



## DER WEG ZU DER GESUNDHEIT

Als wir uns annehmen, so wie wir sind, ist dies der Weg für die Gesundheit und Zufriedenheit. Zuerst müssen wir Ordnung in unserem Kopf und schliesslich in unseren inneren Wahrnehmungen schaffen. So setzen wir die Grundlage für unsere innere Kraft und Selbstvertrauen, die uns, auf Grund der soliden und gegenseitigen Beziehungen und Liebe, die Türe für Aussenwelt öffnet.

Erst dann, als wir uns annehmen, nehmen wir auch alle anderen, so wie sie sind, an. Vorher versuchen wir sie zu ändern, da wir der Meinung sind, dass sie schuldig für alle unsere Schwierigkeiten sind. Aber es geht nicht so. Wir sind verantwortlich nur für uns selbst, für alle unsere Probleme, da diese von uns selbst entstammen, von der Haltung zu sich selbst und zu den Aussenwelt. Andere können wir nur so ändern, dass wir uns selbst zuerst verändern und mit einer anderen Einstellung zu den anderen, ändern sie sich auch gegenüber uns, manchmal auch in der Einstellung zu sich selbst.

Als wir jemandem den Weg mit der Arbeit an sich selbst zeigen, mit der Resultaten in unseren Veränderungen, ist das der richtige Ausgangspunkt für das Änderung

der anderen. Denn, unsere Liebe befreit uns von allen veralteten Misständen und trägt die Sorge auch für unsere Gefühle und Gesundheit. Wenn wir uns in uns, in unser Inneres selbst anschauen, sehen wir »Spiegel« unseres bisherigen Arbeit an sich selbst, Selbstannahme wie auch alle unsere unterdrückte Gefühle, Gedanken und alles, was uns von den richtigen Weg in unserem Leben trennt.

Das Verhältnis zwischen der inneren und äusseren Energien regeln unsere Chakren. Die Chakren sind Energiewirbel, die uns mit geistigem Welt verbinden und bringen uns die Kraft und Mut ins tägliches Leben. Geistiges Welt basiert auf optimalen Durchfluss der inneren Energie und gerade Chakren im menschlichen Körper bringen der inneren Energie die nötige geistige Kraft und Mut, die man um Klärung von entstandenen Situationen braucht. Wer nicht auch spirituell mutig ist, dem schliessen sich die Chakren und das führt dazu, dass man sich schlecht fühlt. Die innere Unruhe ist immer stärker und entfernt uns von unserer Gesundheit. Die Chakren schliessen sich auch unter Stress, unter Unzufriedenheit und vor allen dem, was uns von unserem Glück weg bringt. Die öffnen sich aber auch auf der Basis unserer aufrichtigen Liebe zu sich selbst, wie auch zu unseren Mitmenschen, da die Liebe neue Erkenntnisse über das Leben selbst bringt und öffener uns diejenige Türe der inneren Frieden, hinter welcher auf uns ein glückliches und friedliches Leben wartet.

Innere Stärke und Mut sind Ausgangspunkt des Wohlbefindes und Gesundheits. Als wir nicht auf uns hören, leidet unser inneres Kern, Datensätze unserer Seele und wir entfernen uns von uns selbst und von unserem inneren Weg, der uns festgelegt wurde im optimaler Lösung aller Probleme und innerer Selbstvertrauen. Unsere Energie müssen wir sauber halten. Dafür trägt Sorge unsere Seele und geistige Welt mit der Regelung der Energie, die uns für die geistige Hilfe zugestimmt ist.

Menschlicher Faktor ist bei Öffnung der Chakren unerwünscht, da ein solcher Faktor, der durch die Seele bestimmt ist, optimal ist.

Innere Kraft entfernt sich von uns, wenn wir uns nicht lieben, nicht uns selbst annehmen und gehen uns in Einzelheiten, die wir nicht im Stande sind zu ändern oder anzunehmen, auf die Nerven.

