

# Das Immunsystem III - Das Enterische Nervensystem (ENS) sitzt in der Darmwand

Unser erstes Wissenssystem ist das zelluläre Wissen. Ohne unser bewusstes Zutun steuert sich der Körper selbsttätig und setzt sekundlich millionenfache Prozesse in Gang, von denen wir nicht die geringste Ahnung haben.

Das zweite Wissenssystem ist die linke Gehirnhälfte, jenes Zentrum des logischen Denkens, der Abstraktion, der Mathematik, eben des ganzen wissenschaftlichen Wissens.

Das dritte Wissenssystem ist die rechte Gehirnhälfte, unser Zentrum für Gefühle, unsere Schattenwelt, das Ungreifbare, Bedrohliche, der Künstler in uns.

Das vierte Wissenssystem ist unser Bauchhirn, das enterische Nervensystem ENS mit seinen etwa 100.000.000 Nervenzellen. (Dies ist etwa die achtfache Menge der Rückenmarkszellen. Das ENS wird auch 'Systema nervosum entericum intramural', Darmwandnervensystem genannt.)

Dieses ENS denkt,

- denn es organisiert als Immunorgan mehr als zwei Drittel aller im Körper befindlichen Abwehrzellen,
- es organisiert die Energiegewinnung aus der Nahrung,
- es erzeugt etwa 40 Hormone und schickt diese an ihre Plätze, wobei die fast 100%ige Erzeugung von Serotonin und die Dopaminerzeugung von größter Wichtigkeit sind.

Es gibt eine direkte Verbindung zwischen Gehirn und ENS, wobei nur 10% dieser Verbindungen vom Kopf aus gesteuert sind. 90% der Verbindungen werden vom ENS zum Gehirn hin gesteuert.

Das „Bauchhirn“ wird in den östlichen Weisheitslehren 2 bis 4 cm unter dem Bauchnabel lokalisiert, es ist identisch mit dem „Sakralchakra“ (man beachte die Namensgebung), eben einer Energie-Eingangspforte vom Universum, vom Heiligen zum Körper. „Hara“, wie die Japaner und die Chinesen dieses Bauchsegment nennen, ist „das Tor zum Leben und zum Tode“.

In unserer christlichen Kultur wurde diese Bewertung auf den Kopf gestellt. Besonders mit Luthers Abwertung in seiner Bibelübersetzung: „...dem eigenen Bauch dienen und nicht dem Herrn Jesus Christus“, wird der Bauchraum mit

Völlerei, mit Fäkalien, mit „schlecht“ identifiziert. Dabei ist dieser Bauch das Tor zur Göttlichkeit!

Wird die Darmwand durch Säureangriffe beschädigt bzw. wird der Magen- und Darmtrakt mit schlechten Lebensmitteln traktiert, leidet auch dieses Nervensystem heftig darunter, insbesondere

- bei einseitiger Kost (Fastfood, Diäten),
- bei besonders übermäßigem Zuckerkonsum,
- bei sowieso geschwächter Immunabwehr,
- bei blasser, schlaffer Haut,
- bei schlechtem Allgemeinbefinden,
- nach Antibiotika-Behandlungen.

Das ENS schickt uns seine Nachrichten als Gefühlszustände, als Stimmungen wie sich schlecht fühlen oder sich wohl fühlen, ängstlich, müde, depressiv oder vital sein und so weiter. Bei vielen Zeitgenossen ist nicht nur das Großhirn mit Unsinnigkeiten verstopft, auch das Bauchhirn wird mit Sinnlosigkeits- Nahrung so lange gefüttert, bis es sich destabilisiert.

Über die „Vergiftung“ des Geistes in unseren Gesellschaften wird viel geschrieben. Jenes „intestinale“, hochenergetische und autonome System innerhalb unseres Körpers ist den meisten Menschen unbekannt.

Dieses System ist dem Wissenschaftszweig der Neurogastroenterologie inzwischen als ein voll funktionsfähiges zweites Gehirn bekannt. Die eigenständige Funktion als Gehirn ist gesichert, seit man weiß, dass die mehr als 100 Millionen Nervenzellen in den Darmwänden nur wenig Input vom Gehirn erhalten (10%) und sich autonom verwalten. Dieses System steht jedoch umgekehrt mit etwa zweitausend Nervenfasern (90%) als Output in Verbindung zum Vagus, dem großen Gehirnnerv des ZNS.

An den Synapsen der enteralen Nervenzellen wird als Botenstoff hauptsächlich Serotonin produziert, es ist der enterale Neurotransmitter. Im Darm hat man bis heute sieben verschiedene Rezeptoren, die auf Serotonin ansprechen, entschlüsselt (und die Forschung geht weiter). Dies hat die Wissenschaft verblüfft.

Da diese sehr komplexe Problematik den Rahmen dieser Schrift sprengen würde, bleibe ich lediglich kurz bei den zwei erwähnten Neurotransmittern Serotonin und Melatonin. Serotonin, ein biogenes Amin, ist Vor-Stoff von Melatonin. Wenn man die Wirkungen, welche von Serotonin und von Melatonin beschrieben werden betrachtet, reift langsam eine ungeheure Erkenntnis: So wie man durch Gedanken- und Gefühlsmanipulation das zentrale Nervensystem und das vegetative Nervensystem hemmen bis destabilisieren kann, so kann man durch manipulierte Nahrung das enterische Nervensystem in höchstem Maße aus dem Gleichgewicht bringen, ohne

dass der betroffene Mensch auch nur den geringsten Zusammenhang herstellen kann.

Gifte in den Nahrungsmitteln, Farbstoffe, Aromen, Zusatzstoffe aller Art, genmanipulierte Nahrung, großtechnisch hergestellte Lebensmittel, Trans-Fette und tausend andere Gefahren können dieses Nervensystem mit ungeahnten Folgen angreifen bzw. lahmlegen oder zumindest in seiner Funktion hemmen.

Text: Walter Häge