



# Körperkräfte wecken

## Eigenverantwortlich zum gestärkten Körper finden

Wer hat es nicht schon mal erlebt: Wir haben kleine oder größere Zipperlein, manchmal sogar mehrere auf einmal. Und irgendwann schwindet die Hoffnung: Diverse Behandlungsansätze bleiben ohne Erfolg, wir gelten als austherapiert oder gar therapieresistent. Lesen Sie im Folgenden weiterführende Erkenntnisse über die Hintergründe, die zu dieser Situation führen können und – noch wichtiger – wie Sie Ihren Organismus eigenverantwortlich unterstützen können.

**Hintergründe für schleichende Krankheitsprozesse** Bereits der französische Mediziner und Physiologe Claude Bernard (1813-1878) behauptete, dass jeder Organismus ein inneres Milieu habe, in welchem seine Organe und Gewebe optimal funktionieren. Bernard prägte die Aussage: „Das innere Milieu in einem Organismus entscheidet über Wohlbefinden und intakte Selbstheilungskräfte.“ Durch äußere Einflüsse und innere Einstellungen wird jedoch über die Zeit das Milieu

geschwächt und der Organismus „repariert“ sich immer weniger selbst. Die Ursache eines nicht optimalen Gesundheitszustandes, wenn nicht sogar aller chronischen Zipperlein, ist ein überlastetes inneres Körper-Milieu. Die Folgen sind inaktive Selbstheilungskräfte, Energiemangel, Vergiftung der Organe, Verschlackung und Säureüberladung.

**Wie das innere Körper-Milieu durcheinander kommt** Der Körper ist stets bemüht, alle Lebensfunktionen optimal zu regulieren, um sie möglichst lange reibungslos aufrechtzuerhalten. Wir machen es ihm allerdings dabei oft nicht ganz einfach – und das oft über viele Jahre hinweg. Gerade unsere Lebensweise und Ernährung sowie unsere psychische Ausgeglichenheit spielen hier die entscheidenden Rollen. Tun wir wirklich, was uns gut tut und Spaß macht? Oder sind wir dauernd im Streit und Widerspruch mit uns und unseren Mitmenschen? Wir sind Drehbuchautor und Schöpfer unseres Lebens. Wie

sinnvoll und gesund gestalten wir es? Sind wir im Einklang mit unserer Mitwelt oder befinden wir uns in dauernder Kampfbereitschaft? Konflikte setzen Stresshormone frei. Das vegetative Nervensystem ist mit Steuerung und Gegenregulierung beschäftigt, zulasten der Glückshormone. Die Menschen werden „sauer“, unzufriedener und anfälliger für Krankheiten. Der oft schon gestresste Organismus muss zusätzlich Aromastoffe, Zucker, darmbelastende Substanzen, Konservierungsstoffe, Pestizide aus der Nahrung sowie belastetes Trinkwasser verstoffwechseln. Wir werden immer empfindlicher für die mangelnde Harmonie in der Luft und in den Böden z. B. durch Elektromog oder Wasseradern.

**Hinweise des Körpers** Ist das innere Körper-Milieu im Ungleichgewicht, lässt sich dies mit einem unaufgeräumten Haus vergleichen. Es verdrückt zunehmend, der Müll stapelt sich, Ungeziefer wird angelockt und Schimmelflecken entstehen. Dach und Türen

werden undicht, die Energieeffizienz geht verloren und allmählich sind Probleme an allen Ecken und Enden sicht- und spürbar.

Ein unaufgeräumter Körper heißt in vielen Fällen, es wurde viel in ihn hineingekippt, ob er es brauchte oder nicht. Zu viele Substanzen gleichzeitig egal ob er sie verstoffwechseln kann oder nicht. Egal ob gegen eine dieser Substanzen eine Überempfindlichkeit besteht oder nicht. Der Körper verschlackt, verschleißt, ist gestresst, energielos, unausgeglichen oder gar sauer. Wie wir Menschen inzwischen aus eigener Erfahrung wissen, ist die Liste der Folgen dieser Schieflage lang: Unklare Beschwerdebilder, rasch wechselnde Symptome, mangelnde Leistungsbereitschaft, Nervosität, Müdigkeit, schwaches Immunsystem, Konzentrationsprobleme, Burnout, Verdauungsprobleme, Haarausfall, Depression, Hautprobleme und vieles mehr.

