Andreas Moritz

Die wundersame Leber- und Gallenblasenreinigung

Leseprobe

Die wundersame Leber- und Gallenblasenreinigung

von Andreas Moritz

Herausgeber: Unimedica

Im Narayana Webshop finden Sie alle deutschen und englischen Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise.

Copyright:
Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern
Tel. +49 7626 9749 700
Email info@narayana-verlag.de
https://www.narayana-verlag.de

Narayana Verlag ist ein Verlag für Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise. Wir publizieren Werke von hochkarätigen innovativen Autoren wie Rosina Sonnenschmidt, Rajan Sankaran, George Vithoulkas, Douglas M. Borland, Jan Scholten, Frans Kusse, Massimo Mangialavori, Kate Birch, Vaikunthanath Das Kaviraj, Sandra Perko, Ulrich Welte, Patricia Le Roux, Samuel Hahnemann, Mohinder Singh Jus, Dinesh Chauhan.

Narayana Verlag veranstaltet Homöopathie Seminare. Weltweit bekannte Referenten wie Rosina Sonnenschmidt, Massimo Mangialavori, Jan Scholten, Rajan Sankaran & Louis Klein begeistern bis zu 300 Teilnehmer

Inhalt

Anmerkung aus rechtlichen Gründen x
Entscheidend ist der klinische Erfolg. xi
Widmung xii

Einführung 1

1 Gallensteine in der Leber: Ein großes Gesundheitsrisiko 13
Warum Galle so wichtig ist 20
Störungen des Verdauungssystems 21
Erkrankungen im Mundbereich 24
Erkrankungen des Magens 26
Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse 31
Erkrankungen der Leber 33
Erkrankungen der Gallenblase und der Gallengänge 42
Was sind Gallensteine? 44
Erkrankungen des Darms 50
Störungen des Herz-Kreislauf-Systems 55
Koronare Herzkrankheit 56
Entlarvung der Cholesterinlügen 64
Wie Cholesterin dem Menschen nützt 65
Statine – der große Betrug 68
Statine als Verursacher von Herzerkrankungen und Leberschäden 71
Kreislaufstörungen, Vergrößerung von Herz und Milz, Krampfadern, Lymphstau, Hormonstörungen 79
Störungen des Atemsystems 88
Störungen des Harnsystems 90
Störungen des Nervensystems 97
Erkrankungen der Knochen 100
Erkrankungen der Gelenke 103
Geheimnis der Autoimmunerkrankungen gelöst 103
Das Impfdilemma 106
CDC bei vorsätzlicher Fälschung von Impfforschungsdaten ertappt 109
Donald Trump erhebt seine Stimme 113
Schlaue Reaktion des Darms 116
Störungen des Fortpflanzungssystems 120
Erkrankungen der Haut 121
Risiken bei der Behandlung von Krankheiten 124

2 Wie erkenne ich, dass ich Gallensteine habe? ... 130
Anzeichen und Merkmale ... 131
Die Haut ... 131
Die Nase ... 133
Die Augen ... 134
Zunge, Mund, Lippen und Zähne ... 136
Hände, Nägel und Füße ... 138
Die Beschaffenheit des Stuhls ... 140
Schlussbemerkung ... 141

3 Die häufigsten Ursachen für Gallensteine (und Krankheiten) ... 142
1. Ernährung ... 145
Übermäßiges Essen ... 145
Essen zwischen den Mahlzeiten ... 147
Üppige Mahlzeiten am Abend ... 150
Übermäßiger Eiweißkonsum ... 150
Unser Körper – eine Eiweißfabrik ... 153
Kann man der Wissenschaft noch vertrauen? ... 154
Gesundheitsrisiken durch Fleisch ... 157
Fisch und Meeresfrüchte – unvermutete Gefahren ... 165
Vitamin-B12-Mangel ... 166
Der Mensch ist auf eiweißarme Ernährung ausgelegt ... 169
Gallenkolik auslösende Nahrungsmittel und Getränke ... 171
Künstliche Süßstoffe ... 173
Die Gefahren genetisch veränderter Nahrungsmittel ... 177
Verborgene Gefahren in raffiniertem Salz ... 179
Dehydratation ... 183
Belastungen durch Schwermetalle ... 186
Rapide Gewichtsreduktion ... 188
Der Low-Fat-Irrtum ... 190
Die Milchfettlügen ... 191
2. Pharmazeutika ... 195
Gefährliche Protokolle zur „Medikamentensicherheit" ... 196
Das Schreckgespenst der Medikamentenabhängigkeit ... 198
Moderne Medizin – die größte Tötungsmaschinerie der Menschheit ... 202
Krebsmedikamente führen schneller zum Tod ... 206
Krebs als Heilungsansatz ... 207
Die Kontrolle des Tumorwachstums führt zu Metastasierung ... 208
Vorsicht vor konventionellen Krebsbehandlungsmethoden ... 209

Was uns die Krankheit Krebs lehrt ... *211*
Hormonsubstitution und Empfängnisverhütung ... *212*
Andere Pharmazeutika ... *215*
Meiden Sie diese gefährlichen Medikamente ... *216*
Fluoridvergiftung ... *223*
Es gibt auch gesunde Fluoride: ... *226*
Medikamente für Kinder mit hirnschädigenden Substanzen ... *227*
Gelatine in Medikamenten, Impfstoffen und industriell verarbeiteten Nahrungsmitteln ... *228*
3. Impfstoffe – eine tödliche Falle ... 229
Die schädigenden Auswirkungen von Impfstoffen ... *229*
Die Körper hilfloser Kinder werden mit Gift vollgepumpt ... *237*
Ein Irrtum und seine Folgen ... *238*
Der Glaube an gefährliche Mythen ... *241*
Wissenschaftler enthüllen Impfstoffbetrug ... *246*
Grippeimpfstoffe sind zu 98,5 Prozent unwirksam ... *250*
Unerwartete Hilfe von Mutter Natur ... *257*
4. Lebensweise ... 264
Eingriffe in die biologische Uhr ... *264*
Der natürliche Schlaf-Wach-Zyklus ... *264*
Warum ein ungestörter Melatonin-Zyklus wichtig ist ... *267*
Warnung vor Melatonin-Ergänzungsmitteln ... *268*
Natürliche Essenszeiten ... *269*
5. Verschiedene Ursachen ... 270
Verminderte Magensaftsekretion ... *270*
Säfte und Smoothies– zu viel des Guten ... *273*
Stundenlanger Fernsehkonsum ... *275*
Emotionaler Stress ... *277*
Konventionelle Behandlungsmethoden bei Gallensteinen ... 279
1. Das Auflösen der Gallensteine ... *281*
2. Stoßwellentherapie ... *282*
3. Operation ... *283*
Schlussfolgerung ... 285

4 Die Leber- und Gallenblasenreinigung ... 287
Vorbereitung ... 288
Ernährungsempfehlungen (für die ersten fünf Tage) ... *290*
Die beste Zeit für die Reinigung: ... *290*

Bitte beachten Sie die folgenden Hinweise, wenn Sie regelmäßig Medikamente einnehmen! ... *290*
Sicherheitshinweis zu Krebsmedikamenten ... *292*
Hinweise zur Einnahme von Schilddrüsenmedikamenten ... *292*
Nahrungsergänzungsmittel ... *292*
Leberreinigung in welchem Alter? ... *292*
Reinigen Sie VOR und NACH der Leberreinigung Ihren Darm ... *292*
Was am 6. Tag der Vorbereitungsphase zu tun ist: ... *293*
Die eigentliche Leberspülung ... 294
Am Abend ... *294*
Am nächsten Morgen ... *296*
Ausreichend Wasser ist wichtig während der Reinigung ... *297*
Gegenanzeigen für eine Leberreinigung (wann eine Leberreinigung nicht zu empfehlen ist): ... *297*
Was Sie nun erwarten können ... 301
Antworten auf häufig auftretende Fragen ... 304
Ist es ratsam, vor der Leberreinigung eine Parasitenreinigung durchzuführen? ... *304*
Wie oft sollte die Leberreinigung durchgeführt werden? ... *306*
Wie gelangen große Gallensteine sicher durch die engen Gallenwege? ... *309*
Befolgen Sie das Ablaufprotokoll für eine sichere Leberreinigung ... *313*
Darm- und Nierenreinigung als wichtige Ergänzung ... *315*
Alternativen zu Apfelsaft bzw. Sauerkirschsaft ... *316*
Verwenden Sie ausschließlich bestes Natives Olivenöl extra ... *317*
Ist es ratsam, während der Vorbereitung auf eine Leberreinigung zu fasten? ... *318*
Schwierigkeiten im Zusammenhang mit der Leberreinigung ... 319
Schlafprobleme in der Nacht der Leberspülung ... *319*
Unverträglichkeit von Bittersalz ... *319*
Vorbehalte gegenüber der Einnahme von Bittersalz ... *320*
In der Medizin findet Bittersalz (Magnesium) Anwendung als ... *321*
Unverträglichkeit von Olivenöl ... *323*
Unverträglichkeit von Zitrussäften ... *324*
Leberreinigungen sind auch ohne Gallenblase möglich ... *324*
Warum vielleicht keine verkalkten Gallensteine ausgeschieden werden *325*
Kopfschmerzen, Übelkeit oder Unwohlsein während oder nach der Leberspülung ... *329*

Die Leberreinigung brachte nicht die erwarteten Ergebnisse *330*
Unterbrechung während der Vorbereitungsphase *332*
ACHTUNG: Gallenkolik (wie damit umzugehen ist) *332*
Können oder sollten Kinder Leberreinigungen machen? *335*

5 Einfache Leitlinien: Gallensteine in der Leber verhindern 337
1. Reinigen Sie Ihre Leber zweimal im Jahr 337
2. Achten Sie auf einen sauberen Darm 337
3. Achten Sie auf saubere Nieren 345
4. Trinken Sie regelmäßig ionisiertes Wasser 358
5. Achten Sie auf lebenswichtige ionische Mineralstoffe 359
6. „Gib uns unseren täglichen Schwefel!“ 362
7. Trinken Sie ausreichend Wasser 366
8. Trinken Sie weniger Alkohol 369
9. Vermeiden Sie übermäßiges Essen 371
10. Halten Sie regelmäßige Essenzeiten ein 372
11. Ernähren Sie sich ausgewogen vegetarisch/vegan 373
12. Vermeiden Sie „Lightprodukte“ 374
13. Verwenden Sie naturbelassenes Meersalz 375
14. Die Bedeutung von Ener-Chi Art 376
15. Achten Sie auf ausreichend Schlaf 377
16. Vermeiden Sie Überarbeitung 379
17. Treiben Sie regelmäßig Sport 380
18. Tanken Sie regelmäßig Sonnenlicht 382
19. Nutzen Sie die Kraft von Leber-Kräutern 394
20. Tägliches Ölsaugen oder Ölziehen 395
21. Lassen Sie alle Zahnfüllungen aus Metall ersetzen 396
22. Vermeiden Sie Wurzelkanalbehandlungen 397
23. Achten Sie auf Ihr emotionales Gleichgewicht und Ihre seelische Gesundheit 402

6 Was man von einer Leber- und Gallenblasenreinigung erwarten darf . 406
Ein Leben ohne Krankheiten 406
Verbesserte Verdauung, Energie und Vitalität 409
Schmerzfrei leben 412
Körperliche Beweglichkeit 413
Umkehrung des Alterungsprozesses 414
Innere und äußere Schönheit 416

Verbesserung der emotionalen Gesundheit 416
Geistige Klarheit und verbesserte Kreativität 417

7 Ende des Mythos um „Seifensteine“ aus Olivenöl 419
*** Ein besonderer Hinweis*** 435

8 Zusammenfassung 436

Anhang 438
Ener-Chi Ionisierte Steine 438
Über den Autor 442
Bezugsquellen 445
Therapeuten 448
Index 454

Einführung

Die meisten Menschen gehen davon aus, Gallensteine könnten nur in der Gallenblase vorkommen. Dies ist eine gängige, wenn auch falsche Annahme. Die meisten Gallensteine entstehen nämlich in der Leber, in der Gallenblase kommen dagegen verhältnismäßig wenige vor. Dies können Sie leicht selbst überprüfen, wenn Sie Ihre Leber im Rahmen einer Leberreinigung im wahrsten Sinne des Wortes durchspülen. Dabei kommt es überhaupt nicht darauf an, ob Sie Laie, Arzt oder Wissenschaftler sind oder ob Ihnen die Gallenblase entfernt wurde und Sie deshalb als frei von Gallensteinen gelten.

Die Ergebnisse einer solchen Leberreinigung[1] sprechen für sich. Weder eine Vielzahl wissenschaftlicher Beweise noch medizinischer Erklärungen können den gesundheitlichen Wert einer solchen Reinigung noch weiter untermauern. Jeder, der nach seiner ersten Leberreinigung im WC-Becken Hunderte grüner, beigefarbener, brauner oder schwarzer Gallensteine entdeckt, wird instinktiv spüren, einen wichtigen Schritt auf einem neuen Pfad im Leben getan zu haben.

Vielleicht sind Sie neugierig und beschließen, die ausgeschiedenen Steine zur Analyse an ein Labor zu schicken oder den Hausarzt zu fragen, was er davon hält. Ihr Arzt wird Sie möglicherweise darin unterstützen, dass Sie selbst etwas für Ihre Gesundheit tun möchten, oder aber Ihnen schlicht sagen, dies sei einfach lächerlich und Sie davor warnen. Egal was andere dazu sagen mögen, das Wichtigste an dieser Erfahrung ist, dass Sie aktiv, vielleicht sogar zum ersten Mal in Ihrem Leben, die Verantwortung für Ihre Gesundheit selbst in die Hand genommen haben.

Schätzungsweise 20 Prozent der Weltbevölkerung entwickeln irgendwann in ihrem Leben Gallenblasensteine und viele dieser Menschen werden sich für eine operative Entfernung dieses wichtigen Organs entscheiden. Obwohl eine Gallenblasenoperation selten unumgänglich ist und langfristige, verheerende

1 Mit Leberreinigung meine ich gleichzeitig auch die Reinigung der Gallenblase.

Folgen nach sich ziehen kann[2], geben die meisten Patienten dem Druck ihres Arztes und ihrer Angehörigen nach und lassen sich operieren. Es kommt sogar vor, dass Ärzte ihren Patienten sagen, eine Gallenblasen-OP habe keinerlei Folgen. Sollten Sie zu denen gehören, die keine Gallenblase mehr haben, lesen Sie bitte weiter. Für Sie ist es sogar noch wichtiger, die Leber von Gallensteinen zu befreien, als für diejenigen, die sie noch haben.

Die Zahl der Menschen mit Gallensteinen in der *Leber* ist weitaus größer als die derjenigen mit Gallensteinen in der *Gallenblase*. In den etwa 35 Jahren, die ich als Naturheilpraktiker tätig bin, habe ich Tausende von Menschen mit den unterschiedlichsten chronischen Krankheiten untersucht, und ich kann bezeugen, dass jeder Einzelne von ihnen eine beträchtliche Zahl von Gallensteinen in der Leber aufwies. Erstaunlicherweise hatten nur relativ wenige von ihnen berichtet, je Steine in der Gallenblase gehabt zu haben. Gallensteine in der Leber sind, wie Sie im Zuge der weiteren Lektüre erfahren werden, das größte Hindernis, wenn es darum geht, wahre Gesundheit, Jugendlichkeit und Vitalität zu erlangen und diese auch aufrechtzuerhalten. Sie sind letztlich immer einer der wichtigsten Gründe dafür, dass Menschen krank werden und nur schwer von Krankheiten genesen.

Die mangelnde Erkenntnis, dass sich in der Leber Gallensteine bilden und zudem ein extrem häufiges Phänomen darstellen, könnte eines der unglückseligsten Versäumnisse sein, die jemals im Bereich der Medizin – ob konventionell oder ganzheitlich – gemacht wurden.

Sich im Hinblick auf die Einschätzung des gesundheitlichen Zustandes der Leber zu Diagnosezwecken so stark auf Bluttests zu verlassen, wie es in der Schulmedizin der Fall ist, kann sich in Wirklichkeit als gravierender Nachteil herausstellen. Die meisten Menschen, die über Beschwerden der einen oder anderen Art klagen, weisen möglicherweise völlig normale Leberenzymwerte im Blut auf, obwohl sie unter einer chronischen Stauung der Gallenwege in der Leber leiden.

Stauungen in den Gallengängen in der Leber gehören zu den häufigsten Gesundheitsproblemen. In der konventionellen Medizin finden sie dennoch weder Beachtung, noch steht eine verlässliche Diagnosemethode für dieses Krankheitsbild zur Verfügung. Teil der Standardtests ist die Feststellung der Leberenzymwerte im Blut. Diese Werte sind aber nur erhöht, wenn die Leberzellen bereits in fortgeschrittenem Maße zerstört sind, wie es beispielsweise bei Leberentzündung, Hepatitis und Zirrhose der Fall ist. Normalerweise sind die Gallengänge in der Leber schon jahrelang gestaut, bevor ein Leberschaden überhaupt zutage tritt.

2 Complications after Gallbladder Surgery, steadyhealth.com

Warum Galle so wichtig ist

Wie bereits erwähnt ist die Produktion von Gallensekret (etwa 0,9–1,4 Liter pro Tag) eine der wichtigsten Funktionen der Leber. Galle ist eine zähflüssige, gelbe, braune oder grünliche Flüssigkeit, die mit einem pH-Wert von 9,5 hoch alkalisch ist und bitter schmeckt. Ohne eine ausreichende Menge an Galle könnte die vom Magen in den Dünndarm gelangende Salzsäure im Magen-Darm-Trakt zu Verbrennungen führen. Außerdem würde zugeführte Nahrung nicht oder nur unvollständig verdaut werden. Damit beispielsweise der Dünndarm Nahrung verdauen und das damit aufgenommene Fett sowie Kalzium resorbieren kann, muss diese zunächst mit Galle vermischt werden.

Bei einer nicht ausreichenden Gallenbildung wird Fett nicht optimal resorbiert und das unverdaute Fett verbleibt im Darm. Unverdautes Fett, das mit anderen Stoffwechselprodukten den Dickdarm erreicht, wird teilweise von Darmbakterien in Fettsäuren zersetzt oder mit dem Stuhl ausgeschieden. Da Fett leichter ist als Wasser, kann es in einem solchen Fall zu im WC schwimmendem Stuhl kommen. Wird Fett nicht resorbiert, dann kann auch Kalzium nicht aufgenommen werden. Die Folge ist ein Kalziummangel im Blut, das sich daraufhin aus den Knochen mit dem nötigen Kalzium versorgt.

Die meisten Probleme im Zusammenhang mit der Knochendichte (Osteoporose) beruhen eigentlich eher auf einer unzureichenden Gallenabsonderung und schlechter Fettverdauung als auf einem echten Kalziummangel in der Nahrung. Nur wenige Ärzte sind sich dieser Tatsache bewusst und verschreiben daher ihren Patienten häufig Kalziumpräparate, ohne damit etwas gegen die eigentlichen Ursachen des Kalziummangels auszurichten.

Außerdem benötigt der Körper Fette zur Unterstützung der Verdauung und Verwertung von Proteinen und Kohlenhydraten. Für die Verdauung dieser Fette wiederum muss die Gallenblase ausreichend Galle ausstoßen. Steht zu wenig Gallensekret zur Verfügung, bleibt die Nahrung größtenteils unverdaut und wird durch Bakterien zersetzt. Blähungen, Unwohlsein und Aufgedunsenheit gehören zu den ersten Warnzeichen für eine ernsthafte Beeinträchtigung dieser wichtigen Funktion der Leber.

Neben dem Abbau der Fette in unserer Nahrung ist Galle gleichzeitig auch an der Ausleitung von Giftstoffen aus der Leber beteiligt. Die Leber ist das wichtigste Entgiftungsorgan des Körpers und die Gesundheit jeder einzelnen Zelle hängt davon ab, wie effektiv sie diese Aufgabe bewältigen kann.

Wie schon in der Einführung erwähnt, besitzen die beiden in Galle enthaltenen Farbstoffe Bilirubin und Biliverdin wichtige antioxidative und antimuta-

gene Eigenschaften. Bei einer höheren Konzentration an Gallenfarbstoffen im Blut konnte eine geringere Häufigkeit an Krebs- und Herz-Kreislauf-Erkrankungen gezeigt werden.

