

Ganzheitlichen Gesundheitsentwicklung nach Katja E. Abt

Entgiftung und Sucht: Eine interdisziplinäre Betrachtung

Heidi Haager-Bürkert

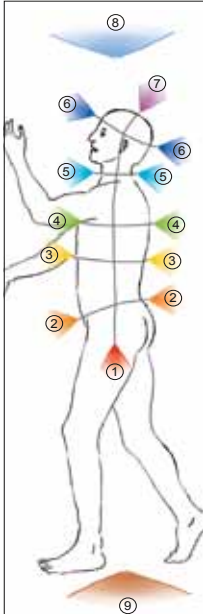
Entgiftung und Ausleitung sind wohl bekannte Begriffe für jeden naturheilkundlich arbeitenden Therapeuten. Das Grundregulationssystem nach Heine / Pischinger erklärt eindrücklich und verständlich, wieso die Entlastung des Bindegewebes von zentraler Bedeutung für die Gesunderhaltung des Körpers ist. Auf Basis dieser rein physiologisch ausgerichteten Grundtheorie kann erklärt werden, wie die Funktion des Grundsystems durch Schadstoffe gestört wird und wie diese wiederum rein physiologisch behoben werden kann. Eine Antwort auf die Fragen, warum gleiche Schadstoffexpositionen bei unterschiedlichen Personen nicht zu gleichen Belastungen führen, liefert der Ansatz nicht. Die gleiche Fragestellung lässt sich auf das Suchtrisiko übertragen. Warum bilden Menschen ein unterschiedliches Suchtpotential aus? Und warum sind manche Menschen gesünder als andere, bei gleichen oder schlechteren Grundbedingungen? Diese Fragen beschäftigen Gesundheitswissenschaftler aller Disziplinen bereits Jahrzehnte. Ein interdisziplinärer Ansatz ist gefragt.

Die Heilpraktikerin Katja E. Abt hat sich viele Jahre mit allen Ebenen von Gesundheit auseinandergesetzt. Auf der stetigen Suche nach einer Möglichkeit, Gesundheit im Sinne der WHO Definition zu ermöglichen, hat sie die Methode der Ganzheitlichen Gesundheitsentwicklung erarbeitet.¹ Ihr Konzept bezieht Theorien aus der Soziologie, wie die Salutogenes nach Aron Antonovsky, aus der Verhaltenspsychologie, der Psycho-Kinesiologie nach Dr. Klinghardt, der Ernährungsphysiologie, der Quantenphysik und Epigenetik sowie der Psychosomatischen Energetik nach Dr. Banis mit ein. In der Praxisanwendung zeigt sich die Methode bei der Entgiftung als hochwirksam, effektiv und schonend. Und auch beim Thema Sucht bietet sie, gemäß Abt, eine gute Behandlungsmöglichkeit der seelischen Ursachen. Die Ganzheitliche Gesundheitsentwicklung ist ein vielschichtiges Konzept, das Antwortthesen auf die eingangs gestellten Fragen bieten könnte. Abt nimmt hier den umgekehrten Denkansatz der Salutogenes auf und will nicht Krankheit bekämpfen, sondern Gesundheit auf körperlicher, seelischer und geistiger Ebene mehrten.¹

Entstanden ist das Konzept aus der Frage heraus „Was ist Menschenwürde?“, die sich Abt während ihrer Zeit als Krankenschwester stellte. Heute kennt sie die Antwort. Für sie ist es Ebenbürtigkeit bzw. Augenhöhe. Diese ist mehrheitlich im Patienten-Arzt-Verhältnis nicht gegeben. Das Verhältnis ist eher mit Groß – Klein zu beschreiben. Dies führt nach Abt dazu, dass sich Patienten hilflos und machtlos fühlen. Sie geben die Verantwortung für ihre Gesundheit an den Arzt oder Therapeuten ab. Der Mangel an Selbstwert und Selbstvertrauen habe Auswirkungen auf den ganzen Menschen, physisch, emotional und mental.

