

# UDE AF KROP, UDE AF SIND

## - UDVIKLING GENNEM UDRENSNING

*”Helbredet skal man selv være herre over. Den, der kan helbrede sig selv, kender forvandlingens lov. Den, der kan forvandle sygdom til helbred, tristhed til glæde, en fjende til en ven, er i sandhed en fri mand”*

*George Ohsawa*

**L**ogos har prøvet den effektive ”mucoïd plaque” kur i Thailand.

Midt i mylder og magi på Kho Samui, en af Thailands mest populære turistøer på vestkysten, imellem den frodige Lamai Valley og Lamai Beach finder man den berømte Spa Samui Village. En helsebevidst persons drøm. Men man kommer ikke til Spa Samui for den sædvanlige skønhedspleje og massage, dette sted tilbyder derimod pleje af en indre art. For nylig udsendte engelsk TV en udsendelse kaldet Camp Crap, i hvilket man fulgte fire mennesker gennem en uge af Spa Samui’s udrensingsprogram. Hver enkelt blev her stillet ansigt til ansigt med deres begrænsninger, såvel fysisk som psykisk, hvilket førte både til morsomme og svære episoder. Men den fælles oplevelse for alle deltagere var, at livet efter udrensningen ville

aldrig blive det samme. En af de der deltog i programmet besluttede at tage med da hun synes hendes liv var nået til en skillevej, og at hun havde brug for at ændre sit liv. Men hun fik mere end hun havde turde håbe på, eftersom de syv dage ved Spa Samui førte hende gennem en odysse af spirituel transformation der gav hende ny energi og entusiasme.

Udrensingsprogrammet der tilbydes ved Spa Samui er fænomenalt succesfuldt. Noget der kan ses på den tætte booking, og den konstante strøm af mennesker der kommer tilbage for flere behandlinger. Nøglen til succes er et udrensingsprogram der er udviklet af den amerikanske diætist og forsker, Dr. Richard Anderson. Han har en dyb forståelse af den essentielle sammenhæng mellem fysisk helbred og mental balance, og har viet sit liv til at udvikle et optimalt udrensningssystem.

Det der adskiller hans program fra mange andre systemer, er den grundige medicinske viden i kombination med menneskelig indsigt.

Det der førte Dr. Anderson på sporet af de urteformularer han benytter til udrensningen, var en personlig, og nærmest mirakuløs, oplevelse han havde i forbindelse med et længere ophold i bjergene. Dr. Anderson gennemgik på dette tidspunkt en periode med meditation og faste i bjergene. Han spiste under dette forløb udelukkende urter fra naturen. Dette inducerede spontant et kraftig udrensningss respons i kroppen, der resulterede i udskillelsen af flere meter mucoïd plaque - en fast gummiagtig masse der sidder langs inder-siden af menneskets fordøjelseskanal. I Dr. Anderson’s bog ”Cleanse and Purify Thyself”, beskrives der kun et tilfælde hvor der ikke blev udskilt mucoïd plaque, dette var en tysk mand der havde levet hele sit liv som økologisk vegetar på en kost der hovedsagelig bestod af råkost.

Plaquet der udskilles kan variere i farve, fra ulige nuancer af grønt, til brunt eller sort. Det har en gummiagtig konsistens der kan sammenlignes med en cykelslange. Man undrer sig unægtelig hvorfor denne utiltalende substans befinder sig i vores fordøjelseskanal.

I dag er det stort set umuligt, at leve rent. Vi udsættes hele tiden for et væld af påvirkninger, fra tungmetallerne i luften til klorret i vores drikkevand. Den vigtigste årsag til dannelsen af mucoïd plaque, finder vi dog i vores kostvaner. Den vestlige diæt har bevæget sig længere og længere væk fra de naturlige økologiske fødeemner, til at indeholde en overvægt af forarbejdede fødeem-



*Solopgang på idylliske Koh Samui*