

Müdigkeit – ein Hilferuf der Leber

Jetzt wird überall in Zeitschriften, im Fernsehen das Thema „Abnehmen in X Tagen“ angepriesen.

Garantien und Versprechen – und alles in einem möglichst kurzen Zeitraum. Können Sie daran glauben oder ist es nur ein raffinierter Werbetrick, um die Zeitung, das Produkt zu kaufen.

Haben sie schon mal eine Diät gemacht? Welche? Wie lange hat sie angehalten?

Kosmische natürliche Reinigungszeit

Dem ersten Sonntag nach dem Frühlingsvollmond geht im kosmischen Zyklus eine Fastenzeit voraus. Sie liegt in der Zeit zwischen den 22. März und den 25. April. Die Fastenzeit gilt als auch „gebundene“ Zeit, denn mit ihr waren (christliche) Verpflichtungen verbunden wie der Verzicht auf Fleisch oder Milchprodukte, Auch nach dem chinesischen Kalender beginnt bald die Dojo-Zeit. Das ist die Vorfrühlingszeit die den Frühling einleitet und die Natur beginnt, sich langsam wieder nach außen zu bewegen.

Uns Menschen geht es nicht anders und möchten intuitiv die angestauten und eingelagerten Stoffwechselschlacken loswerden.

Der Körper signalisiert uns, dass er übersättigt ist und zeigt es mit **körperlichen Unwohlsein** wie Sodbrennen, Atemwegsproblemen, Hautreaktionen, Energielosigkeit, Gliederschmerzen, Kopfschmerzen.

Psychisch sind wir schneller gereizt und verärgert oder möchten uns vergraben. Zusätzlich werden die Hormone durch Übersäuerung und Schlacken im Dünndarm beeinträchtigt.



Die Leber - unser größtes Stoffwechselorgan - **benötigt viel Energie für ihre Arbeit und reagiert bei Überbelastung mit Müdigkeit.** Fast alles, was in unserem Körper aufgebaut, abgebaut, gespeichert, versorgt, sortiert, reguliert, organisiert, entfernt oder hinzu geführt wird, geschieht dort.

Ein zu viel an Essen und zu wenig an Bewegung schränkt ihre Ordnungskraft massiv ein. Sie kann durch einen Schmerz nicht auf sich aufmerksam machen. Sind aber die Gallensaftgänge nicht entspannt, kann kein störungsfreier Durchfluss des Gallensaftes gewährleistet werden. Wenn Schmerzen im rechten Oberbau auftreten, ist es meistens die Gallenblase, die da zwickt. Über die Schröpfzonen nach Abele zeigen sich zusätzlich Schmerzen zwischen den Schulterblättern.

Blitzdiäten führen durch eine **reduzierte Energiezufuhr** in der Regel zu einem verlangsamten Stoffwechsel (Metabolismus). Der ständige Kontrollblick auf die Waage führt wegen der Erwartung abgenommen zu haben zu einen Stress und so zur Ausschüttung des Nierenhormons Kortisol. Dieses kurbelt die Zuckerbildung im Körper an und lässt den Blutzuckerspiegel ansteigen. Die Ausschüttung von Insulin zur Regulierung des Blutzuckerspiegels **wirkt aber dem Fettabbau entgegen.** Das Gehirn reagiert auf die

Nachricht „energielos „ und gibt das Signal Nachschub = Appetit = Essen.

Unberücksichtigt bei Diäten und Fastenprogrammen bleibt, dass sich Schlacken lösen können, und dann nochmals der Körper belastet wird.

So zeigen sich bei vielen Frauen Schlackeablagerungen als Cellulite, bei Männern als „Bierbauch“. Weitere Ablagerungen können sich als Rheuma, Gallensteine, Blasensteine, Lipome (gutartiges Fettgeschwulst) manifestieren.

Auf der Grundlage meiner langjährigen Erfahrung empfehle ich, **das Körpersystem mit Lebensmitteln zu entlasten - anstatt zu belasten.**

Also das Hauptzentrum Dünndarm zu aktivieren, denn von hier aus geht der größte Teil des Nährstoffes in das Blut, das jede Zelle des Körpers am Leben erhält. Aber durch eine ungenügende Aufnahmefähigkeit des verschlackten Darmes verhungern wir obwohl wir täglich und regelmäßig Essen.

Äußerst wichtig ist daher erst das Lösen, dann das Binden und schließlich das Ausscheiden der Schlacke.

Hinter der materiellen Form der Schlacke verbergen sich zusätzlich noch gewachsene Überzeugungen die wir von außen angenommen und übernommen haben. Sie lösen Gefühle aus und die Negativspirale dreht sich munter weiter.

Wie kann ich mich von diesen Teufelskreis lösen?

Gehen Sie in eine Grundreinigung und aktivieren Sie gleichzeitig alle zur Verfügung stehenden fünf Stoffwechselorgane (Lunge, Haut, Leber, Niere, Darm). Sie werden staunen wie ihr Körper darauf reagiert!

Der Körper beeinflusst die Psyche, die Psyche den Körper.

Haben Sie Mut zu Veränderungen die einen langfristigen umsetzbaren Prozess ermöglichen und auch einen Erfolg zeigen.

Sie müssen den Weg nicht allein gehen.

Ich stehe an ihrer Seite und freue mich mit Ihnen über ihre Fortschritte.

Ein Anruf genügt für weitere Klärungen und wir können beginnen.

Ihre Sybille Pfeifer