

Ausleiten und Entgiften – was hat das mit Energie zu tun?

von Dr. med. Ulrike Güdel

2006 /2020 Copyright für privaten Gebrauch freigegeben

Die Antwort, die mir darauf während meines Studiums gegeben wurde, ist: Der Darm muss funktionieren, die Niere muss entgiften können, natürlich muss auch die Leber ihrer Arbeit als „Chemiefabrik“ des Körpers nachkommen.

Eine kaputte Leber führt zur Ammoniaküberlastung des Körpers- was das Gehirn enorm schädigen kann, eine kaputte Niere führt zur Belastung des Körpers mit Harnstoff, Harnsäure und anderen wasserlöslichen Giften- und der kaputte Darm ist schliesslich DIE Giftküche schlechthin.

Schon die altgriechischen Ärzte haben den Satz geprägt: „Der Tod sitzt im Darm!“

Darm- der Schlüssel zum Erfolg?

Wenn ich mir aber nun überlege, dass ca. 80% aller Menschen in der westlichen Zivilisation trotz ausreichender Ernährung, gutem Trinkwasser und angenehmen Lebensbedingungen keine gesunden Därme besitzen, werde ich nachdenklich.

Wenn ich mir zudem vergegenwärtige, wie viele Menschen wegen schlechter Nierenleistung an der Dialyse hängen und wie viele Menschen über Alkohol, Drogen, Medikamente, Nikotin und andere Substanzen sich selbst schädigen, wird augenblicklich klar, dass es nicht nur an den äusseren Rahmenbedingungen eines Lebens hängen kann, ob jemand gesund bleibt oder krank wird, sondern dass es innere Triebkräfte geben muss, die unser Denken, Fühlen und Handeln steuern.

Ob wir also gut entgiften können oder nicht, hängt also damit zusammen, wie wir auf äussere Reize (Stress) zu reagieren vermögen – und wie es um unsere Fähigkeit des Loslassens bestellt ist.

Was in uns regelt unsere Stress- Reaktionen?

Kinderleicht, sagen wir- wir kennen schliesslich das Selye`sche Stressmodell:

Wir können entweder kämpfen, flüchten oder uns tot stellen!

Die Stress- Reaktion wird gesteuert über die Nebenniere, das Adrenalin und das Cortisol- kurz, unsere Stress- Achse.

Bei unseren Ur- vorfahren diente dieses System dazu, bereit zu sein für die Auseinandersetzung mit dem „Säbelzähntiger“ oder einer feindlichen Horde.

Nach dem Kampf war man entweder Sieger oder Besiegter, lebendig oder tot...und die Stressreaktion mit einer Menge Adrenalin war sinnvoll.

Heutzutage stresst uns die laute Musik aus dem Nachbarhaus, der nörgelnde Chef oder die zänkische Ehefrau, der Mangel an Schlaf und Erholung, die Furcht um unseren Arbeitsplatz, die Hetze oder was der Faktoren mehr sein mögen.

Nur hilft es meist nicht, wenn wir kämpfen wollten! Auch wegrennen oder tot stellen kann diese Probleme nicht lösen.

Was die Regulationsfähigkeit des Menschen unterstützt, ist der dynamische Wechsel von Anspannung und Entspannung- die Harmonie und Balance zwischen beiden.

Darum wird ja auch im Rahmen einer Fastenkur darauf geachtet, dass sowohl die Bewegung als auch die Ruhe nicht zu kurz kommt.

Manchem gestressten Manager mag es am Anfang seltsam vorkommen, mit einem Leberwickel auf dem Bauch zwei Stunden Mittagsruhe einhalten zu müssen, nach kurzer Zeit jedoch wird er diesen Rhythmus geniessen und das anschliessende Fastenwandern umso lustvoller angehen.

Solcherart „entstresst“ wird es der Körper auch leicht zulassen, Pfunde loszulassen und nicht nur an Gewicht, sondern auch an Giftstoffen zu verlieren.

Also nochmals: Der Körper kann nur dann optimal entgiften und ausleiten, wenn keine übermässige Stressbelastung vorliegt.

Was hat das denn nun mit Energie zu tun?

