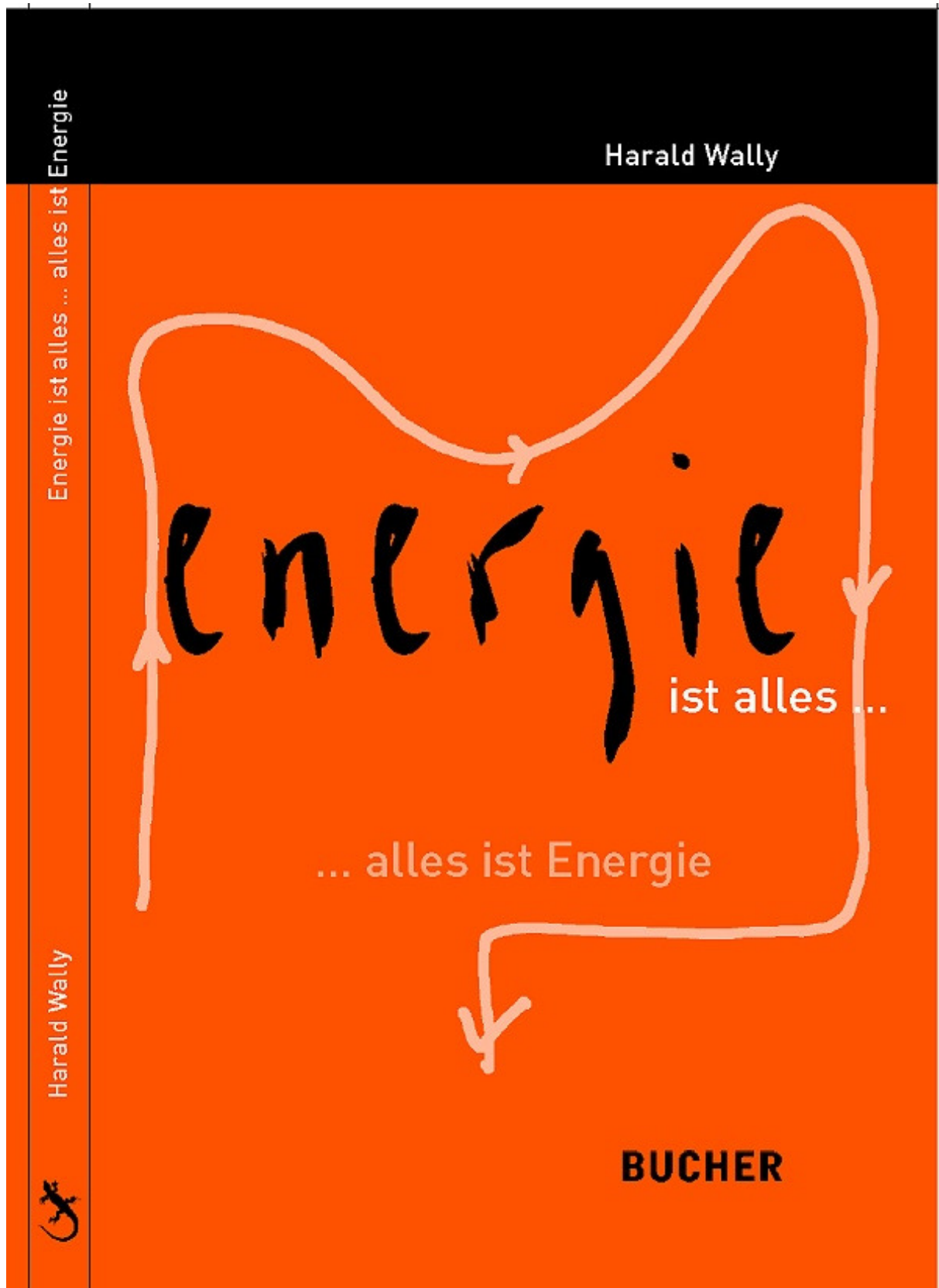


Harald Wally
Energimasseur



Energie ist alles ist Energie

Wer ist die wichtigste Person in meinem Leben?

Lies erst weiter, wenn Du diese Frage ehrlich für Dich beantwortet hast!

Du kannst dich nicht recht entscheiden? – der Partner/die Partnerin; die Kinder – und wenn - welches; Vater oder Mutter; die Nachbarin; dein Lieblingshaustier, ... oder hast du gar keine Antwort darauf?

Ich lasse auf diese Frage nur eine einzige Antwort als richtig gelten – und die lautet

ICH!

Lies jetzt einfach weiter – Erklärungen findest du im folgenden Text.

Wo bleibt nur meine Lebensenergie?

Vorerst mal ein Hilferuf!

