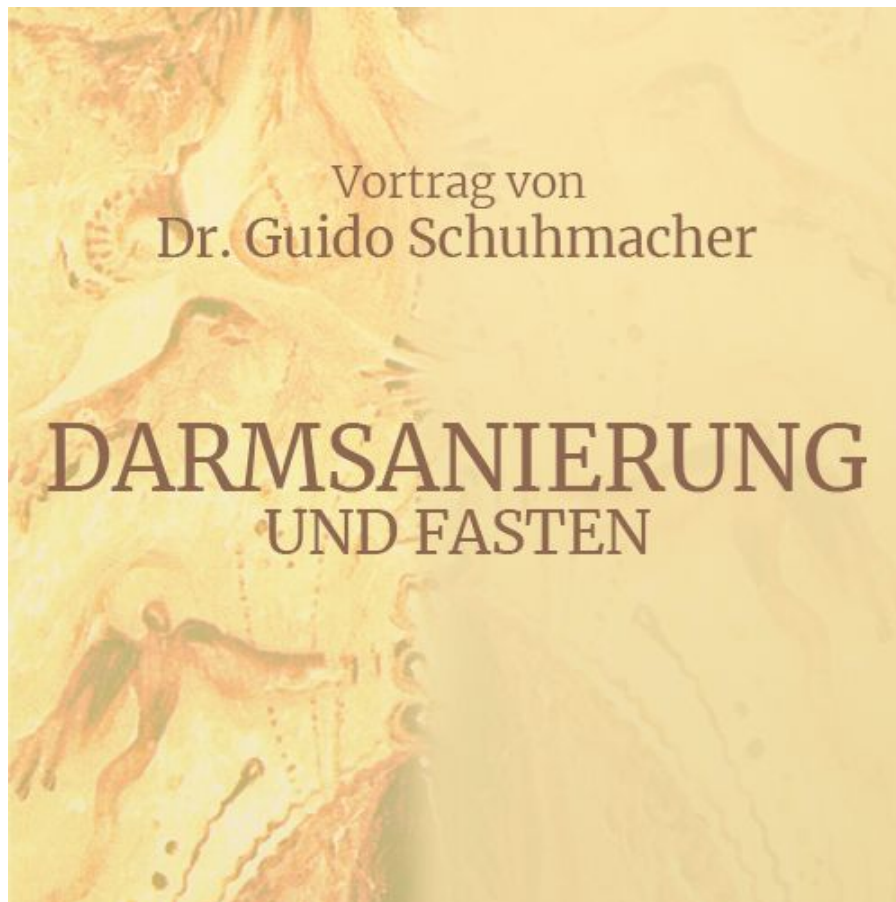


Dr. Guido Schuhmacher

Darmsanierung und Fasten



Reinigung und Stärkung
des Körpers, der Seele und des Geistes.

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	2
Durchfall	2
Der Nährboden	3
Umgang mit Durchfall	3
Entleerung	4
Verstopfung	5
Vorbereitung auf die Reinigung	5
Fasten-Dauer	5
Was ist Fasten?	6
Kuren	7
Mayr-Kur	7
Motivation	8
Vorbereitung auf das Fasten	12
Darmreinigung mit einem Einlauf	14
Die Fülle der Göttlichen Kraft	16
Fasten und Beten	16
Die Kontraindikationen beim Fasten	19
Abfasten	21
Produktempfehlungen für die Darmflora	23
Buchempfehlung	23
Thematisch passende Vorträge von Dr. Guido Schuhmacher	23
Bücher von Dr. Guido Schuhmacher	25
Impressum	25

Einleitung

Zuallererst möchte ich darauf eingehen, was mit Darmsanierung und Fasten gemeint ist. Wann ist es unbedingt erforderlich, eine Darmreinigung vorzunehmen? Hauptanzeichen dafür sind Unwohlsein, Müdigkeit, Leistungsminderung sowie Blähungen, Völlegefühl, ein gespannter und geblähter Bauch, in dem es rumpelt und pumpelt. Dabei ist es zudem wesentlich, dass man beachtet, wie der Stuhl geformt ist. Wenn man zum Arzt geht, wird man gefragt, ob man jeden Tag Stuhlgang hat. Wenn es so ist, ist der Arzt zufrieden. Aber wie dieser geformt und gefärbt ist, das möchte keiner wissen.