Bekanntermassen besteht ein Mensch nicht nur aus seinem grobstofflichen Gerüst, dem Körper- und auch nicht nur aus seiner unsichtbaren Seele, sondern die Lebensenergie ist es, die wie die Software des Computers alle Vorgänge steuert, die danach von Körper oder Seele verarbeitet werden.

Läuft in uns also ein „energiereduziertes Programm“ ab, so wird die „Leistung“ unserer Körper-Seele- Geist- Einheit ebenfalls reduziert sein.

Wer also wenig Lebensenergie hat, hat auch nur wenig Entgiftungskapazität.

In solchen Fällen ist es dann wenig zielführend, den Körper über „Entsäuerungssalz“, Schwitzen, Duerduschen, Algen oder sonstige Schwermetallbinder zu mehr Entgiftung bewegen zu wollen – solange nicht genügend „Schubkarren“ zum Abtransport der Schadstoffe vorhanden sind und solange die Ausscheidungswege energetisch blockiert sind, solange bleibt dummerweise der „Dreck“ im Körper drin.

Er verschiebt sich nur von einer Müllhalde auf eine andere!!

Wie lässt sich die Energie im Körper vermehren?

Zunächst einmal durch die ganz trivialen Massnahmen, wie genügend Schlaf, Erholungspausen, Licht, moderate Bewegung, vernünftige, vitalstoffreiche Ernährung und

den Verzicht auf die Giftstoffe, die wir beeinflussen können (Alkohol, Medikamente, Drogen, Nikotin, Amalgam, etc).

Schon höre ich die kritischen Einwände: „Ja, wenn wir alle ideale Menschen wären, dann könnte das klappen- aber der innere Schweinehund ist einfach zu mächtig!“

Ja, eben!!

Und was nährt den „inneren Schweinehund“, der oft mächtiger erscheint als unser Verstand und alle unsere guten Vorsätze?

Als Energiemedizinerin habe ich darauf folgende Antwort: Ein Mangel an Energie fördert selbst zerstörerische Verhaltensweisen und hält uns gefangen.

Ein Mangel an Lebenskraft schränkt unsere Wahlmöglichkeiten ein, schwächt unseren freien Willen und sorgt dafür, dass wir „stereotyp“ immer wieder das gleiche denken, fühlen und tun- selbst dann, wenn es in keiner Weise zu unserem Vorteil ist.

Wie kommt es zu diesem Energiemangel?

Jedes Ereignis unseres Lebens hinterlässt Spuren in unserem Zellgedächtnis und unserem Schmerzgedächtnis.

Jede Kränkung, jede Zurückweisung, jeder seelische Kummer wird dort archiviert, bis wir ihn verarbeitet haben und ihn loslassen können.

Manche Erlebnisse sind aber so schrecklich und stressen uns so sehr, dass wir diese kaum verarbeiten können. Menschen, die den letzten Weltkrieg miterlebt haben, können heute noch, über 60 Jahre danach, von Alpträumen geplagt aufwachen und dabei Blutdruckkrisen bekommen.

Oder eine Frau, die Opfer eines sexuellen Übergriffes wurde, kann möglicherweise nie wieder danach Freude und Spass beim Sex empfinden, weil die traumatischen Bilder so fest in ihr gespeichert sind.

Stress ist also das, was wir im Innen erleben in einer bestimmten Situation. Die körperliche Stress- Reaktion unterscheidet dabei nicht, ob es ein Traum, eine Erinnerung, ein Bild, ein Film oder eine reale Situation ist- der innere Effekt ist immer der gleiche!

Die vegetativen Zentren, die an der körperlichen Stress- Reaktion beteiligt sind, sind vor allem der Plexus lumbalis im Unterbauch, aber auch die Hypophyse und der Hypothalamus.

Im Unterbauch liegen aber auch der **Darm**, die **Niere** und die **Lendenwirbelsäule**- nicht nur die Nebenniere!

Folglich schwächt Stress auch ganz erheblich unsere körperlichen Entgiftungsorgane!