Wenn wir im Stress sind und in innere Unruhe verfallen, entfernt uns das von unseren Gefühlen und von dem Wunsch nach ruhigem und geordnetem Leben. Darum führt uns Stress nach langfristigen Tätigkeit zu einem geschwächten Immunsystem. Und so öffnen sich auch die Türen für die Krankheit, die als Folge von Stress und emotionaler Unausgewogenheiten sind.

Was unser inneres Frieden stört, schaffen Aufzeichnungen in unserem Körper, die sich mit Unfähigkeit, die aktuelle Situation anzunehmen und zu lösen, ergänzen, aus welcher wir nur mit unserer Weisheit und innerer Kraft herausgezogen werden.

Wenn man die momentale Situation nicht löst und man ist Verzweifelt über sich selbst, über emotionaler Stress und niedrige innere Energie. Das alles schafft folgende Aufzeichnungen:

### **Leber und Niere – Wut**

Leber und Niere leiden unter dem Einfluss von Wut. Deren Betrieb weicht den Stress- Situation mit der Flucht in unerwünschte Tätigkeit ab, was als Folge ihre schwächere Tätigkeit ist. Wenn solche Situationen längere Zeit dauert, führt das ins Krankheit, bzw. zu Schwierigkeiten mit den beiden Organen.

Wut ist ein Gefühl, als wir die momentane Situation nicht als etwas Gutes und erwünschtes für unsere weitere Entwicklung betrachten. Wir schliessen uns in sich selbst und denken daran, wie wir uns für die entstandene Situation rächen werden.

Den Wut bearbeiten wir auf ganz natürliche Art und zwar so, dass wir in unser Inneres schauen und bei sich selbst den Grund für die entstandene Situation finden. Wenn wir innerlich stark sind, kommen uns alle äusseren Einflüsse nicht zu Leibe und bewegt uns nicht von der optimalen Alltag weg.

### **Nieren – Wut, Traurigkeit, Verdruss**

Gesunde Nieren bringen Licht in unser Körper und endgiften Organismus. Erhöhte Leberenzyme vergrössern Nieren und dienen nicht mehr der optimalen Funktion.

Wenn es Harnsäure zu viel gibt, werden Nieren müde und erhöhen die Anhäufung von Fett im Bauchraum.

### **Schilddrüse – Emotion wird nicht ausgedrückt, wir sind nicht mit uns im Kontakt**

Die Schilddrüse funktioniert optimal dann, wenn wir mit sich selbst im Kontakt sind und uns den inneren Gefühlen überlassen. Anderfalls schliesst sie sich in sich, arbeitet nicht mehr optimal und die Leberenzyme erhöhen sich. Die Schilddrüse leidet auch unter dem Einfluss von Jodmangel oder chronischen Krankheiten.

### **Lunge – Ängste**

Ängste sind unsere Gegner beim Wohlergehen und entfernen uns von unserer Wahrheit. Sie veranschaulichen unbearbeitete Gefühle. Lunge leidet bei verdrängten Ängsten und bei Betätigung zieht sich zusammen, da die Lunge bei ihrer Tätigkeit Ruhe brauchen. Wir sollten in uns selbst schauen und bei sich Vollkommenheit der Welt sehen und sollten uns nicht mit Dingen, die wir nicht ändern können, beschäftigen. Die können wir aber annehmen und sie bearbeiten.

### **Milz – kein Selbstvertrauen, Unentschlossenheit**

Milz leidet, als wir in unseren Taten unentschlossen sind und wir uns nicht entscheiden können, sondern fragen immer andere um Rat.

### **Gallenblase – Schwäche, Unzufriedenheit**

Gallenblase setzt uns auf dem Weg der Mut. Denn, als wir mit uns selbst nicht zufrieden sind, entfernt sich die von ihrer optimalen Funktion.

