

Ernährungsgrundsätze der Clustermedizin

Der Stoffwechsel des Menschen braucht zu seiner Versorgung eine komplexe Ernährung aus Stoffen unterschiedlicher Herkunft. Die verzehrbaren Substanzen können pflanzlicher, tierischer, mineralischer, organischer oder anorganischer Herkunft sein. Mit Ausnahme des Wassers, auf dem der Stoffwechsel des Menschen aufbaut, müssen die verzehrten Substanzen erst in einen körpergerechten Zustand versetzt werden, in eine chemische Phase also, die der Chemismus des Körpers direkt (Zucker, wassergelöste Mineralien) oder indirekt (über zwischengeschaltete Umsetzungsschritte: Eiweiß, Fette) verwerten kann.

Diesen Prozess der Umwandlung von einem körperfremden Stoff über einen körpernahen in einen körperversfügbaren nennt man: Die Verdauung. Das Verdauen sichert dem Körper die Energieversorgung aus der Umwelt durch Umwandlung körperfremder Stoffe in körpernahe.

ClusterGrundsätze zur Ernährung

1. Jede Nahrung ist nur deswegen genießbar, weil sie durch Verdauung genießbar gemacht wird.
2. Ob ein Nahrungsmittel bekömmlich ist oder nicht, hängt primär von der mechanischen und chemischen Fähigkeit des Körpers ab, die Nahrungsmittel so aufzubereiten, dass sie von den bakteriellen Darmvölkern aufgeschlossen und verändert werden können.
3. Die Verdauungsfähigkeit eines Menschen (oder seine Speisen/un/verträglichkeit) spiegelt seine erbgutabhängige, meist erst inaktive Programminformation im Sinne eines definierten Un-/vermögens in der Aktion wie in der Reaktion wider. Diese Programminformation kann durch unterschiedliche somatische, psychische und chemische Einflüsse aktiviert werden.
4. Die Verdauungsfähigkeit eines Menschen wird wesentlich bestimmt von der Qualität und Gesundheit seiner Darmvölker. Sie verwandeln die Speisen in chemische Basisverbindungen, die von den Zellen des Körpers als Energieträger (Ladungstausch) verwendet werden können. Die Darmvölker sind in ihrer Zusammensetzung mutterbestimmt und lernen ihre spezifischen Fähigkeiten in den ersten Lebensmonaten und -jahren eines Menschen. Die erfahrungsmäßige Gewohnheit in dieser Zeit definiert Geschmack, Verdauungsgewohnheit und -qualität eines Menschen.
5. Was der Mensch essen und verdauen kann, hängt in erster Linie von seinen "Scheidekräften" ab und erst in zweiter Linie von der Art und Qualität der als Nahrung angesehenen Substanzen. Die Qualität der Scheidekräfte ergibt sich aus der Korrelation zwischen den chemischen und mechanischen Eigenschaften des Körpers und den chemisch analytischen und synthetischen seiner lernenden Darmvölker.
6. Eine förderliche Nahrung ist jene, die einen möglichst geringen Energieaufwand zu ihrer Beschaffung und möglichst wenig Energie zu ihrer Verdauung benötigt und zugleich einen merklichen Versorgungsnutzen erfüllt.
7. Der Mensch soll sich jene Nahrungsmittel suchen, die er gemäß seiner Verdauungsfähigkeit leicht und mühelos erwerben, verdauen und vertragen kann.
8. Es gibt keine Ernährungsregeln und Ernährungsformen, die der Individualität eines jeden Menschen gerecht werden, also für jedermann unveränderlich gleich gut sind. Der Grund hierfür liegt in der unterschiedlichen Erb- und Geschichtsstruktur der Menschen.

9. Das individuelle Empfinden (bei deblockierter und funktionstüchtiger Sensorik) regelt das individuelle Optimum zwischen Nutzen und Verdauungs- beziehungsweise Beschaffungsaufwand einer Nahrung.

10. Die ClusterAuswertung klassifiziert daher nur jene Speisen, die nach dem Prinzip der textuellen Analogie (siehe unten) kein Optimum darstellen, sondern wahrscheinlich gegenwärtig schaden.

Die ClusterMedizinische Nahrungsmittelanalogie

funktioniert nach dem Prinzip der Texturähnlichkeit: Die verschiedenen Nahrungsmittel werden clustertechnisch aufbereitet, kristallisiert und texturiert und als Korrelat zwischen dieser Textur und dem Namen des Nahrungsmittels in das Expertensystem EIDEX eingegeben. In der ClusterAuswertung ordnet dieses Expertensystem die Patiententextur den eingespeicherten Kristallstrukturen von Nahrungsmitteln zu und erarbeitet damit eine Essensausschlussvorschrift, die dem jeweiligen gesundheitlichen Stand optimal entspricht.