Eine der weniger bekannten, aber extrem wichtigen Funktionen der Galle ist die Entsäuerung und Reinigung von Dünn- und Dickdarm. Galle fungiert als natürliches, körpereigenes Abführmittel, und so sind Verstopfung und Darmträgheit die gängigsten Folgen einer zu geringen Gallenbildung.

Wird der Gallenfluss durch Steine in der Leber oder der Gallenblase stark beeinträchtigt, kann der Stuhl anstatt der normalen braunen Farbe eine gelbbraune, orangegelbe oder blassgelbe, lehmähnliche Färbung annehmen.

Gallensteine sind eine direkte Folge von ungesunder Ernährung und Lebensweise. Selbst wenn alle anderen Ursachen einer chronischen Krankheit erfolgreich bekämpft wurden, ist, solange noch Steine in der Leber oder Gallenblase vorhanden sind, nicht auszuschließen, dass die Genesung nur von kurzer Dauer sein wird oder sich gar als unmöglich erweist.

Gallensteine stellen ein beträchtliches Gesundheitsrisiko dar und können verschiedene Krankheiten und vorzeitiges Altern zur Folge haben. Auf den folgenden Seiten werden einige der wichtigsten Gesundheitsschäden aufgezeigt, die Gallensteine für die unterschiedlichen Körpersysteme und -organe nach sich ziehen können. Erst wenn diese Steine beseitigt sind, kann der Körper als Ganzes seine normalen, gesunden Funktionen wieder voll aufnehmen.

Störungen des Verdauungssystems

Der erste Bereich des Körpers, der massiv von Gallensteinen in Leber und Gallenblase beeinträchtigt wird, ist das Verdauungssystem, das sich mit dem Wurzelsystem einer Pflanze oder eines Baums vergleichen lässt.

Im Verdauungstrakt, auch Verdauungskanal oder Verdauungsapparat genannt, spielen sich vier wichtige Prozesse der Verdauung ab: Nahrungsaufnahme, Verdauung, Resorption und Ausscheidung. Der Verdauungskanal erstreckt sich vom Mund weiter über Brustkorb, Unterleib und Beckengegend und endet im After (siehe **Abb. 2**). Sobald man etwas isst, wird eine ganze Reihe von Verdauungsprozessen in Gang gesetzt. Dabei kann unterschieden werden zwischen einer rein mechanischen Zerkleinerung des Essens durch das Kauen sowie einer chemischen Zerlegung des Essens durch Enzyme, die in den von verschiedenen Drüsen des Verdauungssystems produzierten Sekreten vorhanden sind.

Enzyme sind kleinste chemische, aus Proteinen bestehende Substanzen, die in anderen Substanzen chemische Vorgänge in Gang setzen oder beschleunigen, ohne sich jedoch dabei selbst zu verändern. Verdauungsenzyme finden sich in dem von den Speicheldrüsen produzierten Speichel im Mund, im Magensaft, im Dünndarmsekret, im Bauchspeicheldrüsensekret und in Leber und Gallenblase.

Resorption ist der Prozess, durch den winzige Partikel verdauter Nahrung durch die Darmwand in die Blut- und Lymphgefäße gelangen, die wiederum dazu beitragen, die Nährstoffe an die Zellen des Körpers zu verteilen.

Schließlich werden vom Darm alle Substanzen wieder ausgeschieden, die nicht verdaut oder resorbiert werden können, wie beispielsweise die Cellulose der Pflanzenfasern. Auch diese Ausscheidungen des Darms, der Kot also, enthalten Galle, die die durch den Abbau roter Blutkörperchen (Katabolismus) entstehenden Schlacken mit sich führt und entsorgt. Galle enthält Bilirubin, das aus eben diesen abgestorbenen roten Blutkörperchen entsteht, und bei normalem Stuhl für die braune Farbe sorgt.

In einem gesunden Verdauungssystem besteht etwa ein Drittel des ausgeschiedenen Kots aus abgestorbenen Darmbakterien. Der Rest setzt sich zusammen aus unverdaulichen Fasern und abgestoßenen Zellen der Darmschleimhaut. Der Körper kann nur dann reibungslos und effizient funktionieren, wenn der Darm all diese täglich anfallenden Abfallstoffe regelmäßig entsorgt. Geschieht dies nicht, kann der Körper geradezu zu einer Abfallgrube verkommen, die ihn allmählich nach unten zieht.

Eine stabile Gesundheit setzt voraus, dass jeder dieser für das Verdauungssystem wichtigen Vorgänge sich mit dem übrigen Körper in einem Gleichgewicht befindet und all diese Vorgänge reibungslos ineinandergreifen. Ist dagegen eine oder sogar mehrere dieser Funktionen beeinträchtigt, entwickeln sich sowohl im Verdauungssystem als auch in anderen Bereichen des Körpers krankhafte Zustände. Gallensteine in Leber und Gallenblase wirken sich nachteilig auf Verdauung und Resorption von Nahrung und Nährstoffen aus, ebenso wie auf das körpereigene Entsorgungssystem.

Erkrankungen im Mundbereich

Für die meisten Krankheiten im Mundbereich können Gallensteine in der Leber und der Gallenblase verantwortlich gemacht werden. Die Steine tragen zu einer gestörten Verdauung und mangelnder Resorption der Nahrung bei, was

zwangsläufig dazu führt, dass Schlacken, die eigentlich ausgeschieden werden müssten, im Verdauungstrakt verbleiben. Schlacken im Darm schaffen eine unreine, toxische Umgebung, die eine übermäßige Entwicklung zerstörerischer Mikroorganismen fördert und die Erhaltung gesunden, widerstandsfähigen Gewebes behindert.

Bakterielle Infektionen (Soor) und virale Infektionen (Herpes) im Mund treten nur dann auf, wenn sich im Darm beträchtliche Mengen von Schlacken angesammelt haben. Jede noch so kleine Menge an festsitzenden Abfallprodukten zieht natürlicherweise zersetzende Bakterien an, die den Verwesungsprozess in Gang setzen, um das Material abzubauen und zu reduzieren. Insbesondere anaerobe Organismen, die im Magen-Darm-Trakt entstehen, wandeln nach und nach unverdaute Kohlenhydrate, Fette und Proteine um, was zur Bildung organischer Säuren (Propionsäure, Milchsäure) und Gasen (Methan, Schwefelwasserstoff, Ammoniak) führt. Dieser Prozess der Wucherung sich zersetzender Mikroorganismen, auch Fäulnis genannt, führt zu jenem sehr unangenehmen Gefühl der Aufgeblähtheit. Ein solches Völlegefühl lässt sich kaum ignorieren, denn man fühlt sich dabei, als würde jede Lebensfreude aus einem herausgesogen.

Einige dieser starken Toxine und Gase, die durch zersetzende Bakterien im Darm entstehen, werden von Blut und Lymphe aufgenommen und gelangen darüber zur Leber und zum Gehirn, was einen Verlust von Energie und zunehmende Benommenheit nach sich zieht. Die übrigen Giftstoffe verbleiben im Darm, wo sie für die Schleimhaut (die vom Mund bis zum After reicht) eine konstante Quelle der Reizung darstellen. Schließlich können sich Teile der Darmschleimhaut entzünden und Geschwüre ausbilden. Das so geschädigte Darmgewebe zieht immer mehr spezifische Mikroorganismen in den Verletzungsbereich, die helfen sollen, schwache und geschädigte Zellen abzubauen und zu entsorgen. Genau das ist es, was man *Infektion* nennt. Die meisten Ärzte und Laien werden die Krankheitserreger für eine Infektion verantwortlich machen und nicht einmal in Betracht ziehen, dass dahinter eine Notwendigkeit für eine solche Hilfe durch Bakterien stecken könnte.

Eine Infektion ist ein völlig natürliches Phänomen, das in der Natur überall dort zu beobachten ist, wo etwas zersetzt werden muss. Bakterien greifen niemals etwas an (infizieren), das so rein, vital und gesund ist wie eine am Baum hängende frische, intakte Frucht. Erst wenn das Obst überreif ist, nicht ausreichend mit Nährstoffen versorgt wird oder zu Boden fällt, nehmen Bakterien ihre Aufräumarbeiten auf. Wenn Bakterien Nahrungsmittel oder Fleisch zersetzen, bilden sie Giftstoffe. Diese Toxine sind leicht an ihrem unangenehm fauligen oder säuerlichen Geruch zu erkennen. Etwas sehr Ähnliches findet im

Körper statt, wenn Bakterien sich im Darm an unverdauter Kost zu schaffen machen. Spielt sich dies Tag für Tag und Monat für Monat im Körper ab, dann führen die dabei entstehenden Giftstoffe unweigerlich zum Auftreten von Krankheitssymptomen.

Soor, genauer gesagt Kandidose, hervorgerufen durch eine Hefepilzinfektion, die weiße Flecken im Mund und auf der Zunge verursacht, ist ein Hinweis auf eine große Zahl von Hefebakterien, die sich im gesamten Verdauungstrakt inklusive der Mundregion ausgebreitet haben. Die Infektion bricht im Mund aus, da dort die Schleimhaut nicht so widerstandsfähig ist wie in den tiefer gelegenen Bereichen des Verdauungstrakts.

Die Hauptquelle für Soor jedoch liegt im Darm. Da sich der größte Teil des Immunsystems in der Schleimhaut des Magen-Darm-Trakts befindet, deutet Soor auf eine insgesamt verminderte Abwehrkraft des Körpers hin. Die Hefepilze können im Darm ungehindert wachsen und sich ausbreiten.

Herpes, von Medizinern zu den Viruskrankheiten gezählt, äußert sich ähnlich wie Soor. Der Unterschied liegt darin, dass es hier nicht Bakterien sind, die das Zelläußere angreifen, sondern Viren, die das Zellinnere, also den Kern angreifen. In beiden Fällen attackieren die *Angreifer* ausschließlich abwehrschwache, ungesunde Zellen, insbesondere solche, die bereits geschädigt oder funktionsgestört und potenziell anfällig dafür sind, zu Tumorzellen zu mutieren.

Und als wäre dies noch nicht genug des Überlebenskampfes, können sich in Gallensteinen Unmengen an Bakterien und Viren eingelagert haben, die die Leber über die abgesonderte Gallenflüssigkeit verlassen und jene Bereiche des Körpers angreifen, die am wenigsten entgegenzusetzen haben oder bereits geschwächt sind. Wichtig ist, sich vor Augen zu führen, dass Krankheitserreger den Körper nicht infizieren, es sei denn, er bedarf deren Hilfe. Der Darmtrakt ist auf Galle angewiesen, nur mit ihrer Hilfe kann er sich selbstständig sauber halten und genau dies wird durch einen Mangel an Galle im Darm verhindert. Die nächstbeste Lösung im Kampf gegen schädliche Rückstände ist es, sich die Hilfe von Bakterien zu holen, um diese zu zersetzen.

Gallensteine in den Gallengängen der Leber und in der Gallenblase können aber auch andere Probleme im Mundbereich verursachen. Sie verhindern eine angemessene Gallenbildung, was sich wiederum negativ auf den natürlichen Appetit und die Bildung von Speichelsekret im Mund auswirkt. Eine ausreichende Speichelmenge ist aber unabdingbar für eine gute Mundhygiene und auch, um das Gewebe im Mundbereich weich und geschmeidig zu halten. Bei nicht ausreichender Speichelbildung können sich früher oder später Krankheitserreger in der Mundhöhle ansiedeln, was Karies, Zahnfleischrückgang und andere

Ein kräftiger Gallenfluss sorgt für eine gute Verdauung und Resorption der Nahrung und hat einen stark reinigenden Effekt auf den gesamten Darmtrakt. Jeder einzelne Bereich des Körpers ist auf die Nährstoffe angewiesen, die durch den Verdauungsvorgang verfügbar gemacht werden, ebenso wie auf eine effiziente Entsorgung der dabei entstehenden Abfallstoffe. Gallensteine in der Leber und in der Gallenblase stören diese beiden lebenswichtigen Abläufe in hohem Maße. Aus diesem Grund können sie für die meisten, wenn nicht sogar für alle Leiden, die den Körper heimsuchen können, verantwortlich gemacht werden. Die Beseitigung von Gallensteinen hilft dabei, die Verdauungs- und Entsorgungsfunktionen zu normalisieren, den Zellstoffwechsel zu stärken und das körperliche und seelische Gleichgewicht zu erhalten.

Wichtige Anmerkung zu Hocktoiletten: Das Sitzen auf einer in der westlichen Welt typischen Toilette verlangt dem Nutzer Anstrengung ab, was die Darmentleerung erschwert und unvollständig macht. Der Mensch ist von Natur aus so gebaut, seine Notdurft im Hocken zu verrichten, so wie man es bei allen Naturvölkern sieht. Damit der Darm gründlich entleert wird, muss er durch die Oberschenkel zusammengedrückt werden. Außerdem muss der Musculus puborectalis, der Schambein-Mastdarm-Muskel, entspannt sein und die Ileozäkalklappe, ein Verschluss des Dünndarms, geschlossen sein. Da die Sitztoilette diesen Anforderungen nicht gerecht wird, ist es nahezu unmöglich, den Dickdarm vollständig zu entleeren. In sitzender Position zwingt der Musculus puborectalis den Mastdarm aus seiner natürlichen Lage heraus und würgt ihn sozusagen ab. Auf diese Weise werden Luft- und Stuhlbewegungen blockiert. Die Folge ist ein Kotstau, was auf lange Sicht zu Hämorrhoiden, Appendizitis, Polypen, Colitis ulcerosa, Reizdarmsyndrom, Divertikulose und Dickdarmkrebs führen kann. Die Hockstellung hingegen entspannt den Musculus puborectalis und streckt den Mastdarm. Kinder nehmen in allen Zivilisationen instinktiv diese Stellung ein, um Blase und Darm zu entleeren. Studien belegen, dass sich bei diesen Kindern, wenn ihnen nicht später das Sitzen auf einer Toilettenschüssel antrainiert wird, sehr selten diese Darmerkrankungen entwickeln, solange Ernährungs- und Lebensgewohnheiten ausgewogen sind. (Beachten Sie für den Kauf einer guten Hocktoilette die Bezugsquellen.)

Störungen des Herz-Kreislauf-Systems

Aus Gründen der Anschaulichkeit habe ich das Herz-Kreislauf-System in zwei Hauptbereiche unterteilt, den Blutkreislauf und das lymphatische System.

Der Blutkreislauf besteht aus dem Herzen, das als Pumpe dient, und den Blutgefäßen, durch die das Blut fließt.

Das lymphatische System besteht aus Lymphknoten und Lymphgefäßen, durch welche die farblose Lymphflüssigkeit fließt. Der Lymphe (Gewebswasser) kommt eine Vielzahl untereinander abhängiger Aufgaben zu. Sie sorgt für die Ableitung der die Gewebezellen umgebenden Flüssigkeit und nimmt Fettsäuren aus dem Darmtrakt auf, die sie zur Leber transportiert. Außerdem befördert sie weiße Blutzellen zwischen den Lymphknoten und den Knochen hin und her.

Der Körper enthält dreimal so viel Lymphflüssigkeit wie Blut. Die Lymphe nimmt Abfallstoffe aus den Zellen sowie Zelltrümmer auf und leitet diese aus dem Körper heraus.

Das lymphatische System ist der primäre Kreislauf, den alle Zellen des Immunsystems nutzen: Makrophagen, T-Zellen, B-Zellen, Lymphozyten und andere. Ein ungehindert funktionierendes lymphatisches System ist Voraussetzung für die Aufrechterhaltung von starker Abwehrkraft und Homöostase.

Koronare Herzkrankheit

Herzinfarkte stehen in den USA als Todesursache an erster Stelle. Obwohl ein Herzinfarkt plötzlich eintritt, ist er eigentlich mehr das Endstadium einer heimtückischen Erkrankung, die sich über Jahre entwickelt. Es geht um die koronare Herzkrankheit. Da diese Krankheit vorwiegend wohlhabende Länder betrifft und vor 1900 kaum jemand daran starb, werden wir ihre Ursache wohl in unserer modernen Lebensweise, den industriell verarbeiteten Nahrungsmitteln und unseren häufig unausgewogenen Essgewohnheiten suchen müssen. Schon lange allerdings, bevor das Herz nicht mehr richtig arbeitet, verliert die Leber einen Großteil ihrer Lebenskraft und Effizienz.

Die Leber hat einen großen Einfluss auf das gesamte Kreislaufsystem, somit auch auf das Herz. In der Tat ist die Leber der wichtigste Beschützer des Herzens. Unter normalen Bedingungen wird venöses Blut, das über die Pfortader aus dem unteren Bereich des Verdauungssystems, der Milz und der Bauchspeicheldrüse kommt, durch die Leber gründlich entgiftet und gereinigt.

Die Leber sorgt nicht nur dafür, Alkohol abzubauen, sondern entgiftet auch schädliche Substanzen wie durch Mikroorganismen produzierte Giftstoffe. Außerdem tötet sie schädliche Bakterien und Parasiten ab und neutralisiert mithilfe spezifischer Enzyme bestimmte Bestandteile von Medikamenten. Eine der genialsten Leistungen der Leber ist ihre Fähigkeit, den Stickstoffanteil in

Aminosäuren abzubauen, da dieser für den Aufbau neuer Proteine nicht erforderlich ist. Aus diesem Abbaustoff bildet die Leber Harnstoff, der vom Blut aufgenommen und mit dem Urin ausgeschieden wird. Außerdem baut die Leber die Nukleoproteine ausgedienter Körperzellen ab. Ein Nebenprodukt dieses Prozesses ist die Harnsäure, die ebenfalls mit dem Urin ausgeschieden wird.

Die Leber filtert gut 1,5 Liter Blut pro Minute, lediglich das saure Kohlendioxid wird noch über die Lungen ausgeschieden (siehe **Abb. 8**).

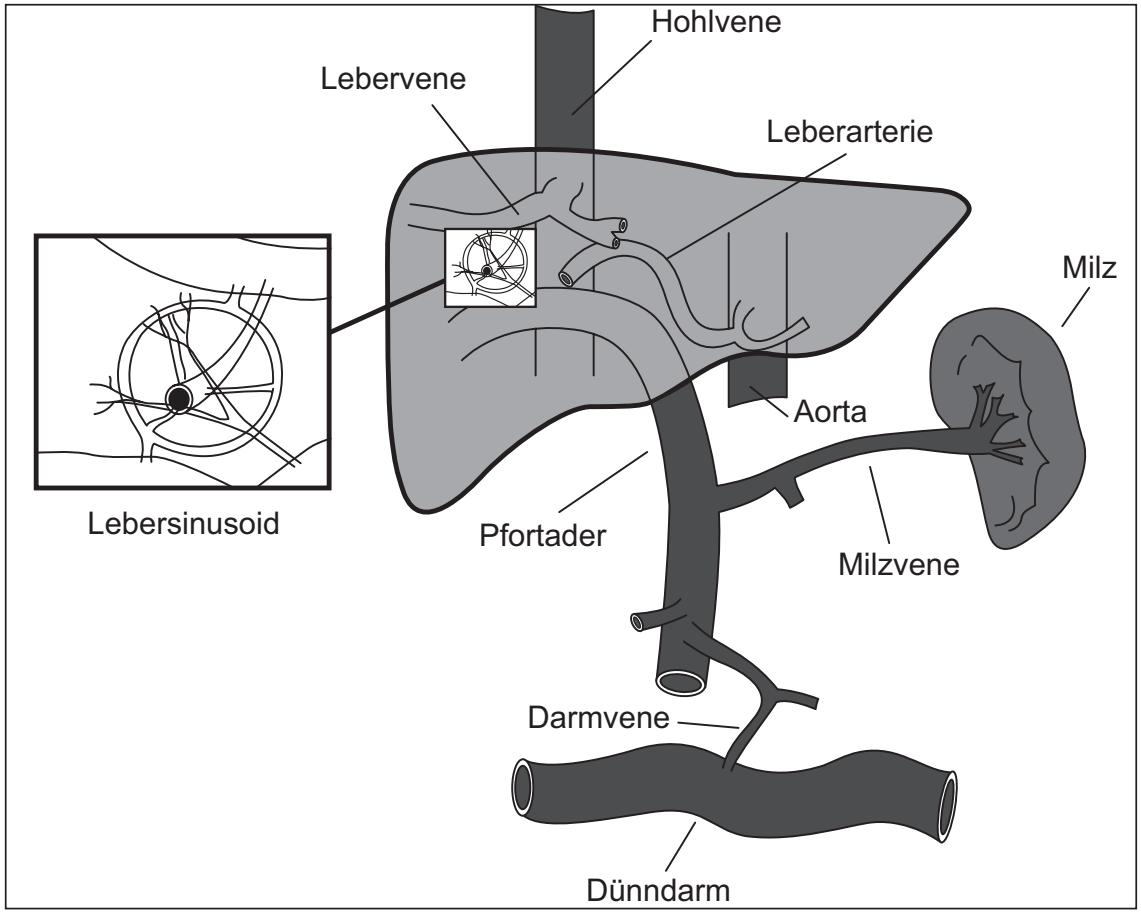

Abb. 8: Blutkreislauf und -filtersystem in der Leber

Nachdem das Blut in der Leber gereinigt wurde, gelangt es durch die Lebervene in die untere Hohlvene, die es direkt in die rechte Herzkammer transportiert. Von dort wird das venöse Blut in die Lungen transportiert, wo der Gasaustausch stattfindet: Kohlendioxid wird ausgestoßen und Sauerstoff aufgenommen. Das nun mit Sauerstoff angereicherte Blut gelangt nach Verlassen der Lungen in die linke Herzkammer. Von dort wird es in die Aorta gepumpt, die das gesamte Körpergewebe mit sauerstoffreichem Blut versorgt.

