

**CNM massage**

Vi vet att det finns andra  
massagemetoder ....  
men förstår inte varför!

[www.cnmmassage.se](http://www.cnmmassage.se)

## Nyhetsbrev 6 26

### Den undermedvetna styrningen

*Fides est bona, sed custodia est melior* –  
"Förtroende är bra, men kontroll är bättre"

Vi kanske tror att vi kan styra det mesta – men ack vad vi bedrar oss! När det gäller den mänskliga kroppen och de skeenden som händer inom densamma, är vi nollställda trots all vår kunskap. Det är faktiskt på det viset att vi inget kan göra med vår vilja, intelligens eller kunskap, för att styra kroppen. Den kroppsliga intelligensen har dock insikt i alla tänkbara skeenden och tack vare att dessa aldrig varit medvetna, kan man inte uttrycka detta i ord och meningar. Men kroppsmedvetandet fungerar. Så det är bara att inse våra begränsningar!

På något sätt kan det undermedvetna tillgodogöra sig urgamla upplagringar av händelser, för att skydda oss mot fara. Förvisso sker detta med inblandningen av just nu upplevda sinnesintryck och vår egen erfarenhet. Helt omedvetet skapas bilder som ska styra vårt handlande – oftast till kroppens bästa! Detta fantastiska nätverk kan hantera omkring 11 200 000 impulser per sekund, en ofattbar mängd information. Som skillnad för medveten informationshantering, kan anges att systemet, det medvetna, kan hantera omkring 20 – 60 bytes per sekund. Vi skulle inte ens kunna lyfta en kaffekopp utan att spilla eller bränna oss på läpparna.

### Styrningen sköts av automatiken i systemet

Vi tycks därför vara i händerna på automatiken i kroppen. Så länge den fungerar klanderfritt, utan störningar, har vi mestadels en god hälsa. Ohälsa uppstår när vi medvetet eller omedvetet saboterar kroppens urgamla strävan efter en god balans. Vi ställer kroppen inför problem den aldrig varit med om att hantera. Det har helt enkelt gått för fort, systemen har inte hunnit anpassas till de nya förutsättningarna. Reaktionen (symtomsättningen) blir irrationella och förvillande, på grund av kroppssystemens tolkning av verkligheten. Tolkningen leder till idiopatiska, kroniska, autoimmuna och iatrogena sjukdomar man inte kan förstå.

Tittar vi på ämnesomsättningens förutsättningar, kan vi se att absolut inget styrs med viljan. Kroppen reagerar på tillförda ämnen efter urgammal instruktion, vilket kan uppfattas frustrerande. För att vi inte kan förstå. Tillförs substanser som

**[www.cnmmassage.se](http://www.cnmmassage.se) Hans Kürzl [cnmmassage@gmail.com](mailto:cnmmassage@gmail.com)  
+46704619036**

**CNM massage**

Vi vet att det finns andra  
massagemetoder ....  
men förstår inte varför!

[www.cnmmassage.se](http://www.cnmmassage.se)

kroppen inte tål, utlöses kräkreflexen. En grundläggande försäkring att inget otillbörligt ska passera in till kroppen. En skyddsreflex! Men vad händer med substanser som tillförs i låga mängder under lång tid? Dessa substanser lagras upp i olika vävnader beroende på sina egenskaper. Därifrån kan de upprätthålla förgiftningstendenser över lång tid och underhålla så kallade kliniska inflammationer.

### **Vad är då en inflammation?**

Kroppen kan inta två diametralt motsatta tillstånd – stressfasen föregår alltid läkefasen. Skadefasen (läs stressfasen) avlöses av avslappningsfasen (läkefasen). De kan inte pågå samtidigt. Om skadefasen kännetecknas av kallt, blekt och stelt, känner inget, är inte hungrig, tär på sina kroppsreserver – en utpräglad överlevnadsfas – är det precis tvärtom i läkefasen. Man är varm, röd, svullen och öm, jättehungrig, utsöndrar mycket och känner av alla de problem som stressfasen har genererat.

