



İSHAL – Laktoz intoleransı

H.J.H.

12 Aralık 2008

“Bir daha süt yüzünden hiç ishal olmadım!”

49 yaşında evliyim ve iki yetişkin çocuğum var.

Dört hafta öncesine kadar “laktoz intoleransım” vardı. Mümkünse laktozsuz süt veya krema kullanırdım. Bazen normal veya çikolatalı süt kullanmayı denedim. Fakat sonuç hep aynıydı – 5-10 dakika içerisinde şiddetli ishal oluyordum. İçinde süt tozu bulunan sos malzemeleriyle de aynısı oluyordu. Eğer karımla beraber yemeğe dışarıya çıkacaksam, plan yaparken 10 dakikada tuvalete gitme süresini de hesaplamak zorundaydık.

Beş ay önce German New Medicine’i duymuş ve o zamandan beri de GNM’in konu hakkında elime geçen her şeyini okumuştum.

Şimdi iki ile ikiyi toplayabilirdim.

6 yaşımıdayken ilk kez ailemden ayrılmıştım. Bir hastalıktan sonra o zamanlarda yaygın bir uygulama olan “nekahet evine” gönderilmiştim. Altı yaşındaki bir çocuk için 600 km öteye sonsuzluk gibi gelen dört hafta için zoraki tren seyahatinin nasıl hissettirdiğini düşünebilirsiniz. Bana tamamen yabancı birinin eşliğinde trene bindim!

İlk iki hafta ilk kez süt içmeye *zorlandığım* için de kesinlikle cehennemdi. Mücadele ettim ve her zaman reddetmeye çalıştım ancak başaramadım.

Süt-yolu yerleşmişti

Sonra benim nekahet evine gönderileceğim haberinin *hemen* üzerine (ailemden ani ayrılığım) ineklerin her gün gözümün önümde olduğu Alplerdeki tatile gidişimizi hatırladım. “Nekahet evindeki” süt içmeye zorlanmam yalnızca süt-yolunu harekete geçirmişti. Bu anılar ortaya çıkınca, bunun “laktoz intoleransımın” sebebi olduğunu anladım.

Hemen buzdolabına gittim ve iki saniyede dolu bir bardak sütü içtim ve bekledim. Hiçbir şey olmadı! İkinci bardağı ve üçüncü bardağı da içtim ve tepki için bekledim ama hiçbir şey olmadı. Sonrasında karımla ben yüzmeye gittik ve hala bir şey olmamıştı. Fakat emin olmak istediğim için küçük bir paket çikolatalı süt almaya gittim. Eve döndüm, ertesi iki gün boyunca değişik zamanlarda – bazen akşam yemeğinden önce bazen sonrasında – iki litre süt içtim ve hala hiçbir şey olmadı. Bugüne kadar da (12.12.2008) süttten hiçbir zaman ishal olmadım!

Teşekkürler Dr. Hamer!!

İçtenlikle,

H.J.H.

GNM Açıklaması: İshal, ince bağırsakları kapsayan “hazmedilemez lokma” çatışmasının iyileşme fazında ortaya çıkar (kabızlık çatışma aktif fazına aittir). Sıkıntı aileden “ayrılmak” gibi görünse de iyileşme belirtileri (ishal) altı yaşındaki çocuğun o sırada bu çatışmayı *biyolojik olarak* “ayrılık çatışması” olarak *değil* (“ayrılık çatışmasının” iyileşme belirtileri deri döküntüsü olurdu), “hazmedilemez lokma çatışması” olarak yaşadığını göstermektedir. *Biyolojik* çatışmalar *bütün* organizmayı kapsadıkları için (zihin, beden, ilişkili organ), psikolojik sıkıntılardan ayrılırlar ve *tüm* türlere özgüdürler. Hayvanlar bu çatışmaları gerçek anlamda yaşarken, biz insanlar bunları yer değiştirmiş şekilde de algılarız; örneğimize bakarsak aileden ayrılmak biyolojik olarak “hazmedilemezdi”. Bir çatışma ancak “yol” – çatışmanın tetiklediği durumlar- artık ilgisiz hale geldiğinde tam olarak çözülür. O zaman arkadaşımız 6 yaşında ve çocuktı. Bugün 49 yaşında ve iki yetişkin çocuk babası. O zaman ona olan şey şimdi artık olamaz. Bunun farkındalığıyla uzun zaman öncesinin çatışması anlamsızlaşır. Zihin ve ilişkili organ arasındaki nedensel bağlantıyı anlamakla, 43 yıllık ishal ızdırabı şimdi buhar olmuş durumda.

Orijinal Almanca belgenin İngilizce çevirisinden çevrilmiştir

Çeviren: Nermin Uyar

Kaynak: www.LearningGNM.com