Gallensteine in den Gallengängen der Leber greifen in den Grundaufbau der Leberläppchen ein. Folglich kann es dazu kommen, dass die Blutgefäße, die diese Zellverbände versorgen, Verformungen entwickeln, die den Blutfluss

stark behindern. Die Leberzellen werden geschwächt oder geschädigt und immer mehr Zelltrümmer gelangen in das Blut, was das Blutreinigungsvermögen der Leber zusätzlich beeinträchtigt. Als Folge davon sammeln sich immer mehr schädliche Substanzen sowohl in der Leber als auch im Blut an.

Eine gestaute Leber kann den venösen Blutfluss zum Herzen behindern, was Herzrasen oder sogar einen Herzinfarkt zur Folge haben kann. Es liegt auf der Hand, dass Giftstoffe, die nicht durch die Leber neutralisiert werden, am Ende das System aus Herz und Blutgefäßen schädigen.

Eine weitere Konsequenz einer gestauten Leber ist, dass sowohl die Proteine aus abgestorbenen Zellen (von denen der Körper täglich etwa 30 Milliarden bewältigen muss) als auch nicht verwertete Nahrungseiweiße nicht ausreichend abgebaut werden, was wiederum dazu führt, dass die Eiweißkonzentration im Blut steigt. Dies kann das Blut verdicken und die Funktion der Blutplättchen (Thrombozyten) beeinträchtigen. Daher versucht der Körper, diese Proteine an den Gefäßinnenwänden abzulagern (eine genauere Erläuterung dieses Vorgangs folgt unten).

Ist aber einmal die Aufnahmekapazität des Körpers für Proteine erschöpft, sind alle vom Blut neu aufgenommen Proteine im Blutkreislauf gefangen. Dabei kann sich die Zahl der roten Blutkörperchen erhöhen, was den Anteil des Zellvolumens am Gesamtblut, dem sogenannten Hämatokrit, auf extreme Werte ansteigen lassen kann. Gleichzeitig steigt die Hämoglobin-Konzentration im Blut, was zu einer Rötung der Haut führen kann, insbesondere im Gesicht und im Brustbereich. (**Anmerkung**: Hämoglobin ist ein Proteinkomplex, der in der Lunge Sauerstoff bindet und dieses in alle anderen Körperzellen transportiert.) Außerdem vergrößern sich dabei die roten Blutkörperchen und werden daher zu groß für die feinen Gefäße des Kapillarnetzes. Dies hat natürlich zur Folge, dass das Blut zu zähflüssig wird und daher eher zu Gerinnung neigt (Blutplättchen, die miteinander verkleben).

Die Bildung von Blutgerinnseln gilt als wichtigster Risikofaktor für Herzinfarkt oder Schlaganfall. Da Fett keine gerinnenden Eigenschaften hat, beruht dieses Risiko in erster Linie auf der hohen Eiweißkonzentration im Blut und in den Gefäßwänden.

Forscher haben herausgefunden, dass die schwefelhaltige Aminosäure Homocystein (Hcy) sowohl die kleinen, am Anfang eines Arterienschadens stehenden Gerinnsel begünstigt als auch die katastrophalen Gerinnsel, die die meisten Herzinfarkte und Schlaganfälle letztlich auslösen[29]. Man muss sich vor Augen

29 Ann Clin & Lab Sci 1991; Lancet 1981

3 Die häufigsten Ursachen für Gallensteine (und Krankheiten)

Galle besteht aus Wasser, Schleim, Gallenfarbstoffen (wie Bilirubin), Gallensäuren, Fetten und Cholesterin sowie Enzymen und nutzbringenden Bakterien. Leberzellen sondern diese dunkelgrüne bis gelblich-braune Flüssigkeit ab in die Canaliculi, feinste Gallenkanälchen. Diese vereinen sich zu größeren Kanälen, die sich wiederum mit dem linken und dem rechten Lebergang zusammenschließen. Diese beiden Lebergänge vereinen sich schließlich zum *Ductus hepaticus communis*, dem gemeinsamen Lebergang, durch den die Galle aus der Leber abläuft und der die Gallenblase mit der entsprechenden Menge an Galle versorgt, um einen reibungslosen und effizienten Verdauungsprozess zu gewährleisten.

Neben ihrem Beitrag bei der Fettverdauung übernimmt die alkalische Galle aber auch die Funktion, überschüssige Magensäure zu neutralisieren, bevor diese in den letzten Abschnitt des Dünndarms, das Ileum, gelangt. Gallensäuren dienen auch als natürliches Bakterizid, das Mikroorganismen in verzehrter Nahrung unschädlich machen.

Jede abnormale Veränderung in der Zusammensetzung der Galle wirkt sich auf die Löslichkeit ihrer Bestandteile aus und verursacht dadurch Gallensteine. Der Einfachheit halber habe ich Gallensteine in zwei grundlegende Arten unterteilt: Cholesterinsteine und Pigmentsteine. Daneben gibt es auch gemischte Steine, also solche, die sich aus verschiedenen Bestandteilen der Galle zusammensetzen.

Einige Cholesterinsteine bestehen zu mindestens 80 Prozent aus Cholesterin, sind oval, zwei bis drei Zentimeter lang und haben innen häufig einen winzigen, dunklen Kern. Sie sind hellgelb bis dunkelgrün oder braun und in der Regel steinhart. Die Steine mit einem geringeren Cholesteringehalt sind hellgrün oder beige-grün und zunächst weich wie Kitt. Treten sie in der Gallenblase auf, können sie hart werden und verkalken. In den Lebergallengängen hingegen bleiben Cholesterinsteine weich.

Teilweise enthalten sie organisches, fettreiches Material.

Pigmentsteine sind aufgrund ihres hohen Gehalts am Gallenpigment Bilirubin braun, rot oder schwarz. Wie hart sie sind, hängt vom jeweiligen Anteil der

enthaltenen Kalziumsalze ab. Pigmentsteine enthalten weniger als 20 Prozent Cholesterin.

Im Gegensatz zu den weichen, nicht verkalkten Cholesterinsteinen können verkalkte Cholesterin- und Pigmentsteine durch Röntgenstrahlen oder Ultraschall sichtbar gemacht werden. In der Regel entwickeln diese sich nur in der Gallenblase.

Zu ungewöhnlichen Veränderungen in der Zusammensetzung der Galle kann es auf mehrere Arten kommen. Aufgrund der lösenden Eigenschaften der Gallensäuren und – natürlich – reichlicher Mengen an Wasser bleibt Cholesterin im Normalfall flüssig. Ein erhöhter Cholesterinanteil in der Galle (der normalerweise nur bei 0,3 Prozent liegt) macht diese Eigenschaft der Gallensäuren zunichte und fördert somit die Bildung von Cholesterinsteinen. Und dementsprechend führt auch eine Verringerung der Gallensäuren, die in der Leber produziert werden, zur Entstehung von Cholesterinsteinen. Nimmt man darüber hinaus zu wenig Wasser zu sich, dickt die Galle ein und ein Großteil des Cholesterins wird nicht mehr ausreichend gelöst. Stattdessen bildet es kleine Cholesterinklumpen, die mit der Zeit immer größer werden.

Pigmentsteine bilden sich, wenn die Konzentration des Gallenfarbstoffs Bilirubin, eines Abfallprodukts aus dem Abbau roter Blutkörperchen, steigt. Menschen mit einer hohen Zahl an weichen Cholesterinsteinen in der Leber laufen Gefahr, an einer Leberzirrhose, Sichelzellenanämie oder anderen Blutkrankheiten zu erkranken. Jede einzelne dieser Erkrankungen wiederum kann eine höhere Konzentration von Bilirubin in der Galle nach sich ziehen. Auffällig hohe Bilirubinwerte führen zur Bildung von Pigmentsteinen (siehe **Abb. 15**) in der Leber und der Gallenblase.

Wenn es zu einer unausgewogenen Zusammensetzung der Galle in der Leber kommt, dann verbinden sich nach und nach kleine Cholesterinkristalle mit anderen Gallenbestandteilen zu kleinen Klumpen in den Gallengängen in der Leber. Diese winzigen Gallenklümpchen können die noch feineren Gallenkanälchen leicht verstopfen. Der Gallenfluss wird dadurch zusätzlich verlangsamt, sodass sich immer mehr Galle an die bereits existierenden Klumpen haftet. Irgendwann sind die Klumpen dann so groß, dass sie als Steine bezeichnet werden können.

Abb. 15: Bilirubinsteine

Es ist möglich, dass einige dieser Steine in die größeren Gallengänge gelangen und sich dort wieder mit anderen Steinen verbinden oder selbst zu größeren Steinen heranwachsen. So wird mit der Zeit der Gallenfluss auch in den größeren Gallengängen immer stärker beeinträchtigt. Sind erst einmal mehrere der größeren Gallengänge mehr oder weniger blockiert, zieht dies wiederum Hunderte von kleineren Gängen in Mitleidenschaft und der Teufelskreis schließt sich.

Irgendwann sind die Gänge der Leber so stark mit intrahepatischen Steinen (jene in der Leber selbst) blockiert, dass sich die für den Verdauungsprozess verfügbare Menge an Galle drastisch reduziert. Da die Leber aber weiterhin Galle produziert, bilden sich daraus wieder neue Steine, während ein Teil von ihr im Blut landet. Galle, die ins Blut gelangt, kann zu Vergiftung, Hautverfärbung (gelb oder grau) und Schönheitsfehlern wie Leberflecken führen.

Ein träger Gallenfluss wirkt sich zusätzlich auf die Zusammensetzung der Galle aus, was wiederum Folgen für die Gallenblase hat. Es kann bis zu acht Jahre dauern, bis ein kleiner Gallenklumpen so groß geworden ist, dass er erkennbar ist und eine ernste gesundheitliche Bedrohung darstellt. Man weiß, dass jeder zehnte Amerikaner Gallensteine in der Gallenblase hat. Das entspricht einer Zahl von etwa 31 Millionen. Davon lassen sich jährlich 500 000 die

Gallenblase entfernen. Nur sehr wenige Ärzte und Patienten sind sich jedoch der Tatsache bewusst, dass nahezu jeder Mensch mit Gesundheitsproblemen irgendeiner Art Gallensteine in der *Leber* hat. Meiner Schätzung nach haben in Industriestaaten etwa 95 Prozent aller Erwachsenen Gallensteine im Gallenwegssystem ihrer Leber.

Gallensteine in der Leber können die Ursache für weitaus mehr Krankheiten sein als nur Gallensteine in der Gallenblase. Um Krankheiten vorzubeugen und einen echten und nachhaltigen Durchbruch im Umgang mit Krankheiten zu erreichen, müssen wir uns ein genaues Bild davon machen, wodurch genau die Gallenflüssigkeit dehydriert, was ihre natürliche Flora verändert, ihre Enzyme zerstört und ihren Cholesterin- und Bilirubingehalt ansteigen lässt. Die folgenden vier Kategorien beleuchten die wichtigsten Faktoren, die an der Entstehung von Gallensteinen beteiligt sind.

1. Ernährung

Übermäßiges Essen

Ernährungsfehler haben einen entscheidenden Anteil daran, dass die Zusammensetzung der Galle in ein Ungleichgewicht gerät und sich dadurch Gallensteine bilden. Von allen Ernährungssünden ist übermäßiges Essen diejenige mit den schwerwiegendsten Folgen für die Gesundheit. Isst man regelmäßig zu viel oder häufiger, als der Körper für eine ausreichende Nährstoffversorgung benötigt, dann sind die Verdauungssäfte (zu denen sowohl Galle als auch Salzsäure gehören) immer weniger in der Lage, ihre Aufgaben entsprechend zu erfüllen. Da die Menge an Verdauungssekreten, die der Körper zu einer Mahlzeit produzieren kann, natürlicherweise begrenzt ist, bleiben durch übermäßiges Essen große Mengen der verzehrten Nahrung völlig unverdaut.

Unverdaute Nahrung verwest und gärt und ruft so gesundheitsschädliche Mikroorganismen auf den Plan. Diese eher unnatürliche Methode des Nahrungsabbaus verändert den pH-Wert (Säure-Basen-Gleichgewicht) des Verdauungssystems und lässt stattdessen ein für Pilze und Parasiten günstiges Milieu entstehen. Bei der Zersetzung von Bakterien und Parasiten entstehen starke Toxine, die sich nachteilig auf die Verdauungsfunktionen und das Immunsystem auswirken können.

Erfahrungsberichte zur Leberreinigung

„Die Leberreinigung brachte für mich den Durchbruch. Ich bin eine Frau, 46 Jahre alt, und hatte praktisch mein ganzes Leben lang gesundheitliche Probleme. Als Kind waren diese zwar nicht so schwerwiegend wie heute, dafür aber zahlreich und konstant. Erst mit dem Heranwachsen wurden dann aus den kleinen Problemen wirklich große. Mein Weg zu einer stabilen Gesundheit war lang und außergewöhnlich schwierig. Ich wurde mit Kameras und Ultraschall untersucht, wurde geröntgt und mit Nadeln gepiesackt, bekam Kontrastmittel gespritzt und wurde fünfmal operiert. Immer wieder bekam ich Medikamente verschrieben, nahm Unmengen davon ein und zwar in hohen bis besonders hohen Dosierungen, allen voran Antibiotika. Kurzfristig ging es mir dann zwar jedes Mal besser, meine Probleme aber blieben bestehen und zeigten sich jedes Mal an anderen Stellen meines Körpers mit noch schlimmeren Symptomen als zuvor.

Irgendwann schließlich, als ich mir in diesem ganzen medizinischen System nur noch wie in einem Hamsterrad vorkam und einfach nicht mehr weiterwusste, beschloss ich, mich mit natürlichen Heilmethoden zu beschäftigen. Ich las alles, was ich in die Finger bekam, setzte die Medikamente ab, änderte meine Ernährungsgewohnheiten und unterzog mich einer Reihe von Colon-Hydro-Therapien. Nach und nach zeigte dies Wirkung, meine Gesundheit verbesserte sich enorm, aber irgendwie reichte mir das noch nicht. Ich war völlig energielos und musste mich strikt an die Diätvorgaben halten, damit sich meine Verdauungsprobleme nicht wieder meldeten. Eines Tages dann drückte mir eine Freundin, Gott segne sie, ein Buch in die Hand, von dem sie meinte, es könnte mich interessieren: ***Die wundersame Leber- und Gallenblasenreinigung***! Inzwischen habe ich sechs Leberspülungen durchgeführt. Die Reinigung ist noch nicht vollständig abgeschlossen, aber der Unterschied ist so bemerkenswert, dass ich mit großer Zuversicht darüber berichten kann. Die vergangenen sechs Monate waren für mich in der Tat ***wundersam***.

Bis heute habe ich etwa 2000 Gallensteine ausgeschieden, von der Größe einer Erbse bis zu der eines Golfballs und darüber hinaus hatte ich unerwarteterweise zusätzliche Vorteile, denn ich schied einen kleinen Tumor sowie

verschiedene Arten von Parasiten aus. Mein Wandel von einer zerbrechlichen, kränklichen Person zu einer energischen, starken Frau ist erstaunlich. Meine Verdauung funktioniert mittlerweile völlig normal, etwas, das ich zuvor überhaupt nicht gekannt hatte. Solange ich denken kann, litt ich unter Problemen mit den Nasennebenhöhlen, mittlerweile lassen diese immer mehr nach, da sich meine Allergien zurückbilden. Meine Familie und meine Freunde haben diese gewaltigen Veränderungen miterlebt und können es kaum fassen, wie viel Energie jetzt in mir steckt. Bei mir haben sich so außergewöhnliche sowohl körperliche als auch psychische Veränderungen ergeben, dass ich es einfach jedem mitteilen möchte. Das Leben kann gar nicht mehr besser werden! Jeden Tag bin ich aufs Neue dankbar und möchte meine Erfahrungen mit der ***wundersamen Leber- und Gallenblasenreinigung*** mit allen teilen, die auf der Suche nach einer natürlichen Selbsthilfemethode und einem neuen Leben sind. Für mich sind all diese Gefühle noch so neu, dass ich jeden Morgen aufwache und denke, es war nur ein Traum. Mein Traum ist wahr geworden! Ein Leben ohne Gesundheit ist gar kein Leben. Es ist absolut bemerkenswert und endlich hat mein Leben wirklich begonnen!"

Debbie Perez, Deutschland

„… Ganz ehrlich, Sie haben mir das Leben gerettet! Ich hatte vor zwei Wochen meine vierte Leberspülung, nachdem im Februar dieses Jahres bei mir eine nicht-alkoholische Fettleber festgestellt wurde, dabei bin ich erst 27 Jahre alt. Nach einem zweiten Ultraschall und Bluttests – deren Ergebnisse ich heute morgen erhielt (7/14/11) – sind Leber und Gallenblase nun in bestem Zustand, frei von Fett!"

Natalie S., USA

„Vor etwa drei Wochen habe ich meine zehnte Leberreinigung durchgeführt, dieses Mal waren keine Steine mehr dabei. Über einen Zeitraum von etwa zwölf Monaten habe ich insgesamt mehr als 9000 Steine ausgeschieden. Meine Gesundheit hat sich extrem gebessert, statt Erschöpfung verspüre ich jetzt nur noch grenzenlose Energie. In den zwölf Monaten vor der ersten Leberreinigung litt ich unter einer Krankheit nach der anderen und war wegen unzähliger Nagelbettentzündungen an den Fingern zur intravenösen Behandlung im Krankenhaus. Dann bekam ich Windpocken, gefolgt von Gürtelrose, was mir einige unschöne Narben hinterlassen hat. Schon bald schloss sich eine Gehirnentzündung an, die mein Sehvermögen beeinträchtigte. An jenem Punkt, so muss ich sagen, war mein Genesungswille nicht besonders stark ausgeprägt.

Eine Weile litt ich unter häufigem Stuhlgang und zu alldem bekam ich auch noch eine fiese Entzündung im Mundbereich, die, wie mein Zahnarzt sagte, meinen Kieferknochen angegriffen hat. Jetzt aber geht es mir wieder richtig gut und das verdanke ich Ihnen und Ihrem Buch. Vielen herzlichen Dank."