### **Det är i läkefasen man känner sig ”sjuk” och uppsöker vårdcentralen.**

Betraktar vi kliniska inflammationer som pågående läkeprocesser som aldrig får läka ut, kan vi kanske börja förstå. Troligtvis orsakade av ständigt giftläckage i vävnader som håller inflammationens låga brinnande utan att någonsin läka ut. Tänk nu hur tarmepitel kan ha det i sin verklighet! För att epitelcellerna överhuvud taget ska kunna fungera, behöver de bytas ut vart tredje dygn. Tillräckligt med bytursyra (en smörsyra som tillverkas av bakterier) är en förutsättning för den ekvationen.

För att ge en tydligare beskrivning av tarmepitelets miljö, kan anföras att det måste reagera på all den skit du stoppar i dig! Det har byggt upp en viss tolerans mot de i ekomiljön förekommande substanserna man använder som föda. Därför är närodslad mat att föredra, då epitelet inte behöver organisera hela sin motståndskraft vid varje enskilt tillfälle. Annat är när du reser bort. Då utsätts tarmepitelet för en rad prövningar det inte känner igen. Konsekvenserna är oftast olika starka reaktioner från mag/tarmkanalen på ämnen som inte känns igen.

### **Nåväl, tarmepitelet reagerar på allt du stoppar i dig!**

Det må vara ett okänt livsmedel, okända tillsatser, innehåll av antinutrientier eller rentav okända substanser som uppfattas som gifter. Men det kan också vara ett

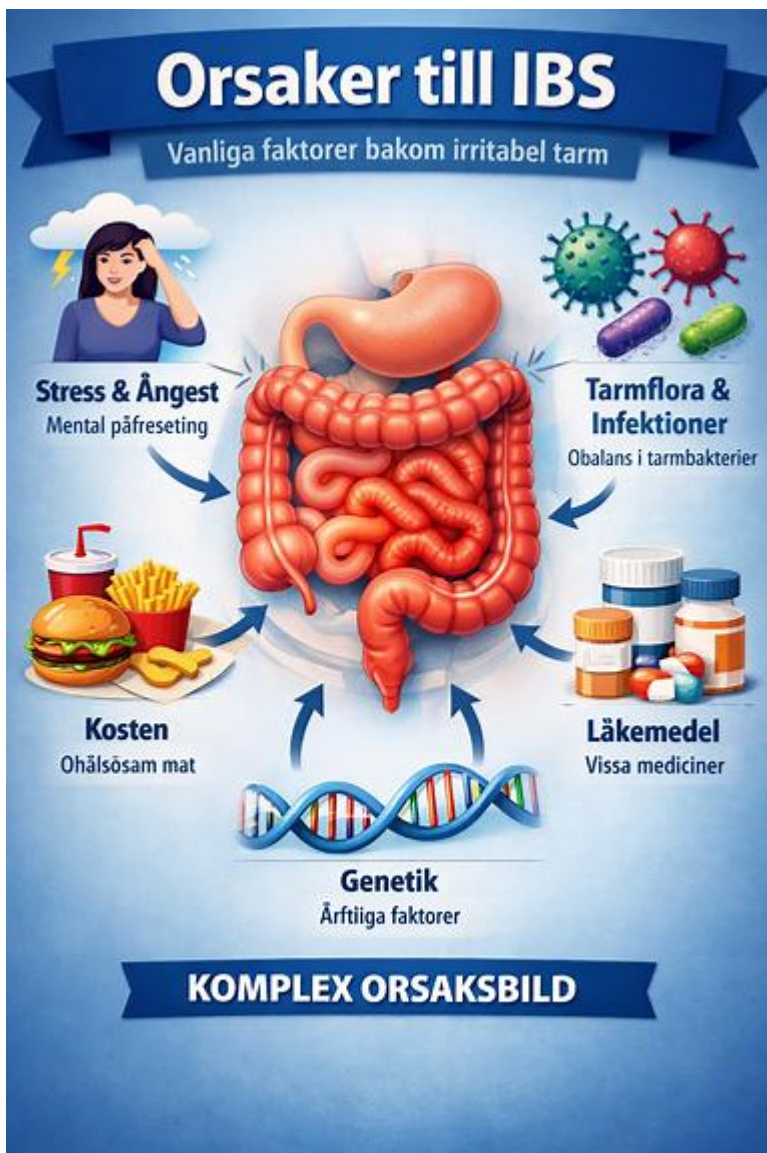
**[www.cnmmassage.se](http://www.cnmmassage.se) Hans Kürzl [cnmmassage@gmail.com](mailto:cnmmassage@gmail.com)  
+46704619036**

**CNM massage**

Vi vet att det finns andra  
massagemetoder ....  
men förstår inte varför!

