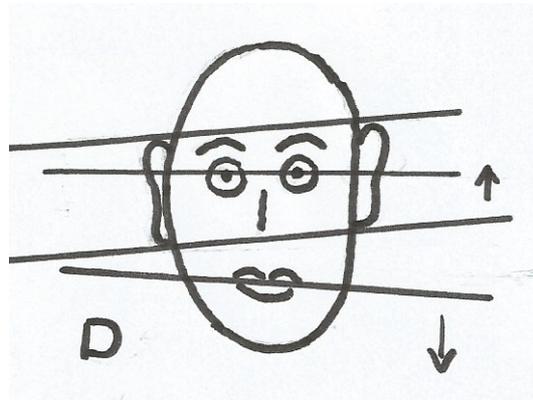
*„Lieber Herr Renner, wie lang muss ich bei dieser Selbsthilfe bleiben, wann ist sie zu Ende?“*

*Lapidar gesagt, ist sie beim Eintreten Deines Todes zu Ende! Natürlich lebenslang, denn hat man endlich einmal sein vollumfassendes Gesundsein erreicht, will man es schließlich ja auch lebenslang behalten und bewahren, oder?*

Du merkst das bereits bei genauem Hinspüren jeden Tag. Am nächsten Morgen ist man froh wieder seine geschlechtskonformen Bewegungsübungen durchführen zu dürfen und danach seine Neinofy-Sohlen ein bis zwei Stunden lang tragen zu können und alles Übrige anwenden zu können. Bereits zwei bis drei Tage ohne alles reichen schon aus (wenigstens ist das bei meinem Körper so), dass alles in gesundheitliche UNORDNUNG gerät! Von da an ist es nur ein kleiner Schritt ins frühere Chaos!

Wann hast Du es als weibliche Person tatsächlich geschafft, durch Deine Neinofy-Selbsthilfe vollumfassend gesund geworden zu sein? Woran kannst Du das objektiv leicht ablesen und sicher festmachen?

- Wenn Du keinen der 50 möglichen gesundheitlichen Sargnägel mehr in Dir findest, wenn ergo kein Kennzeichen des geschlechts-non-konformen Nichtgesundseins mehr in Dir vorhanden wäre und
- wenn Norm-Signal A, B und C in fehlerfreier Form vorhanden sind und
- wenn Du am Ende auch noch in Deinem Gesichtsporträt feststellst, dass das „Norm-Signal-D“ in fehlerfreier Form vorhanden ist.



Warum ist ausgerechnet SOLL-Muster-D so wichtig? Weil das der Hinweis darauf ist, dass Du UNTEN in Ordnung gekommen bist, was sich ganz OBEN im Gesicht dezent zeigt und bestätigt! UNTEN wie OBEN zu sein = megagesund zu sein!

Das „SOLL-Norm-Muster -D“ besteht aus

- einer sehr dezenten , kaum wahrnehmbaren linken Mundschiefe
- einer sehr dezenten , kaum wahrnehmbaren rechten Ohrenschiefe
- einem minimal größer wirkendem linken Auge
- einem dezent mehr abstehendem linken Ohr
- einer absolut waagerechten Augenlinie
- und einer dezenten konvexeren rechten Gesichtshälfte !!!

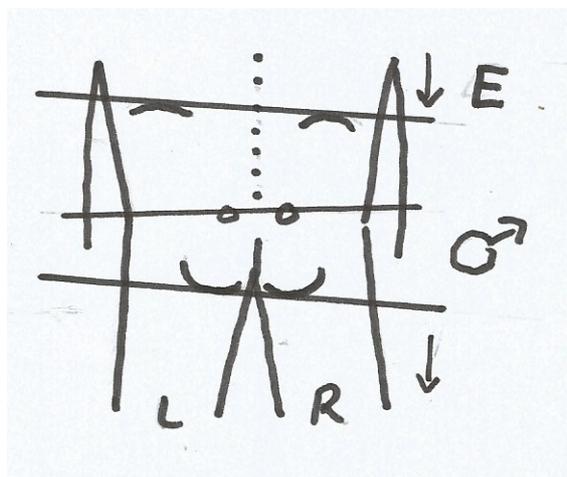
---

Keines der 50 Kennzeichen des geschlechts-non-konformen Nichtgesundseins ist ein subjektives Kennzeichen. Ein jedes tritt objektiv in Erscheinung und kann nicht nur von Dir allein, sondern kann auch von einer zweiten Personen festgestellt werden, beispielsweise auch von Deinen Therapueten, wenn sie sicher mit Inspektion und Palpation umgehen können und von all dem hier wüssten!