Robert M., Großbritannien

„Bei einem meiner Patienten, einem sympathischen 33-jährigen Mann, der unter Kopfschmerzen litt, seit er zehn war, wurde vor zwei Jahren ein gutartiger Hirntumor operativ entfernt. Ein Jahr nach der Operation waren die Schmerzen immer noch ein großes Problem, er konnte tagelang nicht zur Arbeit gehen und lag mit Schüttelfrost und Schweißausbrüchen im Bett. Vor einem Jahr öffnete der damalige Chirurg seinen Kopf erneut, um den durch die Gehirnflüssigkeit ausgeübten Druck zu mindern (als Craniosacral-Therapeut erreiche ich dasselbe mit meinen Händen!). Die Kopfschmerzen hielten an und er hatte mehrmals am Tag Anfälle von Kribbeln im Kopf, die etwa 30 Sekunden lang anhielten, was beim Autofahren ein ziemliches Problem darstellte. Aufgrund meiner Empfehlung hat er inzwischen zwei Leberreinigungen durchgeführt. Die drei Wochen seit der letzten Reinigung waren für ihn ‚die besten seit Jahren', wie er sagt – er hatte weder Kopfschmerzen noch Kribbelanfälle, sein Teint war rein und gesund, die Augen strahlten, er fühlte sich großartig. Die Zahl der bei seiner zweiten Reinigung ausgeschiedenen Steine ging in die Tausende. Er konnte gar nicht fassen, wie viele es waren. Er ist überaus dankbar dafür und freut sich über diese Ergebnisse und das Buch."

Geoffrey M., Naturheilpraktiker, Großbritannien

„Ich dachte mir, Sie würde vielleicht gerne von meinem Erlebnis beim Kardiologen hören, den ich am Montag zur Kontrolle aufgesucht habe, nachdem ich vor einem Jahr einen Herzinfarkt hatte. Er war anfangs etwas irritiert, als ich ihm sagte, dass ich seit vergangenem August keinerlei Medikamente mehr eingenommen habe. Während unseres Gesprächs meinte er, dass er mir vermutlich wieder einige Medikamente verschreiben würde, wollte aber zuvor ein EKG und einen Belastungstest machen.

Ich erklärte mich mit beidem einverstanden und sie wurden gleich in seiner Praxis durchgeführt. Beim Belastungstest auf dem Laufband fühlte ich mich irgendwann müde und teilte dies den Assistenten mit. Die Antwort lautete: ‚Sie mögen sich vielleicht müde fühlen, Ihr Herz ist es aber nicht!' Das Ergebnis war, dass sowohl das EKG als auch der Belastungstest im normalen Bereich waren. Als der Kardiologe wieder dazukam, meinte er nur: ‚Das ist unglaublich,

einfach absolut unglaublich! Diese Tests zeigen ein gesundes Herz, ganz ohne irgendwelche Schwächen! Gehen Sie einfach wieder nach Hause und machen Sie so weiter wie bisher. In sechs Monaten sehen wir uns dann wieder.' Die Medikamente erwähnte er mit keinem Wort mehr."

Susan M., Arizona

(Dies war eine E-Mail, die ich vor nicht allzu langer Zeit von Susan bekam, einer 62-jährigen Patientin von mir aus Arizona. Am Ende der Nachricht drückte sie ihre Dankbarkeit aus für all die Ratschläge und Empfehlungen, die ihr dabei halfen, wieder ein normales, gesundes Herz zu haben. Susan ist nur eine von Tausenden Patienten, die als unheilbar herzkrank galten, dank der Leberreinigung sowie einer Umstellung in der Ernährung und den Lebensgewohnheiten aber ihrem Schicksal trotzen konnten. ~Andreas Moritz)

„Ich hatte seit etwa 15 Jahren Gallensteine. Schon bei der ersten Leberreinigung spülte ich Tausende von Steinen aus. Am Ende kamen sie als faustgroße Klumpen heraus, aber es war absolut schmerzfrei."

P. B., Spanien

„Schon in meiner Kindheit stellte sich heraus, dass ich an der sogenannten ITP (Immunthrombozytopenie) litt, das bedeutet, die Zählung meiner Blutplättchen ergab einen gefährlich niedrigen Wert, etwa 20 000, wo es eigentlich 200 000 und mehr hätten sein sollen. Man gab mir zu verstehen, dass ich bei einer Schnittverletzung verbluten würde. Verwirrt und verängstigt verhielt ich mich als brave Patientin und erlaubte den Ärzten, mich mit Steroiden zu ‚behandeln', die ich mehr als zehn Jahre lang einnahm. Aber irgendwann fühlte sich das für mich alles nicht mehr richtig an und ich fasste den Entschluss, alle Medikamente abzusetzen und einfach mit meiner Krankheit zu leben. Ich habe einige medizinischen ‚Abenteuer' erlebt (Entbindung, Totaloperation) und durchlitt jahrelang unnötige Traumata.

Ihr Buch ***Die wundersame Leber- und Gallenblasenreinigung*** hat mich dazu bewogen, mich auf die Leberreinigung einzulassen. Anfangs war ich wegen der ausbleibenden überwältigenden Ergebnisse enttäuscht, wusste aber, dass es eine Frage der Zeit war und fuhr einfach mit den Leberspülungen fort. Ich stellte allerdings andere positive Veränderungen fest, die in meinem Körper stattfanden. So bekam ich nicht mehr so leicht Blutergüsse … (Früher bekam ich bei jedem kleinen Stoß gegen ein Möbelstück einen dicken blauen Flecken, der erst nach zwei oder drei Wochen wieder verblasste). Ich ließ einen Bluttest

machen und konnte kaum glauben, als ich in dem Bericht las, dass sich bei der Thrombozytenbestimmung eine Zahl von 190000 ergeben hatte. Angesichts der Tatsache, dass dies völlig ohne Medikamente und nach nur vier Leberreinigungen eingetreten war, fühlte sich das einfach nur sagenhaft toll an. Es grenzt an ein Wunder und ich darf mich wirklich darauf freuen, ein ‚normales' Leben zu führen! Ihnen gebührt mein Dank dafür, dieses Buch geschrieben zu haben und den Menschen eine solch effektive Heilmethode an die Hand gegeben zu haben."

Sunita Kripalani, Indien

„Sie haben Recht mit dem, was Sie Ihrem Buch und den Videos sagen. Ich arbeite in San Pedro Sula in Honduras als Hochschulberater an einer renommierten Schule. Mein Leben ist sehr stressig. Als ich im letzten Mai erkrankte, war ich verzweifelt. Meine Haut und meine Augen waren gelblich verfärbt, weil meine Gallengänge blockiert waren und ich viele Steine in der Gallenblase hatte. Jeder Arzt in Honduras riet mir dringend zur Operation, aber zu meinem großen Glück erzählte mir jemand von Ihnen und Ihrem Buch. Ich nahm mir vor, das Buch durchzuarbeiten, nachdem ich von anderen Leuten gehört hatte, die dasselbe Problem hatten und gesund geworden waren. Am letzten Samstag war es dann so weit und ich erlebte meine erste Leberreinigung, bei der ich mehr als 100 Steine ausschied. Die Gelbfärbung meiner Haut und meiner Augen ist beträchtlich zurückgegangen und ist fast schon wieder normal."

Richard S. Williams, Honduras

„Ich habe soeben meine neunte Leberreinigung abgeschlossen und es kamen immer noch viele Steine heraus … Nach einem lebenslangen Kampf gegen eine Krankheit nach der anderen, Übergewicht, Lethargie, Depression und eine Unzahl schwächender Schmerzen und Beschwerden kann ich heute guten Gewissens behaupten, ein neuer Mensch zu sein, frei von der Sorge darüber, nicht zu verstehen, was ‚mit mir nicht stimmte', oder mich ‚minderwertiger' als andere zu fühlen. Letztlich war ich früher unfähig, das Leben als das einzigartige Wunder zu begreifen und zu schätzen, das es ist. Sie haben mir die Möglichkeit eröffnet, zu verstehen, was in meinem Körper vor sich geht und meine Gesundheit selbst in die Hand zu nehmen, sodass ich selbst etwas tun konnte, bevor die Folgen katastrophal gewesen wären …"

Beth M., Ohio, USA

„Ich bin 46 Jahre alt, Manager bei einem Entwicklungsunternehmen im Mittleren Westen, und muss wegen meiner Schilddrüsenunterfunktion ein Medikament einnehmen. Zur Kontrolle meines Hormonhaushalts muss ich deshalb mein Blut zweimal jährlich untersuchen lassen und vor zwei Jahren ergaben die Tests einen erhöhten Cholesterinspiegel von 220 mg/100 ml. Mein Endokrinologe wollte mir das cholesterinsenkende Medikament Lipitor[1] verschreiben, was ich kategorisch ablehnte.

Danach war ich dann bei Andreas Moritz in Behandlung und habe gelernt, meine Ernährung umzustellen und meine Leber zu reinigen. Nach zwei kompletten Leberreinigungen sank mein Cholesterinspiegel auf 177 mg/100 ml. Mein 65 Jahre alter Arzt konnte das Ergebnis kaum glauben. Er hatte nie zuvor einen derart schnellen Umschwung erlebt. Er war fasziniert und wollte mehr über die Leberreinigung erfahren.

Darüber hinaus konnte die für meine Schilddrüsenunterfunktion erforderliche Dosis Thyroxin im Laufe der letzten beiden Jahre von 0,175 auf 0,125 mg reduziert werden, und eine weitere Reduzierung ist zu erwarten. Ich habe kürzlich meine sechste Leberreinigung beendet und sehe weiteren Verbesserungen meiner Gesundheit und Lebenskraft mit Freude entgegen."

Bryant Wangard, Minnesota, USA

„Am Tag nach meiner Darmspülung, nachdem ich etwa 150 Gallensteine ausgeschieden hatte, spürte ich, dass plötzlich etwas in meinen Dickdarm rutschte. Dann bewegte sich die Masse langsam, von oben nach unten, durch meinen gesamten Darm, ein sehr merkwürdiges Gefühl. Wie auch immer, diese Masse rutschte bis zum Ende durch, kam aber nicht heraus. Ich wartete zwei Tage, und als nichts passierte, nahm ich Ozovit[1] ein. Am dritten Tag dann hatte ich Stuhlgang, der durch die Einnahme von Colosan ziemlich weich war. Nachdem ich den dunklen Kot weggespült hatte, entdeckte ich einen etwa golfballgroßen Gallenstein, zusammen mit mehreren anderen, die ungefähr so groß wie eine 1-Euro-Münze waren. Ich konnte es nicht fassen. Ich rief meinen Therapeuten an und bat um eine weitere Darmspülung, weil ich das Gefühl hatte, dass das noch nicht alles war. Während der Spülung schied ich zu meinem Erstaunen weitere 100 Steine aus, etwa so groß wie eine 1-Cent-Münze. Ich dachte, das wäre jetzt wirklich alles gewesen, aber in den letzten vier Tagen habe ich mit jedem Stuhlgang einige weitere Steine ausgeschieden. Ich glaube, dass ich, als es dann vorbei war, insgesamt ungefähr 1000 große, mittelgroße und winzi-

1 Ozovit ist ein wirksames Mittel zur Darmreinigung, auf das ich in meinem Buch *Zeitlose Geheimnisse der Gesundheit und Verjüngung* näher eingehe.

ge Steine ausgeschieden hatte. Uff, was für ein Unterfangen! Ich kann einfach nicht verstehen, wie so viele so große Steine in einem so kleinen Körper sein konnten. Ich habe seitdem unglaublich viel Energie und einen flachen, weichen Bauch. Ich fühle mich einfach unwahrscheinlich gut."

D. P., Deutschland

„Die Leberreinigungen haben mir so viele Vorteile gebracht. Einer davon ist, dass sich mein Menstruationszyklus im Laufe der letzten vier Monate vollständig normalisiert hat. Meine Periode kommt jetzt regelmäßig alle 28 Tage oder so, mit gleichmäßigem Fluss und ohne Schmerzen, einfach wunderbar. Außerdem habe ich viel mehr Selbstvertrauen als früher. Ich blühe geradezu auf. Nicht schlecht für eine Frau von 44 Jahren!"

Maggie Bunce, Indiana, USA

„Ich bin Kanadier, 62 Jahre alt und habe in den letzten drei Monaten an einem Kurs für ganzheitliche Ernährung hier in Vancouver teilgenommen. Es ist noch früh am Morgen nach meiner ersten nächtlichen Reinigung. Erstaunliche Ergebnisse – geradezu erschreckend – so viele, etwa einen Zentimeter große Steine oder kleiner. Genau das, was ich erwartet habe.

Jahrelang spürte ich einen kneifenden Schmerz unter meinem rechten Rippenbogen, nachdem ich irgendetwas Fetthaltiges gegessen hatte. Ich fühle mich schon jetzt erleichtert und verjüngt. Sogar das Atmen fällt mir schon leichter."

Shael Stonebridge, BC, Kanada

„Ich habe vor Kurzem meine neunte Leberreinigung beendet und bin absolut begeistert von den Ergebnissen. In den Abendstunden des Tages, an dem ich die Reinigung durchgeführt habe, habe ich zuerst einen kalzifizierten Gallenstein ausgeschieden, der etwas mehr als sechs Zentimeter lang und ungefähr 4 cm breit war, und dann ungefähr 100 kleinere, aber ebenfalls kalzifizierte Steine. Ganz offensichtlich befanden sich diese Gallensteine viele Jahre lang in meiner Gallenblase und haben dadurch meine Leber daran gehindert, mein Blut und meinen Körper zu entgiften. Bei jeder vorherigen Reinigung hatte ich Hunderte von Steinen ausgeschieden und die unmittelbaren Auswirkungen waren unglaublich: Weißere, glänzende Augen, eine zufriedenere Grundstimmung, deutlich spürbar weniger schnell frustriert und ungehalten und eine bessere Verdauung. Aber nichts hatte mich darauf vorbereitet, was meine neunte Reinigung bewirken würde. Die Schmerzen in meinem Körper, die mich

über so viele Jahre begleitet hatten, waren über Nacht verschwunden, auch die chronische Versteifung in Nacken, Schultern, Rücken und Gelenken. Bei leichtem Druck während einer Massage, einer Shiatsu-Sitzung oder chiropraktischen Behandlung hatte gewöhnlich fast jeder Teil meines Körpers mit großen Schmerzen reagiert. Jetzt habe ich überhaupt keine Schmerzen mehr.

Vor dem Reinigungsprogramm habe ich mehr als ein Dutzend verschiedene Medikamente und Vitamin-Ergänzungsmittel eingenommen. Nach nur einer Leberreinigung konnte ich bereits mein Schilddrüsenmedikament absetzen, das ich mehr als fünf Jahre lang eingenommen hatte.

Als Frau mittleren Alters der sogenannten Baby-Boom-Generation am Anfang ihrer Wechseljahre war ich überrascht, dass meine Menstruation direkt nach einigen Reinigungen wieder einsetzte, was darauf schließen lässt, dass in meinem Fall der vorzeitige Beginn der Wechseljahre vermutlich durch eine Verstopfung der Leber und des Darms beschleunigt wurde. Weitere erstaunlich tolle Ergebnisse sind ein gesteigertes sexuelles Verlangen und das Gefühl, sexy zu sein, außerdem weniger Lust auf Junkfood und eine insgesamt jugendliche innere Einstellung – viel fröhlicher und optimistischer, als ich mich jemals in den letzten zehn Jahren gefühlt habe. Ich danke Andreas Moritz von ganzem Herzen dafür, dass er uns diese unschätzbar wertvolle Hilfe zugänglich gemacht hat und, in diesem Fall, mein Leben gerettet hat!“

L. M., Kalifornien

„Bis zur elften Reinigung gab es nicht viel zu berichten, außer dass ich mehr als 2000 Steine ausgeschieden hatte. Seit der letzten Reinigung jedoch ist mein Gesicht seit mehr als 13 Tagen (Tendenz steigend!) völlig frei von Akne, und das zum ersten Mal seit meinem vierzehnten Lebensjahr. Für mich und meinen Körper ist das ein physischer Durchbruch, weil es mir seit 22 Jahren jeden Morgen davor gegraut hat, in den Spiegel zu schauen. Die Akne war zwar als Erwachsener etwas abgeklungen, aber immer noch lästig. Die Jahre in der High School waren wegen der starken Akneausbrüche eine leidvolle Zeit. Für mich ist es ein Wunder, jemandem in die Augen sehen zu können und nicht an mein Gesicht zu denken. Ein fantastisches Gefühl!“

P. V., Minnesota, USA

„Nach zwei Leberreinigungen, bei denen kein einziger Stein herauskam, habe ich einfach die dritte gemacht und hatte endlich Erfolg! Bei mir wurden insgesamt 400 Steine und zusätzlich eine Menge an Spreu erinnernde bräunliche Partikel ausgespült. Sämtliche Steine waren klein und erbsengrün, bis auf

drei oder vier, die einen Durchmesser von etwa 1,3 Zentimeter hatten. Offensichtlich gehöre ich zu den seltenen Menschen, die drei Reinigungen benötigen, um endlich einige Steine loszuwerden. Ich bin voll und ganz Ihrer Meinung, dass das ein Zeichen für eine schwere Verstopfung in den Gallengängen meiner Leber war, verursacht durch die extrem dichte Struktur der Steine. Diese Erfahrung hat mir bewusst gemacht, wie verstopft meine Leber und Gallenblase waren (und immer noch sind). Mehr als ein paar Tropfen Galle sind sicher nicht herausgekommen, wenn ich früher etwas gegessen habe. Nach nur dieser einen erfolgreichen Leberreinigung habe ich bereits das Gefühl, dass meine Verdauung etwas – vielleicht 5 % – besser funktioniert. Auch mein Magen arbeitet etwas besser."

C. P., Kalifornien

„Ich habe die Leberreinigung bis jetzt viermal durchgeführt und eine Menge Steine ausgeschieden. Im letzten Oktober hatte man mir geraten, mich so schnell wie möglich operieren zu lassen, aber meine Schmerzen sind verschwunden und meine Verdauung wird immer besser."

Alexi, USA

„Ich habe gerade meine vierte Leberreinigung beendet ... und knapp 400 Steine ausgeschieden. Seit ich acht Jahre alt war, habe ich nicht mehr so friedlich die ganze Nacht durchgeschlafen, mit weniger Druck durch überlastete Organe (die nächtlichen Terror und Nachtschweiß verursachen). Allopathie und Palliativmedizin können mir gestohlen bleiben! Gott wusste am Ende doch, was er tat ... Naturheilkunde funktioniert!"

Z. Y. , USA

„Ich habe in einem Blog böse Berichte über Sie und Ihre Arbeit gelesen. Ich muss Ihnen unbedingt sagen, dass ich mich nach 15 Leberreinigungen großartig fühle und dass ich stolz auf Sie und Ihre Arbeit bin. Sie sind ein Genie und diese medizinischen Besserwisser sollen doch zum Teufel gehen. Mir geht es körperlich und geistig besser, weil es Sie gibt."

Paul Davis, USA

Meine eigene Geschichte (Andreas Moritz)

Als ich sieben oder acht Jahre alt war, betrachtete mein Onkel (der damals in Deutschland auf dem Gebiet der Iridologie[2] führend war) prüfend meine Augen und sagte mir, ich hätte Steine in meiner Leber. Ich hatte wirklich bereits seit meinem sechsten Lebensjahr Schwierigkeiten mit der Verdauung. In den darauffolgenden zwölf Jahren kamen verschiedene andere Probleme hinzu wie juvenile rheumatoide Arthritis, Herzrhythmusstörungen, chronische Verstopfung, chronische Kopfschmerzen und Migräne, grauenhafte Albträume, Anämie, Hautkrankheiten und eine vorübergehende schmerzhafte Skoliose der Wirbelsäule. Alle vier bis fünf Wochen fiel ich in Ohnmacht, in der Kirche beim Gottesdienst oder wenn ich in einer Schlange in einer Bank oder einem Postamt wartete. Diese Ohnmachtsanfälle, denen schweres Erbrechen vorausging oder folgte, wurden zunehmend heftiger. Danach lag ich jedes Mal drei oder vier Tage lang krank im Bett. Kein Arzt war in der Lage, diese schwächenden Symptome zu erklären.

Im Alter von zwölf Jahren begann ich, mich ernsthaft mit dem Verdauungssystem zu beschäftigen und änderte mehrmals meine Ernährung, um herauszufinden, ob und welche Nahrungsmittel etwas mit meinen Beschwerden zu tun hatten. Irgendwann wurde mir klar, dass ich meinen Körper mit Nahrungsmitteln aus tierischen Quellen (Fleisch, Fisch, Huhn, Eier, Käse und Milch) buchstäblich vergiftet hatte.