Hallo Harald, der Grund, warum ich dir schreibe, ist folgender:

Ich leide schon seit längerer Zeit unter starken Angstzuständen, die mich den ganzen Tag über immer wieder begleiten! Ich stehe ständig unter Anspannung und kann das Leben einfach nicht mehr genießen!

Diese Angst drückt sich in Herzrasen, Tachycardie, schlechte Träume, extrem trockene Haut, Frieren, Gewichtsabnahme, Nervosität aus. Außerdem leide ich unter offenen Handflächen und Fersen.

Ich habe schon viele Arztbesuche hinter mir, und irgendwie komme ich nicht weiter. Das einzige was festgestellt wurde, eine tsh-Erniedrigung, also dieser Wert der Schilddrüsensteuerung ist zu nieder, laut Arzt keine Medikamente, sondern gelegentliche Kontrolle.

Mein letzter Ausweg war dann ein Telefonat mit einer ganz lieben Frau, die sich mit Krankheiten auseinandersetzt, die hat mir ohne das ich ihr etwas erzählt habe, gesagt, dass meine Schilddrüse total aus dem Gleichgewicht ist und dass ich mir diese Angstzustände nicht einrede, sondern dass diese Zustände einfach kommen und wieder gehen!

Harald Wally Energimasseur

Ich hatte als Kind eine schwierige Zeit und mir ist auch bewusst, dass diese Zustände, die mich begleiten, meine Aufgabe sind, zu lernen, aber ich habe leider die Kraft und den freien Kopf nicht dazu!

Meine Frage an dich, Harald ist, was könntest du mir empfehlen zu tun - wie könnte ich es wieder hinbekommen, meine Lebensfreude, Leichtigkeit und Lustigkeit wieder zu verspüren!!!!

Würde mich sehr freuen auf eine Antwort!

*liebe grüsse
e.v.*

Wer von euch hat solche Zustände nicht schon mal erlebt?

Das ist ein deutlicher Hinweis darauf, dass deine **Schilddrüse** aus der Balance ist!

Medizinisch gibt es nur drei Möglichkeiten:

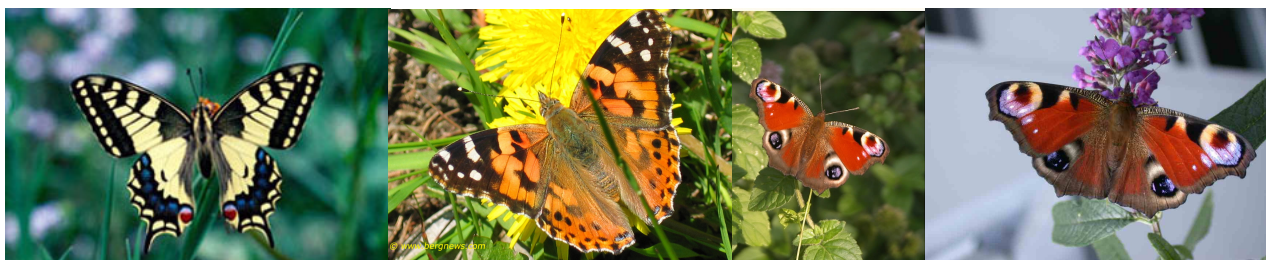
Operation - mit anschließender lebenslanger Medikation
Lebenslange Medikation
Leben verändern

Wer sich für die 3. Variante entscheidet, kann sofortige Hilfe erwarten!

Zum besseren Verständnis, was sich hier in Wirklichkeit abspielt, einige anatomische Hinweise:

Wo liegt dieses wichtige Organ überhaupt?

Welche Funktion hat die Schilddrüse?



Energie ist alles ist Energie

Harald Wally Energimasseur

Für mich hat unsere Schilddrüse die Form und Aufgaben eines Schmetterlings!
Wo lebt nun dieser liebevolle Schmetterling in unserem Körper?
Richtig vermutet! - an der Vorderseite unseres Halses, unmittelbar am oder in der Nähe des Kehlkopfes!

Eine schematische Darstellung – das ist dein Schmetterling:



Wenn dein Schmetterling in der Balance ist, kann er alle Funktionen erfüllen;
alle lebensnotwendigen Botenstoffe an die Zellen bringen!
Wenn nicht, dann kann es eben - wie in diesem Hilferuf - zu den vielfältigsten
körperlichen Erscheinungen, Veränderungen, Misständen kommen.