Anstelle also Medikamente zur Entgiftung in grossen Mengen in den Körper zu bringen, wäre es da nicht sinnvoller, sich erst einmal um die „stressigen Zellerinnerungen“ zu kümmern, die der Körper im Unterbauch abgelagert hat?

In der PSEnergy, meinem Weg zu Positiver Selbst Entwicklung, finden sich im Unterbauch folgende Themen:

- Nervosität, innere Unruhe, Rastlosigkeit
- durchhalten müssen, Stress und Angst, die in den Körper fällt
- stärker erscheinen wollen, als man ist, Tendenz zur Überforderung, „Supermann-Image“

Diese Seelenthemen behindern die Ausleitungs- und Entgiftungsleistung des Körpers, sie begünstigen aber auch die Entwicklung von **Bluthochdruck, Colitis, M. Crohn, lumbalen Schmerzsyndromen, Nierensteinen oder Infektanfälligkeit.**

Wie kann es nun gelingen, den Körper wieder in die Lage zu versetzen, mit seinen Abfallstoffen gut fertig zu werden?

Da der Körper ein sich selbst ständig regulierender Organismus ist, geben wir mit der PSEnergy einerseits homöopathische Informationen – Korrekturimpulse!!, andererseits „übersetzen“ wir dem Bewusstsein des Menschen, was eigentlich der Plan seiner Seele- Geist- Körper- Einheit ist.

Meine Patienten bekommen von mir also tatsächlich „Hausaufgaben“, die sie umsetzen sollen.

Diese sind in Sätze verpackt, die zugleich Anregungen für die notwendige Transformation der Denk- Fühl- und Handlungsmuster sind:

Die Sätze für den Unterbauch – und damit die Entgiftung – lauten:

- Ich kann ganz ruhig und gelassen bleiben, weil ich weiss, dass alles seine Zeit hat.
- Ich vertraue der Weisheit meines Körpers, die immer weiss, was gut für mich ist.
- Ich lerne, dass ich auch einmal schwach sein darf, weil ich meine Stärken ja auch kenne.

Wie ein Patient seinen Satz umsetzt, ist seiner Eigenverantwortung überlassen.

Wirksamkeit erkennen

Dass die Sätze aber wirken- und auch die homöopathischen Mittel, kann ich daran erkennen, dass sich die Darmflora normalisiert, dass der Blutdruck sinkt- und normal bleibt, dass die Schmerzen im Kreuz weniger werden und schliesslich ganz verschwinden oder dass die Infekthäufigkeit geringer wird.

Meine zahnärztlichen Kollegen berichten mir zudem, dass ihre Patienten unter der PSEnergy plötzlich Schwermetalle ausscheiden (mit Nachweis im Urin), die zuvor eben kaum Schwermetall loswerden konnten.

Dass meine Patienten „ganz nebenbei“ fröhlicher werden, besser auf sich schauen und selbstbewusster auftreten, ist ein immer wieder zu beobachtender Nebeneffekt, der jedoch erhebliche Auswirkungen auf die Lebensgestaltung hat- und auf die Art, wie der Patient auf Situationen reagiert.

Glas halb voll....

Wenn jemand sein Glas als „halb voll“ erlebt, und nicht immer als „halb leer“, strahlt er eine ganz andere Botschaft nach aussen—und folglich wird ihm die Welt auch etwas anderes spiegeln.

Daher kann ich nur dafür plädieren, vor jeder Entgiftungstherapie zuerst nach den grossen seelisch- geistigen Brocken im Rucksack zu schauen und diese aufzulösen—das Ausleiten des „Restes“ geht danach deutlich müheloser.

Anschrift des Verfassers:

Dr. med. Ulrike Güdel

Unterbiel 22

4418 Reigoldswil

info@psenergy.ch

www.psenergy.ch,

YouTube Kanal „[PSEnergy- chronisch krank muss nicht sein](#)“

Literatur zum Thema:

Banis, Ulrike: Praxis der Psychosomatischen Energetik, CoMed Verlag, 3. Auflage, 2005

Banis, Ulrike: Erdstrahlen & Co, Haug Verlag, 2. Aufl. 2004

Klessmann, Edda: Heiliges Fasten, heilloses Fressen, Huber Verlag, 1988