**Strategien für die innere Ordnung** Ein Sonderkommando aus Kammerjäger, Reinigungsfirma und Müllabfuhr beginnt mit den groben Dingen. In extremen Fällen ist eine Grundsanierung notwendig. Die Reinigung aller Rohre, des Schlots sowie die Instand-

setzung der Heizung folgen. Das Dach wird repariert und gedämmt. Es entsteht eine Wohlfühlatmosphäre.

**Erst Symptome lindern – dann Körperkräfte wecken** Auch bei uns gibt es einiges zu tun. Im übertragenen Sinne können Schmerzmittel, Cortison & Co. kurzfristig und oft notwendig eine Verschlimmerung bremsen. Aber spätestens im Anschluss daran gilt es, die innere Ordnung wieder herzustellen und den Körper auf einem gesunden Energielevel zu halten.

Am Anfang stehen eine Darmsanierung, Entsäuerung, Ausleitung, Entlastung der Entgiftungsorgane sowie die Unterstützung der ATP-Produktion. Hier gilt: Weniger Mittel sind mehr! Schließlich geht es um die Reinigungsphase. Nicht unzählige Mittel, sondern wenige effektive. Unterstützend verwende ich die Produkte der Firma GladiatorPLUS. Zusätzliche Stärkung bringen wohltuende Gespräche, Entspannung, Bewegung, die Reduzierung von unliebsamen Dingen sowie gereinigtes und belebtes Trinkwasser, um das innere Milieu in seiner gesunden Grundordnung zu festigen.

**Verantwortung für die eigene Gesundheit: Wie wichtig sind Nahrungsergänzungsmittel?** Nährstoffe, Spurenelemente und Wasser bilden zusammen die Grundelemente, die Basis für den Stoffwechsel. Ziel ist es, die Selbstheilungskräfte intakt zu halten, die Zellfunktionen zu erhalten und die Ausleitungsprozesse zu unterstützen. Nahrungsergänzungsmittel sind in der heutigen Zeit wichtiger denn je, da einerseits durch die Lebensweise, Umweltbelastungen und Stress der Organismus dauernd mehr Ressourcen benötigt und andererseits in der Nahrung heute zwischen 30 und 50% weniger essenzielle Nährstoffe und Spurenelemente enthalten sind, sodass es schneller zu Mangelerscheinungen kommen kann. Entscheidend bei der Auswahl sind vor allem die optimale Qualität und Zusammensetzung der Nährstoffe und sekundärer Pflanzenstoffe, mehr noch als die willkürliche Menge an vielen verschiedenen Substanzen.

**Bioverfügbarkeit der Inhaltsstoffe** Die Stärkung des Immunsystems als Teil unserer Grundgesundheit wird immer wichtiger. Ergänzend zu einer ausgewogenen Ernährung



Distel



Artischocke



Rote Beete



Propolis



Ginseng

eignen sich auf ideale Weise natürliche und wasserlöslich gemachte Nährstoffe, um die Körperkräfte im Darm zu wecken. Es besiedeln etwa zehnmal so viele Bakterienarten den Darm, wie der gesamte Körper Zellen aufweist. 80% aller Lymphknoten sitzen im Darm und 90% aller Immunzellen werden dort gebildet – somit befinden sich im Darm 80% des gesamten Abwehrsystems. Zur Stärkung kann man auf die natürlichen Kräfte von Propolis vertrauen: immunstimulierend, schmerzlindernd, entzündungshemmend, wundheilend und antibakteriell. Mariendistel, Rote Beete und Artischocke unterstützen die Leberfunktion, die Blutreinigung, stärken das Immunsystem und aktivieren die Zellatmung. Besonders in der Natur vorkommende fettlösliche Substanzen wie Propolis sollte man jedoch nur in wasserlöslicher Form verzehren, denn Studien belegen: Nur solubilisiert (wasserlöslich) können sie vom Organismus nahezu vollständig aufgenommen werden. Nicht solubilisierete Stoffe werden sonst zum Großteil einfach wieder ausgeschieden oder im ungünstigen Fall im Bindegewebe deponiert und können den Körper dadurch sogar belasten. GladiatorPLUS und G19 shot von der Firma GladiatorPLUS enthalten nur wasserlösliche und damit optimal bioverfügbare Substanzen.

