

Ekkehard Sirian Scheller

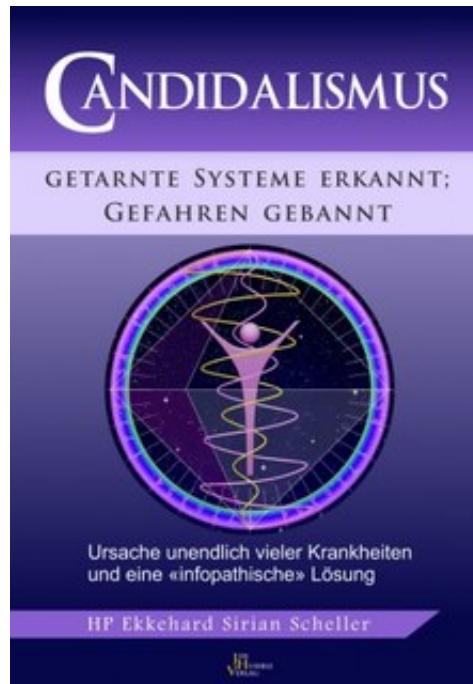
Candidalismus - Getarnte Systeme erkannt, Gefahr gebannt

Extrait du livre

[Candidalismus - Getarnte Systeme erkannt, Gefahr gebannt](#)

de [Ekkehard Sirian Scheller](#)

Éditeur : Jim Humble Verlag



<http://www.editions-narayana.fr/b18875>

Sur notre [librairie en ligne](#) vous trouverez un grand choix de livres d'homéopathie en français, anglais et allemand.

Reproduction des extraits strictement interdite.

Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern, Allemagne

Tel. +33 9 7044 6488

Email info@editions-narayana.fr

<http://www.editions-narayana.fr>



17. BEWEGUNGSMANGEL - SAUERSTOFFMANGEL

Unerlässlich für unsere Gesunderhaltung und auch für die Gesundwerdung ist eine regelmäßige und ausdauernde Körperbeanspruchung durch Arbeit oder Sport. Die dabei aktivierte Herztätigkeit und Atmung fördert mit verbesserter Mikrozirkulation (der Blutzirkulation in den feinsten Blutgefäßen, den Kapillaren) nicht nur die Sauerstoffversorgung der Gewebe, sondern auch die vermehrte Abfuhr der Stoffwechselabbauprodukte. Krankheiten stellen im Wesentlichen und letzten Endes oft nur Notventile infolge gestörter Abfuhr von Abbauprodukten und Säuren aus dem Stoffwechsel dar.

Ausdauernde Körperbeanspruchung ist auch von günstigem Einfluss auf die Bedingungen eines ausgeglichenen, mikrobiellen Lebens in unserem Körper.

Durchblutungssteigerung kann als physikalische Krebsprophylaxe angesehen werden.

Muskularbeit aktiviert den Stoffwechsel und die Hormondrüsen und lässt sich durch keine Massage und durch kein Medikament ersetzen! Wir sollten generell auf eine vertiefte Atmung und Bewegung in frischer Luft achten.

Besonders am Morgen, nach der Nacht, in der die Säfte (Blut, Lymphe) sehr langsam geflossen sind, und wir uns auch in einem gewissen Stau befinden, wäre ein kurzer schneller Spaziergang, ein leichter Dauerlauf oder Radfahren, Yogaübungen - und seien es nur wenige Minuten - von positiver Wirkung.

Eine tolle Wirkung wird auch durch das Springen auf einem Trampolin (Trimilin med) erreicht, wobei das Sprungtuch die richtige Spannung haben sollte (nicht zu hart). Täglich 15 Minuten sind ausreichend.

Je mehr Sauerstoff in unserem Organismus anwesend ist, umso schlagkräftiger ist die Abwehr, denn die Leukozyten vernichten Bakterien, Pilze und Toxine durch Erzeugung von Sauerstoffradikalen. Die Abwehrzellen nehmen die körperfremden Keime in sich auf und zerstören die freien Radikale.

Die Bedeutung von Atmung und Bewegung kann auch auf den seelisch-psychischen Bereich des Menschen übertragen werden und kann zur geistigen Beweglichkeit und zur Flexibilität beitragen.

Oftmals spiegelt ein sich-nicht-mehr-bewegen-können die geistige Unbeweglichkeit des Menschen und die Verweigerung einer seelisch psychischen Weiterentwicklung wider.

Für mich selbst sind Yogaübungen am wirkungsvollsten, und ich erhalte meinen Geist und Körper fit mit den „Fünf Tibetern“, die 21 Mal je Übung ausgeführt werden. Mein Morgen beginnt damit: gefolgt von einer Morgenmeditation. Damit bekommt der Tag eine vollkommen andere Prägung.