Im Normalfall solltest Du so oft Stuhlgang haben wie Du Nahrung aufnimmst. Naturvölker, die zweimal pro Tag essen, haben auch zweimal am Tag Stuhlgang. Das ist normal, während wir schon mit einem Mal zufrieden sind. Aber ich kann aus eigener Erfahrung bestätigen, wer sich immer mehr mit diesen Zusammenhängen beschäftigt, bei dem wird das auch so stattfinden.

Wir müssen zusätzlich beachten, wie die Farbe des Stuhlgangs ist. Wenn er zu hell ist, fehlt Magensaft, Magensäure und vor allem Gallensaft. Die Galle fließt dann nicht genügend. Wenn er seifig ist, dann ist eine Störung im Fettstoffwechsel vorhanden. Wenn er zu dunkel ist, dann sind meistens zu viele Säuren vorhanden oder auch andere Gifte, die mit ausgeschieden werden. Es können aber auch Blutspuren mit dabei sein, worauf unbedingt geachtet werden sollte.

Durchfall

Wenn Du Durchfall hast, was immer wieder mal vorkommen kann, denkst Du erstmal, dass Du Dir vermutlich einen Virus aufgeschnappt hast. Es geht halt die Grippe um. Es sind jedoch immer bestimmte Ursachen dabei. Du hast in der Familie vielleicht ein Nahrungsmittel, bei dem zwei von fünf Leuten Durchfall bekommen, andere bekommen vielleicht sogar Fieber, manchen hingegen macht es gar nichts. Warum ist das so? Eigentlich müsste doch jeder Durchfall bekommen. Es liegt schlichtweg daran, dass der Körper einen Impuls in irgendeinem Nahrungsmittel aufnimmt, das nicht mehr ganz einwandfrei ist. Das wird vom Körper genutzt, um zu sagen, jetzt machen wir einen Osterputz, jetzt gleich richtig raus das Zeug.

Der Nährboden

Wenn eine Infektion dazu kommt, dann ist es eindeutig so, dass jeder Erreger einen gewissen Nährboden braucht. Schon Pasteur hat gesagt, dass jeder Erreger seinen Nährboden braucht. Dieses Bewusstsein hat sich also nicht in der orthodoxen Medizin durchgesetzt. Wenn der Nährboden nicht mehr da ist, verschwindet jeder Erreger ganz von alleine. Das gilt für Bakterien, für Viren und für Pilze. Genauso gilt es für Krebserkrankung, denn jede Krebserkrankung hat ihren eigenen Nährboden und ihren ganz spezifischen Erreger. Auch bei dieser Erkrankung sind Viren beteiligt, wovon man mit Sicherheit ausgehen kann.

Als Paradedfall nehmen wir Aids, bei dem die Medizin versagt, wo sie einfach hilflos und machtlos ausgesetzt ist und ihren Offenbarungseid leisten muss. Hier spielt eben der Nährboden eine Rolle und wenn dieser nicht da ist, gibt es keine Infektion, da braucht man keine Angst haben. Es gibt allerdings auch hier Fälle - Ausnahmen bestätigen die Regel - wo solche Seelen, die etwas in der Seelengruppe auf sich nehmen und das übernehmen, ohne dass sie den Nährboden selbst geschaffen haben. Sie übernehmen die Krankheit mitsamt des Nährbodens.

Ich möchte Dir das an einem Beispiel veranschaulichen: Ich hatte neulich im Seminar eine ZuhörerIn, die schon 14 Tage gefastet hat. Einen Tag davor war sie bei einer Kranken, welche gerade Verdauungsstörungen, also Durchfall hatte und legte ihr die Hände auf. Sie wollte ihr als Laienheilerin helfen. Danach hatte sie plötzlich Bauchschmerzen und einen ausgiebigen Durchfall, obwohl sie schon seit 14 Tagen gefastet hat. Fast täglich ausgeleitet, nur noch ganz minimal Stuhlgang, und plötzlich bekommt sie nach diesem Kontakt mit der Kranken Durchfall, der zwei Tage angehalten hat. Das ist wirklich enorm, was da vor sich gehen kann.