Das Ziel der Methode ist es das Selbstvertrauen, den Selbstwert, und somit die Selbstheilungskräfte zu aktivieren. Für Abt liegt der Schlüssel in der Herstellung der eigenen Authentizität. Sie beschreibt es so: „Der Mensch akzeptiert sich und ist mit seinen inneren Anteilen auf „Augenhöhe“. Er ist mit seinen verschiedenen Körperebenen verbunden, kann ein Bewusstsein entwickeln, auf allen Ebenen gesund sein und verfügt über genügend Energie. Lehnt er bewusst, unterbewusst oder unbewusst sich, sein Leben, Teile davon oder andere Menschen ab, ist er nicht mit sich verbunden. Dadurch verliert er immer mehr an Energie und Gesundheit. Er verbindet sich nicht mit sich selbst, sondern mit anderen, z. B. Partner, Kinder, Arzt usw. Er macht sich abhängig.“¹

Die angestrebte Authentizität wird durch Kombination verschiedener Methoden erreicht. Stark vereinfacht kann man die Methode wie folgt beschreiben. Blockaden in den Energie-Zentren werden in kausalem Zusammenhang mit der Entstehung bestimmter Erkrankungen gebracht (siehe Abb. 1). Die Blockade wird nach Abt durch einen seelischen Konflikt verursacht, der der Verbindung mit sich selbst im Wege steht. Dieser Konflikt kann anhand eines Glaubenssatzes thematisch ausgedrückt werden. Durch Testverfahren kristallisieren sich das blockierte Energie-Zentrum, der seelische Konflikt und der entsprechende Glaubenssatz heraus. Mit Hilfe der MFT-Klopftchnik werden alle Meridiane mit diesem Glaubenssatz beklopft. Zum Abschluss wird ein freimachender Glaubenssatz anhand der Seminarunterlagen ausgetestet und ebenfalls geklopft. Hierbei ist es wichtig, dass sich der Mensch vorstellt und fühlt, was er einklopft. Dadurch entsteht im limbischen Gehirn eine neue neuronale Verknüpfung und das Thema kann sich lösen. Parallel wird die Konfliktlösung durch die Einnahme entsprechend energetisierter BioSpirulina unterstützt.



Energie-Zentrum	Lebensphase	Thema	Betroffene Körperteile
1	Schwangerschaft, Zeit der Geburt	Vertrauen und Sicherheit	Becken, Hüfte, Knie, Prostata, Eierstöcke, Gebärmutter
2	1. Lebensjahr	Nahrung und Sexualität	Unterbauch, Reizdarm, Nieren, Nebennieren, Bio-Sacral-Gelenk, Infekte
3	2. Lebensjahr	Macht und Kontrolle	Oberbauch, Verdauung, Zwölffingerdarm, Leber, Galle, Gallenblase, Bauchspeicheldrüse, Milz, Lymphsystem
4	Unabhängig vom Lebensalter	Wahrnehmen von Liebe und Dankbarkeit	Herz, Lunge, Bronchien
5	18 Monate bis 3 Jahre	Ausdruck und Empfangen	Schilddrüse, Kiefergelenk, Unterkiefer, Nacken, Halswirbelsäule, Mandeln, Globusgefühl, Kehlkopf
6	zwischen 3. und 6./7. Lebensjahr; im 2. bis 4. Lebensjahr	Wahrnehmen	Stirn, Stimmhöhle, Nebenhöhlen, Oberkiefer, Ohren, Augen, Nase, Hypothalamus-Hypophysen-Nebennierenrinden-Achse, ADHS und ADS
7	vor und während der Geburt	Einheit oder Getrenntsein	Gehirn, Zelligedächnis, Schmerzgedächnis, Augen, Sehstörungen
8	Themen aus der Familie oder aus „früheren Leben“	Verbindung zur 4. Dimension	
9	Erdung, in der Gegenwart sein	Lebensenergie Entgiften	Fuß- und Beinbeschwerden, Nebennierenbelastungen

Abb. 1: Körpereigene Energie-Zentren und ihre Assoziationen

Das System der Glaubenssätze

Als Glaubenssätze werden manifestierte Prägungen bezeichnet. Sind diese nur übernommen und konträr zum eigentlichen Selbst wirken sie entfremdend, blockieren Energie und fördern Krankheit. Abt beschreibt, dass die erste Stufe der Entfremdung bereits mit der Übertragung von Informationen auf das Ungeborene in der Gebärmutter beginnt. Dies kann stofflich in Form von Umweltgiften oder energetisch durch ungelöste seelische Konflikte der Mutter geschehen. Nach der Geburt befindet sich das Kind im „Energiefeld“ der Eltern und wird weiter durch die Eltern informiert. Später prägt und konditioniert das Umfeld den jungen Menschen. All dies wird im limbischen Gehirn gespeichert. Diese erste Sozialisierung oder Entfremdung findet bis zum 7. Lebensjahr statt, davon sind die ersten 3 Jahre die wichtigsten.

