

Stress und seine Bedeutung

„Stress“ ist der volkstümliche Begriff für Energiemangel im biologischen System, was zu nervöser Erregung führt. Stress ist eine unkontrollierbare Störung unseres energetischen Systems. Diese Störung entsteht dann, wenn die körpereigenen Regelkreise destabilisiert werden und dadurch als Folge eine Angstreaktion entsteht.

Kurz und allgemein: Stress ist eine Bedrohung, die nicht mehr kontrolliert werden kann. Die innere Stressreaktion auf die bedrohlichen Reizkonstellationen ist ein als Angst wahrnehmbares Gefühl. Die äußere Stressreaktion ist Nervosität, Überreaktion, Hysterie oder/und Aggression.

Bei Stress werden die elektrischen Körpersteuerungen (Regelkreiskoppelungen) instabil und Funktionsstörungen kommen auf den Weg wie:

- Depressionen aus Überlastung,
- „vegetative Dystonien“ (Dysfunktionen des vegetativen Nervensystems),
- Kreuzproblematiken (bis zum Bandscheibenvorfall)¹,
- Überschwemmungen von Freien Radikalen,
- Angriffe von Bakterien oder Viren („Grippe“ oder „Erkältung“ ist in vielen Fällen die Lösung einer Stress-Situation, bei welcher man sich (gesellschaftlich akzeptiert) eine Verschnaufpause gönnen kann, ja muss).
- psychisch gesteuerte Übersäuerung.

Dies alles sind Ergebnisse energetischer Schwäche, die sich weiter verstärkt durch Gefühlsreduktionen: Freude, Glück, Zufriedenheit reduzieren sich und entschwinden; der Mensch brennt sich energetisch aus.

Der Physiker und Biologe Dr. Ulrich Warnke² spricht vom „*Losigkeits-Syndrom*“: Energielosigkeit, Lustlosigkeit, Freudlosigkeit (oft auch Aussichtslosigkeit und Sinnlosigkeit) – ein Zustand, der gleichzeitig Hilflosigkeit und Wut schafft.

Warnke nennt beispielhaft als dramatische Folge psychischer Belastung einen zu hohen Cortisolspiegel, der eine ungünstige Stoffwechsellage schafft:

„Ein über lange Zeit hoher Cortisolspiegel schädigt Teile des Gehirns, insbesondere den dem Lernen zugeordnete Hippokampus. Aber auch die Nervenzellen, die den Level von Cortisol im Feedback prüfen und regeln, werden durch einen zu hohen Cortisolspiegel geschädigt und degenerieren“.³ (Um diesem hohen Cortisolspiegel zu entgehen, bräuchten wir z.B. eine 20-fache Erhöhung der Vitamin-C-Zufuhr!)

Diese Darstellung am Beispiel Cortisolspiegel (eben dass durch negativen Stress als Verursachung der Körper in die Krankheit getrieben wird), lässt sich erheblich erweitern, bis hin zu gestörten Mineralhaushalten mit gekoppelten falschen PH-Werten (latente Azidose), bis hin zu verminderter Hirndurchblutung usw. usw.

Wenn die Cortisolreserven durch dauernde psychische Belastung aufgebraucht sind, zieht der Körper eine Notbremse: das Chronische Müdigkeits-Syndrom (CFS) setzt das biologische System lahm. Die Folge ist nicht nur andauernde Müdigkeit, sondern auch entzündliche Erkrankungen. Symptome können sein:

- Hunger
- Schwäche
- Kopfschmerz
- Apathie
- Ängste
- Starke Schweißabsonderung
- Übersäuerung (Azidose)
- Muskelkrämpfe
- Zeitweise Verwirrtheit
- Appetitlosigkeit
- Durchfälle
- Gewichtsabnahme
- Atemstörung
- Bewusstseinsstörungen
- Herzrhythmusstörungen (Tachykardie, Arrhythmien)
- Dysfunktionen im Gehirn (zerebrale Dysfunktionen)
- Störung des Gasaustauschs im Körper (Hyperventilation)
- Krämpfe/Schüttelkrämpfe (Konvulsionen)
- Pigmentfreie Hautflecken (Vitiligo)
- Extrazellulärer Wassermangel (Dehydration)

Dauerstress bedeutet erhebliche Verringerung des energetischen Niveaus (Verminderung des Körperstrom-Niveaus) und führt zu vegetativen Überreaktionen. Oft führen schon *allein die Gedanken an bestimmte Situationen* zu diesen körperlichen Reaktionen.

Was Dauerstress noch verursachen kann:

Falschreaktionen auf Grund von falschem Lernverhalten oder Falschreaktionen als Folge von Konditionierungen, die von der Gesellschaft aufgezwungen und verinnerlicht wurden. Sind diese nicht bewussten irrtümlichen Reaktionen einmal „in Fleisch und Blut“ übergegangen, werden sie zum ständig und zwanghaft sich wiederholenden Muster. Ein fataler Mechanismus kommt in Gang, der als Folge der energetischen Fehlfunktion die psychischen Fehlfunktion und dann die körperliche Fehlfunktion auf den Weg bringt.

Fast unsere gesamte Gesellschaft unterliegt dem Dauerstress als Folge des Dauerangriffs auf unsere psychische Autonomie und Selbstbestimmung: unsere Lebensweise macht krank!

Dauerstress heißt übermäßige Erregung, heißt Dauer-Nervosität und erzeugt in unseren Körperzellen Energiemangel. Die notwendigen etwa 70 Millivolt Potenzial, die eine Körperzelle im Ruhezustand benötigt, verringert sich. Das Energiedefizit schafft eine Übersensibilität der Reflexe und aller Reaktionen.

Es schafft z.B. eine Dysregulation von Adrenalin, was zu einer nicht angemessenen *Übererregtheit* führt, zu Konzentrationsmangel und Nervosität. In den Zellmembranen herrscht eine zu niedrige Polarisation, was zu einem Fehlen von Kalium und Magnesium führt. Durch diese Verstärkung wird der Energiemangel noch größer und das Rad dreht sich immer schneller.

Negative Emotionen, negative Gedanken, eben ein negatives Lebensgefühl wirken bei Energiearmut besonders destruktiv, wobei das erwähnte Rad sich auch dadurch immer schneller dreht.

Text Walter Häge

Quellenangabe:

- (1) Der Zusammenhang zwischen der Verspannung des Rückens und seelischer Belastung wird schulmedizinisch in der Regel verschwiegen. Abhilfe ist das Verändern der meist schwierigen Grundsituation und das Zuführen von kaltem Rotlicht (REPULS-Technologie)
- (2) Warnke, U.: „Gehirn-Magie“, „Die geheime Macht der Psyche“ und „Diesseits und jenseits der Raum-Zeit-Netze“, alle erschienen bei „Popular Academic Verlags-Gesellschaft“.
- (3) Warnke, U.: „Die geheime Macht der Psyche“, Popular Academic Verlags-Gesellschaft 3. Aufl. 2001, S. 195