Es ist also nicht nur möglich, dass man den Erreger oder die Schwingung des Erregers übernimmt, sondern auch den Nährboden dazu. Es ist sogar möglich, dass der ganze Müll übernommen wird. Das sind Gedankengänge, die in der Praxis belegt sind.

Umgang mit Durchfall

Jetzt ist die Frage, was Du denn eigentlich bei Durchfall unternehmen sollst? Normalerweise gehst Du zum Arzt, der Dir ein Mittel gibt, welches die Darmfunktion lähmt, still stellt oder blockiert. Es wird für Stillstand gesorgt und was

geschieht dabei? Die Gifte, Gase und Schlacken können munter in den Körper eindringen, weil Stillstand vorliegt. Das ist das Paradoxe, wenn wir dann zusätzlich Antibiotika nehmen, wird es noch viel schlimmer, weil diese Belastung hinzu kommt.

Bei uns gilt die Grundregel, wenn bei Verdauungsstörungen Durchfallneigung vorhanden ist, dann behandeln wir mit Durchfall. Du hast richtig gelesen: Durchfall behandelt man mit Durchfall!

Man unterstützt und fördert ihn sogar durch Abführmittel. Je nachdem, wie viel Du Dir zumuten willst, kannst Du Rizinusöl nehmen oder auch Glaubersalz, das allerdings hart zu nehmen ist. Passagesalz ist hierbei angenehmer, es enthält Kaiser-Natron.

Entleerung

In diesem Zusammenhang möchte ich daran erinnern, dass Soldaten während des Krieges bei Ruhr zuerst zwei Esslöffel Rizinusöl bekamen. Was geschieht dabei? Der Darm wird entleert, die Gifte werden ausgeschieden und wenn zusätzlich noch ein Saft-Tag eingelegt wird, wobei man sehr viel trinkt, dann können auch die Elektrolyte, die Flüssigkeit, wieder im Körper aufgenommen werden und der Darmkanal wird folglich gereinigt.

Ich komme aus der Tierheilkunde. Wenn ich in den Stall gekommen bin, habe ich gefragt, wie das Tier frisst und wie der Stuhlgang ist. Das wussten die Bauern, denn das war ganz normal. Frisst das Tier normal, hat es Fieber, hat es Durchfall oder hat es gar keinen Stuhlgang? Das sind die einfachsten und primitivsten Dinge, die normalerweise überhaupt nicht beachtet werden. Die Tiere verweigern die Nahrung, wenn sie krank sind. Sie fressen einfach nicht mehr. In diesem Fall sind sie schlauer. Man versucht dann, sie wieder zum Fressen zu bringen oder versucht die Ursache zu finden und zu behandeln.

Wir machen bei unseren Kindern genau das Gegenteil. Wir sagen immer: "Kind iss, Kind iss!" Jeder hat Angst, dass das Kind verhungert und vom Fleisch fällt, wenn es mal einen Tag nur trinkt. Lassen wir doch den Kindern ihr natürliches Bedürfnis. Die wissen doch viel besser, was ihnen gut tut. So sollten wir uns auch verhalten. Machen mir doch mal Pause, unser Darm freut sich darüber.

Wenn alle in einer Fabrik am Fließband Urlaub machen und das Fließband folglich still steht - was macht man in dieser Zeit? Es wird alles aufgeräumt, repariert und in Schuss gebracht. Das ist wesentlich, dass wir das auch tun.

Verstopfung

Gegenteilig vom Durchfall ist die Verstopfung. Bei Verstopfungsneigung ist natürlich noch viel eher notwendig, dass Du dies wieder in Ordnung bringst und schaust, dass die Verdauung in Gang kommt. Wir müssen bei einer Verstopfungsneigung sehr sorgsam vorgehen, eine mehrtägige Vorbereitung mit Blutreinigungstee und eine leichte Anregung der Verdauung durch Abführmittel ist hier hilfreich.

Ich habe Fälle erlebt, bei denen sich die Betroffenen, die Verstopfungsneigung hatten, schnell reinigen wollten und drei oder vier Esslöffel Glaubersalz genommen haben, was normalerweise starken Durchfall bewirkt. Bei manchen wirkt schon ein Teelöffel Glaubersalz. Aber bei ihnen tat sich nichts, sie haben nur Bauchweh, das ist alles.

