

# Ausleiten und Entgiften – Hat das auch etwas mit Energie zu tun?

*Von Dr. med. Ulrike Güdel*

2014 Copyright für privaten Gebrauch freigegeben

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

Aus dieser Erkenntnis heraus geben alle ganzheitlichen Therapeuten sich grosse Mühe, ihre Patienten regelmässig zu entgiften – sei es über Fastenkuren, Ausleitungsverfahren, Schröpfen, Sauna, Blutegel, Einläufe und was der Strategien mehr sind.

In der westlichen Zivilisation leiden 80% aller Menschen trotz ausreichender Ernährung, gutem Trinkwasser und angenehmen Lebensbedingungen an Darmflorastörungen, an Allergien oder Nahrungsunverträglichkeiten.

Es kann also nicht nur an den äusseren Rahmenbedingungen eines Lebens hängen, ob jemand gesund bleibt oder krank wird, sondern dass es muss innere Triebkräfte geben, die unser Denken, Fühlen und Handeln steuern.

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

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

Bei unseren Urvorfahren diente dieses System dazu, bereit zu sein für die Auseinandersetzung mit dem „Säbelzahntiger“ 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 leichter 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 wenig Lebensenergie hat, hat auch nur wenig Entgiftungskapazität.***

In solchen Fällen ist es dann wenig zielführend, den Körper über „Entsäuerungssalz“, Schwitzen, Dauerduschen, 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, bleibt dummerweise der „Dreck“ im Körper. 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!!

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 Blutdruckspitzen 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 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, finde ich im Unterbauch bei meinen Patienten folgende Themen

- Nervosität, innere Unruhe, Rastlosigkeit
- durchhalten müssen, Stress und Angst, die in den Körper fällt
- stärker erscheinen wollen, als man ist, „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 und kompensierender Organismus ist, geben wir einerseits homöopathische Informationen als 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“ zur Umsetzung. Das können Sätze sein, aber auch konkrete Handlungsanweisungen.

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 alleine seiner Eigenverantwortung überlassen.

Dass die Sätze aber wirken- und auch die homöopathischen Mittel, kann ich z.B. 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, dass ihre Patienten unter der PSEnergy plötzlich Schwermetalle ausscheiden können.

Die Patienten werden „ganz nebenbei“ fröhlicher, schauen besser auf sich und treten selbstbewusster auf, mit erheblichen Auswirkungen auf die Lebensgestaltung.

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.

Wer selbst keine PSEnergy machen will, kann sich unter [www.psenergy.ch](http://www.psenergy.ch) unter dem Stichwort „Therapeuten“ seine Kooperationspartner suchen.

*Anschrift des Verfassers:*

**Dr. med. Ulrike Güdel**

Unterbiel 22

4418 Reigoldswil

[www.psenergy.ch](http://www.psenergy.ch)

[info@psenergy.ch](mailto:info@psenergy.ch)