**Das Säure-Basen-Gleichgewicht** Das innere Milieu bildet einerseits das gesunde Fundament für den Stoffwechsel und die Funktionsfähigkeit der Organe sowie auf der anderen Seite das Tor zur geistig-seelischen Ausgeglichenheit. Hier spielt insbesondere die Säure-Basen-Balance eine zentrale Rolle. Liegt im Bindegewebe oder in den Organen eine Übersäuerung vor, sind die Versorgung der Zellen mit Nährstoffen und der Abtransport von Stoffwechselendprodukten stark reduziert. Mineralpulver, Basenbäder oder basische Ernährung sind in den meisten Fällen eine gute Unterstützung, schaffen es jedoch nicht, das Bindegewebe sowie das Innere der Zellen zu entsäuern. Hier verwende ich gerne ZELLMilieu2 Base – eine ionisierte basische Wasserlösung und ein effektiver Begleiter, um die Zellen in ihren gesunden, vitalen und energispendenden Stoffwechsel zu bringen. Der Geschmack des Wassers liefert einen direkten Hinweis auf den Säure-Basen-Haushalt im Organismus. Durch den sehr hohen pH-Wert und das negative Redoxpotenzial gelingt es pH-basischen Wasserkonzentraten, überschüssige Wasserstoffionen zu binden, die fast immer bei der Übersäuerung im Körper erhöht sind.

**Die Kraft der Psyche** Auch wenn die idealerweise notwendige Reduzierung von Stress, die Optimierung der Ernährung und vermehrte Bewegung in der freien Natur erst allmählich verändert werden können, ist es oftmals notwendig und sinnvoll, den Organismus zu unterstützen und den Stoffwechsel zu entlasten. Häufig beschreiben Menschen erst nach dieser Phase, dass jetzt die Lernbereitschaft, die geistige Entwicklungsfähigkeit und vor allem die eigene Intuition wieder zunehmen. Energetische Behandlungen wirken nachhaltiger und die Informationsmedizin wird verstärkt. Zusätzlich kann hier Ginseng die Anpassungsfähigkeit des Körpers an verschiedene Stressfaktoren auf einem optimalen Level halten und ein gesundes Gleichgewicht unterstützen – mental und körperlich. GladiatorPLUS enthält u. a. wertvolles wasserlösliches Ginseng.

**Milieuoptimierung in der Praxis** Empfehlenswert ist zu Beginn eine 40-Tage-Intensivkur mit den Produkten der Firma GladiatorPLUS. Alternativ können die Produkte der Firma INJU verwendet werden. Die Erfahrungen aus der Praxis bestätigen die wohltuenden und stärkenden Effekte. Hier ein Beispiel aus der Praxis: Analysiert wurde eine Gruppe mit 60 Personen. Der Fokus lag auf der Gesundheit des Immunsystems, der Verdauung, dem Säure-Basen-Haushalt sowie der ATP-Produktion. Gemessen und ausgewertet wurde nach 40 bzw. 80 Tagen täglicher Einnahme der Produkte der Firma GladiatorPLUS: GladiatorPLUS, ZELLMilieu2 Base und G19 shot. Alle getesteten Personen beschrieben eine hohe Konzentrationsfähigkeit, Lebensenergie sowie eine schnellere Regeneration. Zusätzlich wurden ein schönes Hautbild, gute Verdauung und mentale Ausgeglichenheit dokumentiert. Die Übersäuerung ließ sich deutlich messbar verringern und die ATP-Produktion signifikant steigern.

**Ein Wort zum Schluss** Es ist in den meisten Fällen möglich, den entgleisten Stoffwechsel wieder in Richtung Regeneration und Gesundheit zu begleiten. Es ist alles andere als normal, dass wir mit zunehmendem Alter krank und kränker werden. In diesem Sinne gilt zur Erhaltung unserer eigenen Lebensqualität: Frühzeitig Gesundheit eigenverantwortlich stärken, anstatt Krankheit zu bekämpfen.

**Susan Bär**

Gesundheitsberaterin für Mensch und Tier, Dozentin an den Paracelsus Schulen

susan.baer@gmx.de