Nachdem ich diese Nahrungsmittel vollständig von meinem Speiseplan gestrichen hatte, verschwanden die meisten meiner Symptome, einschließlich der Arthritis und der Herzrhythmusstörungen. Meine Leber schien jedoch nur träge zu arbeiten, die Skoliose war noch da und ich war auf dem direktem Weg in eine weitere Serie gesundheitlicher Krisen. Etwa 10 Jahre später hatten sich meine Ohnmachtsanfälle zu heftigen Gallenkoliken entwickelt. Die Steine, die mein Onkel Jahre zuvor gesehen hatte, waren größer und zahlreicher geworden. (**Anmerkung**: Werden die Steine nicht vollständig entfernt, hemmen sie weiterhin den Gallenfluss, was wiederum zu vermehrter Steinbildung führt.) Insgesamt habe ich mehr als 40 außerordentlich schmerzhafte Gallenkoliken durchgemacht, die jeweils drei bis zehn Tage gedauert haben. Sie wurden in der Regel begleitet von Erbrechen, Durchfall, Kopfschmerzen, grauenhaften Rückenschmerzen und schlaflosen Nächten. Da ich in meinem ganzen Leben

2 Iridologie, die Wissenschaft der Irisdiagnostik, ist in Deutschland und mehreren anderen Ländern eine medizinisch anerkannte Diagnosemethode. Durch eine eingehende Prüfung der Iris können das Vorhandensein und die Ursachen körperlicher Beschwerden schnell bestimmt werden.

weder geimpft worden war, noch Schmerzmittel oder Medikamente eingenommen hatte, waren diese für mich jetzt auch keine Option. Außerdem war ich fest entschlossen, eine dauerhafte Lösung für dieses Problem zu finden.

Ich machte mich daran, mit verschiedenen Kräutern, Behandlungs- und Leberreinigungsmethoden zu experimentieren, wie sie seit Tausenden von Jahren in unterschiedlichen Kulturen auf der ganzen Welt verbreitet sind. Von allen Methoden, die ich erforscht, getestet, ausprobiert und verbessert habe, erwies sich für mich das in diesem Buch erläuterte Verfahren als das wirksamste. Während meiner ersten richtigen Leberreinigung habe ich mehr als 500 Gallensteine ausgeschieden. Seit genau dem Tag habe ich nie wieder eine Gallenkolik gehabt. Andere Probleme wie Rücken- und Gelenkschmerzen, die vorübergehende Skoliose und die Verdauungsschwierigkeiten ließen nach jeder weiteren Reinigung mehr und mehr nach. Nach 12 Reinigungen und 3500 ausgeschiedenen Gallensteinen war meine Leber vollständig sauber und ich war endlich so gesund, wie ich es immer schon sein wollte. Heute machen mir die Menschen Komplimente zu meiner jugendlichen Vitalität, meiner Lebensfreude und meinem sportlichen, gelenkigen Körper – Dinge, von denen ich vor 45 Jahren nur geträumt habe.

Häufig gestellte Fragen

Im Folgenden finden Sie Antworten auf einige der am häufigsten gestellten Fragen in Bezug auf Gallensteine, Leber- und Gallenblasenreinigung sowie Darmgesundheit.

Frage: *Könnte es auch möglich sein, dass eine gewisse Anzahl von Gallensteinen in der Leber natürlich oder sogar von Vorteil ist?*

Antwort: Ganz gewiss nicht. Gallengänge haben die Aufgabe, die Galle aus den Leberzellen zum Darmtrakt zu transportieren, ähnlich wie Wasserrohre, die Wasser in ein Haus oder einen Garten leiten. Eine Behinderung der Gallengänge durch Gallensteine würde den natürlichen Körperfunktionen widersprechen und keinerlei Vorteil bringen. Die Galle sorgt dafür, Giftstoffe aus der Leber auszuleiten, verstopfte Gallengänge würden somit diese wichtige Funktion einschränken, die Leber schädigen und den Körper insgesamt toxisch belasten. Die Funktion von Gallensteinen in der Leber liegt einzig und allein darin, Giftstoffe zu binden und zu neutralisieren, die andernfalls in den Darm gelangen würden und dort Schaden anrichten könnten. Allerdings beeinträchtigt dieser Schutzmechanismus am Ende die Leberfunktionen und wirkt sich schädlich auf den ganzen Körper aus.

Frage: *Ich habe nach der Darmspülung im Anschluss an meine letzte Leberreinigung noch mehrere Tage lang Steine ausgeschieden und fühlte mich sehr müde, bis sie alle heraus waren. Wie kann ich sicherstellen, dass die Steine, die aus der Leber kommen, auch aus dem Körper ausgeschieden werden?*

Antwort: Bei den meisten Menschen werden alle verbliebenen Steine während der im Anschluss an die Leberreinigung vorgesehenen Darmreinigung per Colon-Hydro-Anwendung, Colema-Board oder Wassereinläufe ausgeschieden. Wenn Sie sich dann immer noch dumpf im Kopf und müde fühlen oder Ihr Körper andere Vergiftungssymptome aufweist, dann verwenden Sie ein Darmreinigungsmittel wie Ozovit oder Oxy-Powder, Aloe-Vera-Saft, Rizinusöl oder Ähnliches. Sobald die Beschwerden nachlassen, können Sie die Einnahme

abbrechen. In manchen Fällen von Darmverengung oder anderen ernsteren Stauungen kann eine zweite Darmreinigung notwendig werden.

Probleme dieser Art sind zwar selten, treten dann aber meist aufgrund eines spastischen Kolons auf, einer chronischen Störung im Dickdarm, die normalen Stuhlgang verhindert. Ich habe allerdings auch einige Patienten mit Krebs der Stufe IV gesehen, die eine ganze Woche nach der Leberreinigung weitere Steine ausgeschieden haben. Ich empfehle in diesem Fall, jeden Morgen auf nüchternen Magen ein Glas Bittersalz (1 TL aufgelöst in 250 ml Wasser) einzunehmen und am späteren Nachmittag einen Wassereinlauf durchzuführen, und zwar so lange, bis keine Steine mehr ausgeschieden werden.

Frage: *Ist es besser, die Leberreinigungen alle zwei oder drei Wochen durchzuführen oder sie über einen längeren Zeitraum zu verteilen, etwa einmal alle zwei oder drei Monate?*

Antwort: Meine Empfehlung lautet, nach der ersten Leberreinigung regelmäßige Abstände zwischen den Spülungen einzuhalten, bis alle Gallensteine entfernt sind. Nach einer längeren Pause von zwei oder mehr Monaten kann es passieren, dass die nächste Reinigung schwieriger und weniger erfolgreich ist. Nach einer Leberreinigung dauert es etwa zwei Wochen, bis genügend Gallensteine aus den hinteren Bereichen der Leber in die beiden aus der Leber austretenden Gallengänge gelangt sind, damit sich eine weitere Reinigung lohnt. Es hat sich bewährt, etwa alle drei bis vier Wochen eine Reinigung durchzuführen, bis keine Steine mehr ausgeschieden werden. Man kann aber auch etwas mehr Zeit dazwischen verstreichen lassen. Wer alle zwei Wochen eine Leberreinigung durchführen möchte, sollte zwei Wochen nach dem Ausscheidungstag mit der Einnahme des Apfelsafts (oder einer der Alternativen) beginnen. Die meisten Menschen bevorzugen den Rhythmus von einer Leberspülung pro Monat. In jedem Fall ist es wichtig, sich aller Steine zu entledigen, der großen ebenso wie der kleinen. Schon wenige kleine Steine, die sich in einem der größeren Gallengänge verklumpen, können heftige körperliche Beschwerden hervorrufen wie Verdauungsstörungen, Völlegefühl, Kopfschmerzen, Rückenschmerzen usw.

Frage: *Ist es wirklich notwendig, vor und nach jeder Leberreinigung eine Darmspülung vorzunehmen?*

Antwort: Für optimale Ergebnisse sollte stets sowohl vor als auch nach der Leberreinigung eine Form der Darmreinigung vorgenommen werden (siehe Kapitel 5, ***Halten Sie Ihren Darm sauber***). Die schnellste und verlässlichste Methode, um den Darm effektiv zu reinigen, ist die Colon-Hydro-Therapie. Wenn

Ihr Colon-Hydro-Therapeut Ihnen mitteilt, dass Ihr Darm sauber ist, können Sie die Therapie durch eine andere Form der Darmreinigung (Colema-Board oder Wassereinlauf) ersetzen. Wenn keine ernsthafte Behinderung im Dickdarm vorliegt, ist eine Colema-Anwendung oder ein Einlauf völlig ausreichend. Unabhängig davon sollten Sie nach jeder Leberreinigung innerhalb von drei Tagen eine Colon-Hydro-Therapie, eine Colema-Anwendung oder mindestens einen oder zwei aufeinanderfolgende Einläufe durchführen. Dies sorgt dafür, dass alle möglicherweise noch im Darm festsitzenden Gallensteine entfernt werden. Die Erfahrung zeigt, dass immer einige Steine im Darm verbleiben, die zu einer Reiz- oder sogar Entzündungsquelle werden könnten. Ich rate dringend von der Durchführung der Leberreinigung ab, wenn nicht danach innerhalb von drei Tagen eine Darmreinigung vorgenommen wird. Das Risiko einer Blutvergiftung ist einfach zu groß.

Frage: *Ich hab inzwischen drei Leberreinigungen gemacht und dabei insgesamt etwa 900 bis 1000 Steine unterschiedlicher Größe und Farbe ausgeschieden. Die meisten Steine traten bei der zweiten und der dritten Spülung aus. Wann wird es meiner Leber besser gehen?*

Antwort: Ihre Leberfunktionen selbst haben sich schon verbessert, als die ersten Steine ausgeschieden wurden. Gallensteine, die die Gallengänge in der Leber behindern, würgen die benachbarten Leberzellen geradezu ab. Durch die Ausscheidung der Steine im Zuge der Leberreinigung können die Zellen wieder freier atmen, mehr Galle produzieren und das Blut effizienter entgiften. Die größeren Gallengänge verschließen sich zwar anfangs immer wieder, weil aus den kleineren Gallengängen Steine nachrücken, aber irgendwann werden auch diese frei sein (durch wiederholte Reinigungen). Sobald alle Steine ausgeschieden sind, kann sich die Leber regenerieren und ihre normalen Funktionen wieder aufnehmen. In dieser Phase werden sich dauerhafte Verbesserungen bemerkbar machen. Seien Sie sich jedoch bewusst, dass auch andere Faktoren wie Ernährung, Lebensweise, Emotionen usw. Einfluss auf Ihre Gesundheit haben und nicht unbeachtet bleiben dürfen.

Frage: *Wie lange dauert es, bis der volle Nutzen einer Serie von Leberspülungen – sagen wir acht oder zehn – zum Tragen kommt?*

Antwort: Sobald Ihre Leber den letzten Gallenstein ausgeschieden hat, werden sich die Verdauungsfunktionen deutlich verbessern, was jedem Körperbereich zugutekommt. Auf diese Weise erhält auch der übrige Körper die Chance, sich zu reinigen und die Schäden zu beheben, die durch die Anhäufung von Gal-

lensteinen in der Leber und der Gallenblase entstanden sind. Jede Entgiftungsreaktion infolge der Ausscheidung der Steine sollte als positive Nebenwirkung angesehen werden. Wenn zudem auch andere Ursachen für einen schlechten Gesundheitszustand behoben wurden (siehe Kapitel 5: ***Einfache Leitlinien: Gallensteine in der Leber verhindern***), wird diese Phase nicht lange anhalten und bald von Wohlgefühl und Vitalität abgelöst werden. Ist die Leber einmal sauber, dauert es etwa sechs Monate, bis sich alle Leberfunktionen vollständig normalisiert haben. Eine reine Leber zu haben, ist die beste Voraussetzung für ein Leben ohne Krankheiten.

Frage: *Ich bin 76 Jahre alt und leide an Osteoporose, Verdauungsstörungen und verschiedenen anderen Beschwerden. Kann man auch in meinem Alter noch von der Leberreinigung profitieren?*

Antwort: Alter steht einer guten körperlichen Gesundheit nicht im Wege. Solange Sie atmen, kann die Leberreinigung dazu beitragen, die Leberfunktionen zu verbessern und somit die Nährstoff- und Energieversorgung der Zellen in Ihrem Körper zu steigern. Der negative Aspekt des Alterns ergibt sich schlicht und einfach durch einen fortschreitenden Zustand von Mangelernährung und Vergiftung – eine Reihe von Leberreinigungen sowie Veränderungen in der Ernährung und der Lebensweise wirken dem entgegen.

Ältere Menschen reagieren sehr positiv auf die Leberreinigung. Sie entwickeln mehr Energie, körperliche Beweglichkeit, geistige Klarheit, Appetit, Freude und ein stärkeres Selbstwertgefühl. Abgesehen von den Verbesserungen ihrer körperlichen und geistigen Verfassung berichten sie häufig, sich wieder viel lebendiger zu fühlen. Kein älterer Mensch sollte aufgrund einer zu Einschränkungen führenden Krankheit sterben müssen. Würde die Leberreinigung in Altersheimen und Versorgungseinrichtungen für Senioren eingeführt, könnte dies dazu beitragen, diesen Menschen wieder zu mehr Gesundheit, Würde und Unabhängigkeit zu verhelfen und ihnen vielleicht sogar den Start in eine neue, spannende Lebensphase zu bereiten.

Frage: *Seit 2009 habe ich genau nach den Anweisungen in Ihrem Buch acht Leberreinigungen durchgeführt … Obwohl ich diese Reinigungen strikt nach den im Buch beschriebenen Vorgaben gemacht habe … blähte sich eine Woche nach der letzten Reinigung meine Leber immer mehr auf, die Verdauung geriet durcheinander, der Druck in der Leber stieg, ich hatte Schmerzen im rechten Bauchbereich, meine Augen waren entzündet, ich fühlte einen starken Druck auf das Herz, die Lungen und die Nieren und fühlte mich insgesamt krank und rastlos.*

Nur dank meiner Therapeutin gelang es mir, Gallensteine auszuscheiden, die sich im Hauptgallengang festgesetzt hatten …, und zwar mithilfe von Injektionen mit homöopathischem Atropin und durch die Erzeugung eines Unterdrucks während der Colon-Hydro-Therapie. Ohne ihre Hilfe wäre ich unter dem Messer eines Chirurgen gelandet … Erst dadurch erfuhr ich, dass es überhaupt zu Komplikationen kommen kann. Haben Sie diese irgendwo in Ihrem Buch erwähnt? Was ist bei plötzlichen Komplikationen zu tun?

Antwort: Danke, dass Sie dieses Thema ansprechen. Bis heute habe ich noch nie von jemandem gehört, der als Folge einer Leberreinigung eine Gallenkolik bekam. Genau dies würde nämlich den von Ihnen beschriebenen Symptomen entsprechen. Ähnliches habe ich selbst während meiner zahlreichen Gallenkoliken erlebt (bevor ich vor 15 Jahren mit Leberreinigungen begann). Einige der schmerzhaftesten Koliken dauerten drei bis vier Wochen an. In dieser Zeit konnte ich nicht schlafen und nur Suppen und Wasser zu mir nehmen. Ich wünschte, ich hätte damals schon gewusst, wie man eine Gallenkolik schnell und ohne größere Unannehmlichkeiten stoppen kann (wie in Kapitel 4 beschrieben).

Eine vorschriftsmäßig durchgeführte Leberreinigung kann jedoch keine Gallenkolik hervorrufen, und wie Sie selbst sagten, begann dies „… eine Woche nach meiner letzten Reinigung …“

In 95 Prozent aller Gallenkoliken liegt die Ursache im Verzehr von Nahrungsmitteln, die eine starke Kontraktion der Gallenblase hervorrufen können. Dies wiederum kann zur Ausscheidung eines oder mehrerer Steine führen, entweder aus der Gallenblase oder aus einem der Gallengänge in der Leber. Aufgrund Ihrer Beschreibung muss es sich angesichts der heftigen Reaktion um verkalkte Steine gehandelt haben. Es ist unwahrscheinlich, dass weiche Gallensteine aus der Leber solche schweren Koliken auslösen.

Das Problem von Gallensteinen, die sich im Zusammenhang mit der Nahrungsaufnahme lösen, ist eine Verkrampfung des Hauptgallengangs oder des Gallenblasengangs, vergleichbar mit einem Muskelkrampf. Die daraus resultierende Verengung des Gallengangs kann eine Stockung der Gallenflüssigkeit verursachen und viele der beschriebenen Symptome nach sich ziehen.

Bei einer Leberreinigung dagegen setzen sowohl die Leber als auch die Gallenblase eine große Menge an Galle in den Hauptgallengang frei und spülen dabei die in diesen Organen abgelagerten Steine aus. In jedem Fall ist bei der Leberreinigung vorgesehen, dass man zweimal vor und zweimal nach Einnahme der Ölmischung Magnesiumsulfat (Bittersalz) zu sich nimmt (beides regt den Gallenausstoß an). Da das Magnesium darüber hinaus die Gallengänge der Leber entspannt, kommt es nicht zu einer Verengung von Gallenblasengang

und Hauptgallengang (analog zu einer Magnesiuminjektion in einen krampfenden Muskel) und die gelösten Steine können leicht ausgeschieden werden. Genau dies haben sie bei all Ihren acht Leberreinigungen erlebt.

Ursache Ihrer Gallenkolik war somit nicht die Leberreinigung, sondern es waren fett- und eiweißreiche Speisen, die Sie etwa eine Woche nach Ihrer letzten Reinigung verzehrt haben. Hätte die Leberreinigung eine Kolik ausgelöst, dann wäre diese noch in derselben Nacht oder am Tag darauf aufgetreten, nicht eine Woche später.

Das Buch warnt nicht davor, dass Leberreinigungen Gallenkoliken auslösen können, weil Leberreinigungen, wenn sie korrekt durchgeführt werden, ***keine*** Gallenkoliken auslösen ***können***. Ich weise jedoch in diesem Buch eindringlich darauf hin, wie wichtig es ist, sämtliche Anweisungen zu befolgen. So muss zum Beispiel der Darm zuvor gereinigt werden. Andernfalls könnte es passieren, dass sich die Gallenblase nicht richtig öffnet und nicht ihre gesamte Gallenflüssigkeit ausstößt. Auch der Verzicht auf die Einnahme von Bittersalz oder Magnesiumzitrat ist ein großer Fehler, der schwerwiegende Komplikationen nach sich ziehen kann.

Im Internet findet man viele Vorgehensweisen für Leberreinigungen zur freien Verfügung, viele davon halte ich allerdings, gelinde ausgedrückt, für riskant. Wer die entsprechenden Vorbereitungsschritte nicht befolgt und auf Bittersalz oder Magnesiumzitrat verzichtet, riskiert eine Gallenkolik. Ich hatte viele Patienten, die als Folge solcher Reinigungsverfahren schwere Nebenwirkungen und Vergiftungen erlitten hatten. Durch Befolgung des in diesem Buch beschriebenen Protokolls wurden sie wieder gesund.

Das Leberreinigungsprogramm hat Millionen von Menschen dabei geholfen, keine Gallenkoliken mehr zu erleiden und ihre Gallenblase zu erhalten. Um es nochmals zu verdeutlichen, das Magnesiumsulfat (Bittersalz) sorgt während des gesamten Prozesses für eine Entspannung der Gallengänge, sodass sich nichts, was zusammen mit der öligen Galle durch den Hauptgallengang kommt, darin festsetzen kann.

Die meisten Ärzte verängstigen ihre Patienten, indem sie Gallenkoliken als lebensbedrohlich hinstellen. Sind sie erst in der Notaufnahme, heißt es, eine OP sei notwendig. In Wirklichkeit sind Gallenkoliken extrem selten lebensgefährlich. Die Menschen sind verängstigt und verunsichert aufgrund der extremen mit einer Kolik einhergehenden Schmerzen. Den Patienten Angst einzuflößen ist jedoch noch viel gefährlicher, denn dies verhindert, dass sich die Gallengänge wieder entspannen können. Wer gesagt bekommt, sein Leben sei in Gefahr, gerät in einen emotionalen Schockzustand, bei dem sich sämtliche

Blutgefäße, Gallengänge und Lymphgefäße verengen und verkrampfen. Das ist es, was Gallenkoliken wirklich gefährlich macht!