Vorher war Dein Nichtgesundsein im Fokus, nachher muss immer mehr Dein in Dir herangewachsenes Gesundsein in den Vordergrund rücken. Das Ganze ist reine Erfahrungssache. Je länger Du Dich mit Dir in praxi mit dieser wunderbaren Selbsthilfe beschäftigen wirst, je sicherer wirst Du diagnostisch werden !

**Wie sieht die objektive Überprüfung beim männlichen Geschlecht aus, ob sie ein gesundheitlicher tatsächlicher und wirklicher Erfolg geworden ist, aufgrund Deiner regelmäßigen monatelangen Neinofy-Selbsthilfe?**

Die erste Voraussetzung ist wie beim weiblichen Geschlecht auch die Gleiche. Es geht um das Zustandekommensein von fehlerfreien „Norm-Signal-E“, was darauf hindeuten würde, dass genug gute Geschlechtskonformität in Deiner Körpermitte, dem Becken, zustande gekommen ist, die vor Beginn Deiner Neinofy-Selbsthilfe noch nicht vorhanden war.



Du überprüfst das auf die gleiche Weise, wie es Frauen auch tun:

- Du stehst entweder auf Deinem Neinofy-Sohlen-Paar oder auf Deiner Neinofy-Mono-Sohle – falls Dir eine zugeschickt wurde – und legst beide Daumenkuppen von oben her auf Deine beiden knöchernen Beckenkämme und erfühlst dabei, welcher Beckenkamm eindeutig der höhere wäre. Es müsste der linke sein.
- Eine zweite Person inspiziert dabei Deine beiden Gesäßfalten, die rechte müsste parallel zu den Beckenkämmen tiefer stehen.
- Die beiden ISG-Grübchen sollten waagrecht dabei bleiben.

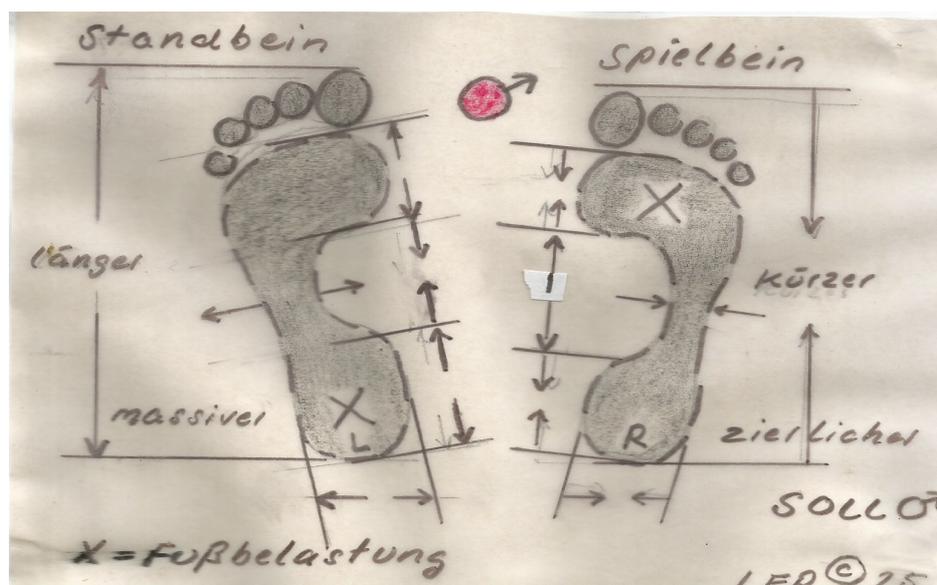
Ist das alles der Fall, weißt Du, dass Deine Neinofy-Sohlen richtig aufgebaut wurden und ihr Tragen zum richtigen geschlechtkonformen gesunden Ergebnis führt.