Die zweite Sozialisierungsphase ist durch neues Wissen und eine Verstärkung der ersten Prägung gekennzeichnet. Sie reicht bis ins 21. Lebensjahr. Dann glaubt das „Kind“ erwachsen zu sein. Haltung, Einstellungen und Bewusstsein sind jedoch von anderen übernommen und spiegeln nicht das eigene Selbst. Es wird nicht das eigene Leben, sondern mehr oder weniger das Leben gemäß den Vorstellungen der Vorfahren gelebt. Abt sagt: „Viele merken mit 40 Jahren oder später, dass sie denken wie die Mutter oder wie der Vater. Und merken, dass sie die gleichen Sätze wie ihre Eltern sagen, obwohl sie dies nie wollten.“¹

Werden die alten einschränkenden Glaubenssätze (Widerstände) aus der Kindheit aufgelöst, kann eine neue Phase im Leben, die 3. Sozialisation beginnen. Diese ist freiwillig. Abt: „Der Mensch kann wirklich erwachsen werden und Verantwortung für sein Leben übernehmen. Er ist authentisch und mit sich selbst verbunden. Dadurch ist er in der Lage sich mit anderen Menschen auf gesunde Weise zu verbinden. Das meine ich mit Augenhöhe bzw. Ebenbürtigkeit.“¹ Durch die gelösten Glaubenssätze (Widerstände) steht mehr Energie zur Verfügung. Selbstheilungskräfte und in der Folge Gesundheit nehmen zu.

Die Wirkweise erklärt Abt mit Thesen aus der Epigenetik. Es geht insbesondere um Emotionen und Gefühle. Emotionen von Angst und Wut schwächen. Gefühle von Freude und Zufriedenheit stärken. Diese stärkende Umgebung, wird als Epigenetik bezeichnet. Sie wirkt auf die Zelle und das Zellinnere. Dadurch entsteht im Menschen eine höhere Resilienz, die Ressourcen werden mehr. Allen, die sich tiefer über diese wissenschaftliche Basis informieren möchten, empfiehlt Abt die Werke von Dr. Bruce Lipton und Dr. Joe Dispenza.

Die Methode kann:

- die körperliche Entgiftung unterstützen
- emotionale Themen aufdecken und lösen
- mentale Blockaden aufspüren und lösen
- die persönliche Entwicklung mit mehr Freude am und im Leben fördern
- mit allen anderen Therapien kombiniert werden

Tab. 1: Ganzheitliche Gesundheitsentwicklung nach Katja E. Abt

Die energetisierte BioSpirulina

Abt hat für jedes Energie-Zentrum im Körper ein eigenes energetisches Mittel entwickelt. Jedes Mittel besteht aus 100 % energetisierter BioSpirulina. Die für das jeweilige Energie-Zentrum wichtigen Informationen wie Farbe, Edelsteine und spagyrische Mittel lassen sich mittels Orgon gut auf die Mikroalge aufschwingen. Bisher gibt es ein SOS-Mittel für Ängste und 9 Mittel für die Energie-Zentren im Körper. Die Heilpraktikerin hat bewusst BioSpirulina als Trägersubstanz gewählt. Sie begründet ihre Entscheidung mit einem Satz von Hildegard von Bingen. Diese schreibt: „Es gibt eine Kraft, die aus der Ewigkeit kommt und diese Kraft ist grün.“ Für Abt ist Spirulina diese Kraft. Verwunderlich ist diese Wahl nicht. Die kleine grüne Mikroalge verfügt über ein hochwertiges Nährstoffspektrum, mit lebensnotwendigen Aminosäuren, Fettsäuren, Vitaminen, Mineralstoffen, sekundären Pflanzenstoffen und Enzymen. Durch die leicht verdauliche Struktur können die Nährstoffe nahezu vollständig resorbiert werden. Dadurch ist Spirulina für jede Personengruppe geeignet. Selbst hochgradige Allergiker, Personen mit Darmproblemen, kleine Kinder oder Schwangere können Spirulina gut vertragen.

