

Basiswissen bei Gesundheitsfragen, spirituell nachgefragt und hier beantwortet.

Gicht: Zusammenhänge und Heilungsmöglichkeiten, Aufklärung in spiritueller Sicht.

Hier spricht Dr. Kahn.

Die Gicht ist eine Stoffwechselstörung. Es wird im Körper *zu viel* Harnsäure produziert, und dieses „zu viel“ lagert sich in den Gelenken ab!

Vor allem wird das Grundgelenk des großen Zehs beeinflusst. Doch es kann auch das Sprunggelenk sein oder die Gelenke der Mittelfinger. Auch da ist es möglich, dass sich diese Übersäuerung in Form von kristallinen Ablagerungen durch die Harnsäure (die zu viel produziert und nicht ausgeschieden wird) zeigt.

Was sind die Ursachen dieser Übersäuerung?

Wie ihr wisst, spielt die Nahrung eine *große* Rolle! *Zu viel* rotes Fleisch, *zu viel* Fett, *zu viel* Zucker. Ja, es sind Nahrungsmittel, die Säure produzieren.

Auch die Milchprodukte wie Joghurt und Quark produzieren Säure.

Es ist meistens so, wenn etwas *im Übermaß* zu sich genommen wird.

Dasselbe wie mit dem Alkohol. Vor allem Weißwein hinterlässt Spuren im Körper. *Wenn* der Mensch *übermäßig* diese säurehaltigen Getränke (das können auch Fruchtsäfte sein) zu sich nimmt, *dann* geschieht die Übersäuerung im Körper, und diese kann *nicht* genügend vom Körper ausgeschieden werden.

Würde dies durch Entgiftung ausgeschwemmt werden, gäbe es dieses Problem nicht! **Deshalb ist es wichtig, den Körper regelmäßig zu entgiften.** Da gibt es das Natron oder den morgendlichen Zitronensaft. Dies sind ganz alte Rezepte! Oder es gibt basisches Pulver, welches regelmäßig eingenommen werden kann (z. B. der Marke Basica). Viele Menschen meinen, Zitrone sei sauer. Ja, im Geschmack ist sie sauer, doch im Körper wirkt sie basisch. Wird regelmäßig Zitronensaft getrunken, kann ein basisches Milieu im Körper erreicht werden, und gleichzeitig nehmen sie Vitamin C und eine Menge Mineralstoffe zu sich. Das Schweinefleisch macht den Körper sehr sauer, in vielen Wurstwaren ist dies enthalten. Auch bestimmte Fische oder Meeresfrüchte sind sauer!

Wie sind dann die Symptome im Körper?

Die Gelenke werden gerötet, geschwollen. Ja, es sind entzündliche Symptome, die können auch Fieber erzeugen. Und die Beweglichkeit der Gelenke wird eingeschränkt, und es gibt Schmerzen.

Geschieht *keine* Behandlung, werden sich - mit der Zeit - die Gelenke verformen und steif werden.

Wie schon erwähnt, ist es wichtig, die Nahrungsmittel zu Lebensmittel umzustellen. Säurefreie Nahrung, weißes Fleisch, Rahm anstelle von Joghurt und Quark, Wasser, Tee, basische Nahrungsmittel, Salate, Obst und wenig bis keinen Alkohol zu sich nehmen.

Die Bewegung der Gelenke ist *trotz* der Schmerzen sehr wichtig, sei es im Wasser oder im Wald. Homöopathie ist ein *wichtiges* Element, welches zur Heilung beitragen kann. Und die Ergotherapie hilft durch gezielte Übungen, wie die Gelenke beweglicher gehalten und wie sie entlastet werden können.

Wenn ein Mensch seinen Körper kennt, weiß er auch, wie er sich gesund ernähren soll, damit der vital und gesund bleibt.

Es ist das „zu viel“, welches die Gicht fördert (zu viel Fett, zu viel Zucker, zu viel rotes Fleisch, zu viel auf einmal essen).

Ja, weshalb dann dieses „zu viel“? Weshalb kann der Mensch sich nicht auf seinen Körper einlassen und ihm Gutes tun? Was ist die Ursache dieses „zu viels“?

Es ist ein innerer Mangel, der durch Essen gestillt wird. Eine Fülle, die durch die Nahrung von außen erfüllt wird. Doch eigentlich geht es darum, die inneren Qualitäten, welche ein Gefühl der Fülle, Freude und Zufriedenheit geben, kennenzulernen. Oder eine Fülle, die durch eine Gabe, eine Begabung oder eine Aufgabe erzeugt wird, welche von innen nach außen und nicht von außen nach innen erzeugt wird.

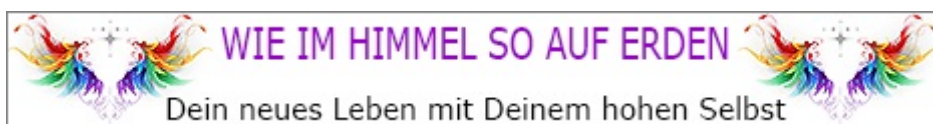
Lernt der Mensch, sich zu lieben, erfüllt ihn seine Selbstliebe! Diese strahlt er nach außen, und ihm wird Liebe zurückgegeben. *Wenn* die Fülle im Innern dieses Menschen vorhanden ist und diese von innen nach außen zu den Mitmenschen getragen werden kann, *dann* ist dieses „sich auffüllen“ von außen mit *zu viel* säurehaltigen Nahrungsmitteln nicht mehr notwendig!

Empfangen von Christine S. am 06.08.2023.

<https://www.stimmedesherzens.ch>

(Mitglied im Internet-Verein "Die Liebenden von weit her")

Dein Leben – Dein hohes Selbst – Deine Verschmelzung



Internet-Verein „Die Liebenden von weit her“ → [die-liebenden.org](https://www.die-liebenden.org)