Auch im männlichen Körper wird das geschehen und zustande kommen, was auf Seite 89 hinsichtlich der Körper-Integrität beschrieben wurde. Jeder männliche Körper wird ebenfalls begierig darauf bedacht sein, seine Unversehrtheit zurück gewinnen zu wollen und aus diesem Grund das Längenwachstum seiner langen unteren Röhrenknochen geschlechtskonform anpassen zu wollen. Das Ziel bei männlich lautet: 2 mm – 3 mm rechtes kürzeres anatomisches Bein. Ist das nach Jahren erreicht, geht es mit der männlichen Gesundheit steil bergauf.

Eine wichtige Voraussetzung ist die zustande gekommene statische Geschlechtskonformität im Becken in Form eines fehlerfreien „Norm-SOLLs - E“.

Du kannst, wie schon gesagt, auch gerne ein Foto von Deiner entkleideten Rückseite machen lassen und es an [info@neinofy.de](mailto:info@neinofy.de) schicken. Dann helfen wir Dir bei der korrekten Überprüfung.

Gehen wir als nächstes zu „Norm-Signal-F“, das Deine Fußabdrücke in vollkommener gesunder geschlechtskonformer männlicher Form abbildet.



SOLL-Norm -F der männlichen Fußabdrücke

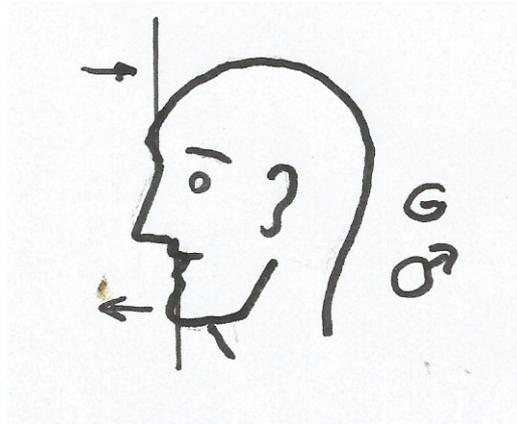
Was ist mit Deinen Fußabdrücken geschehen? Auf welche Weise haben sie sich verändert? Haben sie sich in richtiger Richtung geschlechtskonform gewandelt? Ist nach monatelangem regelmäßigen Tragen Deiner maßgerechten persönlichen Neinofy-Sohlen bereits die richtige männliche Fußform entstanden? Wo fehlt es noch?

Eine gute Gelegenheit beim zweiten Foto Deiner Fußabdrücke, das nach Monaten des Tragens Deiner Neinofy-Sohlen vorliegt, Nachbesserungen an Deinen Sohlen vorzunehmen und sie so zu aktualisieren, damit Du in Kürze tatsächlich über gesunde geschlechtskonforme Füße verfügen kannst.

Nachdem wir Experten von der W-Planet GmbH das Erstfoto Deiner Fußabdrücke besitzen, das entstand bevor Du Deine Neinofy-Selbsthilfe begonnen hast, helfen wir Dir gerne auch dabei, es fachgerecht auszuwerten, Schicke einfach Dein podales Feedback-Foto an [info@neinofy.de](mailto:info@neinofy.de)

Hat sich Deine Statik erst mal geschlechtskonform genug gewandelt (SOLL-E + SOLL -F zufriedenstellend vorhanden), wird sich der Rest Deines Körpers zufriedenstellend in richtiger Richtung verändern. Alle 3 Monate nachzusehen, reicht dicke !!!

Die Wandlung eines männlichen nicht geschlechtskonformen Gesichtsprofils in Richtung **Norm-Signal -G** dauert länger als ein Vierteljahr. Trotzdem würde ich dazu raten, bei jedem vierteljährlichen Feedback das aktuelle Foto des Gesichtsprofils mit dem ersten Foto vor jeder Neinofy-Selbsthilfe zu vergleichen und es auch an uns zu schicken ([info@neinofy.de](mailto:info@neinofy.de)).