Besonders hervorzuheben ist das Aminosäurespektrum der Mikroalge. Es enthält alle lebensnotwendigen Eiweißverbindungen, die ausschließlich über die Nahrung aufgenommen werden können bzw. müssen. Zudem liefert es alle Eiweißbausteine, die für die Bildung der körpereigenen Glutathion benötigt werden. Glutathion übernimmt im Körper zahlreiche Schutzfunktionen. Als zentrales Antioxidans des Zellstoffwechsels macht es Reaktive Sauerstoff-Spezies (ROS) wie etwa freie Radikale unschädlich und heilt bereits entstandene DNA-Schäden. Die Leber benötigt Glutathion um ihre Entgiftungsleistung aufrecht zu erhalten. Auch die Ausscheidung von Schwermetallen, Umweltgiften und die Zellentgiftung ist auf Glutathion angewiesen.^{2,3}

Ein weiteres einmaliges Merkmal ist die Vielfalt der enthaltenen Pflanzenfarbstoffe. Sie bilden das gesamte Lichtspektrum ab. Die gesundheitsfördernde Wirkung dieser Stoffe ist enorm. Nahezu alle lebensnotwendigen Organsysteme können davon profitieren.^{4,5,6} Der Biophotonenforscher Prof. Dr. Popp stufte Spirulina auf Grund ihrer Biophotonen als Lebensmittel mit sehr hoher Lichtenergie ein. Biophotonen werden für die Kommunikation in und zwischen den Zellen verantwortlich gemacht. Sie wirken sich positiv auf Stoffwechsel, Lebenskraft und Selbstheilungsprozesse aus. Die Lichtenergie kann durch bildschaffende Methoden dargestellt werden Ein Lebensmittel, das Biophotonen bzw. Licht gut speichert, kann auch andere feinstoffliche Informationen gut aufnehmen.⁷ Die Mittel könnte man als „feinstoffliche Informationen zum Essen“ bezeichnen. Damit bringt Abt eine neue Kategorie an Präparaten auf den Markt. Sie wirken nicht stofflich auf physiologische Weise, sondern energetisch im Bereich der Epigenetik. Nur wenige Hersteller verfügen über Technik und Know-how zur Herstellung solcher Produkte; im Falle der Ganzheitlichen Gesundheitsentwicklung werden die Präparate unter den Namen SPIRU® Energetics durch die Sanatur GmbH hergestellt. Die Firma beschäftigt sich seit den 1990 Jahren mit Biophotonen und kann die Energetisierung technisch vornehmen.



Lichtenergie*

Entgiftung und Sucht

Die gute Wirksamkeit bei der Entgiftung überrascht Abt nicht. Gemäß dem Axiom von Dr. Klinghardt hält der Körper für jeden ungelösten seelischen Konflikt ein Äquivalent an Schadstoffen fest. Für jeden im Körper gespeicherten Schadstoff gibt es wiederum ein Äquivalent pathogener Mikroben, die der Körper bindet. Wird der seelische Konflikt mit Hilfe der Ganzheitlichen Gesundheitsentwicklung gelöst, kann die körpereigene Entgiftung greifen. In der Praxis wirkt sich dies auf eine schnellere körperliche Entlastung mit wesentlich geringeren Mengen an ausleitenden Präparaten wie z.B. Chlorella, Karde oder Koriander aus. Und auch für die Prävention und Behandlung von Süchten sieht Abt ein enorm hohes Potential.

Zusammenfassend lässt sich sagen, die Ganzheitliche Gesundheitsentwicklung zielt auf die Stärkung von Gesundheit. Ein neuer Ansatz, der sich für alle Patienten und Therapeuten anbietet, die bereit sind neue ganzheitliche Wege zu gehen. Man darf gespannt sein, ob diese Art der Behandlung Lösungen für bisher schwierige Bereiche bietet und Antworten auf bisher nicht erklärliche Unterschiede in der Gesundheitsentwicklung geben kann.

