

DIE EUKAPS - KUR



KRÄUTERKRAFT FÜR LEIB UND SEELE

- ✓ Gesundheitsvorsorge, Regeneration, Umstellungen
- ✓ Entschlackung und Entsäuerung des Organismus
- ✓ für die Schönheit und ein reines Gefühl von innen
- ✓ für neue Vitalität und all Ihre Aufbauprozesse

Darmpflege in Kapselform



A nleitung zur E UKAPS Darmpflege-Kur



Die Komponenten der EUKAPS Kur

Für ein effektives Darmsanierungsprogramm könnten die Kräuter mit den aggressivsten Reinigungswirkungen ausgewählt werden. Die sogenannte synergistische Gesamtwirkung einer Kräutermischung kann dasselbe Resultat mit sanften Mitteln erreichen.

Die umfangreiche Auswahl an Heilpflanzen bietet eine Vielzahl an Kombinationsmöglichkeiten und die Kunst ist wohl, das gewünschte Resultat auf sanftem Wege zu erreichen.

Drei Kräutermischungen bilden dieses Darmpflege-Programm.

Sie sind aus schonend getrockneten Kräutern, mit ausgesuchten ganzen Pflanzenteilen hergestellt und von bester Güte, rückstandskontrolliert, aus biologischem Anbau oder Wildsammlung:

- Die EUKAPS
- Die Kräutertabletten
- Die FLORAwell - Aufbaunahrung, als Nahrungsergänzung nach ca. 7 Wochen für den Aufbau von Leib und Darmflora.

Die EUKAPS und die Kräutertabletten

Das sind die Reinigungskomponenten der Kur und können nach Ihren individuellen Bedürfnissen gemäß der Anwendungstabelle individuell über einen Zeitraum von ca. 7 Wochen oder länger eingenommen werden. Sie lösen auch bereits verhärtete Krusten an, bewirken mehr Masse durch Aufquellen des harten Materials und machen die "Altlasten" somit für das Selbstreinigungssystem des Darmes transportabel.



Trinkwasser

Trinken Sie pro Kapsel 100 ml vitales Wasser.

Wenn kein natürliches Quellwasser (Lauretana, Plöse o.ä.) vorhanden ist, können Sie sich das Leitungswasser (als langfristig relativ kostengünstige Lösung) mit einem Destilliergerät unter nachträglicher Zugabe von z.B. flüssigem Sauerstoff (Aerobic Oxygen) aufbereiten. Auch der Vortex Power Spring, direkt am Wasserhahn angeschraubt, ermöglicht vitalisiertes Wasser für den unmittelbaren Bedarf.



Die Komponenten der EUKAPS Kur

FLORAwell Aufbaunahrung

Das FLORAwell sorgt für eine Harmonisierung der Darmflora, indem verschiedene Enzyme, Vitamine, Mineralien und Laktobakterienstämme für eine etwaige gleichzeitige (Frisch-) Kostumstellung zugeführt werden.



Gleichzeitig wird den freundlichen Helferbakterien der Darmflora, der möglichst günstigste Nährboden bereitet, um sich in den Darmwänden anzusiedeln. In der Regel wird die FLORAwell-Aufbaunahrung nach der Reinigungsphase mit EUKAPS und Kräutertabletten eingesetzt.

Trockenbürsten



Als ergänzende Maßnahme wird eine tägliche zwei- bis dreiminütige Bürstenmassage zur Lymphdrainage empfohlen. Dadurch werden die in den Kräutermischungen enthaltenen lymphreinigenden Wirkstoffe am besten unterstützt. Sie begünstigen die Ablösung von Schlacken an den Lymphgefäßwänden.

Dies ist deshalb wichtig, weil das Lymphsystem und die sog. lymphatischen Erkrankungen in enger Beziehung zur Intestinalflora durch Blockierung des Darmwandlymphatics stehen. Das Darmpflege-Programm geht somit über eine bloße Darmreinigung hinaus.

Anwendungstabelle

Die Tabelle am Schluss dieser Anleitung gibt eine bewährte Orientierung. Es ist dies ein durchschnittlicher Erfahrungswert für eine erfolgreiche und verträgliche Durchführung der EUKAPS Darmkur.