Eine geschlechtskonforme gute und gesunde männliche Konstitution weist folgende Formen auf:

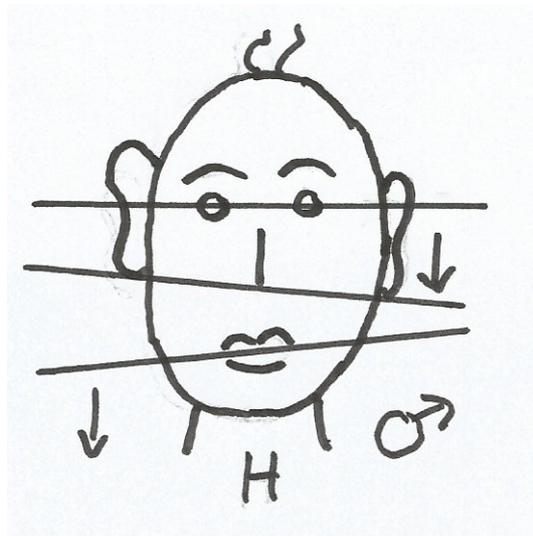
- vorhandene Retrostirn (nach hinten fliehende Stirn)
- markante große Nase,
- dezente Promistirn, dessen Kinnschuppe die senkrechte Nasensteglinie nach vorne kreuzt und sich etwas vor ihr befindet. Braucht nicht viel zu sein.

Ist dieses Gesichtsprofil bei Männern bereits vorhanden, was nicht häufig ist, ist das ein wesentlicher gesundheitlicher Pluspunkt.

Ist dieses Gesichtsprofil noch nicht vorhanden, was häufig ist, wird es im Lauf der Jahre in genau dieser Form entstehen, wenn man seinem Neinofy-Selbsthilfe-Weg treu bleibt und ihn nicht mehr verlässt. Denke immer an die Integrität !!!

Wann hast Du es als männliche Person tatsächlich geschafft vollumfassend gesund durch Deine gewohnheitsmäßige Neinofy-Selbsthilfe geworden zu sein ? Woran kannst Du das objektiv ablesen und objektiv beweisend festmachen? Das wäre dann der Fall ,

- wenn sich keines der 50 Kennzeichen des geschlechts-non-konformen Nichtgesundseins mehr in Dir befindet,
- wenn Norm-Signale E, F und G in fehlerfreier Form vorhanden sind,
- und wenn Du am Ende auch noch Norm-Signal- H fehlerfrei aufweist !!!



Warum ist ausgerechnet SOLL-Muster-H so wichtig, dass es in richtiger Form vorhanden ist? Weil nur das der alleinige Hinweis dafür ist, dass Du UNTEN jetzt in Ordnung zu sein scheinst, weil sich das Ganz OBEN im Gesicht in richtiger Form ebenfalls zeigt und bestätigt.

Das „SOLL-Muster-H“ enthält:

- eine dezente rechte Mundschiefe
- eine dezente linke Ohrenschiefe
- ein minimal größer wirkendes rechtes Auge
- ein dezent mehr abstehendes rechtes Ohr
- eine waagerechte Augenlinie
- eine dezent konvexere linke Gesichtshälfte.

---

Keines der 50 Kennzeichen bei Mann und Frau ist ein subjektives Kennzeichen. Ein jedes tritt objektiv in Erscheinung und kann nicht nur von Dir alleine festgestellt werden, sondern könnte auch von Zweitpersonen, wie von Therapeuten festgestellt werden, falls diese sicher in der Inspektion und Palpation wären, beziehungsweise das ganze Wissen aufweisen würden, das Du ab diesem Moment bereits aufweist.

---

*Damit kommen wir zum Ende dieses wichtigen Sachbuches, denn ohne es wärst Du nie in der Lage, Dir ursächlich selbst zu helfen, wärst auch nicht in der Lage Dein verborgenes Nichtgesundsein überhaupt in Dir zu entdecken, geschweige denn es lege artis zu beseitigen ! Das ist ein ganz großer Gewinn für Dich !!!*

## Epilog

Warum glaubst Du, ist das Gesundheitswesen jeden Staates – weltweit ohne Ausnahme – heillos überlastet?