### **Herz – Stress, nur Externe Orientierung, Interessen**

Das Herz ist das Organ, das uns allen die nötige innere Kraft und Mut gibt. Wenn wir nicht auf ihn schauen und alle innere Weisheit schöpfen, die wir haben, ermüden wir unser Herz, das unter unserem Stress leidet. Als wir nicht die richtige Lösung, für noch so kleine Schwierigkeiten finden können, macht uns das Herz

darauf aufmerksam. Es macht uns aufmerksam daran, dass wir nicht wissen sich in unser Inneres anzuschauen und nicht auf unsere innere Gefühle, auf unser Herz, hören können,.

Das Herz gibt uns Kraft und Mut, als wir auf unser Herz hören können und hören auf ihn in jeder Gefühlvollen Situation. Die Gefühle entfernen uns von uns selbst, wenn wir nicht wissen in uns hinein, in unser Inneres Selbstbildniss zu schauen, dem unser Herz dominiert und als wir nicht wissen in brecherischen Situation in unserem Leben sich für uns zu stellen.

### **Hals – Mangel an Kommunikation**

Hals tut uns weh, wenn wir die Themen, die uns innerlich Atem nehmen, uns drücken, nicht aus uns heraus geben.

### **Nase – wir folgen nicht unserer Intuition**

Die Nase macht uns Schwierigkeiten, wenn wir nicht in unser Inneres schauen und nicht unserer Intuition und allen inneren Wahrnehmungen folgen.

### **Magen – Stress, nicht im Stande sich zu ändern**

Magen leidet, als der tägliche Stress zu stark ist und wir die äussere Situation nicht als etwas Gutes annehmen können, die uns die Lösungen entgegen bringen. Magen leidet auch bei langsamen Veränderungen und Anpassungen.

### **Zwölffingerdarm – Instabilität, Traurigkeit**

Zwölffingerdarm deutet an innere Stabilität, wenn wir wissen uns in unser Inneres anzuschauen und in sich selbst die Kraft und Selbstvertrauen zu schöpfen. Ansonst fühlt er sich unwohl und mit der Zeit fängt er an uns mit gestörter Verdauung zu ärgern.

### **Augen – fehlgeleitete Wege**

Augen leiden dann, wenn wir nicht wissen, uns in unser Inneres anzuschauen und suchen die Wege dort, wo sie nicht gibt.

## **Knochengerüst (Skelett) – schlechte Grundlage**

Knochengerüst stellt innere Stärke dar und leidet, wenn wir nicht eine starke Grundlage für die innere Sicherheit schaffen.

## **Dünndarm**

Dünndarm stellt innere Ruhe und Vertrauen in sich selbst dar. Wenn wir uns den anderen unterordnen und nehmen die Energie deren an, die nicht im Einklang mit unserer Energie ist, fängt Dünndarm uns zu belästigen und funktioniert nicht nach unseren Wünschen.

## **Dickdarm - nicht vergeben, Angst**

Dickdarm ist Abfall unserer Wünsche und innerer Unruhe, der Stress für alle unsere unrealisierte Ereignisse darstellt. Langsam fängt an die Stress-Situation zu aufblähen und wir fangen an, sich von der Gesundheit in diesem Bereich wegzubewegen.

## **Knochenmarkt – sich nicht anzunehmen**

Knochenmarkt funktioniert nicht optimal, wenn wir uns nicht annehmen, so wie wir sind und wissen nicht sich in unser Inneres anzuschauen und erlauben die Liebe zu sich selbst und zu unseren Mitmenschen nicht.

## **Adernsystem – sich nicht anzunehmen**

Durch unsere Adern strömt unsere Liebe. Wenn es keine Liebe zu sich selbst gibt, wenn wir uns nicht annehmen so wie wir sind und wenn uns jede Kleinigkeit an uns stört, fühlt sich Adernsystem in unserem Körper nicht wohl. Das Adernsystem strumpft und erweitert sich im Abwehrmechanismus, schliesst sich in sich.

Innere Stärke und Mut sind Ausgang für ein gutes Gefühl und Gesundheit. Als wir nicht auf uns selbst hören, leidet unser inneres Kern, Datensätze unserer Seele und wir entfernen uns von uns selbst und von unseren inneren Weg, der uns in optimaler Klärung von allen unseren Schwierigkeiten und innerer Selbstvertrauen, zugeordnet ist.