[www.cnmmassage.se](http://www.cnmmassage.se)

denaturerat livsmedel som på grund av sin kemiska struktur får epitelcellerna att reagera. Oavsett vad som trigger en stark reaktion, blir det immunförsvarets uppgift att besluta om åtgärd. Som bekant finns organismens immunförsvaret till ca 80 % i tarmen. Vi har utbildat celler mot påverkan av främmande ämnen. Och inflammatoriska processer tar sin början.



### Kan det vara en början av oförklarliga tarmsjukdomar?

Av idiopatiska anledningar uppstår ständiga inflammationer i tarmen som kan sammanfattas i termer av mentala påfrestringar, kostrelaterade problem, genetiska förutsättningar, tarmflora och läkemedel. Där har vi i alla fall en flora av gissningar "varför". Många individer har detta problem utan att förstå det eller blivit diagnostiserade. Genetiken är svårbemästrad, likaså individens livsstil och kostvanor som i sin tur är orsaken till tarmbiometens variationer. Vi har utarbetat behandlingsmetoder för stress (utdragen) men förlitar oss mestadels på läkemedel för enkelhetens skull. Tittar vi på alla angivna orsaker samtidigt och utan allopatiska glasögon, kan vi se att vi orsakar alla själva utan undantag. Till och med genetiken förändras inte utan anledning – det är "stimuli"

som åstadkommer förändringar och det är alltid gifter.

**CNM massage**

Vi vet att det finns andra  
massagemetoder ....  
men förstår inte varför!

[www.cnmmassage.se](http://www.cnmmassage.se)

### **Varför är det så svårt att förstå?**

Det är det i grund och botten inte! När studier kör fast i sitt slutbetänkande, får vi alltid läsa i slutkommentaren att studien har varit för liten eller av dåligt upplägg, varför fler studier behövs. Problemet tycks vara att kroppen inte gör som man har förväntat sig. Den svarar på ett oförväntat sätt och kullkastar hela det förväntade utfallet av studien. Så allting får göras om och resultatet av den genomförda studien försvinner i sina egna slutsatser. Och det är charmen med sanningen – den är föränderlig!

Per definition är vetenskap ” **En metodisk och organiserad process för att undersöka, förstå och förklara fenomen i naturen, samhället och människan**”. Forskning definieras däremot ” **som en planerad, kritiskt granskad och dokumenterad process för att undersöka frågor med hjälp av vetenskapliga metoder**. För egen del kan jag helt acceptera vetenskapliga metoder för att kunna förstå bakomliggande orsaker. Det handlar mest om grundforskning av naturfenomen som kan upprepas minst 100 gånger med samma resultat.

Dagens forskning är mest inriktat på ett ekonomiskt utfall av forskningsresultatet och bedrivs mestadels av läkemedelsföretagen. Drivkraften är att hitta en produkt med stor ekonomisk avkastning. Därför kollar jag alltid vid presentation av nyheter – vem är uppdragsgivare, vem betalar för forskningen, vem tjänar på resultatet och vem kan parasitera på det. Det är lika spännande varje gång, när man får facit på hand.

### **Vad kan vi lära oss av detta brev?**

Om jag får välja att vårda det friska i stället för det sjuka, så väljer jag det förstnämnda. Som naturterapeut har jag lärt mig att alltid fråga efter det förgångna, för att förstå det nutida. Med förståelse för hur kroppen hanterar utifrån kommande påfrestningar, kan man sluta sig till hur individens kropp försökt kompensera de påfrestningar som lett till besvärande symtom. Mentala upplevelser och individens reaktioner på detta, har oftast en avgörande betydelse.

### **Du blir vad du tänker!**

[www.cnmmassage.se](http://www.cnmmassage.se) Hans Kürzl [cnmmassage@gmail.com](mailto:cnmmassage@gmail.com)  
**+46704619036**