Der Dreitagestest am Anfang zeigt dabei, wie lange der Anwendungszeitraum sein wird, wie schnell das Programm also durchgeführt werden könnte. Das Wichtigste ist, dass jeder auf seine Körpersignale hören lernt. Passt viel auf einer Dosierungsebene, so muss dann die Menge zunächst auch nicht gesteigert werden.

Die Stufe F hat keine zeitliche Beschränkung. Sie können so lange auf Ebene F verweilen, bis durch die EUKAPS Darmkur, für Ihr Empfinden, ausreichend altes Material hinausbefördert wurde. Wenn Sie sich genau an der Tabelle orientieren, dürfte Ihr Minimum auf Stufe F bei acht Tagen liegen. Wenn Sie das Gefühl haben, die erfolgreiche Reinigungsphase noch nicht beenden zu wollen, können Sie die Kur auch verlängern.

Zur praktischen Durchführung

Aufbauphase

Nach Anwendung von EUKAPS und Kräutertabletten über ca. 7 Wochen können Sie jeweils ein bis zwei gehäufte Teelöffel FLORAwell Aufbaunahrung ein bis dreimal pro Tag etwa 20-30 Minuten vor oder nach den Mahlzeiten verzehren, um die Vermehrung der Laktobakterienpopulation zu optimieren.

Rühren Sie das Pulver in etwas Apfelsaft oder Wasser. Die Menge an Flüssigkeit kann jetzt geringer sein als bei den EUKAPS Kapseln und Kräutertabletten.

Sie können die FLORAwell-Aufbaunahrung eventuell schon während der Ausscheidungsphase den EUKAPS hinzufügen. Dies ist aber nicht üblich, da es die Wirkungen der Kräutermixturen verstärkt. Bei den meisten jedoch passiert bereits genug.

Andererseits ist für robuste und behäbigere Reaktionslagen und solche, die "gut im Nehmen" sind, ein Hinzufügen zu den EUKAPS das erwünschte "Gaspedal", um den Fortschritt zu beschleunigen. Sensiblen Naturen kann es, wie gesagt, schon zu viel der Kräuterkraft werden.

Einnahmeempfehlungen

1. Die Kapseln enthalten Quellmittel und benötigen pro 4 Stück mindestens zwei Glas Flüssigkeit zum Aufquellen, also 0,4 bis 0,5 Liter. Durch das Aufquellen des Pulvers im Darm können festklebende Rückstände an den Darmwänden angelöst und gebunden werden. Die Kräutertabletten sorgen für die Ablösung der angeweichten Schlackenteile.
2. Sie können die vorgegebene Anzahl an Kapseln und Tabletten zusammen einnehmen. Schnelltrinker nehmen die Tabletten am Ende ein. Oder wenn Sie eher Mühe mit dem Schlucken haben, auch gerne die Tabletten einige Minuten später einnehmen. Sie geben dem Quellstoff in den Kapseln dadurch mehr Zeit zum Aufquellen.
3. Als Flüssigkeit eignet sich am besten biologischer Apfelsaft oder Wasser ohne Kohlensäure (z. B. Laurentana, Plose, destilliert im Destillierapparat oder durch Umkehrosmose). Sie können auch Kirschsäfte oder Gemüsesäfte verdünnt oder pur verwenden. Nicht empfohlen ist es, die Kräuter mit Zitrusfrüchten (Orangen-, Grapefruitsäfte) anzurühren.

Einnahmeempfehlungen

4. Nicht alle Lebensmittel passen zueinander, deshalb sollte vorsichtshalber die Einnahme ca. 20 bis 30 Min. vor den Mahlzeiten erfolgen oder ca. zwei bis drei Stunden danach. Optimal ist nüchtern vor dem Essen, dann kommen die Kräuter am besten zur Wirkung. Für Trennköstler: Die Mischungen sind in Bezug auf Säure-Basenanteile neutral.
5. Grundsätzlich gilt: Immer mit Einfühlungsvermögen an das "Eingemachte" herangehen, nichts erzwingen wollen und dem Organismus bei seinen Hochleistungen bezüglich Reinigung und Entgiftung auch ausreichend Pausen und Schlaf für die Regeneration und den Zellaufbau (Schönheitsschlaf) gönnen.
6. Häufig wird die Frage nach der Ernährung gestellt. Die Kräuterkur zur Darmreinigung wird begünstigt durch leichte Kost. Wir empfehlen eine Orientierung am Buch „Darmreinigung mit Kräuterkraft“. Ein großes Literaturverzeichnis finden Sie auch dort.