Grundsätzliches zu unserer Nahrung

Die gegenwärtige Lage der Nahrungsmittel, die Mensch und Tier auf dieser Erde zur Verfügung stehen, ist bejammernswert. Abgesehen davon, dass die menschliche Torheit groteske Blüten treibt, indem ein Teil der Menschen im Überfluss lebt und diesen Überfluss mit großem Aufwand vernichten muss, während der andere Teil hungert; abgesehen von den Fehlverhalten der Menschen, die den Lebensraum Erde aus dem biologischen Gleichgewicht bringen, ist durch das falsche Wirtschaften ein völlig parasitäres Verhältnis des Menschen zur Natur geschaffen worden. Natürliche Prozesse werden manipuliert, als seien es törichte, industrielle Serienprozesse. Durch Denaturierung, Züchtung und Überzüchtung, Gentechnik und chemische Behandlung, unreifes Ernten und Reifestabilisierung und dergleichen ist ein Nahrungsmittel entstanden, das der heutige Mensch aufgrund der (degenerierenden) Anpassung seines Verdauungssystems (eben noch oder schon nicht mehr) erträgt, einer aus dem vorigen Jahrhundert mit Sicherheit aber nicht mehr ohne Schaden für ihn verdauen könnte. Aus biologischer Sicht hat der Mensch ein Anpassungsgebot an seine Umwelt, um ihm und seinen Nachkommen, die er zeugen soll, das Überleben zu garantieren. Wenn die Umwelt oder die Nahrung außerhalb der biologischen Toleranzgrenzen gerät, dann verliert das Lebewesen Mensch seinen Funktionsrahmen und geht zugrunde. Wenn man die weltweite Zunahme der klinisch nicht beherrschbaren, degenerativen Krankheiten sieht, könnte man dem Eindruck verfallen, dass diese Toleranzgrenze eben überschritten wurde. Wie seriöse Messungen gezeigt haben, ist auch die Flucht in den sogenannten biologischen Anbau keine Alternative mehr, da auch diese Pflanzen nicht schadstofffrei sind. Sie nehmen die Schadstoffe aus dem Wasser und der Luft; ihr Dünge- und Vernichtungsmittelanteil liegt nur wenige % unter der Standardware.

98% aller Nahrungsmittel sind laut GATT-Verordnung chemisch behandelt, dies bedeutet, dass so gut wie keine unbehandelten und unveränderten Nahrungsmittel zu kaufen sind. Der Darm, der in Jahrtausenden die Verstoffwechslungsarbeit gelernt hat, ist in den letzten Jahrzehnten einer immer mehr denaturierten, auch künstlichen Nahrung ausgesetzt, die er immer weniger verdauen kann. Die Folgen sind nicht zuletzt der massive Anstieg der Stoffwechselkrankheiten, der Allergien, der Neoplasien. Der Organismus Mensch hat nur eine Chance in der Zukunft zu überleben, wenn er sich adaptiert, - und dies nicht in Jahrtausenden.

Der gegenwärtige Mensch ist als Verdauungstyp ein Früchteesser. Eine Frucht ist alles, was die Pflanzennatur als Same oder Samennahrung hervorbringt. Früchte wachsen auf den Bäumen, an den Sträuchern und in der Erde als Knollen und auch (vermehrungsfähige) Wurzeln. In den Früchten findet der Mensch das gesamte Stoffangebot, das er für seinen Lebenskreislauf benötigt.

Blätter und Gräser kann er nur unzureichend verdauen: seine Zähne sind zu spitz, um die Pflanzenzellen durch Zerreiben zu öffnen, sein Darm ist zu kurz und seine Magenverdauung zu oberflächlich, um die Pflanzen ertragreich aufzuschließen zu können. Durch die unvollständige Verdauung kommt es in seinem Darmsystem zu (alkoholischen) Gärungen mit Blähgasen (es ist leicht auszumalen, was dieser ständige Alkoholeinfluss ohne Alkohol zu trinken, für die Leber bewirkt).

Rohes Fleisch kann der Mensch nur unvollständig verdauen: Seine Zähne malmen das Fleisch zu stark, seine Magensäfte sind nicht kräftig genug und die Verweildauer im Magen und in den Därmen ist zu lang: die zu stark zermalnten Fleischzellen gehen in verrottende Oxydation. So kommt es bereits in den oberen Darmabschnitten zu Fäulnisprozessen, die sich durch jauchartig riechende Blähungen bemerkbar machen.