Weil man die NICHTGESUNDEN in ihm nicht erkennt, weil man sie dem Gesundheitswesen nicht entnimmt, indem man Ihnen dabei hilft , gesünder zu werden! Das ist die einzige plausible und ursächliche Erklärung.

Drängen NICHTGESUNDE nicht mehr in medizinische Systeme, in denen sie ohnehin nichts verloren haben, dann kann sich jedes Gesundheitswesen selbst heilen, in dem es nur noch für die wirklich Kranken da ist, die von der Anzahl her deutlich geringer als die NICHTGESUNDEN sind. Das ist die einzige Lösung, um das Gesundheitswesen zu entlasten, die ständig steigende Kostenspirale zu stoppen und dem einzelnen Kranken wieder mehr Aufmerksamkeit, Zeit und Hingabe zu schenken.

Das tatsächliche Novum meiner gut funktionierenden Neinfoy-Methode und meiner Urheberschaft als Finder und Erfinder ist die Einbringung der *Geschlechtskonformität in alle anatomischen, physiologischen, physikalischen und informatischen Bereiche des menschlichen Körpers*. Das gab es in dieser Art und Form weltweit bis her noch nie. Es wurde auch noch nie, mit Ausnahme meiner Werke (siehe Literatur) bisher beschrieben und veröffentlicht .

Es ist vollkommen klar, dass dieses Wissen zum Mainstreamwissen taugt und auch dringend notwendig wäre, um so viele geschlechtsnonkonforme Menschen weltweit aus den Fesseln ihres Nichtgesundseins zu befreien, wobei jeder, auch Du sofort mithelfen könntest. Man muss dieses Wissen mit anderen Menschen einfach nur teilen und es weitersagen und aktiv weitergeben! Anderen sagen, wo dieses wertvolle Sachbuch als PDF in den Weiten des Internets zu finden wäre.

Jeder Mensch ob weiblich oder männlich hat eigentlich nur einen geheimen Wunsch, der ist, GESUND zu sein und es möglichst lange zu bleiben. Es gibt für ihn jetzt nach dem Studium meines Buches zwei Möglichkeiten:

- auf sein Glück und Schicksal weiterhin zu hoffen, dass dies zufällig auch ohne Zutun geschieht, doch darauf würde ich nicht bauen
- oder seine Gesundheit selbst in die Hand zu nehmen, aber nicht wie auf herkömmliche vollkommen unspezifische Art und Weise, sondern auf die ursächlichste denkbare Art und Weise, indem Du mithilfe der Neinfoy-Technologie dafür sorgst, dass Dein Körper und alles in ihm geschlechtskonformer wird.

Das ist meinen guten eigenen Erfahrung mit dieser wunderbaren Methode, der einzige Weg, den Du höchst erfolgreich selbst beschreiten kannst !!!

Denke immer dran: *„Deine Gesundheit hat nur einen einzigen wirklichen Feind, das ist Deine Geschlechts-non-konformität. Kein anderer ist heimtückischer und unberechenbarer und Dein Körper will zu seiner Unversehrtheit unbedingt zurück!!!*

## Empfehlenswerte kostenlose Literatur von Leopold Renner

veröffentlicht auf der Website [www.neinofy.com](http://www.neinofy.com) , dort in der Rubrik LITERATUR

- Sachbuch: „*Bio-Algorithmen – Gesundsein selbst programmieren*“  
Literaturbeitrag 8
- Übersicht: „*Causa causae für negative männliche Gesundheitsentwicklung*“  
Literaturbeitrag 12
- Übersicht: „*Causa causae für negative weibliche Gesundheitsentwicklung*“  
Literaturbeitrag 13
- Sachbuch: „*Gesundheitliche Optimierung allein für Amazonen*“  
Literaturbeitrag 14
- Sachbuch: „*Geschlechtskonformität der menschlichen Statik*“  
Literaturbeitrag 15
- Übersicht: „*Geschlechtskonforme Füße sind gesunde Füße*“  
Literaturbeitrag 17
- Sachbuch: „*Geschlechtskonforme Bewegungsübungen in Rückenlage*“  
Band 1 = Literaturbeitrag 18
- Sachbuch : „*Geschlechtskonforme Bewegungsübungen im Sitzen*“  
Band 2 = Literaturbeitrag 20
- Sachbuch: „*Geschlechtskonforme Bewegungsübungen im Stehen*“  
Band 3 = Literaturbeitrag 21