Mögliche Veränderungen im Stuhl

Oft, schon bald nach Beginn der Kur, können z. B. verschiedene Farben und Konsistenzen des Stuhls unterschieden werden: Hellbraun und locker für gesunden Stuhl, dunkelbraun und deutlich geformt für obstipierende Zustände, sowie dunkle kautschukartige Schlacken (evt. wie „Gummihülsen“) für alte „Sünden“.

Auf den Anfangsstufen mag bei manchen noch wenig passieren, um dann auf höheren Ebenen die Häufigkeit und Menge des Stuhls zunehmen zu lassen. Bei anderen passiert schon anfangs viel oder es finden Ausscheidungen in Intervallen statt.

Da es sich um kein Medikament handelt, kann eine Wirkung nicht definitiv vorausgesagt werden. Bleiben Sie darum auf der Stufe, wo viel passiert, bis die ggf. sonderlichen Formen an Ausscheidungen wieder nachlassen. Dann erst die Dosierung weiter steigern.

Bitte begreifen Sie das Darmpflege-Programm wie auch das klassische Heilfasten als „Loslass-Prozess“. Sie können Ihren Darm gerade bei natürlichen Prozessen zu nichts zwingen, wie dies bei einem Medikament oder Abführmittel nach „Holzhammermethode“ gemacht wird.

Einnahmeempfehlungen

Während der ersten Wochen könnte folgendes zu beobachten sein:

- Häufigkeit und Menge der Ausscheidungen können zunehmen.
- Auffälliger Geruch, wenn der Darm z.B. gärendes Material ausscheidet.
- Festgeformter Stuhl bekommt eine lockere Konsistenz.
- Der Stuhl fällt gleichsam locker aus dem Darm.
- Der Stuhl verliert zunehmend an Klebrigkeit.
- Im Stuhl gibt es ab und an glasige Schleimbeimengungen der Lymphe.
- Stuhldrang nach jeder Mahlzeit (wäre optimal und sollte nachgegeben werden).

Nachdem die Reinigungstabletten einige Zeit genommen wurden, dürfte der Stuhl zunehmend dunklere Schichten und Farben aufweisen, die gegebenenfalls Parasiten enthalten.

Beendigung des Darnpflege-Programms

Wenn der Verdauungstrakt völlig gereinigt ist, werden keine dunkleren Farben mehr zu beobachten sein. Der Stuhl sollte dann weich, locker und nicht zusammengepresst sein. Der heute übliche verdichtete Stuhl ist ein Zeichen von zivilisationsbedingter relativer Obstipation.

Überprüfen und spüren Sie anhand der Menge, Farbe und Häufigkeit des Stuhlgangs, ob der durchschnittliche Anwendungszeitraum von zwei bis drei Monaten ausreichend war.

Diese Reinigung von den „Altlasten“ kann durchaus einen längeren Zeitraum beanspruchen oder zur gegebenen Zeit Entlastungstage in Form einer Frischkostdiät u. ä. unterstützend erforderlich machen. Diät und Rohkost (-tage) können die Reinigung verstärken.

Je nach Alter, Konstitution, Ernährungs- und Lebensweise, sowie dem „Sündenregister“, ist der Grad der Verschlackung unterschiedlich.

In der Regel bekommen Sie nach mehreren Wochen der Reinigung ein immer deutlicheres Gefühl dafür, ob sie von der Reinigung profitieren oder auch, wann es für dieses Mal genug mit den Kräutern ist.

Die Bürstenmassage als gleichzeitige Lymphdrainage

Darmflora und Lymphsystem stehen in auffällig enger Wechselbeziehung. Die sogenannten lymphatischen Erkrankungen (Allergien, Mittelohr-, Mandel-, Blinddarm-, Zahn- und Nebenhöhlenentzündungen, chronische Bronchitis, zu deutsch "Darmhusten", Morbus Hodgkin) stehen in enger Beziehung zur Darmflora durch Blockierung des Darmwandlymphatics.