18. DAS BINDEGEWEBE UND DAS LYMPHSYSTEM

Das kaum beachtete Bindegewebe mit seinen Lymphknoten und Lymphwegen zählt ebenfalls zu unserem Abwehrsystem. Es entscheidet darüber, ob wir uns beweglich, jung und gesund fühlen oder steif, alt und krank. Über das Bindegewebe und die das Bindegewebe durchziehenden Lymphwege läuft die Versorgung aller Körperzellen mit Nahrungsstoffen ab, wie auch die Entsorgung von Stoffwechselschlacken. Das Lymphsystem stellt den Hauptreinigungsweg zur Klärung der Körpersäfte dar. Außerdem sind in den Lymphknoten die wichtigsten Komponenten unseres Immunsystems, die Antikörperbildung und die Phalanx der Abwehrzellen, angesiedelt.

Es heißt, dass ein Mensch im Alter von circa 50 Jahren in seinem Bindegewebe bereits zu 50 Prozent aus Säuren und Giften bestehe. Diese Mülldeponie in uns erstickt unsere Kraft und unsere Lebensfreude. Sie verhindert mit der Zeit auch die Versorgung (Ernährung und Schlackentransport) unserer Organe, die dadurch krank werden.

Ein verschlacktes Bindegewebe bietet Viren, Bakterien und Pilzen das ideale Milieu zur Vermehrung, die uns dann noch mit ihren belastenden Stoffwechsellasscheidungen überschwemmen. Es kommt zu Spannungen, Druck, Verkrampfungen und Schmerzen. Ebenso werden Ängste, Missemphindungen bis hin zu Depressionen erzeugt.

Gesundheit ist Freisein von Giften!

Unser Bindegewebe ist der Puffer, der ständig bemüht ist, den Blut- pH-Wert immer auf der annähernd selben Höhe um 7,4 pH zu halten. Fällt zu viel Säure im Blut an, wird diese, falls nicht genug basische Pufferstoffe aus der Alkalireserve zur Verfügung stehen, zur Zwischenlagerung ins Bindegewebe abgeschoben. Die kollagenen Fasern unseres Bindegewebes können ungeheure Mengen von Giften und Säuren speichern. Um nicht selbst durch Überfüllung krank zu werden, muss das Bindegewebe immer wieder seine gesammelten Säuren abgeben können. Könnte es seine Speicher durch vermehrte Zufuhr von Basen, durch körperliche Bewegung und damit verstärkte Atmung (Sauerstoff wirkt basisch und in der Ausatmungsphase wird viel säuernde Kohlensäure abgeatmet) nicht immer wieder entleeren, würde dies zu schweren Krankheiten und frühzeitiger Alterung führen.

Die Anzeichen für Überfüllung des Bindegewebes und verringertes Basendepot (Alkalireserve) sind kalte Hände und Füße, eine rote Nase und rote Wangen, Nei-

gung zu Krämpfen, Verhärtungen, Steifigkeit, rheumatische Beschwerden und Schmerzen, besonders Muskelschmerzen nach körperlicher Betätigung und andere Muskelmissempfindungen wie Krämpfe, Muskelzuckungen, Unruhe etc. Auch die Zunahme der braunen Flecken auf der Haut, ein Krebswarnzeichen, zeigt an, dass unser Bindegewebspeicher bereits extrem überlastet ist.

Unser Bindegewebe ist von Lymphwegen durchzogen. In diesen wird die gelbliche Blutflüssigkeit (ohne die roten Blutkörperchen) zu allen Zellen befördert. Umgekehrt erfolgt der Abtransport von Schlacken ebenfalls über die Lymphwege. Die gelbliche Lymphflüssigkeit enthält sehr viele Lymphozyten (Abwehrzellen), die große Schutz- und Reinigungsaufgaben haben. Durch aktive Muskelbewegungen und Massagen (Lymphdrainage) wird die Reinigung unseres Bindegewebes erreicht. Diese wichtige Reinigung können wir durch eine Ganzkörpermassage erreichen. Ein steter Lymphfluss reinigt und klärt insbesondere die Zwischenzellgewebe (interstitielles Bindegewebe). Abtransportiert werden belastende und saure Rückstände aus der Eiweißverwertung, also Verbindungen, von denen sich der Körper über den Blutkreislauf nicht befreien kann.

Neben den Abwehraufgaben dient das Lymphsystem vor allem der Milieuverbesserung, weil es den Körperzellen ein reines Umfeld schafft.