Dieses Sachbuch findet man zukünftig als Literaturbeitrag 22 in der Rubrik LITERATUR ebenfalls auf [www.neinofy.com](http://www.neinofy.com)

### Kontaktaufnahme mit dem Autor:

[leopoldrenner@t-online.de](mailto:leopoldrenner@t-online.de) oder über 0049 170 9939530

### Kontaktaufnahme wegen Neinofy-Sohlen-Bestellung:

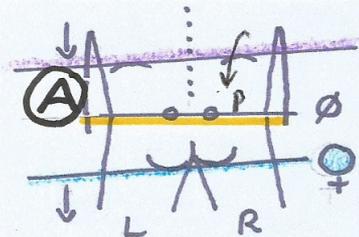
[info@neinofy.de](mailto:info@neinofy.de) oder [leopoldrenner@t-online.de](mailto:leopoldrenner@t-online.de) oder über 0049 170 9939530

*Auf den letzten drei Seiten findest Du nochmal einen Überblick über die geschlechtskonform normalen und gesunden acht SOLL-Kennzeichen beider Geschlechter und über die YIN-Signale und YANG-Signale beider Geschlechter.*



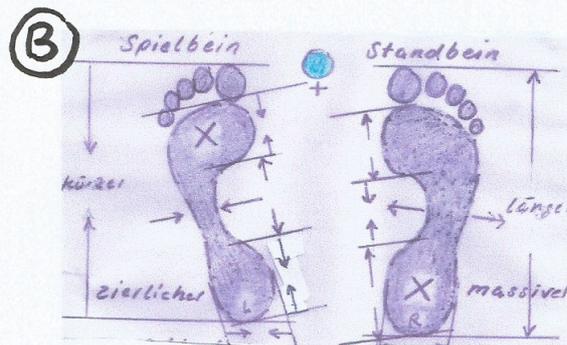
Weibliche Norm-Signale A - D

BASIS 1



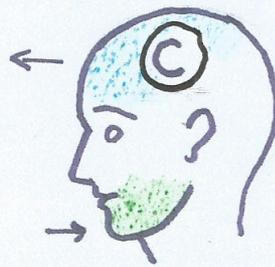
ZIEL 1

BASIS 2



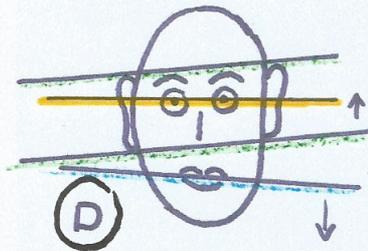
ZIEL 2

BASIS 3



ZIEL 3

BASIS 4

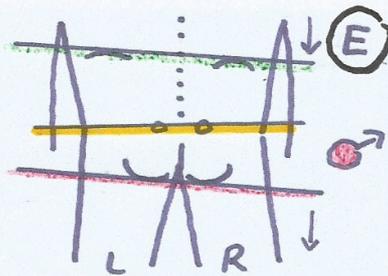


ZIEL 4



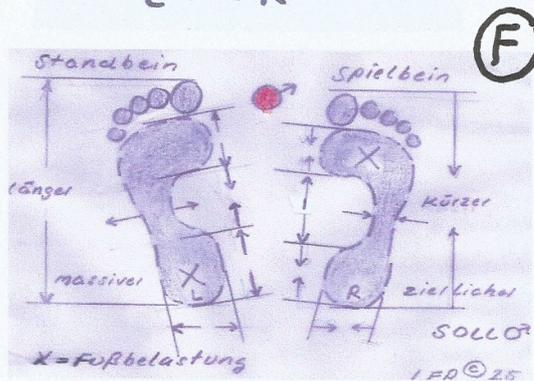
Männliche Normsignale E - H

BASIS 1



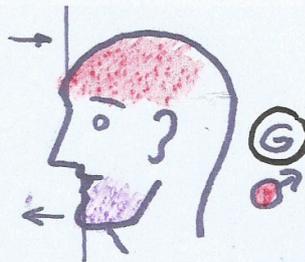
ZIEL 1

BASIS 2



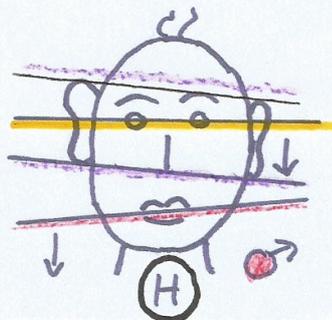
ZIEL 2

BASIS 3



ZIEL 3

BASIS 4



ZIEL 4

Weibliches Geschlecht = YIN

Männliches Geschlecht = YANG

## FÜNF ELEMENTE

FEUER zügeln = mehr YIN  
 HOLZ zügeln = mehr YIN  
 METALL anregen = mehr YIN  
 WASSER anregen = mehr YIN  
 MILZ anregen = mehr YIN

WASSER zügeln = mehr YANG  
 METALL zügeln = mehr YANG  
 HOLZ anregen = mehr YANG  
 FEUER anregen = mehr YANG  
 MAGEN anregen = mehr YANG

WASSER anregen, zügelt FEUER  
 METALL anregen, zügelt HOLZ  
 MILZ anregen, zügelt MAGEN

FEUER anregen, zügelt METALL  
 HOLZ anregen, zügelt ERDE (MILZ)  
 MAGEN anregen, zügelt MILZ

WASSER anregendes =  
 SALZIGES + SCHWARZES

FEUER anregendes =  
 BITTERES + ROTES