Erst als wir unsere innere Aufzeichnungen gereinigt (erläutert) haben, wissen wir uns richtig für uns zu stellen und finden bei sich alle nötige Lösungen, was uns zu unserer Ruhe führt. Innere Ruhe entfernt sich, wenn wir uns nicht lieben, uns nicht annehmen so wie wir sind und gehen uns in Details auf die Nerven, die wir nicht mit Erfolg ändern können oder annehmen. Selbstannahme ist die schwerste Aufgabe in unserem Leben.

Die häufigsten Ursachen der Herz-Kreislauf-Erkrankungen sind:

- Stress
- Falsche Ernährung
- Bewegungsmangel

In dieser Reihenfolge:

- Chronische Erhöhungen der Harnsäurespiegel
- Ängste

## **Ängste**

Bei Verengung der Atemwege reduziert sich das Niveau der Sauerstoff im Blut. Zellen im Körper folgen dem Verstand. Wenn jemand denkt: "Ich bin krank geworden, jetzt werde ich sterben". Zellen folgen dieser Orientierung. Ängste sind unsere Gegner beim Wohlbefinden und bewegen uns weg von unserer Wahrheit. Lunge leidet bei verdrängten Ängsten und zieht sich zusammen bei ihrer Tätigkeit und entfernen uns von unserer Wahrheit. Lungen leiden bei verdrängten Ängsten und ziehen sich zusammen bei ihrer Tätigkeit, da sie für ihr Betrieb innere Ruhe braucht. Als die Ängste Teil unseren täglichen Leben sind, schliessen uns unsere innere Stärke. Es geschieht das, was wir uns nicht wünschen, da die Ängste die Tür unseres Fortschrittes schliessen und geben uns ein Gefühl der Minderwertigkeit.

## **Harnsäure**

- senkt den pH-Wert im Körper

- zerstört die genetische Aufzeichnungen

Harnsäure entsteht bei:

- Stoffwechselstörungen
- Abbau von DNK (Adenin und Guanin)
- Abbau von ATP (Adenosintri-phosphat), Moleküle, die Energie in Zellen speichert, Abbau beschleunigt Fructose
- Abbau von GMP (Guanosin Monophosphat)

Ursache für Entstehung der strukturellen Veränderungen auf dem erblichen Datensatz DNK sind verschieden; Fehler beim Abschreibung von DNK, Einfluss von endogenen Substanzen (verschiedene Stoffwechselprodukte) und von Umgebung (Strahlung, chemische Verbindungen). Beim ansammeln einer übermässigen Menge von Fehlern in DNA können die Zellen nicht normal funktionieren, was zu einem Zusammenbruch führt. Beim Zelltod wird der DNK in kleinere Fragmente geschnitten. Endprodukt der Stoffwechsel von Erbauer (Widget) (Guanin und Adenin) ist Harnsäure.

Bei kronisch übermässigen Konzentration von Harnsäure im Blut und bei Stagnation der Energie in den verschiedenen Teilen des Körpers kommt zu einer drastischen Reduzierung des pH-Wertes, was zu der sogenannten Übersäuerung des Körpers kommt. Bei Anwesenheit von Ängsten sinkt der Sauerstoff in Blut (zusätzliche Reduzierung von pH-Werten). So fängt an, wegen äusserst niedrigen pH-Werten, Zusammenbruch von Zellen in diesem Bereich, was zu DNK Zerfall führt. Nachdem eine kritische Masse von verfallenen Zellen erreicht ist, werden Folgen von Krankheiten mikroskopisch nachweisbar.

Krebsentstehung:

- kronische Erhöhung von Harnsäure-Werte
- Angst

+



- Stress
- Unausgeglichenheit von Aminosäure
- .....

Nächstes Mal.....

- Lösungen
- geistige Ursachen von Krankheiten

Sandi Dolinar

[www.meditacija-sandi.com](http://www.meditacija-sandi.com)

[www.deleroi.si](http://www.deleroi.si)