

Diagnose: Multiple Sklerose (von Michael Sch.)

Wenn ich mal Krebs habe, dann weiß ich was ich zu tun habe! Was denn? erwiderte ich. Dann esse ich nur Rohkost, sagte meine Frau. Das war vor ca. 5 Jahren.

Fleisch und Fisch in allen Variationen, Weißbrot und Käse sowie Naschereien und süße Brotaufstriche bildeten einen wesentlichen Bestandteil meiner täglichen Ernährung. Obst und Gemüse aß ich nur sehr selten, Gemüse nur gekocht.

Seit einer Hepatitis B – Impfung litt ich an einer Kreuzallergie (Heuschnupfen + Kernobstallergie) die jährlich schlimmer wurde und nur mit Medikamenten zu behandeln war. Meine Nase war ständig verstopft. Damit ich einigermaßen atmen konnte, war ein Nasenspray mein ständiger Begleiter.

Im Laufe der Zeit entwickelte ich eine regelrechte Abneigung gegen Obst und bevorzugte schon zum Frühstück Wurstsemmel, Leberkäse und Cola.

Meine Mutter war und ist eine ausgezeichnete Köchin der GBK (Gut bürgerliche Kost) und ich konnte Unmengen von Fleisch, geschälten Reis, Nudeln und Knödeln essen. Schon in jungen Jahren trank ich regelmäßig Alkohol, mitunter auch stark alkoholische Getränke.

Die Mittagsmüdigkeit wurde im Laufe der Zeit immer mehr zur Selbstverständlichkeit und mit der Zeit stellten sich die verschiedensten und vorerst nicht zuordenbaren Beschwerden ein.

Sensibilitätsstörungen in den Armen und Beinen die bis in den Kopfbereich reichten sowie vermehrt auftretender Schwindel ließen mich eine stattliche Anzahl von Arztpraxen aufsuchen. Sämtliche Untersuchungen brachten kein nennenswertes Ergebnis. Erst eine Magnetresonananzuntersuchung des gesamten Körpers brachte 2 Entzündungen im Rückenmark zu Tage. Eingehende Voruntersuchungen bestätigten den Verdacht auf Multiple Sklerose zunächst nicht. Eine weitere spezielle Liquoruntersuchung ergab dann allerdings, dass eine MS-Erkrankung als sehr wahrscheinlich galt.

Der Arzt der mir diese Diagnose dann mitteilte, erklärte mir kurz das Wesentliche und sagte dann: „Es gibt hierzu 4 verschiedene Arten von Spritzen die Sie sich regelmäßig selber injizieren müssen. Ich gebe Ihnen dazu ein paar Informationsbroschüren, suchen Sie sich dann jene aus, die Ihnen am besten zusagt!“

Bumm. Das war es nun. Ich habe also MS und meine Tage sind gezählt, dachte ich. Völlig geschockt von dieser Diagnose verließen meine Frau und ich das Krankenhaus. Ich fiel in ein großes tiefes Loch und meine Gedanken drehten sich nur um meine Zukunft. Was wird aus meiner Familie, was wird aus meinem Sohn, was wird aus meinen Zukunftsplänen?

Meine Frau stellte sofort unsere Ernährung auf eine sog. Vollwertkost ohne Fleisch um.

Nach einiger Zeit begann in mir ein vollständiger Wandlungsprozess. Ich beschloss, mein Leben und meine Genesung selber in die Hand zu nehmen. Ich dachte mir, dass ich schon so viel im Leben erreicht habe und diese angeblich unheilbare Krankheit besiegen kann. Ich bin eine Kämpfernatur und war mir sicher, wenn ich mich in die Fänge der Schulmedizin begeben, letztendlich den Kampf ums Überleben zu verlieren. Ich begann zu lesen und zu recherchieren. Ich begann logisch zu denken und vor allem nachzudenken, was eine derartige Krankheit hervorgerufen hat. Ich bin doch nicht auf die Welt gekommen, um dann mit 35 oder 40 Jahren im Rollstuhl herumzufahren.

Zahlreiche Erfahrungsberichte im Internet zu den verschiedensten Krankheiten gaben meiner Entscheidung immer mehr Rückhalt. Allen Erfahrungsberichten war gemeinsam, dass Sie sich den Fängen der Schulmedizin mit Ihren tödlichen Giften entsagt hatten. Die naturgemäße Ernährung stand zudem absolut im Vordergrund.

Oftmals wurde die Ernährung auch als eigene Religion gesehen. Dies erachtete ich aber als zu übertrieben.

Eines war mir innerhalb kurzer Zeit klar geworden. Der Weg zu umfassender Gesundheit führt allererst über die Ernährung. Ich las jeden Tag stundenlang die verschiedensten Rohkostlektüren und hatte von einem Tag auf den anderen auf 100% Rohkost umgestellt. Ich war wahrlich nicht übergewichtig sondern sehr sportlicher Natur. Bei einer Größe von 187 cm wog ich ca. 78 Kilogramm. Durch die strikte Rohkost nahm ich binnen 8 Wochen ca. 15 Kilogramm ab.

