

12-TAGES-BERICHT

vom

31.08.2009 - 11.09.2009

SELBSTSTUDIE

ZITRONENSAFT- KUR

auch „Der MEISTERREINIGER“ genannt

von

Stanley Burroughs

Ich habe die Kur zusammen mit Anja, einer guten Freundin, die sich dazu bereit erklärt hat, testweise für 10 Tage durchgeführt. Nachdem ich Ergebnisse und Erfahrungsberichte über diese Kur in Google suchte und fast ausschließlich Negatives zu lesen bekam, wollte ich einfach mehr wissen. Ich habe Urlaub und bin somit in der Lage alles neutral und entspannt zu beobachten. Gewicht wurde immer morgens nach dem Aufstehen gemessen.

TAG 1

Nach einem Vorbereitungstag, den ich nicht so genau genommen hatte, gings nun los. Ich starte mit **78,6 KG**. Kein Essen, nur das Kurgetränk. Bei mir brodelte es im Magen, leichte Übelkeit stellte sich ein. Ich hatte ja auch nicht das Salzwasser getrunken und auch noch jede Menge Nahrung im Magen und Darm. Ein leichter Druck im Kopf war zu spüren. Bei Anja war alles ok. Sie wies mich auch darauf hin, dass ich es hätte doch nach Vorschrift machen sollen, da der Körper sich darauf einstellen muß. Vorschrift heißt: Am Vortag mentale Vorbereitung, weniger essen und abends schon die Salzwasserspülung. Etwas Schwindel und leichte Kopfschmerzen waren auch bei ihr zu spüren. Am Abend waren wir beide schnell müde und gingen zu Bett.

TAG 2

Heute fühlen wir uns mit mehr Energie. Nur ist uns beiden hunds-kalt. Ich fror sogar bei 30 Grad Aussentemperatur. Anja berichtete mir, dass Sie mit 2 Wärmflaschen geschlafen hat. Sie sagt auch, dass ihr auch heute noch etwas schwindelig ist und ein leichter Druck im Kopf anhhält. Alles geht etwas langsamer. Oberwichtig ist die Darmreinigung- und spülung. Die Giftstoffe müssen aus dem Körper ausgeleitet werden und das geht nur über den Darm und die Flüssigkeit. Ich kann dieses Salzwasser nicht trinken. Mein Versuch ist es mit leichtem Abführtee und Salz. Es funktioniert nicht. Anja trinkt nur Salzwasser mit Steinsalz (kein Billigsalz verwenden), bei ihr klappts hervorragend. Also ihr seht selbst. Auch heute gehe ich wieder früh ins Bett. Es zehrt etwas. Gewicht **76,4 KG**. Bei Anja in etwa gleicher Verlust.

TAG 3

Am 3. Tag geht's uns beiden richtig gut. Ich bin total energiegeladen. Wir riechen etwas aus dem Mund. Seltsamerweise haben wir beide keinen Hunger. Ich hatte heute sehr oft ganz tolle Glücksgefühle. Trotzdem geht alles langsamer als sonst. Ich war Schwimmen und Radfahren. Beides nicht anders als sonst. Mit der Konzentration haperts bei mir etwas. Anja berichtet dass sie beim Heilfasten immer einen Beschleuniger oder Entschleimer vermisst hat. Bei der Zitronensaft-Kur ist er enthalten. Der Cayennepfeffer entschleimt. Fazit: Heute Topfit. Gewicht **76,2 KG**.

TAG 4

Nach dem Trinken von 1L Abführtee hat sich heute was getan. Zumindest sind einige Giftstoffe weg. Habe einen Druck in der Nierengegend. Hunger habe ich nicht und kalt ist mir auch nicht.

Auch bei Anja stellt sich das Hunger- und Kältegefühl nicht ein. Beide haben wir etwas mit der Konzentrationsfähigkeit zu kämpfen. Sie bezieht sich aber nur auf die Momentreaktionen. Habe gestern verschiedene Muskelgruppen der Skelettmuskulatur auf lateinisch auswendig gelernt und es ging sehr gut.

Anja beschreibt das Gefühl der Langsamkeit als „alles geht wie in Zeitlupe“. Ist gut beschrieben, da man nicht sagen kann, dass man sich Niedergeschlagen fühlt, nur geht alles langsamer. Sehr interessantes Gefühl.