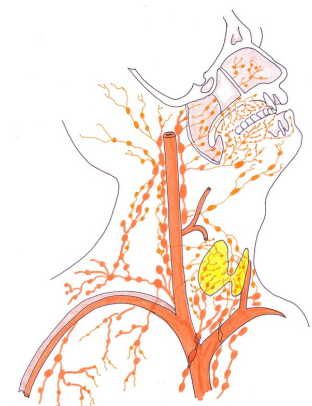
Dein Schmetterling liegt gut eingebettet tief unter dem Lymphsystem. Das
Lymphsystem wirkt wie ein Schild – im Lymphsystem liegt aber auch der Hauptgrund
für Veränderungen an der Schilddrüse!



Lymphsystem am Kopf

oberflächliche Schicht

tiefe Schicht mit der Schilddrüse



Energie ist alles ist Energie

Harald Wally Energimasseur

Aus schulmedizinischer Sicht stellt sich das „Schilddrüsen-Thema“ so dar:

mehr als 100.000 Schilddrüsenoperationen/Jahr in Deutschland
6 – 8x mehr als Europadurchschnitt; Volkskrankheit in Deutschland
bis zu 3000 Patienten pro Jahr bleiben heiser
Großteil der Operationen wäre durch Prävention und Früherkennung vermeidbar
die STRUMA (Kropf) steht an der Spitze der Schilddrüsenerkrankungen
fast jeder zweite ab 46 Jahre hat Kröpfe oder Knoten
ab 50. Lebensjahr SCREENING (durch Tastuntersuchung und TSH-Wert-Bestimmung)
sinnvoll

mögliche Therapien:

medikamentös – meist Kombination von Jodid und Levothyroxin
bei Knoten größer als 1 cm – Schilddrüsenszintigrafie empfohlen
Verlaufsbeobachtung – bei Unsicherheit: Feinnadelpunktion
bei suspektem Befund – Schilddrüsenoperation

zur Früherkennung (Schulmedizin) reichen einfachste Methoden:

Anamnese der Beschwerden
Sicht und Tastbefund = PALPIEREN (bei gestrecktem Hals; schlucken lassen)
Ultraschall der Schilddrüse

Palpation ist die wichtigste Screening-Methode – dabei werden die meisten Strumen korrekt ertastet (Übereinstimmung mit Ultraschall – 86%; dt. Studie, April 2007).
Bei 25% der Patienten ist die Struma außen auch sichtbar.

Es gibt auch Selbsttests:

Nimm dir ein paar Minuten Zeit und teste dich einfach, bitte sofort entscheiden und nicht überlegen oder den Antwortschlüssel vorher lesen!
Du betrügst dich selbst!

Aus: „Wirksame Hilfe bei kranker Schilddrüse“, Georg Thieme Verlag, 1997

Persönlicher Schilddrüsen-Check-up

Schluckbeschwerden, Heiserkeit oder Probleme beim Zuknöpfen Ihres Kragenknopfes können Anzeichen einer Vergrößerung Ihrer Schilddrüse sein. Vorwölbungen oder Schwellungen im vorderen Halsbereich können zudem Hinweise auf Schilddrüsenknoten sein. Wenn Sie sich unwohl und müde fühlen oder grundlos gereizt sind, kann das an einer Funktionsstörung Ihrer Schilddrüse liegen. Auch Hunger oder Appetitlosigkeit können Zeichen dafür sein.

Mit diesem Test erhalten Sie schnell erste Hinweise

1. Hat Ihr **Halsumfang** zugenommen?
(z.B. Hemdkragen oder Kette plötzlich zu eng) ja nein weiß nicht
2. Haben Sie in letzter Zeit größeren **Hunger** als sonst? ja nein weiß nicht
3. Haben Sie manchmal **Schluckbeschwerden** oder
„einen Kloß im Hals“? ja nein weiß nicht
4. Haben Sie **weniger Appetit** als früher? ja nein weiß nicht
5. Haben Sie Probleme beim **Ein- und Durchschlafen**? ja nein weiß nicht
6. **Schwitzen** Sie viel oder ist Ihnen oft warm? ja nein weiß nicht
7. **Frieren** Sie häufig oder ist Ihnen ohne Grund kalt? ja nein weiß nicht
8. Sind Sie oft **gereizt** und fühlen sich innerlich unruhig? ja nein weiß nicht
9. Fühlen Sie sich oft **müde** und weniger leistungsfähig? ja nein weiß nicht
10. Haben Sie trockene **Haut**, stumpfe **Haare** oder
brüchige **Fingernägel**? ja nein weiß nicht
11. Gab es in Ihrer **Familie** bereits
Schilddrüsenerkrankungen? ja nein weiß nicht
12. Haben Sie anscheinend grundlos
Durchfall oder Verstopfung? ja nein weiß nicht

Persönlicher Schilddrüsen-Check-up – Auswertung

1- bis 3-mal Ja:

Sie könnten Probleme mit der Schilddrüse haben. Bitten Sie Ihren Arzt beim nächsten Besuch um eine Vorsorge-Untersuchung.