Ein intakter Darmtrakt reinigt das Lymphsystem, indem das Schlackenmaterial in der Lymphe durch die Dickdarmwände in das Darminnere abgegeben wird. Dies geschieht durch eine Umkehrfließrichtung des Lymphstroms.

Im Fieber wird dieser Effekt vom Körper genutzt, indem die Temperaturerhöhung für die Verdünnflüssigung des Lymphschleims sorgt.

Wir machen uns diesen Trick der Natur für die EUKAPS-Kur zunutze, indem wir diese Verdünnflüssigung durch Kräuterkraft hervorrufen. Um Ablagerungen an den Lymphbahnen zu lösen, braucht es nur noch eine gleichzeitige, einfache Lymphdrainage in Form der Bürstenmassage entlang den Lymphgefäßen (gehen im Wesentlichen mit den Blutgefäßen einher). Denn die Loslösung von festklebenden Plaques an den Lymphbahnen würde mit Kräutern doppelt so lange dauern.

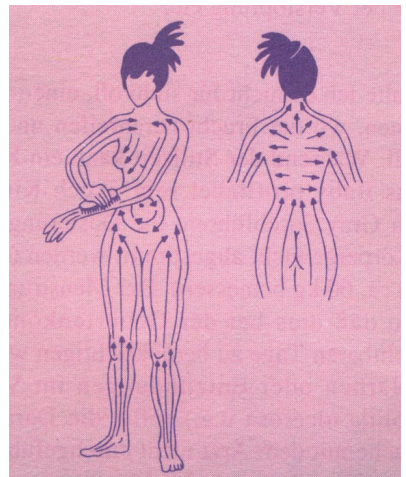
Für die Bürstenmassage sollte Ihr Körper trocken sein. Halten Sie auch die Bürste trocken, also nicht zum Baden benutzen. Sie bewegen die Bürste mit sanftem Druck und mit einer „wischenden“ Bewegung über die gesamte Hautoberfläche, mit Ausnahme des Gesichts.

Beginnen Sie am Hals und den Extremitäten, immer in Richtung Unterleib.

Wiederholen Sie keine Bewegung, vermeiden Sie Hin- und Herbürsten, Kreisen, „Schrubben“ oder irgendwelche Massagetriche.

Das Bürsten dauert so zwei bis drei Minuten und wirkt sehr belebend.

Nach dem Anwendungszeitraum der Kräuterkur reicht es, die Bürstenmassage bei Bedarf noch ein bis zweimal wöchentlich fortzusetzen.



Reinigungsreaktionen und Gegenanzeigen



Wir selbst
müssen die
Veränderung sein,
die wir in der Welt
sehen wollen.

Mahatma Gandhi

Reaktionen:

Grundsätzlich müssen Reinigungsreaktionen nicht als gegebene Unabänderlichkeit hingenommen und können über die Dosierung gesteuert werden. Energielosigkeit und Müdigkeit bedeuten oft eine tiefe Phase der Reinigung bis in die Zellstrukturen hinein. Andere könnten „Bäume ausreißen“ (diese sollten sich allerdings mäßigen).

Denn Ruhen und ausgiebig schlafen ist Teil der Einkehr. Bei Unverträglichkeiten aufgrund von momentanem Stress, wegen unpassenden Nahrungs- und Genussmitteln oder durch Arzneimitteldosen, sollten Sie einfach eine Dosierungsstufe zurückgehen und ihrem Körper die Zeit geben, die er mit der ihm momentan zur Verfügung stehenden Energie braucht.

Kontraindikationen:

- Bei Schwangeren ist es nicht sinnvoll, einen Loslass-Prozess in einer Zeit zu beginnen, wo die Frucht heranreifen und von der Mutter gehalten werden will. Zumindest mit dem fünften Monat sollte eine Reinigungszeit über den Darm abgeschlossen sein.
- Während der Stillzeit kann ein Reinigungsprozess jedoch auch für das Baby profitabel sein.
- Der Menstruationszyklus kann evt. schwanken, so daß dies bei der Geburtenkontrolle durch die Berechnung der fruchtbaren Tage zu berücksichtigen wäre.
- Bei frischen OP-Narben oder akuten Entzündungen im Verdauungstrakt (Morbus Crohn, Colitis ulcerosa u.ä., sowie empfangenen Organspenden) sollte das Darmpflege-Programm ohne Rücksprache mit dem Therapeuten nicht durchgeführt werden.
- Selbstverständlich ersetzt auch die EUKAPS-Kur keinen Arzt oder Heilpraktiker!