Am Nachmittag wurde mir kurz mulmig, wie eine Art Kreislaufschwäche. Liegt sicher an den Giftstoffen die dringend aus meinem Körper müssen. 1 Stunde Holzhacken und alles war wieder ok. Man darf sich ruhig bewegen. Es schadet nicht. Gewicht **75,4** Kg.

TAG 5

Alles topfit heute. Energie ist bei uns beiden unendlich vorhanden. Anja schreibt, dass Ihre Verspannungen in Schulter und Rücken, die Sie in den letzten Wochen vom Pc-sitzen hatte, langsam nachlassen...und Sie hat angefangen nachts zu träumen, was sonst so gut wie nie der Fall war. Es wird Ihrer Meinung nach, dann auch seelisch aufgeräumt. Ich kann das nur bestätigen.

Ich schlafe super ein und wache mit einem warmen, wohlbehüteten Gefühl auf.

Der Geschmack im Mund ist echt komisch. Meine Tochter sagte mir heute auch, dass der Geruch deutlich wahrnehmbar ist *grins. Ansonsten alles normal. Gewicht **75,3** Kg.

TAG 6

Alles läuft wie geschmiert. Mußte gestern ein leichtes Abführmittel nehmen, da ich es nicht schaffte meinen Darm zu öffnen. Heute nacht ging zu meiner Freude alles ab. Auch der Druck in der Nierengegend ist jetzt weg. Wieder sehr viel geträumt.

Tagesanfangsgefühl: SUPER. Während der Morgenkosmetik stellte ich fest, dass ein paar entzündliche Stellen im Gesicht, völlig verschwunden sind. Ich kann besser durchatmen und meine Nase, die sonst eigentlich immer dicht ist, ist völlig offen. Ich schnarche nicht mehr so stark wie sonst. (wurde mir bestätigt.)

Anja fühlt sich auch topfit. Sie nimmt täglich fast 1 Kg ab. Ihr ist morgens vor dem Kurgetränk etwas „klapprig“ aber ansonsten genießt Sie die Kur. Gestern sagte Sie mir, dass Ihre beiden ältesten Kinder die Kur in den Herbstferien machen wollen. Die Frau scheint toll auszusehen..*grins.

Auch Sie schreibt: Sie hat eine glatte Haut, eine frische Farbe im Gesicht und klare Augen. Wir haben beide keinerlei Hungergefühl und können für unsere Kinder kochen, ohne das Problem der Versuchung. Gewicht **75,0** Kg.

TAG 7

Keine Besonderen Vorkommnisse. Alles ist gut. Anja schreibt, dass Sie gestern abend mal nicht schon um 19.00 Uhr müde war. Sie war auch heute morgen nicht so „klapprig“ als sonst. Geträumt hat Sie weniger als die letzten Tage. Man könnte meinen, der Körper gewöhnt sich ans NICHTS Essen. Der weiße Belag auf der Zunge bleibt. Auch bei mir. Das ist ein Zeichen der Entgiftung, schreibt Stanley Burroughs. Anja hat eine wunderbare rosige Gesichtshaut und auch bei Ihr sind Entzündungen, die Sie seit längerer Zeit im Gesicht hatte, einfach verschwunden. Gewicht **74,1** Kg.

TAG 8

Guten Morgen! Alles ist perfekt. Habe heute Nacht im Traum mein gesamtes Leben durchgearbeitet. War sehr anstrengend, aber ein sehr wichtiges Ereignis für mich und meine Entwicklung. Fühle mich sensationell. Mein Körper ist schön. Mir fehlt es an nichts. Keine Nierenschmerzen mehr. Auch bei Anja ist alles ok, bis auf dass Sie über starke Schmerzen im rechten Rücken klagt.. Kommt aber sicher nicht von der Kur. Vielleicht lösen sich doch noch Blockaden.!?
Mein Umfeld nöht ständig mit Äußerungen wie:“ Bist du krank“? Und „ du siehst ja nur noch aus wien Strich“ und „ deine Hose kommt ja alleine dahergelaufen“. Is mir egal. Wichtig ist, wie ICH mich fühle und daran gibt es nichts auszusetzen. Man kann sich das Gewicht ja dann wieder mit gesunder Nahrung anessen.Die Zunge ist noch stark belegt, was darauf hinweist, dass der Körper immer noch stark entgiftet. Habe gestern im Buch nochmal etwas nachgelesen und Burroughs schreibt, dass die Kur im eigentlichen erst vorbei ist, wenn die Zunge sauber ist. Man darf die Kur auch bis zu 40 Tage unverändert durchziehen. Ich werd Sie auf jedenfall im Frühjahr wieder machen und beschränke mich diesmal auf das Minimum; die 10 Tage. Gewicht **73,5** Kg