Vorbereitung auf die Reinigung

Genau deshalb musst Du dich und deinen Körper darauf vorbereiten. Das muss innerlich bearbeitet werden, damit die Organe darauf vorbereitet sind.

Du musst tatsächlich mit deinen Organen reden. In diesem Fall mit dem Magen und dem Darm sprechen und sagen, dass jetzt eine hilfreiche Reinigung auf die Organe zukommt. Das heißt, Du musst dich mit dem Thema beschäftigen. Dazu gehört ebenso Literatur, wie z. B. "Das Heilfasten" von Otto Buchinger ([Bestell-Link](#) Buchempfehlung auf Seite 24). Ansonsten wird Dein Körper überrumpelt und ist überfordert. Er wird durch diese plötzliche Reinigungsaktion überrascht.

Fasten-Dauer

Es gibt keine Grundregel, die besagt, man müsse jetzt einfach mal 14 Tage lang fasten. Es gibt aber immer wieder Fachleute, die jedem empfehlen, man solle x Wochen fasten. Auch das Fasten muss gelernt sein.

Ich versuche immer zu erfüllen, was ich dem Einzelnen zumuten kann. Ich bin schon am Anfang zufrieden, wenn man einen Safttag einlegt. Was mir dann schon

an Reaktionen begegnet, ist verblüffend. Es gibt tatsächlich Menschen, die können keinen ganzen Tag ohne Nahrung auskommen. Denen wird übel und schwindelig, sie werden schwach und bekommen starken Hunger. Wenn sie eine Mahlzeit ausfallen lassen, dann sind sie schon total zerstört und lebensunfähig. Letztendlich müssen sie doch etwas essen. Sie würden sonst fast sterben. Ich frage mich immer, was die machen, wenn es tatsächlich mal nichts zu essen gibt und sie 14 Tage nur Wasser zur Verfügung haben.

Was ist Fasten?

Zuerst soll eine Definition gegeben werden, was Fasten überhaupt ist. Was bedeutet Fasten? Fasten heißt, sich jeglicher fester Nahrung zu enthalten.

Es gibt ein erweitertes Fasten, bei dem man noch verdünnte Gemüsesäfte einnehmen darf. 1:1 verdünnt ist dabei die Grundregel. Dies hat etwas mit den Elektrolyten zu tun. Gemüsesäfte sind dabei besser geeignet. Das ist das erwähnte erweiterte Fasten, bei dem wir noch etwas mit Kalorien zu uns nehmen dürfen. Vielleicht noch einen Tee mit Honig.

Wenn Du ein strenges Fasten durchführen möchtest, dann trinkst Du nur Wasser. Entweder gutes, kohlen säurearmes Mineralwasser oder Quellwasser. Dieses Wasser kannst Du natürlich, wie jede Nahrung und jedes Getränk, segnen. Es schmeckt dadurch ganz anders.

Du kannst aus Wasser ganz bestimmte Geschmacksrichtungen machen. Es können in ein Wasser alle verschiedenen Geschmäcker projiziert werden. Wer das einmal kann, der hat die Fähigkeit, aus Wasser einen Wein zu machen. Irgendwann kommt die Zeit, wo wir tatsächlich genau dasselbe tun können, was uns Jesus vorgemacht hat. Wenn es Zeit ist, werden wir Dinge tun, die er getan hat und noch Größeres. Aus dem einfach Grund, weil die Menschen es nun fassen und verstehen können, da es wissenschaftlich nachgewiesen ist, wie es funktioniert. Das war damals noch unfassbar, was er getan hat. Heute wird es bewiesen und kann sichtbar gemacht werden. Wenn Du das übst bis es in Fleisch und Blut übergegangen ist, geschieht es von alleine. Hast Du einmal diese Erkenntnis und Ehrfurcht vor dem Wasser, dann ist alles gesegnet, wenn Du es trinkst.

Impressum

Schuhma-Naturprodukte und Verlag

Inh. Marianne Schuhmacher

Paradiesstr. 19

D-87727 Babenhausen

USt.-IdNr. DE129074491

Kontakt:

Telefon: +49 (0) 8333 8114

Telefax: +49 (0) 8333 4155

E-Mail: info@schuhma-naturprodukte.de

Internet: www.schuhma-naturprodukte.de

Alle Rechte vorbehalten. Auszüge sind bei Quellenangabe erlaubt.