Das Verständnis, was mein Körper braucht und jene Dinge, die ich absolut meiden sollte, waren bei mir sehr rasch verankert. Die Umsetzung dieser neuen Lebensweise war allerdings alles andere als

leicht. Ich begann mit Unmengen Obst und Salat und verzichtete auf sämtliche Gewürzmittel. Kein Salz, kein Honig, kein Essig. Das Essen, speziell das rohe Gemüse schmeckte so ziemlich nach gar nichts. Unmengen an Obst vermochten meinen Hunger kaum zu stillen. Ich las weiter und weiter und der Schock, die Verunsicherung sowie die Verzweiflung mutierten schön langsam in Kampfgeist. Ich begann zu fasten.

Ein fünftägiges Wasserfasten brachte eine außerordentlich interessante Erfahrung mit sich. Zum einen machte ich die Erfahrung, dass unkontrolliertes Fasten gefährlich sein kann. Die letzten beiden Tage dieser Fastenzeit konnte ich kaum aufstehen, mein Kreislauf drohte jeden Moment zu kollabieren und ich war schwach und zittrig wie nie im Leben zuvor.

Am zweiten Tag dieses Fastens begann mein Körper mit der Säuberung. Dies manifestierte sich vor allem in meiner Körperausdunstung, die beinahe unerträglich war. Ich musste 3 mal täglich duschen und Kleidung wechseln, weil der Gestank nicht auszuhalten war. In der Nacht auf den dritten Tag hatte ich unbeschreiblich starke Kreuzschmerzen. Mir kam vor, als ob mein Körper die Entzündungen im Rücken zu bekämpfen begann. Ich konnte die ganze Nacht nicht schlafen. Die Schmerzen waren enorm. Aber ich wusste zu diesem Zeitpunkt, dass diese Schmerzen als positives Zeichen zu deuten sind.

Nach 5 Tagen brach ich das Fasten ab, weil ein Weiterfasten unberechenbare Folgen gehabt hätte. Ich benötigte beinahe 6 weitere Tage um mich vom Fasten zu erholen, konnte einige Tage ohne fremde Hilfe und ständige Pausen gar nicht alleine gehen. Nach diesem Fasten wog ich gerade einmal 62 Kilogramm. Mein Gesicht war eingefallen, meine Muskeln geschwunden und mein allgemeines Aussehen glich eher einem, der dem Tode geweiht ist.

Beharrlich ging ich den Weg der Rohkost weiter. Bald schon stellten sich nach und nach all meine Geschmacksnerven um. Ich verzichtete in dieser Anfangsphase auf jegliches Salz, auf Honig und Essig und ernährte mich hauptsächlich von Früchten und Nüssen mit Rosinen.

Im Nachhinein gesehen wurde ich wie durch ein Wunder auf das Rohkostseminar von Urs Hochstrasser in Saalbach/Österreich aufmerksam. Meine Frau und ich beschlossen, dieses Seminar zu besuchen. Dieses Seminar zeigte mir auf und gab mir die Gewissheit, dass Rohkost auch Heilkost sein kann. Aber nicht nur das Wesen und die Bedeutung der Rohkost wurde uns vermittelt, sondern eine Reihe anderer Themen und Faktoren, die für eine umfassende Gesundheit unumgänglich sind.

Ich machte mittlerweile ein halbes Jahr Rohkost und meine krankheitsbedingten Beschwerden verschlechterten sich keineswegs. Die körperlichen Begleiterscheinungen der Rohkost waren jedoch sehr wohl bemerkbar und auch spürbar. Mir war ständig kalt, vor allem in Händen und Beinen. Mein Körper ist nach wie vor damit beschäftigt, sämtliche Gifte aus meinem Körper herauszubringen. Damit Rohkost nicht in eine Sackgasse führt, muss man einige wichtige Punkte beachten. Dies, und dass Rohkost wirklich Spaß machen und gut schmecken kann, hat uns Urs Hochstrasser in diesem Seminar eindrucksvoll vermittelt.

Seit einem halben Jahr begann ich wieder vermehrt Sport zu betreiben und lief täglich zwischen 10 und 13 Kilometer. Ich wurde immer schneller und ausdauernder und ließ relativ rasch wirklich gute Läufer hinter mir. Die Rohkost gab so richtig Power!!!

Mit Fortdauer der Rohkost veränderte sich mein ganzes Gedankengut. Ich war regelrecht euphorisch und wollte die ganze Welt bekehren. Sinnlos wie sich später leider herausstellte.

Die Leute gelangen meistens erst dann zur Rohkost, wenn die Schulmedizin den jeweiligen Patienten „austherapiert“ hat, dem Menschen also aus schultechnischer Sicht nicht mehr zu helfen ist. Oftmals wird es aber dann selbst für die Rohkost schwer, eine Heilung zu bringen.

Ich war eingeschworen auf die natürlichste Ernährung, die der Mensch nur bekommen kann. Die Diagnose der Schulmedizin wurde zunehmend unwichtiger.

