

# EMOTIONAL IN DER SACKGASSE

## „Stolperfallen“ komplementärmedizinischer Heilweisen

**Verantwortung für sein Leben zu übernehmen heißt, ein erfülltes und selbstbestimmtes Leben zu leben. Immer mehr Menschen vertrauen deswegen komplementärmedizinischen Heilweisen, lassen sich energetisch coachen oder besuchen Seminare um danach ihre Selbstheilungskräfte aktivieren zu können. Trotz dieser Bemühungen berichten mir Seminarteilnehmer und Klienten regelmäßig, dass sie immer noch wie fremdbestimmt durchs Leben gehen und das Gefühl hätten, nicht nur emotional in einer Sackgasse zu stecken. Im Laufe des „Klienten-Analyse-Gesprächs“ stellt sich dann schnell heraus, woran es liegt, dass eine sehr gute komplementärmedizinische Behandlung oder Selbstheilungstechnik nicht richtig wirkt oder funktionslos erscheint.**

Häufig wird bei der komplementärmedizinischen Behandlung zwar mit verschiedenen Methoden das seelische und soziale Wohlbefinden analysiert, die Ernährung als ein Aspekt des körperlichen Wohlbefindens jedoch außen vor gelassen, obwohl sie für ein gesundes Körper-Geist-System unabdingbar ist.

Falsche Ernährung, das ergaben viele Studien, stört unser Körper-Geist-System empfindlich und kann somit eine Hauptursache von schweren Erkrankungen sein. Und ich spreche jetzt nicht nur vom übermäßigen Fast-Food-Konsum, rotem Fleisch, fetten Lebensmitteln oder Süßigkeiten, sondern vor allem von den Lebensmitteln, die „legale Gifte“ wie Geschmacksverstärker (Glutamate) oder Süßstoffe (Aspartam etc.) beinhalten.

Aber sind dies wirklich gefährliche Krankmacher? Viele Ärzte und wissenschaftliche

Untersuchungen bestätigen dies. „Glutamat ist ein Nervenzellgift“, sagt der Heidelberger Alzheimerforscher und Gründungsdirektor des Netzwerkes Altersforschung (NAR) Prof. Dr. Dr. h.c. Konrad Beyreuther, und daher „besorgniserregend“. Unser Stammhirn, das sogenannte „limbische System“, regelt neben elementaren Körperfunktionen auch Gefühlswahrnehmungen wie das Hungergefühl und dient der Verarbeitung von Emotionen. Glutamat dockt im Gehirn an den dafür zuständigen Rezeptoren an und verursacht Störungen wie Bluthochdruck, Schweißausbrüche, Magenschmerzen und Herzklopfen und es intensiviert Stresssymptome, um nur einige Nebenwirkungen zu nennen.

Ein Süßstoff, wie Aspartam, wird im Körper in verschiedene Nervengifte, wie Formaldehyd und Ameisensäure, aufgespalten und kann beim Menschen Symptome hervorrufen, die denen von Multipler Sklerose und anderen Nervenkrankheiten ähneln. Kaum jemand ist sich darüber bewusst, dass er sich durch den Genuss von mit Süßstoff versetzten Light- und kalorienarmen Wellness-Getränken einen schlechten Gesundheitszustand antrinkt. Über 90 dokumentierte Nebenwirkungen – darunter Angstzustände, asthmatische Reaktionen, Juckreiz, Schwindel, Zittern, chronische

Müdigkeit und Migräne – können durch Aspartam hervorgerufen werden.

Achten Sie doch bitte darauf, welche Lebensmittel Geschmacksverstärker oder Süßstoffe enthalten und meiden Sie diese so gut es geht. Denn unser Körper-Geist-System wehrt mit seinen Selbstheilungskräften vorwiegend die „akute Bedrohung“ durch eben jene Gifte ab. Erst danach, vorausgesetzt es werden keine neuen mehr zugeführt, können unsere Selbstheilungskräfte „chronisch-energetische“ Missstände beseitigen. Deswegen analysiere ich in meinen Coachings zuerst, welche Störfaktoren einen besonders starken Einfluss auf die körpereigene Regulation haben und erarbeite mit jedem Klienten eine Gift-Vermeidungsstrategie. Dies verringert die Anzahl der Coachings deutlich. Bleiben Sie gesund! ■

### **Zum Autor:**

Ralf Risch arbeitet als Mentalcoach, Energiemediziner und Spezialist im Bereich ganzheitlicher Persönlichkeitsentwicklung mit feinstofflichen Energien. Er ist Autor und Begründer des Quantum Purification®-Systems, einem hocheffizienten System von Heil- und Veränderungstechniken, bei dem unter Einbeziehung der Herzenergie Blockaden von Körper, Geist und Seele positiv transformiert und aufgelöst werden. Weitere Artikel, Videos und Informationen, auch zu Seminaren und Coachings, auf der Homepage: [www.quantum-purification.de](http://www.quantum-purification.de)  
Neu in 2013: Die 5 Katalysatoren des Glücks – 2-tägiger Workshop (auch in Österreich)



**QuantumPurification®**  
**HEILEN MIT HERZENERGIE**

Die erfolgreiche Seminarreihe mit dem Autor und Begründer des Quantum Purification®-Systems, Ralf Risch, geht weiter.

Neu in 2013: **Das Glücks-Seminar** – Die wahre Kunst glücklich zu sein: die fünf Katalysatoren des Glücks.

Seminare auch in Österreich!

**Termine und weitere Informationen unter:**  
[www.Quantum-Purification.de](http://www.Quantum-Purification.de) oder 004989 37159609