„Gesundheit ist ein Zustand des vollständigen körperlichen, seelischen und sozialen Wohlbefindens und nicht nur das Fehlen von Krankheit oder Gebrechen.“

Weltgesundheitsorganisation WHO, 1948

Autorin:
Heidi Haager-Bürkert, M.Sc. Public Health Nutrition
E-Mail: Haager-Buerkert@t-online.de

Literatur

- 1 Abt KE: Ganzheitliche Gesundheitsentwicklung nach Katja E. Abt. Interview. Tettnag, 08.07.2016
- 2 www.glutathion.de; eingesehen am 28.06.2016
- 3 Gershwin ME, Belay A: Spirulina in Human Nutrition and Health. Boca Raton : CRC Press 2008
- 4 Liu Q, Huang Y et al.: Medical Application of Spirulina platensis. Derived C-Phycocyanin. Evid Based Complement Alternat Med. Vol. 2016; 2016
- 5 Dashwood RH: Chlorophyll and Chlorophyllin. Oregon State University. Linus Pauling Institut. 2009. online verfügbar: <http://jpl.oregonstate.edu/mic/dietary-factors/phytochemicals/chlorophyll-chlorophyllin>, eingesehen am 26.06.2016
- 6 Deutsche Gesellschaft für Ernährung: Übersicht über sekundäre Pflanzenstoffe und ihre möglichen gesundheitsfördernden Wirkungen. Ergebnisse des Ernährungsberichts 2004. online verfügbar: <http://www.dge.de/uploads/media/DGE-aktuell-07-2005-Tabelle-SekPflanzenstoffe.pdf>, eingesehen am 25.06.2016
- 7 Oppermann J: Spirulina – Energie und Vitalität aus dem Kraftwerk der Natur. Bielefeld: Lebensbaumverlag, 2010

Literaturempfehlungen

- Abt KE: Leseprobe zum Begleitheft zur Ganzheitlichen Gesundheitsentwicklung. Cosana Verlag
- Abt KE: Ausleitungskonzept mit ernährungsphysiologischer Unterstützung von Algen und anderen natürlichen Substanzen. Cosana Verlag
- Bäurle R: Körpertypen - Von Typentrauma zum Traumtypen. Simon+Leutner Verlag 1988
- Franke A (Hrsg.): Antonovsky A. Salutogenese: Zur Entmystifizierung der Gesundheit. dgvt-Verlag 1997
- Klinghardt D: Lehrbuch der Psycho-Kinesiologie. Institut f. Neurobiologie; 6. Aufl 2004
- Levine P: Trauma-Heilung. Das Erwachen des Tigers. Unsere Fähigkeit, traumatische Erfahrungen zu transformieren. Synthesis-Verlag, Essen 1998

*„Lichtenergie“ von Spirulina, dargestellt durch die bildschaffende Colorplate Methode

Sekundäre Pflanzenstoffe in Spirulina

Carotinoide

(z. B. Beta-Carotin)

- rot, orange bis gelbe Pflanzenfarbstoffe
- Antioxidative Wirkung
- Senkt das Risiko für bestimmte Krebserkrankungen
- Immunmodulierende Wirkung
- Senkt das Risiko für Katarakt und Maculadegeneration
- Herz-Kreislauf- schützende Wirkung

Quelle: DGE ⁶

Chlorophyll

- grüner Pflanzenfarbstoff

- Antikanzerogen Wirkung
- Geruchshemmende Wirkung
- Wirksam gegen Pilze und Bakterien
- Antioxidative Wirkung

Quelle: Linus Pauling Institute ⁵

C-Phycocyanin

- blauer Pflanzenfarbstoff

- Antitumorale Wirkung
- Genregulation
- Proteinexpression
- Neuroprotektive Wirkung
- Hepatoprotektive Wirkung
- Renoprotektive Wirkung
- Cardiovascular Protektive Wirkung
- Katarakt heilende Wirkung
- Anti-Inflammatorische Wirkung
- Immunmodulierende Wirkung

Quelle: Evid Based Complement Alternat Med. ⁴

gespeichertes Sonnenlicht (Biophotonen)