Milch ist das konzentrierte Nahrungsmittel der Säuglinge. Der heranwachsende, mitteleuropäische Mensch kann sie eigentlich mangels des meist versiegenden Enzyms Lab nicht mehr richtig verkäsen. Im Magen des Erwachsenen wird die Milch über die Salzsäure schlagartig verklumpt, was ihre anschließende Verdauung erschwert und Fäulnisprozesse fördert. Durch die Pasteurisierung, schlimmer noch als das Homogenisieren, werden die Milchsäurebakterien in der Milch getötet. Sie fehlen in der Darmverdauung, was den vorbereiteten Fäulnisprozess beschleunigt. Frische, unbehandelte Milch sollte nur von Kleinkindern süß, von allen anderen aber an- oder gesäuert genossen werden; andere Milch überhaupt nicht.

Das Schweinefleisch genießt bei den Essern einen guten, bei den Heilkundigen einen schlechten Ruf. Durch die innige Vermischung des Fettes mit den Muskelzellen kommt es zu unvollständigen, sich gegenseitig hindernden Verdauungsvorgängen, die wieder in Fäulnis und in der Ablagerung der Fäulnisprodukte in den Gelenken enden. Als das Schwein nach dem Krieg 1948 wieder auf dem Tisch erschien, schnellte sofort die Rate der rheumatisch-entzündlichen Prozesse an. Das Schwein wird in den wärmeren Ländern oft im religiösen Zusammenhang verboten, weil man dort die krankmachende Selbstfäulnis dieses Fleisches aus Erfahrung kennt.

Den raffinierten Zucker hat man durch die Raffinade so entblößt, dass der Körper zu seiner Erschließung Lösungstoffe aus der eigenen Reserve holen muss, die der unbehandelte Rohr- oder Rübenzucker sonst mit sich brächte. Daher kommt es zu partiellen Defiziten im Mineralhaushalt, wenn man raffinierten Zucker genießt, - die man gründlich ergänzen sollte.

Vollwertbrote stehen hoch im Ansehen, weil sie soviel Nährstoffe enthalten. Wenn sie mit Hefe getrieben wurden, dann sind sie nicht besser als die anderen Brote; - am besten sollte man sie aus Sauerteig machen oder als ungetriebene Fladen, die man zum Genuss in Flüssigkeit löst. Die Hefepilze (vor allem *Candida albicans*) sind zu einem großen Problem geworden, da sie sich nicht nur in den Därmen, sondern auch - zerstörerisch - immer mehr in den Nieren, in der Leber und in den Lungen finden. Am besten nimmt man heute zwiegebackene Brote, in denen alle Hefen mit Sicherheit abgetötet sind; in den oft feuchten Vollwertbrotten überleben sie entgegen den Beteuerungen ihrer Bäcker und infizieren die Därme, erhöhen den Eiweißallergiepegel und dringen in die Blutbahn ein.

Die Häufigkeit des Essens sollte sich nach dem Bedarf richten und nicht irgendwelchen unphysiologischen Regeln unterworfen werden. Der Körper zeigt durch die ständige Produktion des Pankreassaftes (ca. 1 Liter pro Tag) seine andauernde Bereitschaft zur Verdauung aller wesentlicher Nahrungssubstanzen an und zugleich seine Fähigkeit, auf Bedarfsschübe mit in Vorrat gehaltenem Gallensaft zu reagieren. Die traditionelle Einteilung des Tages in drei Hauptmahlzeiten und zwei Zwischenimbisse ist eine bewährte Form der Nahrungszufuhr, bei der die verdauenden Körperteile nicht überfordert werden, und zugleich eine gute Versorgung des Körpers erfolgt, was sich in einem für die Leistung guten Zuckerspiegel niederschlägt.

Die Hauptessenszeiten sollten innerhalb festgelegter Zeiten des Tages stattfinden, auf die man sich vorbereiten kann und die man mit Ruhe angehen soll. Die Zwischenmahlzeiten sind veränderlich und richten sich nach dem Hungergefühl und/oder nach dem Gefühl der Ermüdung, das ein Absinken des Zuckerspiegels ankündigt.

Zusammenfassung:

Ein gesunder Mensch kann essen, was er will. Er muss nur beachten, dass er das isst, was er verträgt. Er wird all das nicht vertragen, was an seinen Verdauungsmechanismus Anforderungen stellt, die er aufgrund der konstitutionellen Schwächen seines Verdauungstraktes zu leisten nicht in der Lage ist. Da diese Schwächen in sein biologisches System gewissermaßen eingebaut sind, kann er sie nur umgehen, indem er entweder Speisen meidet, die die Schwächen als Verdauungsreaktionen aktivieren, oder er analysiert die Struktur dieser Schwäche und neutralisiert diesen Mechanismus durch ein überlagertes, bewusst gesteuertes Programm.

Gedanken zu einer Cluster Therapie des Darms:

- Analyse aus Speichel und/oder Stuhl
- Fragegruppe Regula
- Cluster Würze
- CD Patho Dest 6 als MAR
- CD Aufbau Darmflora