Bei den meisten Gallenkoliken jedoch löst der Körper das Problem von alleine, so wie es bei mir selbst in der Regel nach einigen Stunden oder Tagen der Fall war. Für den Fall, dass eine Gallenkolik nach einer fettreichen Mahlzeit eintritt, bietet das Buch (Kapitel 4) die nötigen Hinweise, auf natürliche Weise etwas dagegen zu unternehmen.

Alljährlich treten bei Hunderten Millionen von Menschen Gallenkoliken auf. Neben der Nahrung können auch andere Faktoren eine Gallenkolik auslösen. Es gibt eine Vielzahl solcher Auslöser, einige davon sind in diesem Buch erwähnt. Bei mir waren es häufig das Heben schwerer Gegenstände oder besondere Dehnübungen, die Druck auf die Gallenblase ausgeübt haben und so einen oder mehrere Steine herausgepresst haben. Bei anderen tritt eine Gallenkolik durch das Trinken von Orangensaft auf (Zitrusfrüchte regen die Gallenblase an). In den meisten Fällen jedoch wird eine Kolik ausgelöst durch den Verzehr von Frittiertem, Gebratenem, viel Butter, Nüssen, Kuhmilch, Käse, Fleisch, Fisch, Pommes frites, Kartoffelchips und insbesondere Eiern.

Unabhängig von der Art der Speisen hat sich auch übermäßiges Essen allgemein als Auslöser von Koliken herausgestellt.

(**Anmerkung**: Die wenigen Menschen, die eine oder zwei Wochen nach einer Leberreinigung unter einer Gallenkolik gelitten haben, berichteten mir, davor eine große Mahlzeit zu sich genommen zu haben, mit gebratenen Speisen, verschiedenen tierischen Eiweißen und einem mächtigen Dessert wie Sahnekuchen oder Eis, alles Faktoren, die eine Gallenkolik auslösen können.) Ich warne eindringlich vor dem Konsum solcher Nahrungsmittel. Es ist auch möglich, dass jemand trotz stark verstopfter Gallengänge als Reaktion auf solche Speisen keine Steine freisetzt, aber wer noch eine mäßige Gallensekretion hat oder in Leber und Gallenblase trotz einer Reihe von Leberreinigungen noch Steine hat, sollte sehr darauf achten, schädliche Speisen wie die oben genannten nur in Maßen zu verzehren.

Wie gesagt, das Auftreten einer Gallenkolik eine Woche nach einer Leberreinigung hat nichts mit der Leberreinigung selbst zu tun. Etwa 20–30 Minuten (in dieser Zeit sollte man ganz stillliegen, sodass dieser Prozess schnell beginnen und wieder abgeschlossen werden kann), nachdem die Gallenblase durch die Ölmischung stimuliert wurde, werden aus der Gallenblase und den Gallengängen in der Leber keine weiteren Steine mehr nach vorne geschoben. Normalerweise enthalten die Gallengänge und die Gallenblase bis zum nächsten Tag keine Galle mehr und können keine weiteren Steine mehr herausdrängen. Es

dauert mindestens 24 Stunden, bis die Gallengänge in der Leber und die Gallenblase erneut mit Galle gefüllt sind. Tritt eine Kolik eine Woche später auf, hat dies andere Ursachen. Auf jeden Fall würde man sich im Falle einer Gallenkolik gleich im Anschluss sehr schlecht fühlen und nicht erst eine Woche später.

Die Leberreinigung ist nach wie vor die beste Methode zur Vermeidung von Gallenkoliken, aber eine 100-pozentige Garantie kann auch sie nicht bieten. Solange sich Steine in der Leber oder der Gallenblase befinden, können diese sich von dort wegbewegen und somit eine Gallenkolik auslösen. Ich hatte das Glück, nach meiner ersten Leberreinigung nie wieder eine Kolik zu haben, allerdings habe ich immer eine ausgewogene vegane/vegetarische Ernährungsweise eingehalten.

Es gibt keinen einzigen Grund, Menschen davor zu warnen, eine Leberreinigung zu machen, aber massenweise Gründe, davor zu warnen, keine zu machen.

Frage: *In einer vorherigen Ausgabe Ihres Buchs sprechen Sie davon, dass etwa 8–12 Leberspülungen erforderlich sind, bis die Leber vollständig gereinigt ist. Nun habe ich schon 24 durchgeführt und bin immer noch nicht fertig, daher frage ich mich, ob das ungewöhnlich ist und woran das liegen könnte.*

Antwort: Als ich 1995 an der Erstauflage dieses Buches schrieb und noch im Mittelmeerraum lebte, war es in der Regel so, dass die meisten Menschen nach etwa 10–12 Reinigungen oder sogar weniger eine saubere Leber hatten. Später allerdings habe ich festgestellt, dass in manchen Fällen 20–25 Reinigungen erforderlich waren, vor allem in Ländern, wo die Menschen weniger gesund waren. Als ich in die USA zog, traf ich sogar auf Menschen, bei denen es 35 Reinigungen gebraucht hat. Ich vermute, eine große Rolle spielt hierbei ein übermäßiger Einsatz von Impfstoffen, die häufige Einnahme von Medikamenten, Stress, Verunreinigungen von Nahrung, Wasser und Luft und die durchschnittliche amerikanische Ernährungsweise.

Vor einigen Jahren erfuhr ich, dass man bei der Autopsie eines alten Freundes von mir, der an Leberkrebs gestorben war, mehr als 70 000 Steine in seiner Leber gefunden hatte. Und auch ein anderer Bekannter von mir, der an Leberversagen aufgrund einer Fettleber starb, hatte über 30 000 Steine in der Leber. Mit der Zeit erfuhr ich so, dass manche Menschen weitaus mehr Steine in sich tragen können, als ich es mir je hätte vorstellen können.

Frage: *Ist es möglich, dass sich immer neue Steine bilden und man nie eine saubere Leber haben wird? Ich habe jetzt schon mehr als 14 Leberreinigungen hinter mir und meine Motivation lässt langsam aber sicher nach.*

Antwort: Ja, wenn jemand aufgrund einer langfristigen Einnahme von Antibiotika oder anderen Medikamenten keine Gallensalze im Darm resorbieren kann, wird dieser Mensch aller Wahrscheinlichkeit nach immer wieder neue Steine bilden. Ebenso neigen auch Menschen mit einem Kupfermangel zu erneuter Steinbildung.

Schon allein der massive Einsatz von Aluminiumoxid und Barium in den nahezu täglich am Himmel sichtbaren Chemtrails reicht aus, um bei einem Großteil der Bevölkerung einen Kupfermangel hervorzurufen; dasselbe passiert, wenn man konstant der Strahlung von Mobilfunkgeräten[3] ausgesetzt ist.

Auch anhaltender emotionaler Stress ist eine häufige Ursache für die Bildung neuer Steine, denn Stress wirkt sich auf die Gallenflora aus und behindert eine gute Verdauung der Nahrung (wie auch der Gallensalze). Wenn Letzteres auf Sie zutrifft, möchten Sie sich möglicherweise näher mit der Germanischen Neuen Medizin (GNM)[4] beschäftigen, die aufzeigt, wie weitreichend sich ein altes, ungelöstes emotionales Trauma oder ein Konflikt auf ein Organ oder Körpersystem auswirken und einem gesunden Funktionieren oder einer Heilung entgegenstehen kann. Mithilfe eines ausgebildeten GNM-Therapeuten können diese Konflikte zuweilen innerhalb weniger Minuten gelöst werden.

Daneben gibt es natürlich andere Gründe wie eine mangelhafte und mit Pestiziden, Zusatzstoffen, Zucker und raffinierten Fetten belastete Ernährung, Vitamin-D-Mangel aufgrund von zu wenig Sonneneinstrahlung, Schwefelmangel, was häufig auftritt, wenn man nicht ausreichend biologisch angebautes Gemüse zu sich nimmt (siehe auch den Abschnitt ***Gib uns unseren täglichen Schwefel***). Mein Buch ***Zeitlose Geheimnisse der Gesundheit und Verjüngung*** geht auf viele andere Ursachen ein, die die Verdauung aus dem Lot bringen können.

Hat der Reinigungsprozess einmal begonnen, ist es wichtig, alle Steine auszuspülen, denn neue Steine aus dem hinteren Bereich der Leber wandern nach vorne und können die ausleitenden Gallengänge, wenn diese nicht entlastet werden, sogar noch stärker als zuvor beeinträchtigen. Wichtig ist daneben jedoch auch, den Körper nicht zu schwächen. Eine Leberreinigung verlangt dem Körper einiges an Energiereserven ab und ist fast wie eine Operation. Wenn Sie sich also zu schwach fühlen, können Sie einige Monate auf die Reinigung

3 Dr. Hamer's German New Medicine, www.newmedicine.ca, Ilsedora Laker

4 Ugeskr Laeger. 1994, 28. Nov.; 156(48):7211-3

verzichten und dann sehen, ob Sie kräftig genug sind, um den Prozess wieder aufzunehmen.

Frage: *Meine Gallenblase wurde entfernt und ich scheine überhaupt keine Gallenflüssigkeit zu haben. Produziert die Leber nicht genügend Galle für die Fettverdauung? Und eine weitere Frage: Wenn die Galle immer nur in kleinen Mengen aus der Leber fließt und nicht mehr von der Gallenblase zwischengelagert wird, kann dies ein Reizdarmsyndrom nach sich ziehen?*

Antwort: Der häufigste Grund für eine Gallenblasenoperation ist, dass die Gallengänge in der Leber durch intrahepatische Gallensteine blockiert werden, das wissen die Ärzte aber nicht und wenn doch, dann reden sie nicht darüber. Selbst wenn eine Gallenblase operativ entfernt wird, bleiben die Gallengänge in der Leber weiterhin blockiert. Somit wird die Gallenbildung beeinträchtigt, was dazu führt, dass die Leber Giftstoffe nicht ausscheiden kann (hierbei helfen Leberreinigungen). So lagern sich immer mehr Giftstoffe in der Leber ab, was wiederum dazu führt, dass sowohl die Zahl als auch die Größe der in den Gallengängen der Leber vorhandenen Steine zunimmt.

Unter normalen Umständen wird die Galle, die von der Leber in den Hauptgallengang gelangt, vorrangig für die Ausleitung von Gift- und Abfallstoffen verwendet, während die Zusammensetzung der in die Gallenblase fließenden Galle so verändert wird, dass sie geeignet ist, für die Fettverdauung und die Resorption von Mineralien und Vitaminen zu sorgen. Keine Gallenblase zu haben, bedeutet, dass nicht genug Gallenflüssigkeit, bzw. keine Galle in der geeigneten Form für den Verdauungsprozess zur Verfügung steht. Eine unzureichende Verdauung der Speisen ist die Hauptursache für die Entstehung eines Reizdarmsyndroms oder ähnlicher Symptome.

Es kann daher notwendig sein, zur Unterstützung der Verdauung ein Gallenmittel einzunehmen (siehe auch Kapitel 4).

Frage: *Der Einfluss von Vollmond macht sich normalerweise schon einige Tage vorher und einige Tage nachher bemerkbar. Eine Leberreinigung in der Zeit wirkt sich hoffentlich nicht nachteilig auf den Reinigungsprozess aus, oder möglicherweise doch?*

Antwort: Bei Vollmond sammelt sich im ganzen Körper, einschließlich des Gehirns, mehr Flüssigkeit/Wasser an als an den anderen Tagen des Monats. Dies bringt mit sich, dass der Körper zu dieser Zeit auch mehr Giftstoffe bindet. Natürlich kann der Körper auch bei Vollmond Steine und Giftstoffe lösen, aber

möglicherweise nicht so leicht und effektiv. Daher ist es am besten, den eigentlichen Prozess der Spülung (Tag 6 und 7) bei Vollmond zu vermeiden.

Frage: *Eine Ultraschalluntersuchung hat ergeben, dass ich eine Fettleber habe. Mein ganzer Körper ist geschwollen und ich habe Knoten in den Brüsten und der Schilddrüse. Mein Cholesterinwert ist sehr hoch und ich muss mich häufig nach dem Essen übergeben. Kann die Leberreinigung mir helfen?*

Antwort: Bis heute gibt es keine sichere medizinische Behandlung, mithilfe derer die Fettablagerungen aus der Leber abgebaut werden können. Aber Sie können sich selbst und Ihrem Arzt beweisen, dass sich die Fettablagerungen in der Leber reduzieren und sogar beseitigen lassen, wenn man die Gallengänge in der Leber von sämtlichen Gallensteinen befreit. Für derartige Ablagerungen in der Leber kann es vielerlei Ursachen geben, beispielsweise den Konsum von viel Eiweiß, Zucker und Alkohol, aber auch Stress und Schlafmangel. Allem voran aber schließt die Leber auf diese Weise schädliche Substanzen wie etwa Pharmazeutika ein. Unabhängig davon, was bei Ihnen die Ursache(n) für die Stauung in der Leber ist (sind), durch wiederholte Leberreinigungen wird die Leber allmählich wieder gesünder werden und so gut wie möglich für sich selbst sorgen können. Ziehen Sie nach der zehnten Leberreinigung eine erneute Ultraschalluntersuchung in Betracht (auch wenn ich diese im Allgemeinen nicht empfehle) und bitten Sie Ihren Arzt um einen Vergleich mit der vorherigen. Der Unterschied wird sich größtenteils voraussichtlich und im wahrsten Sinne des Wortes in den Farben Schwarz und Weiß zeigen. Ist die Leber erst frei von Fettablagerungen, lösen diese sich auch in anderen Körperbereichen auf wie etwa Brust, Schilddrüse, Arterien usw. All dies ist natürlich abhängig davon, ob Sie eine ausgewogene eiweißarme, bevorzugt vegane Ernährung sowie ganz allgemein eine gesunde Lebensweise einhalten.

Frage: *Kann die Einnahme von Bittersalz schädliche Nebenwirkungen haben? Ich stelle während der Ausscheidungsphase immer wieder eine Reizung des Afters fest.*

Antwort: Wie jede andere natürliche Substanz (Wasser, Nahrung, Sauerstoff usw.) hat Bittersalz nur bei übermäßigem Verzehr Nebenwirkungen. Das Wundsein am After beruht auf den Giftstoffen, die während der Leberreinigung freigesetzt werden, nicht auf dem Bittersalz. Wäre Ihr Verdauungstrakt völlig frei von Schlacken, würde nahezu das gesamte Magnesium im Bittersalz resorbiert und könnte keinerlei wässrige, saure Ausscheidungen verursachen. Es gäbe keine Reizungen und somit keine Nebenwirkungen wie Krämpfe, Blä-

hungen, Mundgeruch und so weiter. Diese Formen des Unwohlseins sind nur darauf zurückzuführen, dass sich die Darmschlacken auflösen und Giftstoffe aus der Leber freigesetzt werden.

Das Bittersalz durchläuft im Dünndarm biochemische Veränderungen. Anders ausgedrückt, das Bittersalz, das den Dickdarm erreicht, ist nicht mehr dasselbe, das Sie eingenommen haben.

Wenn Sie feststellen, dass bei einer erfolgreichen Leberreinigung die letzten acht oder zehn Stuhlgänge am Morgen oder Nachmittag nur noch wässrig sind und keine Steine oder schaumige Cholesterinkristalle aufweisen, können Sie die Dosierung der letzten beiden Einnahmen von Bittersalz um jeweils ein Drittel oder die Hälfte reduzieren. Wenn Sie Bittersalz grundsätzlich nicht vertragen oder allergisch darauf reagieren, verwenden Sie alternativ Magnesiumzitrat oder versuchen es mit einem anderen natürlichen und schnell wirkenden Darmreinigungsmittel wie Ozovit oder Oxy-Powder. Diese beiden Produkte bestehen aus einer Mischung verschiedener Magnesiumoxide (siehe Produktinformationen am Ende des Buches). Der Nachteil fast aller sonstigen Darmreinigungsmittel liegt darin, dass sich bei ihnen, anders als bei Bittersalz, nicht gezeigt hat, dass sie die Gallengänge weiten und somit Gallensteine in den Darmtrakt ableiten – ein wichtiger Aspekt des gesamten Prozesses.

Frage: *Wie sieht es aus, wenn man für die Vorbereitungsphase einfach Äpfel isst? Wie viele Äpfel müsste ich pro Tag essen, um die Menge an Apfelsäure zu mir zu nehmen, wie sie in der Menge Apfelsaft enthalten ist, die Sie für die Leberreinigung empfehlen?*

Antwort: Die Apfelsäure in Apfelsaft erreicht die Leber viel schneller, leichter und in einer höheren Konzentration, als würde man einfach Äpfel essen. Man müsste mindestens zwölf Äpfel pro Tag essen, was ein hohes Maß an Gärung, Blähungen und Kopfschmerzen nach sich ziehen würde. Einfacher ist es, während der Vorbereitungsphase statt Apfelsaft etwa 250 ml Sauerkirschsaft pro Tag zu trinken. Er enthält etwa dieselbe Menge an Apfelsäure wie Apfelsaft, aber weit weniger Zucker und wird oft besser vertragen. Wichtig ist, dass es wirklich Sauerkirschsaft und kein Saft von Süßkirschen ist (siehe Kapitel 4 für nähere Informationen).

Frage: *Was muss man für die Leberreinigung beachten, wenn man regelmäßig Medikamente einnimmt? Ich leide unter Parkinson und nehme deswegen täglich vier Tabletten ein. Zurzeit nehme ich regelmäßig Apfelessig, Mariendistel, Kokosöl und Löwenzahnblätter zu mir.*

Antwort: Ich rate von Leberreinigungen ab, wenn man regelmäßig die auf dieser Website gelisteten Medikamente einnimmt: http://www.pdf.org/parkinson_prescription_meds. Dort sind die Nebenwirkungen dieser Medikamente aufgeführt, die aufzeigen, welchen Schaden sie dem Körper zufügen können, während sie gleichzeitig nicht gegen die Ursachen von Parkinson vorgehen. Die Leber zu reinigen und sie gleichzeitig wieder mit den in diesen Medikamenten enthaltenen Toxinen zu belasten halte ich für unklug.

Darüber hinaus sorgt die Leberreinigung dafür, dass die Leber medikamentöse Substanzen effizienter ausleitet, wodurch sich die Menge des Wirkstoffs im Blut ungünstig verändern könnte. Anstatt die Symptome von Parkinson nur zu unterdrücken oder zu verändern, schlage ich vor, alle gesundheitsrelevanten Faktoren mit einzubeziehen, wie ich es in diesem Buch aufzeige, bzw. noch detaillierter in ***Zeitlose Geheimnisse der Gesundheit und Verjüngung***. Dazu gehören Faktoren wie ein möglicher Vitamin-D-Mangel aufgrund von zu wenig Sonneneinstrahlung sowie der Verzehr von Speisen, die Entzündungen im Darmbereich verursachen, was wiederum neurologische Krankheiten nach sich zieht. Etwa 10–14 Tage nach dem Absetzen der Medikation ist ein guter Zeitpunkt für die Durchführung der Leberreinigung, eines der besten Heilverfahren überhaupt. Die in Kapitel 5 erwähnten organischen Schwefelkristalle sind ein ausgezeichnetes Mittel, um Metalle, chemische Substanzen und andere Giftstoffe auszuleiten und das Nervensystem wieder zu stabilisieren.

Frage: *Ich habe eine Glutenallergie und wie mein Arzt sagte, handelt es sich um Zöliakie. Würden Leberspülungen in diesem Fall helfen, und warum leiden mittlerweile so viele Menschen unter einer Glutenunverträglichkeit?*

Antwort: Forschungsergebnissen zufolge ist die Glutenunverträglichkeit während der vergangenen 30–40 Jahre mit dem Anstieg des Verzehrs stark verarbeiteter und veränderter Mehlsorten (z. B. angereichert oder selbsttreibend) angestiegen. In Ländern, wo heute noch traditionelles Mehl verwendet wird, gibt es kaum oder gar keine Fälle von Glutenunverträglichkeit oder -allergie. In der westlichen Welt belegt in dieser Hinsicht Italien einen unteren Rang, obwohl dort am meisten Weizennudeln verzehrt werden. Allerdings sind die Italiener sehr wählerisch, wenn es um das Mehl für ihre Pasta geht. Ich glaube nicht, dass sich in den vergangenen hundert Jahren daran viel geändert hat.