Nach einer Zeit stellte sich heraus, dass die Entzündungen im Rücken und die Sensibilitätsstörungen auf eine tierische Eiweißvergiftung zurückzuführen waren. Einige Alternativmediziner bestätigten zudem, dass ich keinesfalls an MS leide.

Aber das ist auch völlig egal. Es ist bedeutungslos, an was man leidet. Wenn man den richtigen Weg einschlägt, hat der Körper die Möglichkeit, sich selber wieder ins Gleichgewicht zu bringen. Das ist auch ganz natürlich. Lässt man sämtliche Störfaktoren beiseite, dann beginnt der Körper mit der Aufräumarbeit und die Funktionen des Körpers normalisieren sich wieder.

Eine Menge Erfahrungsberichte aus der Rohkost berichten über Heilerfolge bei den schwersten Krankheiten. Der Körper des Menschen hat unglaubliche Selbstheilungskräfte. Man muss dem Körper

nur die Chance zur Selbstheilung geben.

Mein Zustand körperlicher, seelischer und psychischer Natur verbesserte sich zunehmend. Essen wurde immer unwichtiger für mich. Schließlich verbringt man nur einen Bruchteil des Tages mit Essen; warum richtet dann der Großteil der Menschen sein Leben ganz nach dem Essen aus, fragte ich mich. Aufgrund der Rohkost ist man häufig mit schwierigen Situationen beschäftigt. Zum einen ist es sehr schwer innerhalb der Familie Akzeptanz für die nunmehrige Lebensweise zu bekommen, zum anderen ist man ständig mit den weltlichen Genüssen des Lebens umgeben. Die üblichen Gewohnheiten, wie beispielsweise mit Freunden essen gehen erübrigen sich, wenn man nicht manchmal Essenskompromisse eingehen möchte.

Ich habe folgende Erfahrung für mich gemacht: Je mehr ich lese und mich mit einer natürlichen Lebensweise beschäftige, desto leichter fällt mir die totale Rohkost und der völlige Verzicht auf alles andere, was mein Körper zuvor kannte. Dies bedingt aber auch, dass ich mich in einer gewissen Art und Weise aus dem normalen Gesellschaftsleben zurückziehe.

Mitunter kann es ebenfalls sehr schwierig sein, wenn innerhalb der Familie auch gekochte Sachen auf den Tisch kommen. Zwar essen meine Frau und mein Sohn einen sehr hohen Rohkostanteil, aber ein gekochtes Vollwertgericht steht dennoch meist auf dem Mittags- und Abendtisch. Und da fällt es mitunter nicht immer ganz leicht die Gabel im eigenen Teller zu lassen.

Auch wenn ich manchmal den 100%igen Rohkostweg verlasse und gelegentlich mal gekochten Vollkornreis oder Kartoffeln esse, so steht die Rohkost bei mir absolut im Vordergrund. Mein Körper hat ein regelrechtes Verlangen nach der Rohkost entwickelt. Rohköstliche Tomatensuppe, Salate und Rohkost-Mayonnaise sowie die verschiedensten Obstcremen sind in meinem Leben nicht mehr wegzudenken.

Allein die Frühstücks-Mandel-Bananenmilch oder eine Bananen-Apfelcreme am Morgen geben richtig Power und Schwung für den Tagesbeginn. Mit der Rohkost lassen sich die tollsten Sachen auf den Tisch zaubern. In den Rohkostseminaren sieht und lernt man natürlich auch die Zubereitung. Die Erfahrung zuhause zeigt allerdings oftmals, dass sich die Zubereitung meist auf einfachere Sachen beschränkt.

Zusammenfassend muss ich sagen, dass die Rohkost mein Leben total verändert hat. Nicht zuletzt durch den Fingerzeig Gottes, dass mit meiner damaligen Lebensweise etwas nicht stimmte, glaube ich nun auf dem richtigen Weg zu sein, um gesund zu bleiben und alt zu werden.

Aber ich weiß auch, dass nicht nur die Ernährung darüber entscheidet, ob man gesund oder krank ist. Die zunehmende Vergewaltigung unserer Mutter Erde bereitet mir mitunter große Sorgen. Ich bin mir sicher, dass der Mensch nicht auf der Welt ist, um Macht und Reichtum zu erlangen. Unsere Aufgabe auf dieser Welt ist eine andere. Diese Aufgabe zu erkennen und auch zu bewerkstelligen, ist aber in der jetzigen Zeit sehr schwierig.

Mein abschließender Rat an alle die gesund bleiben oder werden möchten. Steigern Sie den Anteil ihrer rohköstlichen Ernährung kontinuierlich. Machen Sie Ihre eigenen Erfahrungen mit der Rohkost und nützen Sie Schwächephasen innerhalb der Rohkost dazu, um wieder erstartet an die Sache heranzugehen.

Ich gebe zu, dass es oftmals nicht einfach ist diesen Lebensweg einzuschlagen, aber Ihre Gesundheit sollte es Ihnen wert sein. Nehmen Sie die Ratschläge der verschiedensten Vertreter der Rohkost auf, machen Sie aber keine Religion daraus. Hören Sie auf Ihren Körper und finden Sie innerhalb der Rohkost Ihren eigenen Weg heraus.