TAG 9

Alles in bester Ordnung. Habe gestern 2 Bäume gefällt und zersägt. Außer diesem sensationellen Zeitlupengefühl hatte ich keinerlei Probleme. Auch heute keine Nierenschmerzen. Vielleicht sind die beiden Nierchen jetzt sauber.? Auch Anja meldet keine Besonderen Vorkommnisse. Gewicht **73,1** Kg.

TAG 10

Heute alles in Butter wie immer. Kein Kältegefühl. Man kann es nicht glauben wie gut man sich fühlt, nach 10 Tagen ohne Essen und auch ohne Hunger. Bei Anja ist die Zunge jetzt absolut sauber. Bei mir noch ein klein bisschen belegt. Sie schreibt, dass Sie sich sehr oft beim Grinsen ertappt. So gut tut das momentane Gefühl. Es ist wie eine Art Euphorie. Vielleicht auf das was noch kommt ???. Weiß mans? Gewicht **72,9** Kg

TAG 11

VORBEREITUNG AUF DIE NAHRUNGS-AUFNAHME

Mmhhhh....der Orangensaft schmeckt lecker. Keine Verdauungsschwierigkeiten. Wohlfühlgefühl pur.

TAG 12

DAS ENDE DER KUR

Heute freun wir uns beide auf die Gemüsesuppe. Weiterhin alles klar bei beiden. Anja isst gerade eine heeeeeerrrrrrlich reife, gelbe, süße Pflaume und danach noch eine..... *grins, wie sie das auszudrücken vermag spricht bände. Trotzdem ist aber angeraten, die Regeln zu befolgen. Die Umstellung auf normale Ernährung ist jedem selbst überlassen und unterliegt der Verantwortung eines jeden selbst.

ABSCHLUSSBEMERKUNG

Ich bin sehr froh diese Erfahrung der Kur gemacht zu haben. Jetzt kann ich diese, **sehr oft zu unrecht verpönte Körperreinigung**, objektiv beurteilen und mit ruhigem Gewissen weiterempfehlen. Es findet definitiv nicht nur eine Reinigung auf physischer sondern auch auf psychischer und seelisch-geistiger Ebene statt. Ich hatte einen sehr empfindlichen Magen und auch erhebliche Bedenken der Verträglichkeit. Nichts erheblich störendes ist eingetreten. Ich bin sehr erfreut (obwohl ichs eigentlich

schon intuitiv wußte)..über das Ergebnis. Insbesondere die letzten Tage der Kur führen deutlich spürbar zu spirituellen Erkenntnissen und tief eingprägten Mustern in sich selbst. Überraschend auch, dass der Körper instinktiv ein Warnsignal aussenden würde, wenn irgendwelches Fehlverhalten oder Mangel auftritt.....es aber zu keiner Zeit getan hat... Im Gegenteil. Mein Körper sagte „Danke“ und hat mich eigentlich motiviert weiter zu machen. Ich habe mich bei Ihm bedankt und ihm versprochen, im Frühjahr die nächste Reinigung zu vollziehen, da dies ein Test sein sollte.

ACHTUNG!! Personen, denen schwere körperliche Anstrengungen auferlegt sind wie z. B. Bauarbeiter, Fabrikarbeiter, Akkordarbeitende u.s.w. sollten jedoch auf Zeiträume wie Urlaub oder Sonstiges zurückgreifen, da das Pensum das hier erledigt werden muß, das Pensum der momentan vorhandenen Leistungsfähigkeit während der Kur übersteigt.

!!Der starke Gewichtsverlust ist hauptsächlich auf Schlacken und Giftstoffe zurückzuführen. Wenn man nach der Kur wieder normal isst, gleicht man mit normaler Nahrungsaufnahme schon Gleich fast die Hälfte wieder aus.!!

Aber auch Menschen die sich mit dieser Materie nicht beschäftigen sei gesagt.

“TUN SIE ES“