Auch die Verwendung von Hefe in Brot und anderen Backwaren hat dazu geführt, dass die Konzentration an Gluten höher ist, als, sagen wir einmal vor hundert Jahren (genauer gesagt, als ohne Hefe gebacken wurde). Man ließ dem Brotteig Zeit zu fermentieren (mit Sauerteig), dabei werden die im Weizen ent-

haltenen Antikörper zerstört (die auch Eiweiße sind) und das Brot wird leichter verdaulich. Hefe verhindert zudem die Aufspaltung von Gluten, sodass zu viel Gluten im Brot verbleibt, was zu den heute oft auftretenden Reaktionen führt.

Hinzu kommt, dass, wenn jemand Fleisch, Fisch, Eier, Käse und andere eiweißreiche Kost in gekochter, gebratener oder gebackener Form zu sich nimmt, die dadurch entstehende Eiweißgerinnung dazu führt, dass der Körper die meisten dieser geschädigten Proteine abstößt. Nach einem gewissen Zeitraum, der bei jedem Menschen unterschiedlich lang sein kann, wird das Immunsystem möglicherweise auf jede Art von Eiweiß reagieren, einschließlich Gluten, insbesondere, wenn Brot und Fleisch bei derselben Mahlzeit gegessen werden.

Um Ihre Frage zu beantworten: Um eine chronische Darmentzündung zu vermeiden, würde ich empfehlen, auf tierisches Eiweiß zu verzichten, eine Zeit lang glutenarme Speisen zu mir nehmen und dann nach und nach wieder Lebensmittel mit mehr Gluten einführen, außer Hefebackwaren.

Erwähnenswert ist auch, dass viele Menschen, die an einer Glutenallergie litten, nach einer Reihe von Leberreinigungen keine Probleme mehr damit hatten.

Ich selbst litt unter einer Glutenunverträglichkeit, die zurückzuführen war auf einen übermäßigen Verzehr von weißem Brot in meiner traumatischen Kindheit. Aber ich konnte sie mithilfe meines Heilansatzes ***Sacred Santémony*** innerhalb von 3–4 Minuten selbst auflösen (mehr Informationen zu Sacred Santémony auf www.ener-chi.com) Häufig stecken ungelöste emotionale Konflikte oder aber vergangene emotionale Konfliktsituationen hinter einer Glutenunverträglichkeit und insbesondere der Zoliäkie, die vom Verdauungssystem wieder abgerufen werden, wenn es Gluten ausgesetzt ist.

Frage: *Ich habe bis jetzt acht Leberreinigungen durchgeführt und fühle mich großartig. Fast all meine Beschwerden, einschließlich Magengeschwüre, Sinusitis und Kopfschmerzen, sind verschwunden. Insgesamt habe ich bestimmt 2500 Steine ausgeschieden. Ich verstehe allerdings nicht, warum bei meiner ersten Leberreinigung kein einziger und bei der zweiten nur sechs oder sieben kleine Steine ausgespült wurden. Zu meinem großen Erstaunen waren es bei der darauffolgenden Reinigung dann etwa 1000 Steine. Können Sie erklären, warum die beiden ersten Reinigungen erfolglos waren?*

Antwort: Sie gehören zu den seltenen Menschen, deren Hauptgallengänge in der Leber vollkommen mit Gallensteinen verstopft waren, deshalb waren drei Reinigungen erforderlich, um die verhärteten Steine aufzuweichen und aufzubrechen. Man kann nicht sagen, dass die ersten beiden Reinigungen nicht

erfolgreich waren. Sie waren es. Sie haben die Vorarbeit geleistet, und bei den nachfolgenden Reinigungen wurde lediglich ausgespült, was bereits aufgebrochen war – dank Ihrer Geduld und Ausdauer.

Frage: *Im Laufe von insgesamt fünf Leberreinigungen habe ich mehr als 1200 Steine ausgeschieden. Bei meiner fünften waren es allerdings nicht mehr als 20 Steine. Bedeutet das, dass meine Leber jetzt sauber ist?*

Antwort: Nicht unbedingt. Es kann sein, dass bei den fünf Reinigungen erfolgreich sämtliche Steine aus einem der beiden Hauptgallengänge der Leber entfernt wurden, der zweite Gang aber immer noch blockiert ist. Weitere Reinigungen werden diesen ebenfalls wieder durchgängig machen. Sie werden vermutlich im Laufe zukünftiger Reinigungen mehr Steine ausscheiden als zuvor, da die meisten blockierten Gallengänge sich häufig erst öffnen, wenn die weniger verstopften Gallengänge bereits frei von Steinen sind.

Frage: *Muss man nach einer Leberreinigung nicht seine Elektrolyte wieder auffüllen und die Darmflora aufbauen?*

Antwort: Es erscheint zwar logisch, dem Körper zurückzugeben, was er während einer Reinigung verloren hat, aber ich habe festgestellt, dass es weitaus besser ist, dem Körper diese Aufgabe selbst zu überlassen. Damit regt man ihn eher dazu an, für seine eigenen Bedürfnisse Sorge zu tragen, und zwingt ihn nicht, von außen zur Verfügung gestellte Hilfsmittel zu nutzen. Darüber hinaus ist es im Grunde genommen auch sehr viel einfacher, Elektrolyte und Probiotika (nützliche Bakterien) aufzufüllen, wenn der Darmtrakt sauber ist. Das bakterielle Gleichgewicht ist nämlich in der Regel innerhalb von 48 Stunden wiederhergestellt. Wenn Sie dennoch die Neubildung von Darmbakterien unterstützen möchten, können Sie 120–180 ml frisch gepressten Krautsaft trinken.

Frage: *Wie lange dauert es, bis sich ein durchschnittlich erbsengroßer Gallenstein in der Leber bildet? Kann es sein, dass sie sich genauso schnell bilden können, wie es dauert, sie auszuspülen?*

Antwort: Das hängt davon ab, wie viele Gallensteine sich bereits angesammelt haben, welche Nahrungsmittel oder Getränke Sie zu sich nehmen, wie es um Ihre emotionale Gesundheit bestellt ist und wie Ihre Lebensweise aussieht. Alkohol, Medikamente, Stimulanzien, Diuretika und industrieller Zucker sowie Fleisch können die Gallenflüssigkeit schnell erstarren lassen, sodass sich neue

Steine bilden. Einige Steine können innerhalb weniger Wochen die Größe einer Erbse erreichen. Für eine dauerhaft saubere Leber empfehle ich, die Ratschläge zur Ernährung und Lebensweise zu befolgen, die ich in ***Die wundersame Leber- und Gallenblasenreinigung*** aufgeführt habe, und zusätzlich die Leberreinigungen durchzuführen.

Frage: *Bei mir ist vor und nach den Leber- und Gallenblasenreinigungen ein Ultraschall des Bauchraums gemacht worden, und mein Arzt meinte, die Zahl der Steine in meiner Gallenblase habe sich nicht wesentlich verändert. Können Sie das erklären? Ich bin sehr enttäuscht über die Ergebnisse.*

Antwort: Ich habe immer betont, dass es am wichtigsten ist, die Steine zu entfernen, die sich in den Gallengängen der Leber befinden. Sie sind die Hauptursache chronischer Krankheiten. Wie bereits erwähnt, werden stärker verkalkte Steine in der Gallenblase weniger leicht ausgeschieden als die weicheren, die zu Tausenden in den Gallengängen in der Leber sitzen. Den Berichten zufolge, die ich über einen Zeitraum von fast 20 Jahren von Tausenden von Menschen aus der ganzen Welt erhalten habe, werden verkalkte Steine in den meisten Fällen nach sechs bis acht Reinigungen ausgespült.

Es kann jedoch vorkommen, dass sich verkalkte Steine, obwohl sie in einigen Fällen auch sofort ausgeschieden werden können, während einer Leberreinigung überhaupt nicht bewegen und am Boden der Gallenblase festsitzen. Diese Art von Steinen (wenn es nicht mehr als drei bis vier kleinere [1 cm] sind) verursacht keine größeren gesundheitlichen Probleme – viele Menschen leben mit ihnen, ohne irgendwelche Verdauungsschwierigkeiten zu haben. Wir haben Menschen erlebt, die nach ihrer 18. Leberreinigung all ihre verkalkten Steine ausgeschieden haben und vorher keinen einzigen. Das kann man nicht vorhersagen.

Aber ich möchte noch einmal betonen, dass das Ausspülen der Gallengänge in der Leber der wichtigste Teil der Reinigung ist, weil die Leber damit in die Lage versetzt wird, besser zu arbeiten, Giftstoffe aus dem Blut auszuleiten und ausreichend Galle für die Verdauung und Ausleitung von Abfallstoffen zu produzieren.

Frage: *Eine Bekannte von mir hatte Probleme mit einem riesigen Gallenstein, der so groß war wie eine kleine Faust. Wie kommt es dazu, dass jemand einen so großen Stein in sich trägt?*

Antwort: Es ist wirklich schwierig zu beurteilen, ob eine Reinigung der Leber auch in solchen Extremfällen funktionieren würde. Ich weiß von einigen

Menschen, deren Gallenblase fast vollständig mit großen Steinen gefüllt war, dass ihre Gallenblase nach zwölf oder mehr Reinigungen wieder einwandfrei gearbeitet hat. Fließt jedoch keine Galle mehr in die Gallenblase, sind die Chancen für einen solchen Erfolg vermutlich sehr gering. In der Gallenblase muss noch etwas Platz vorhanden sein, damit die Galle die Steine während der Reinigungen ausspülen kann. Ist der große Stein verkalkt (nicht einer der weicheren), kann es sogar noch schwieriger sein, ihn freizusetzen.

Mit einem Ultraschall kann zwar die genaue Größe eines verkalkten Steins bestimmt werden, aber was sich sonst noch in der Gallenblase befindet, zum Beispiel Gallengries oder weiche Steine, ist nicht zu erkennen. Außerdem zeigt ein Ultraschall nicht auf, was sich in den Gallengängen in der Leber befindet.

Frage: *Ich habe sehr viele Leberflecken auf meinen Ober- und Unterarmen, von denen sich einige im letzten Jahr gebildet haben. Ist das ein Hinweis auf Gallensteine, ebenso wie Altersflecken auf den Handrücken oder braune Flecken an den Schläfen? Verschwinden Leberflecken und Hautverfärbungen, nachdem die Leber von Gallensteinen gereinigt wurde?*

Antwort: Die meisten dieser Hautflecken treten in direktem Zusammenhang mit bestehenden oder sich neu bildenden Gallensteinen in den Gallengängen der Leber und Gallenblase auf. Viele von ihnen verblassen und verschwinden, sobald die Leber und Gallenblase vollständig gereinigt sind, oder, in einigen Fällen, nachdem die meisten Gallensteine ausgeschieden wurden. Eine weitere Ursache von Leberflecken, Sommersprossen und Altersflecken ist ein Mangel an Selen und Schwefel. In diesem Fall kann die zusätzliche Einnahme von ionischem Selen und organischen Schwefelkristallen dazu beitragen, sie verschwinden zu lassen. (Mehr zur Entfernung von Leberflecken durch externe Anwendungen finden Sie in meinem Buch ***Zeitlose Geheimnisse der Gesundheit und Verjüngung.***)

Frage: *Wie viele Colon-Hydro-Therapien sind im Allgemeinen erforderlich, bis der Darm sauber ist?*

Antwort: Die Zahl der benötigten Colon-Hydro-Therapien ist abhängig von der jeweiligen Person, ihrer aktuellen Verfassung, Ernährung und Lebensweise. Bisweilen sind die Schlacken so verhärtet und kleben so stark an den Darmwänden fest, dass bis zu sieben Colon-Hydro-Therapien erforderlich sein können, um den angesammelten Stuhl ausreichend aufzuweichen und abzulösen. Bei einigen werden die ersten Behandlungen vielleicht nicht unbedingt zu aufsehenerregenden Ergebnissen führen. Aus diesem Grund ist eine Serie von min-

destens drei Behandlungen, jeweils eine pro Woche, zu empfehlen und ratsam für alle, die noch nie eine Darmreinigung durchgeführt haben.

Außerdem ist es wichtig, dass Sie die Gesundheit ihres Darms im Auge behalten, indem sie auf Schmerzsignale oder Versteifungen achten, die im Nacken, in den Schultern, im Kreuz, im Beckenbereich oder in den Armen auftreten können. Diese Schmerzen signalisieren Ihnen, dass es wieder an der Zeit für eine weitere Darmreinigung ist. Man kann verborgene Schmerzstellen oder Spannungen im Darm aufspüren, indem man den Bereich um den Bauchnabel – etwa 5 bis 10 cm vom Nabel entfernt und rechts und links davon sowie darüber und darunter – sanft eindrückt. Suchen Sie nach weichen Stellen oder Verhärtungen.

Frage: *Haben Colon-Hydro-Therapien irgendwelche schädlichen Nebenwirkungen?*

Antwort: Colon-Hydro-Therapien haben keine bekannten schädlichen Nebenwirkungen. Bei einigen kann es jedoch nach einer Colon-Hydro-Therapie zu erkältungsähnlichen Symptomen oder Kopfschmerzen kommen. Der Grund hierfür ist in den Toxinen zu suchen, die im Darm festsaßen und jetzt freigesetzt werden. Es kann allerdings passieren, dass einige Ablagerungen nur teilweise gelöst und ausgespült werden und eine kleine Menge freigesetzter Toxine vom Körper reabsorbiert wird. Eine Heilungskrise dieser Art geht schnell vorbei und der Betroffene wird sich bei nachfolgenden Behandlungen wohler fühlen. Ich beschäftige mich jetzt seit fast zwei Jahrzehnten mit der Reinigung des Darms, habe aber noch nie irgendwelche schädlichen Auswirkungen beobachtet.

Frage: *Können Colon-Hydro-Therapien schädlich für die natürliche Darmflora sein?*

Antwort: Die natürliche, aus nützlichen Bakterien bestehende Darmflora wird nicht beeinträchtigt. Die erste Hälfte des Darms ist verantwortlich für die Bildung der Darmflora, wie sie für eine ausgewogene Darmfunktion erforderlich ist. Insbesondere im Appendix siedeln sich viele nützliche Darmbakterien an. Wird Nahrung nicht ordnungsgemäß verdaut, setzt sich der Kot an den Innenwänden des Darms fest. Die Schichten fäkaler Verkrustungen hindern die Darmschleimhaut daran, die erforderliche Darmflora zu produzieren. Das führt außerdem zu einer Austrocknung der Darmschleimhaut, verstärkt Verstopfungen und führt zu Vergiftungen. Dadurch wiederum wird das gesunde Säure-Basen-Gleichgewicht gestört und zusätzlich das Wachstum nützlicher Bakterien verhindert. Dieses Ungleichgewicht sorgt dann dafür, dass zerstörerische

Bakterien den Darm massenhaft besiedeln (zerstörerische Bakterien bauen Abfallstoffe ab, produzieren als Folge davon aber starke Giftstoffe).

Darmreinigungen unterstützen die Wiederherstellung des natürlichen pH-Wertes im Darm. In dieser günstigeren Umgebung werden die nützlichen Bakterien wieder gedeihen, und krank machende Bakterien werden es schwerer haben, sich unmäßig auszubreiten.

Frage: *Die Symptome meines Chronischen Erschöpfungssyndroms (seit zehn Jahren) haben sich im Laufe meiner ersten Leberreinigung (sie dauerte drei Tage) um 50 % reduziert und jetzt, nach den darauffolgenden Reinigungen, sind alle Symptome zurückgekehrt. Passiert das häufig?*

Antwort: Jeder Mensch ist anders und sammelt eigene Erfahrungen in Bezug auf die Leberreinigung, es gibt also hier keine richtigen oder falschen Ergebnisse. Wie in diesem Buch erwähnt, sind die positiven Auswirkungen und Verbesserungen, die sich nach einer oder zwei Leberreinigungen einstellen, gewöhnlich von kurzer Dauer (einige Tage): Nachdem Sie Steine aus den austretenden Gallengängen der Leber ausgeschieden haben, werden Steine aus dem Inneren und irgendwann auch aus dem hinteren Bereich der Leber in diese ausführenden Gallengänge wandern und diese erneut verstopfen.

Das kann nach einigen Reinigungen sogar noch sehr viel schneller passieren und Verbesserungen können weniger deutlich spürbar sein als zu Anfang. Leider haben Menschen mit Chronischem Erschöpfungssyndrom und Arthritis häufig überdurchschnittlich viele Steine in den Gallengängen in der Leber und es dauert länger, bis sie an den Punkt kommen, an dem keine weiteren Steine aus den hinteren Bereichen der Leber die austretenden Gallengänge mehr verstopfen.

Die 50-prozentige Besserung, die Sie nach der ersten Reinigung erfahren haben, zeigt, dass einer der Hauptgründe für Ihre Erkrankung eine unzureichende Gallenbildung ist. Die Tatsache, dass Sie zehn Jahre lang unter dem Chronischen Erschöpfungssyndrom gelitten haben, ist ein Zeichen dafür, dass Ihre Leber über einen langen Zeitraum chronisch verstopft war, viel länger als nur zehn Jahre. Wie lange es dauert, bis die Leber vollständig sauber ist (und keine weiteren Steine die austretenden Gallengänge blockieren), ist schwer zu sagen, aber ich an Ihrer Stelle würde weitermachen, bis genau dieser Zustand eingetreten ist.

Frage: *Während meiner letzten Leberreinigung (elfte) war ich erschöpft und ohne Energie. Bei jedem Gang zur Toilette fühlte ich mich müder und müder. Ein*

ziemlich anstrengender Tag, trotzdem habe ich nicht so viele Steine ausgeschieden, wie ich erwartet hatte ...

Antwort: Keine Frage, einige Reinigungen können ziemlich ermüdend sein. Das ist häufig der Fall, wenn die Leber eine große Menge von Toxinen freisetzt, aber nicht viele Steine. Während dieses Vorgangs ist die Leber weniger damit beschäftigt, Vielfachzucker in Glukose umzuwandeln, die die Hauptquelle des Körpers für Zellenergie darstellt. Mit anderen Worten, die Zellen arbeiten nicht wie gewöhnlich, sie sparen Energie ein. Das kommt bei Ihnen als Müdigkeit an. Der Körper tut jedoch genau das Richtige. Er nutzt die gesamte verfügbare Energie, um Toxine und Abfallstoffe loszuwerden, vergleichbar mit dem Mangel an Energie bei einem Grippeanfall, der ebenfalls eine größere Reinigungsaktion darstellt. Sollte Ihr Stuhlgang häufig wässrig und ohne Steine sein, können Sie beim nächsten Mal die Menge des Bittersalzes um ein Drittel reduzieren, vor allem die morgendliche Dosis.

Frage: *Ich habe gehört, dass das spanische Kräutermittel Resium Gallensteine und Nierensteine auflösen kann. Ist das wahr?*

Antwort: Ich wünschte, es wäre wahr, aber bis jetzt habe ich noch niemandem getroffen, der seine Nierensteine oder Gallensteine mit Resium auflösen konnte. Es gibt eine Forschungsarbeit, die meine eigenen diesbezüglichen Ergebnisse bestätigt. Während einer dänischen Studie an Patienten, die wegen regelmäßiger Gallenkoliken für eine Cholecystectomy vorgesehen waren, begleiteten die Forscher die Versuchspersonen sechs Monate lang, um die Wirkung von Resium zu evaluieren. Mittels Ultraschall konnte keine Auswirkung von Resium auf die Größe und das Volumen von Gallensteinen festgestellt werden.

Frage: *Ich habe im Internet ein Produkt gefunden, das angeblich Gallensteine, Nierensteine und Gallengries auflösen soll. Das Produkt heißt „Glytamins". Wissen Sie irgendetwas darüber?*

Antwort: Ich habe das Produkt persönlich getestet und keinen Hinweis dafür gefunden, dass es Gallensteine oder Nierensteine aufgelöst hat. Die Firma, die es vertreibt, beschreibt es als „Olivenöl-Leberreinigung", um Kunden auf ihre Website zu locken und sie dann davon zu überzeugen, ihr teures Produkt zu kaufen, anstatt die preiswerte Leber- und Gallenblasenreinigung durchzuführen. Ich wünschte, ihr Produkt würde wirken wie behauptet, weil es den Vorgang wirklich so sehr vereinfachen und beschleunigen würde.

