

EIN FALL FÜR GANZHEITLICHES DENKEN

Beispiel aus der Praxis: Eine 45-jährige Patientin kam vor einem Jahr mit folgender Schilderung in die Praxis: Mir kommt mein Leben wie ein undurchsichtiger Wald vor; meine Alltagsgedanken wuchern jede Nacht in meinem Kopf und ich sehe keinen klaren Weg mehr durch mein Leben. Ich weiss nicht mehr wo ich bin und ich weiss nicht mehr wo ich hin will. Ich habe die Orientierung verloren - schlimmer noch: Ich habe mich verloren. Was mache ich hier eigentlich? Wer bin ich und was will ich? Wo ist der Weg? Was soll das alles? Fragen über Fragen - und ich weiss keine Antwort. Ich blicke nicht mehr durch. Ich will nur noch weg - und bleibe doch wie gelähmt stehen. Ich habe mich im Dschungel meines Alltages verstrickt und habe mich im Labyrinth der Erwartungen verirrt. Ich werde von allen Seiten des Lebens bedrängt. In mir ist Traurigkeit und Ohnmacht, Sorge und Versagensangst. Meine Sehnsucht nach Leben ist geknebelt und gefesselt. Ich spüre nur die Tränen, die ich nach innen weine. Mein Schrei nach Hilfe bleibt ein stummer Schrei: Wo ist mein Leben?

Therapeutisches Vorgehen: In diesem Fall wurde die Patientin unverzüglich in interdisziplinärer Zusammenarbeit mit schulmedizinischer psychologisch-psychiatrischer Betreuung aufgefangen. Gesprächstherapie und verhaltenstherapeutische Ansätze sowie eine medikamentöse Therapie über 6 Monate brachten zum Glück eine schnelle Stabilisierung. Gleichzeitig wollte die Patientin ihrem instinktiven Gefühl folgend auch ihre Selbstheilungskräfte aktivieren. Die Patientin hatte früher mehrmals gefastet und hat sich jetzt an diese wohltuende befreiende und ordnende Wirkung erinnert. Ich habe nach entsprechenden Untersuchungen mit der Patientin vereinbart, der jetzt idealen Jahreszeit entsprechend, die Leber-Gallenreinigung auszuprobieren. Die Patientin sehnte sich nach der ehemaligen, vormals in Fülle vorhandenen Vitalität und Lebendigkeit. Nach der chinesischen Medizin und auch nach modernen physiologischen Erkenntnissen hat die Leber als Funktionskreis und Organ viel mit seelisch-emotionalen Aspekten zu tun. Das was wir als „Lebensmüdigkeit“ vor allem im Frühjahr spüren ist nach dieser Auffassung eine Kombination aus Stoffwechselträgheit und Entgiftungsschwäche. Viele Informationsbotenstoffe, die mit der Erzeugung der Empfindung von Freude und Zufriedenheit zu tun haben, stauen sich im Blut, weil die Leber als Stoffwechselfabrik sie aus den Vorstufen nicht mehr in die aktiven Formen umbaut. Es entsteht das Gefühl des vollen Kopfes, der Trübsinnigkeit. Es werden keine Wichtigkeiten mehr für das eigene Empfinden erkannt. Man ist sein „Gefühl-los“.

Im Praxisfall verwendete Therapiemaßnahmen: Die Patientin profitierte von der Idee, die schulmedizinische Standardtherapie nach klarer Diagnosestellung einer Depression vorbehaltlos anzunehmen. Diese brachte die schnelle Stabilisierung und die Sicherheit,

Entsprechende themenbezogene Zusendungen und Fragen können so wie bisher in bewährter Weise direkt an meine E-Mailadresse gruber@prosalus.info oder telefonisch unter **0474 409344** direkt an mich gerichtet werden.



Dr. Rudolf Gruber

dass sich die Situation nicht verschlechtert. Das Akutrisiko für ihr Leben war gebannt. Gleichzeitig vertraute sie sich der befreienden und reinigenden Wirkung der Leber-Gallenreinigung an. Diese gab der Patientin das Gefühl der Stabilisierung durch die eigene Kraft. Nach 3 Kuren in Monatsabständen kam die ursprüngliche Vitalität zurück und es wuchs die Sicherheit, dass sich diese Episode nicht mehr wiederholen würde. //

ZEITPLAN FÜR DIE VERTIEFTE REINIGUNG DER LEBER

Vor Beginn der Kur

- > **Medizinische Abklärung** der Leber-Gallensituation (Blutproben, Ultraschall)
- > Ev. Darmsanierung bei Darmproblemen

-> **Zeit** so einplanen, dass die Reinigung jeweils bei abnehmendem Mond gemacht wird. Der eigentliche Reinigungstag sollte von weiteren Terminen freigehalten werden. Vermeiden Sie Stress schon von vorneherein. So kann kaum etwas mit der Kur schiefehen.

1. bis 6. Tag:

- > Jeweils pro Tag mindestens einen 1 Liter naturtrüben **Apfelsaft** (diesen nochmals mit viel Wasser stark verdünnen) schluckweise trinken
- Bei Auftreten von Verstopfung oder Darmproblemen bei Bedarf im Verlauf dieser Tage einen Einlauf machen

Beginn der eigentlichen Reinigung: 6. Tag abends

18.00 bis 22.00 Uhr

(Zeiten möglichst genau nach Plan einhalten!)

- > **18.00 Uhr:** 1. Portion aufgelöstes **Bittersalz**
ev. Einlauf bei Verstopfung oder starken Blähungen.
- > **20.00 Uhr:** 2. Portion aufgelöstes **Bittersalz**
- > **22.00 Uhr: Olivenöl- Grapefruitgemisch**
Bei Problemen (z.B.: Koliken, Übelkeit) die Kur jederzeit unterbrechen und viel Wasser trinken.

7. Tag vormittags: Nehme dir Zeit zur Ruhe

- > **06.00 Uhr:** 3. Portion **Bittersalz**
- > **08.00 Uhr:** 4. Portion **Bittersalz**
Bei unterbrochener Kur nicht verzagen; einfach im nächsten Mondzyklus ruhig erneut von vorne beginnen!
- > **Nierenreinigung** (Nieren-Blasentee, Brennesselkur) für einige Tage
- > **Bitterstoffe** (Schwedenbitter, bittere Salate)

10. Tag

- > Eventuell Einlauf zur definitiven Darmreinigung

Die Informationen sind auch online unter www.prosalus.info abrufbar.