METALL anregendes =  
 SCHARFES + WEISSES

HOLZ anregendes =  
 SAURES + GRÜNES + BLAUES

MILZ anregendes =  
 SÜSSES + GELBES

MAGEN anregendes =  
 BITTERES + HELLBRAUNES

## PODALER INPUT

Rechter Fuß = mehr YIN

Linker Fuß = weniger YIN

## TAGESZEIT

nachmittags, abends, spätabends handeln

morgens, vormittags, mittags handeln

## BEWEGUNGSÜBUNGEN

in Rückenlage

im Sitzen und im Stehen

## ATMUNG

geschlechtskonform in Rückenlage

geschlechtskonform im Sitzen + Stehen

## VEGETATIVES NERVENSYSTEM

sedieren, beruhigen, entspannen  
 Sympathikus zügeln  
 Parasympathikus anregen

tonisieren, anregen, reizen  
 Sympathikus anregen  
 Parasympathikus zügeln

## **Ganz zum Schluss**

Liebe Neinfofy-Anwenderin,  
lieber Neinfofy-Anwender,

auf den letzten drei Buchseiten wurde übersichtsmäßig nochmal kurz skizziert, was Deine gesundheitlichen Ziele wären, die gleichzeitig die geschlechtskonformen Grundlagen Deiner vollumfassenden Gesundheit darstellen würden,

ZIEL = GRUNDLAGE und GRUNDLAGE = ZIEL

Schaffst Du es alle diese Ziele zu erreichen – was Dir nur mithilfe der smarten Neinfofy-Methode gelingen kann – oder siehst Du sonst noch irgendwo eine andere Methode, die das gleiche Zeug dazu hätte – dann sind wieder alle Grundlagen einer vollumfassend guten Gesundheit in Dir enthalten. Deine zukünftige Salutogenese – das ist Deine zukünftige Gesundheitsentwicklung – wird dadurch positiv geprägt, was es zukünftigen Krankheiten, zukünftigen funktionellen wie organischen Störungen und zukünftigen Beschwerden schwer machen wird, in Dir dauernd Fuß zu fassen.

Nur das allein ist Sinn und Zweck des GANZEN! Dass das alles ganz genauso bei Dir eintritt, liegt an Dir selbst. Nicht das Ziel ist das Ziel, sondern der WEG ist es, auf den Du Dich machst. Bleibe beharrlich und geduldig auf ihm, dann erreichst Du auch Dein Ziel.

Leopold Renner, Juli 2025