Frage: *Ich hatte im Januar 2007 eine Gallenkolik (sehr schmerzhaft!!!) und meine Gallenblase sowie zwei große Steine wurden entfernt. Heute habe ich stärkere Schmerzen als jemals zuvor. Und gestern kam meine Mutter mit traurigen Nachrichten vom Arzt zurück – ihre Leber arbeitet überhaupt nicht mehr. Ihre Gallenblase ist vor 30 Jahren entfernt worden. Was kann ich tun? Bitte helfen Sie mir!*

Antwort: Leider teilen die meisten Ärzte ihren Patienten nicht mit, womit sie in Zukunft rechnen müssen, wenn sie ihre Gallenblase entfernen lassen. Wurde die Gallenblase entfernt, ist es sogar noch wichtiger, die Leber zu reinigen, um einem Leberversagen und Krebs vorzubeugen. Die einzige echte Chance Ihrer Mutter, ihre Leber zu retten, besteht darin, sie zu reinigen.

Frage: *Ich weiß, wie wichtig es ist, die Leber zu reinigen. Angenommen, die Leber ist vollständig gereinigt, wie wirkt sich die Tatsache, keine Gallenblase mehr zu haben, auf meine Resorption und Verdauung von Nährstoffen und Mineralstoffen aus, die mein Körper benötigt? Kann ich etwas tun, um diese Resorption zusätzlich zu fördern, um sicherzugehen, dass meine Leber optimal arbeitet?*

Antwort: Ja, Sie können ein Gallenergänzungsmittel einnehmen, was gut informierte Ärzte ihren Patienten nach einer Gallenblasenoperation bisweilen auch empfehlen. Achten Sie bei der Einnahme darauf, mit einer kleinen Dosis zu beginnen und dann zu prüfen, welche Dosierung für Ihre Verdauung die beste ist. Eine zu hohe Dosis verursacht weichen Stuhl und Durchfall.

Frage: *Ist die Einnahme von Ozovit vor und nach der Leberreinigung vertretbar, oder ist das Risiko zurückbleibender Steine einfach zu groß?*

Antwort: Ein nicht unerhebliches Risiko besteht, wenn nicht innerhalb von drei Tagen nach der Leberreinigung auch der Darm gründlich gespült wird. Die nächstbeste Methode zur Colon-Hydro-Therapie ist die Verwendung eines Colema-Boards, bei dem ebenfalls der gesamte Darm gereinigt wird. Ein Colema-Board ist eine einmalige Anschaffung, die ein Leben lang hält (Einzelheiten auf www.ener-chi.com). Wenn das für Sie unerschwinglich ist, sind zwei bis drei nacheinander durchgeführte Einläufe mit Wasser eine gute Alternative. Klistierbeutel sind nicht teuer und in fast allen Apotheken erhältlich. Ein Einlauf am Tag der Leberreinigung kann ausreichend sein. Ozovit kann zusätzlich eingenommen werden.

Frage: *Meine Mutter hat seit mehreren Jahren immer wieder Verstopfung sowie Magen- und Verdauungsprobleme. Sie hat ihre erste Reinigung im März durchgeführt und hat ungefähr fünf kleine Steine ausgeschieden. Die zweite war im Ap-*

ril, ohne Steine. Sollte sie sich einer Colon-Hydro-Therapie unterziehen, bevor sie Ende Mai eine weitere Reinigung vornimmt?

Antwort: Es ist äußerst wichtig, den Darm zu spülen, und zwar sowohl vor als auch nach Leberreinigungen. Wird die Darmspülung vorher ausgelassen, vor allem bei bestehender Verstopfung, kann es sein, dass die Steine nicht passieren können, weil die Gallenblase eventuell verschlossen bleibt. Wird die Darmspülung danach ausgelassen, können sich Steine, die vielleicht in den Darm gewandert sind, dort festsetzen und größere Probleme verursachen als in der Leber. Vermutlich sind bei Ihrer Mutter Steine in den Darm gewandert, sind aber vielleicht aufgrund von Verstopfung oder nicht durchgeführter vorheriger Darmspülung (idealerweise am Tag der Leberreinigung) im Darm stecken geblieben und sitzen vermutlich auch jetzt noch dort.

Bei beiden Ansätzen ist es wichtig zu wissen, wie man den Darm während dieses Vorgangs massiert, um so viele festsitzende Abfallstoffe wie möglich zu lösen.

Frage: *Seit meiner ersten richtigen Leberreinigung scheint die gesamte rechte Seite meines Körpers beeinträchtigt zu sein – Schmerzen und stärkere arthritische Symptome in meinen Händen und Schultern. Ich habe bemerkt, dass ich größere Verdauungsbeschwerden habe, wenn ich Fleisch oder Fisch esse, die deshalb jetzt seltener auf meinem Speiseplan stehen. Ich habe schon seit fast einem Monat keine Eier mehr gegessen und damit geht es mir eigentlich gut! Warum habe ich jetzt all diese Schmerzen und Beschwerden?*

Antwort: Es kommt zwar nicht häufig vor, aber einige Symptome können sich verstärken, wenn der Körper sich in einem Selbstreinigungsprozess befindet. Kommt es im Körper zu Stauungen und Verstopfungen, ist seine Fähigkeit, sich selbst zu heilen und zu entgiften, in Wartestellung. Der Körper ist gewissermaßen in einer Anhäufungsphase, in der Giftstoffe und Säuren in das Bindegewebe der Organe, Gelenke usw. wandern. Das bedeutet auch, dass Symptome chronisch, aber weniger akut werden, was heißt, dass man sie, wenn überhaupt, weniger spürt. Wenn Ihre wichtigsten Ausscheidungsorgane gereinigt sind, setzt der Körper diese angehäuften Giftstoffe und Säuren allmählich wieder frei, was zu akuten Ausbrüchen oder Symptomen führen kann.

Symptome sind immer ein Zeichen für einen Selbstheilungsversuch des Körpers, sie werden aber fälscherweise für Krankheiten gehalten. Sogar in einer chronischen Situation sind Schmerzen eine Heilungsreaktion, die dazu beiträgt, Wasser und Sauerstoff zu einem gestauten Bereich des Körpers zu

transportieren. Eine Entzündung, zu der auch Schwellungen zählen, ist eine natürliche Heilungsreaktion auf eine unnatürliche Situation. Die Reinigung der Leber, des Darms und der Nieren zusammen mit einer ausgewogenen Ernährung und Lebensweise beseitigen die eigentlichen Ursachen der Krankheit.

Wenn Ihre Verdauung nicht gut funktioniert und Ihr Verdauungstrakt verstopft ist, rufen tierische Nahrung und Eier, Käse usw. in der Regel keine größere Reaktion hervor. Normalisiert sie sich jedoch allmählich, reagiert das Immunsystem im Darm wieder auf diese Nahrungsmittel, indem es versucht, sie so schnell wie möglich abzuwehren, weil sie der Gesundheit schaden. Das bedeutet, dass Sie sich nicht mehr wohlfühlen, nachdem Sie sie gesessen haben, was ein gutes Zeichen dafür ist, dass der Körper sich jetzt besser schützen kann. Dies ist ein guter Zeitpunkt für größere Veränderungen in Ihrer Ernährung und Lebensweise.

Frage: *Ich habe einige Ihrer Bücher gelesen und finde sie sehr interessant. Ich habe zwei Leberreinigungen mit durchschlagendem Erfolg durchgeführt und habe außerdem mehrere Leute in meiner Umgebung überzeugen können, es ebenfalls auszuprobieren. Gestern Abend habe ich mich mit einem Arzt unterhalten, der mir sagte, dass abgehende Steine in einem Gang der Bauchspeicheldrüse stecken bleiben und eine Bauchspeicheldrüsenentzündung verursachen können. Ich interessiere mich sehr für dieses Thema, also habe ich beschlossen, Ihnen von diesen Bedenken zu erzählen, weil Sie für mich wie ein Mitglied meiner Familie sind.*

Antwort: Ich bin mit Ihrem Freund und Arzt einer Meinung. Gallensteine, die sich in der Gallenblase gelöst haben, oder Gallensteine in den Gallengängen der Leber können den Bauchspeicheldrüsengang blockieren und eine Bauchspeicheldrüsenentzündung sowie Bauchspeicheldrüsentumore, aber auch Diabetes hervorrufen. Dies ist ein ernster Zustand, von dem viele Menschen heutzutage betroffen sind. Ich habe selbst darunter sehr gelitten, als ich früher meine 40 und mehr Gallenkoliken hatte.

Bei der Leber- und Gallenblasenreinigung geht es jedoch gerade darum, ein solches Krankheitsbild nicht aufkommen zu lassen. Die Reinigung dieser beiden Organe macht eine Bauchspeicheldrüsenentzündung geradezu unmöglich. Ohne Reinigung ist das Risiko relativ hoch, vor allem bei der heutigen Ernährungsweise mit fett- und proteinreichen Nahrungsmitteln. Die Reizung der Gallenblase durch eine fetthaltige Mahlzeit kann praktisch immer einen Gallenstein oder Gallengries lösen, der in der Vater-Ampulle stecken bleiben kann.

Bei der Leberreinigung wird dies allerdings durch die Verwendung von Bittersalz verhindert, das bewirkt, dass sich die Gallengänge entspannen und öffnen, aber auch durch die Ausschüttung von großen Mengen öliger Galle als Reaktion auf die Aufnahme großer Mengen von Olivenöl/Zitrussaft. Da es auf leeren Magen und nicht im Rahmen einer Mahlzeit eingenommen wird, kann die ölige Galle jeden Stein, egal wie groß, leicht und schmerzlos zum Dickdarm transportieren. Die Spülung des Darms vor und nach einer Leberreinigung erleichtert diesen Vorgang zusätzlich. Deshalb kommt es während einer Leberreinigung nicht zu einer Gallenkolik. Schon nach der ersten meiner zwölf Leberreinigungen habe ich nie wieder eine Gallenkolik gehabt.

Frage: *Ich nehme Medikamente gegen eine Herzerkrankung ein. In Ihrem Buch heißt es, man solle während einer Leberreinigung alle Medikamente absetzten. Wie soll ich das machen?*

Antwort: Durch die Einnahme von Medikamenten soll etwas unterdrückt werden, was der Körper zu korrigieren versucht. Ein Blutdruckmedikament, zum Beispiel, senkt zwar den Bluthochdruck, aber in einem mit Stauungen überlasteten Körper mit verdickten, gestauten Blutgefäßen muss der Köper den Blutdruck erhöhen, um die erforderliche Menge an Nährstoffen und Sauerstoff zu den Organen, einschließlich Gehirn und Herz, zu transportieren. Senkt man den Blutdruck, ohne die Stauung zu lösen, führt das höchstwahrscheinlich zu einer Schädigung der Organe, des Gehirns und des Herzens. Deshalb sind Blutdruckmedikamente heute eine der Hauptursachen für eine Stauungsinsuffizienz sowie einen Herzinfarkt oder Schlaganfall. Studien haben gezeigt, dass Patienten, deren Bluthochdruck nicht behandelt wurde, weniger häufig einen Herzinfarkt erlitten haben als die, die Blutdruckmedikamente einnahmen. Ich habe die Gefahren dieser Medikamente in *Zeitlose Geheimnisse der Gesundheit und Verjüngung* beschrieben. Abgesehen davon, dass sie das Herz und das Gehirn beeinträchtigen, fügen diese Medikamente auch der Leber und den Nieren Schaden zu.

Der Sinn des medizinischen Systems liegt nicht darin, die Menschen gesund zu machen, es soll die Symptome von Krankheiten erträglicher machen, sie aber nicht an der Wurzel packen und die Menschen heilen. Ansonsten würde das System seine Daseinsberechtigung verlieren und die Industrie, die das meiste Geld macht, würde Bankrott machen. Wenn Sie also auf der Suche nach einem wirksamen Heilmittel sind, sollten Sie nicht auf Medikamente und medizinische Behandlungen bauen.

Solche Probleme bekommt man am besten in den Griff mit einer Umstellung der Ernährung und der Lebensweise, wie sie in diesem Buch beschrieben ist. Das Vermeiden tierischer Proteine zum Beispiel ist ein direkter Weg zur Reinigung der Blutgefäße, damit der Blutdruck sich wieder normalisieren kann. Medikamente gehen nie die Ursachen von Krankheiten an, nur deren Auswirkungen oder Symptome. Das ist ein falscher Ansatz, der nicht funktioniert. In den USA sterben jedes Jahr mehr als 900 000 Menschen an den Folgen medizinischer Behandlungen, nicht aufgrund ihrer Krankheit.

Es kann sein, dass Leberreinigungen während der Einnahme von Medikamenten, die immer die Selbstheilungs- oder Reinigungskraft des Körpers unterdrücken, nicht den gewünschten Erfolg bringen oder Übelkeit auslösen, weil es zwei gegensätzliche Vorgänge sind. Sie können es versuchen, aber empfehlen kann ich es nicht.

Frage: *Ich habe einige Lipome auf meinen Händen und an meinem Körper. Kann man sie ohne Operation behandeln, wie lange dauert die Behandlung und werden sie wiederkommen?*

Antwort: Lipome entstehen, wenn die Gallengänge der Leber durch Hunderte und Tausende intrahepatischer Gallensteine blockiert sind. Sie werden durch eine jahrelange Blockierung der Gallengänge in der Leber und der Gallenblase hervorgerufen, die verhindert, dass Lipide (Fette) ordnungsgemäß verdaut und aus der Lymphe ausgeschieden werden. Das hat zur Folge, dass diese Fette in den Kreislauf zurückkehren und unter der Haut als Fettgeschwulste abgelagert werden. Die Steine in der Leber sind auch für die Steine in Ihrer Gallenblase verantwortlich (bei einem Ultraschall werden lediglich die harten, verkalkten Steine entdeckt, nicht die weichen, grünen Cholesterinsteine).

Sie werden mehrere der in diesem Buch detailliert beschriebenen Leber- und Gallenblasenreinigungen vornehmen müssen, um die Steine aus der Leber und Gallenblase zu entfernen. Sind die Leber und die Gallenblase gereinigt, wird der Körper die Fettgeschwulste wieder abbauen. Die Leber- und Gallenblasenreinigung ist der erste Schritt, um diesen Zustand zu stoppen und die Rückbildung einzuläuten. Stellen Sie die Reinigung jedoch nicht ein, bevor nicht alle Steine ausgeschieden sind.

Lipome sind keine Krankheit, sondern ein Mittel des Körpers, die Leber davor zu schützen, sich in eine Fettleber zu verwandeln Der Körper bildet diese kleinen „Außenstellen“, um nicht innerlich zu ersticken. Vermeiden Sie in jedem Fall tierische Nahrungsmittel, einschließlich Fleisch, Fisch, Eier und vor

allem Käse und Milch (Butter und Ghee sind erlaubt), aber auch gebratene Speisen.

Frage: *Ich wüsste gern, ob Flohsamenschalen-Bentonit-Produkte zur Darmreinigung geeignet sind.*

Antwort: Ich empfehle keine oralen Darmreinigungsprodukte, die Flohsamen und Bentonit enthalten. Gemahlene Flohsamenschalen bestehen aus Millionen winziger Schalenstücke, die wie scharfe mikroskopische Messer wirken und mikroskopische Verletzungen der Darmwand verursachen. Die Schalen bleiben rau, egal, wie man mit ihnen verfährt. Deshalb wirken sie wie ein guter „Besen" für den Darm, was einige Menschen begrüßen, die sich dabei aber nicht darüber im Klaren sind, dass sie sich damit auch Schaden zufügen können.

Außerdem absorbieren Flohsamenschalen große Mengen Wasser, quellen deshalb auf und verwandeln sich in eine voluminöse Masse, die den Dünn- und Dickdarm austrocknen lassen kann. Das kann auf lange Sicht die schützende Schleimauskleidung des Darms schwächen, was wiederum zu einem Verlust an Mineralstoffen führt.

Die Darmschleimhaut reagiert anfangs auf die Einnahme von Flohsamenschalen mit Verdickung, um die Darmwand vor Verletzungen zu schützen, aber bei einer regelmäßigen Einnahme dieser Produkte kann diese Schutzschicht aufbrechen, was ernste Folgen für die Bakterienkultur im Darm haben und schließlich zu chronischer Verstopfung führen kann (falls das Produkt abgesetzt wird). Darüber hinaus wird im Darm Vitamin B 12 gebildet, was durch die Besenarbeit der Flohsamenschalen beeinträchtigt werden kann. Einfach nur zusätzlich Wasser zu trinken, reicht nicht aus, um den Wasser- und Mineralstoffverlust auszugleichen, außerdem vergessen die meisten Menschen, zusätzlich Wasser zu trinken, wenn sie diese Produkte einnehmen.

Die großen Mengen gummiartigen Stuhls, die nach der Einnahme solcher Produkte gebildet werden, bestehen fast ausschließlich aus aufgequollenen Flohsamenschalen und Betonit, gefüllt mit Fäkalwasser und einigen Abfallstoffen. Es handelt sich dabei keinesfalls um große Mengen alten schleimigen Kots, wie vom Hersteller behauptet wird.

Mit dem ersten Flohsamen-Betonit-Produkt auf dem Markt, bekannt als *Anderson Cleanse*, habe ich mich vor 20 Jahren eingehend beschäftigt. Auch damals war der untersuchte Stuhl dunkel und gummiartig, bestand aber hauptsächlich aus Flohsamenschalen. Selbst wenn der Darm vollständig sauber war, kam die gleiche gummiartige Masse heraus. Sie können einige Floh-

samenschalen in Wasser geben und beobachten, wie sie aufquellen und sich zu einer gummiartigen Masse ausdehnen.

Bei den meisten Menschen, die bereits ein Flohsamen-Betonit-Produkt verwenden, dauert die Passage der verzehrten Nahrungsmittel länger, häufig dreimal so lang wie gewöhnlich. Diese Menschen sind besonders gefährdet, einen hohen Verlust an Mineralstoffen und Vitaminen zu erleiden. Betonit besitzt großartige heilende Eigenschaften, dehnt sich aber im Dünn- und Dickdarm auch stark aus. Bei Menschen, die diese Produkte über einen langen Zeitraum eingenommen hatten, habe ich festgestellt, dass ihr Darm wie mit Ton verkleistert war, vor allem solche Körpertypen, die anfällig für Verstopfung sind. Insgesamt habe ich in den vergangenen 15 Jahren zu viele negative Erfahrungen mit solchen Produkten gemacht, um sie gutheißen zu können. Sie sind einfach mit zu vielen Risiken behaftet.

Der beste Darmreiniger und das beste natürliche Abführmittel ist Gallenflüssigkeit. Die Reinigung der Gallengänge in der Leber stellt eine gut funktionierende Gallenbildung sicher. Ausreichend Gallenflüssigkeit für den Verdauungsprozess und eine ausgewogene Ernährung sind immer noch die besten Mittel, um eine Verstopfung zu verhindern und zu lösen.

Blumenplatz 2, D-79400 Kandern
Tel: +49 7626-974970-0, Fax: +49 7626-974970-9

info@unimedica.de

In unserer Online Buchhandlung

www.unimedica.de

führen wir eine große Auswahl
an deutschen, französischen und englischen Büchern
zu Naturheilkunde, Homöopathie und natürlichem Leben.
Es gibt zu jedem Titel aussagekräftige Leseproben.
Auf der Webseite gibt es ständig Neuigkeiten zu aktuellen
Themen, Studien und Seminaren, sowie einen
Erfahrungsaustausch bei Krankheiten und Epidemien.

Ein Gesamtverzeichnis ist kostenlos erhältlich.

Andreas Moritz

Die wundersame Leber- und Gallenblasenreinigung

Ein kraftvolles, selbst durchführbares Verfahren für mehr Gesundheit und Vitalität | 9. neu überarbeitete und aktualisierte Auflage

496 Seiten, kart.
erscheint 2024

Jetzt kaufen

Mehr Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise www.narayana-verlag.de