Bestens haben sich Einreibungen mit den Regulaten oder mit verdünnter Kristallsalzsole bei braunen Hautflecken, bewährt. Besonders die Oberschenkel und das Gesäß sollten gut massiert werden, da Verkrampfungen dort zu Ischias- und Hüftgelenksproblemen führen.

Maßnahmen, die das Bindegewebe der Haut reinigen:

- innerliche Zufuhr von lebendigem, reifem Quellwasser
- Zufuhr von basischen Pufferstoffen
- leichtes Trockenbürsten zur Anregung des Lymphflusses, immer zum Herzen hin
- Azidose-Selbstmassage nach Rosemarie Holzer
- Wannebäder mit entsäuernden Zusätzen
- Kompressen oder Wickel mit Kristallsalzsole, Badesalz der Fa. Jenschura, auf die Schmerzstellen aufgelegt
- vertiefte Atmung mit bewusst verlängerter Ausatemungsphase zur Abatmung von Kohlensäure (Kohlendioxid)
- Schlafen bei offenem Fenster (erhöhte Sauerstoffaufnahme)
- verstärkte Zufuhr von Antioxidantien, Lecithin, Kieselsäure, Aminosäuren, Mikroalgen

- passives Schwitzen (Sauna oder Infrarot-Wärmekabine)
- aktives Schwitzen (Sport)
- Reflexzonenmassage verbessert den Lymphfluss
- Ölziehen als wichtige Lymphreinigung

Das Ölziehen kann als sehr wichtige Lymphreinigung betrachtet werden. Ein bis zwei Mal täglich, können wir einen kleinen Löffel Speiseöl (am gesündesten ist gutes Olivenöl extra Vergine, kaltgepresst) in den Mund geben und mit diesem unseren inneren Mundraum reinigen. Dabei ziehen wir das Öl durch die Zähne, saugen und lutschen es kräftig. Auf diese Weise treten Bakterien und Gifte, die über die Schleimhaut ausgeschieden werden und auch Bakterien, die sich zwischen den Zähnen in alten Speiseresten versteckt halten, in die Ölspeichellösung über und werden durch die Säure des Öls zerstört. Das Öl anschließend am besten über die Toilette entsorgen.

Auf diese Weise können wir die Lymphentgiftung unseres Kopfbereiches auf einfache und preiswerte Weise aktivieren. Außerdem verschwindet der Zahnstein, und das Zahnfleisch wird straff und gesund.

Dieses Ölziehen können wir auch sehr effektiv mit der Kristallsalzsole machen.³⁰

Nach fünf bis zehn Minuten läuft bereits der Schweiß, häufig auch bei Personen, die allgemein schlecht schwitzen können.

Strahlungswärme, auch infrarote Energie genannt, ist eine Energieform, die durch einen Umsetzungsprozess Gegenstände direkt erwärmt, ohne dabei die sie umgebende Luft zu erwärmen. Dieses macht den Aufenthalt in der Wärmekabine so wohltuend, da die Luft nur angenehm warm, aber nicht kreislaufbelastend heiß wird wie in der Sauna.

Die Sonne ist für uns die Quelle der infraroten Strahlungsenergie. Sobald sich die Sonne hinter einer Wolke versteckt, wird es kühler. Die bestrahlten Gegenstände nehmen die Strahlen auf - es entsteht Resonanz - und sie erzeugen auch selbst infrarote Energie. Durch dieses In-Resonanz-Treten werden durch Wärme und Energieübermittlung bei allem was lebt, Stoffwechselfähigkeiten angeregt.

³⁰ Eine Infrarot-Wärmekabine (1) entgiftet angenehm und effektiv. Sie arbeitet nicht mit heißer Luft, sondern mit sanften Infrarotstrahlen, die auf äußerst wohltuende Weise eine tief greifende Durchwärmung des Gewebes erzielen. Dabei wird die Körpertemperatur um ein bis zwei Grad angehoben, so dass wir eine Abwehrsteigerung ähnlich wie bei Fieber erreichen. Durch diesen Fiebereffekt werden Viren und Bakterien zurückgedrängt bzw. abgetötet. Selbst Krebszellen werden so geschädigt.



Ekkehard Sirian Scheller

[Candidalismus - Getarante Systeme
erkannt, Gefahr gebannt](#)

Ursache unendlich vieler Krankheiten und
eine "infopathische" Lösung

266 pages, broché
publication 2015



Plus de livres sur homéopathie, les médecines naturelles et un style de vie plus sain
www.editions-narayana.fr