Die Zutaten



EUKAPS

Psylliumschalen, Löwenzahnwurzel, Salbeiblätter, Fenchelsamen süß, Yucca schidigera*, Nelken, Dolomit* (Magnesiumcarbonat, Kalziumcarbonat), Hydroxypropylmethyl-Zellulose (vegetarische Kapsel).

Kräutertabletten

Inulin (Zichorien), Maisstärke, Rosmarin*, Vogelmilch*, Spitzwegerich Kraut, Nelkenblüten*, Irländisch Moos*, Himbeerblätter, Gewürzkräuter-mischung, Trennmittel: Magnesiumsalze von Speisefettsäuren (pflanzlich), Acerola-Fruchtpulver, Myrrhe Harz*, Cayenne*, Ingwer*.

FLORAwell-Aufbaunahrung

Ananas Fruchtpulver, Süßholzwurzel, Topinambur, Fenchelsamen, Salbeiblätter, Löwenzahnwurzel, Bockshornklee-samen, Spirulina, Ingwerwurzel geschält, Gerstengras, Chlorella, Zitronenschalen, Kelp*, Laminaria*, Yucca schidigera*, Probiotische Darmbakterien: 2 Stämme des Bifidobacterium lactis, Enterococcus faecium, Lactobacillus acidophilus, Lactobacillus paracasei, Lactobacillus plantarum, Lactobacillus salivarius, Lactococcus lactis.

*Die Zutaten stammen aus kontrolliertem Anbau und aus Wildsammlung.

Die EUKAPS Kur

Anwendungsplan

Die Tabelle soll lediglich ein Vorschlag und Anhaltspunkt zur Orientierung darstellen, es ist dies ein durchschnittlicher Erfahrungswert für eine erfolgreiche und verträgliche Durchführung der EUROPA-Kur.

Dosierungsebenen	Quellmittel (Kapseln)	Kräutertabl.	FLORAwell	Datum an dem die Dosierungsebene begonnen wurde. Für Ihre persönliche Kontrolle.	Bürstenmassage
A bis F mit Mindesttagen (bitte immer nach dem Körpergefühl handeln ...)	Optimal ½ Std. vor dem Essen mit 2 Glas Flüssigkeit einnehmen	mit den Kapseln gemeinsam nehmen	in etwas Saft oder Wasser anrühren, nach Abschluß der Reinigung		täglich morgens 2-4 Min. nach Anleitung, ggf. auch abends wiederholen
A 2 Tage	4 Kps (+ ½ l Wasser) 2 x tgl.				*
B 3 Tage	4 Kps (+ ½ l Wasser) 2 x tgl.	1 Tabl. 2 x tgl.			*
C 10 Tage	4 Kps (+ ½ l Wasser) 2 x tgl.	2 Tabl. 2 x tgl.			*
D 10 Tage	4 Kps (+ ½ l Wasser) 3 x tgl.	3 Tabl. 3 x tgl.			*
E 10 Tage	4 Kps (+ ½ l Wasser) 3 x tgl.	4 Tabl. 3 x tgl.			
F Ohne zeitliche Begrenzung, (reicht weitere 15 Tage)	4 Kps (+ ½ l Wasser) 4 x tgl.	4 Tabl. 4 x tgl.	Beginn mit FLORAwell		Zur besseren Hautdurchblutung
G ggf. einwöchige Kur-Verlängerung	4 Kps (+ ½ l Wasser) 4 x tgl.	6 Tabl. 4 x tgl.	1-2 TL, 1-3 x täglich zum Essen oder zwischendurch		

Diese Anwendungsbroschüre ist ein Extradruck (Auszug) aus der 16. stark erweiterten Auflage (2004) des Buches „Darmreinigung mit Kräuterkraft“



Copyright© 1999 by Heilpraktiker Wolfgang H. Müller
Institut für Gesundheitsfragen

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Autors unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Januar 2018

Irrtümer, Änderungen und Druckfehler vorbehalten.

Bildnachweis: www.fotolia.com, Gesundheits-Mittel