

Ein weiteres Anzeichen dafür, dass mit der Verdauung irgendetwas nicht stimmt, sind Blähungen und Gase im Magen-Darm-Trakt. Da diese, insbesondere als ständige Begleiter, alles andere als harmlos sind, wollen wir ihnen nach der »Ofen-Allegorie« nun das folgende Kapitel widmen.

Gas: Gefahr, die vom Darm ausgeht

»Unvollständige Verdauung ist verantwortlich für exzessive Gasbildung und viele Arten der Gesundheitsschädigung (...) das Problem sind vielmehr die Gase (...) wie bei Jauchegruben, wo die Gase viel gefährlicher wirken als die Jauche selbst.« Randolph Stone

Ein Thema, das bei den meisten Schulmedizinern wie auch bei fast allen Klienten kaum Beachtung findet, sind die Gase, die sich in unserem Verdauungstrakt bilden. Mit Gasen sind hier toxische, überschüssige gasförmige Abfallstoffe gemeint und nicht beispielsweise Sauerstoff, der ja auch ein »Gas« ist. Während langjähriger Beobachtungen stellte Dr. Stone fest, dass Gase verschiedene Probleme wie Muskelkrämpfe, Bauchschmerzen, Verstopfung, Gelenk- und Knochenschmerzen, Herzprobleme, Kopfschmerzen und Migräne verursachen können. Er spricht sogar von einzelnen Fällen von Epilepsie, deren Ursache er auf Gase zurückführen und erfolgreich behandeln konnte.

Der Dickdarm ist das größte Reservoir von Gasen im Körper. Es kommt nicht selten vor, dass er sich durch den hohen Gasdruck verformt. Viel weniger bekannt und schlimmer ist jedoch die Tatsache, dass sich Gase nicht nur im »Verdauungsschlauch« Speiseröhre, Magen, Dünndarm und Dickdarm bewegen, sondern problemlos in die Gewebe und ins Blut gelangen und sich damit im ganzen Körper verteilen können. Herzprobleme beispielsweise können nicht selten auf Gase zurückgeführt werden, die zum Zwerchfell hochsteigen, sich stauen und auf den Herzbeutel drücken.

Gas als Ursache für starke Herzbeschwerden

Ein knapp sechzigjähriger Klient kam in meine Praxis, weil seine Herzleistung seit einiger Zeit nur noch ungefähr 25 Prozent betrug. Der Normalwert für sein Alter liegt bei mindestens 70 bis 80 Prozent. Eine lange Reihe von schulmedizinischen Abklärungen zeigte keine Auffälligkeiten – alles normal und gesund, insbesondere auch das Herz. Bei der Behandlung fielen das stark verspannte Zwerchfell und der harte Bauch auf, der immer wieder zischende, gurgelnde und pfeifende Geräusche von sich gab. Dazu kamen ein sporadisches Aufstoßen und etwas Wind: alles Hinweise auf Gase im Körper. Das darauf folgende Gespräch zeigte, dass sich der Klient dieser Gase durchaus bewusst war, sie gehörten zu seinem Alltag. Gemäß dem Spruch »Wenn's Arschertl brummt, ist's Herz gesund« stuft er sie jedoch positiv ein. Als Hobbykoch half er den Gasen mit viel Zwiebeln und anderen treibenden Nahrungsmitteln sogar noch nach – im Glauben, etwas Gutes für seine Gesundheit zu tun. Das erklärte die starke Gasbildung im Verdauungstrakt. Da Gase tendenziell steigen, sammelten und stauten sie sich unterm Zwerchfell. Unsere Vermutung war nun, dass diese Gase einen derart starken Druck auf den darüber liegenden Herzbeutel ausübten, dass das Herz bei seiner Arbeit physisch eingeengt wurde. So konnte es, obwohl völlig gesund, die erwartete Leistung nicht mehr bringen.

Ich erzählte ihm von Dr. Stones Erfahrungen im Zusammenhang mit Gasen, und er erklärte sich bereit, eine Zeit lang auf sämtliche treibenden Nahrungsmittel wie Zwiebeln oder Hülsenfrüchte zu verzichten und das Heilfasten durchzuführen. Zusätzlich unterstützten wir die Elimination von Gasen mit Körperarbeit. Im Sinne der Ganzheitlichkeit gingen wir der Frage nach, was in seinem Leben bewirkt, dass es ihm derart eng ums Herz wird. Darauf kamen emotionale Themen zum Vorschein, die mindestens so wichtig zu bearbeiten waren wie die Gase selbst.

Auf diese Weise nahm der Druck auf das Zwerchfell rasch ab, der Bauch wurde weicher, und das Herz hatte wieder Platz zum Schlagen. Eine Kontrolle durch den Arzt bestätigte, dass sich seine Herzleistung innerhalb von nicht ganz drei Wochen wieder normalisiert hatte.