4- bis 7-mal Ja:

Bei Ihnen liegt ein erhöhtes Risiko vor. Lassen Sie sich vorsichtshalber einen Termin bei Ihrem Arzt geben. Durch einfaches Abtasten des Halses oder gegebenenfalls einer Ultraschall- oder Blutuntersuchung kann er feststellen, ob eventuell eine Schilddrüsenerkrankung die Ursache für Ihre Beschwerden ist.

Mehr als 7-mal Ja:

Sie haben mit großer Wahrscheinlichkeit eine Schilddrüsenerkrankung. Machen Sie gleich einen Arzt-Termin aus!

Die Mediziner haben dazu gelernt und reagieren! Das finde ich super - und ist trotzdem noch zu weit weg von der Lösung!

für mich ist

die Schilddrüse – die Zündkerze des Lebens!

Auch ich weiß, dass du und ich immer wieder unter verschiedenen Beschwerden leiden, die mit dem „Schmetterling“ in enger Verbindung stehen; jeden Tag verändert sich unser „Schmetterling“, wir bezeichnen das dann besser verständlich als „Überfunktion & Unterfunktion“ der Schilddrüse – dazu ein kurzer Überblick mit medizinischen Erkenntnissen:

Unterfunktion

Müdigkeit, Antriebslosigkeit

Gewichtszunahme

Verstopfung

Trockene, schuppige u.
stumpfe Haare

brüchige Fingernägel

Schluckbeschwerden

Depression

niedriger Blutdruck

Schlafstörungen

Zyklusstörungen

Überfunktion

Nervosität, Unruhe, Herzklopfen
Konzentrationsstörungen

Gewichtsverlust trotz
Appetit

Durchfall

Haarausfall

Druck & Enge im Hals

Hitze, Schwitzen
feuchte, zitternde Hände

hoher Blutdruck
Muskelkrämpfe

Diese Erscheinungsbilder können jeden Tag auftreten!

Wann bist du nicht aufgeregt oder beinahe zu gelassen in diversen Situationen?

Ist doch gut so! Das ist keine „Erkrankung“, sondern eine vorübergehende
Veränderung, die sogar mit einem ehrlichen Lachen sich zum Besseren ändert! Sofort
- mit diesem Gedanken!

Hinter Schilddrüsenveränderungen verbergen sich seelische Belastungen, Ängste und
Aggressionen, innerliche Unruhe, feindselige Gefühle ... ein starkes Bedürfnis,
bemuttert und umsorgt zu werden, kompensiert durch ein fast zwanghaftes
Bedürfnis, für andere zu sorgen. Kommt dir das bekannt vor?

Harald Wally Energimasseur

Arbeitest du auch in der **Kommunikationsbranche** und im **Organisationsmanagement**? Gehört **Qualitätssicherung, Nachwuchsförderung, Forschung, Mitarbeitermotivation** und **Rechtssprechung** zu deinen Aufgaben? Ist das ein Job **ohne feste Arbeitszeiten, ohne Urlaub** und **Feierabendregelung**, für den es weder eine klare Stellenbeschreibung noch gerechte Entlohnung oder Karrierechancen gibt? Leitest du etwa erfolgreich ein **Familienunternehmen**???

Aus: „Gordon Training“ – www.gordonmodell.de

Glaubst du mir, dass Schilddrüsenveränderungen in erster Linie Frauen, und besonders Mütter, betreffen? Warum? Weil sie nicht gelernt haben, sich selbst als die wichtigste Person in ihrem Leben zu sehen – SICH SELBST heißt aber NICHT das EGO! Umdenken ist angesagt – weg mit Gedanken wie:

Mein ganzes Leben ist eine einzige Frustration!
Niemand hört auf meine Bedürfnisse!
Das Leben ist zu kompliziert für mich!
Wann komme ich endlich an die Reihe?

Wage die Veränderung! Leben ist einfach Freude, Lachen – Lernen – Lieben! Ich drücke immer das aus, was zurzeit meine Wahrheit ist!

Funktioniert beim Motor deines Autos die Zündkerze nicht mehr richtig oder fällt aus, stört das zwar, das Auto hat aber noch (mindestens) drei weitere, damit der Motor läuft. Beim Menschen entspricht die Schilddrüse der Zündkerze! Du hast nur eine! Dein „Schmetterling“ ist am Ersticken, wenn er seine Flügel nicht mehr bewegen kann, deine Lebensenergie geht mit ihm verloren ...

Wie schon gesagt, dein „Schmetterling“ hat einen Schutzschild – das Lymphsystem! Sorge dafür, dass ihn sein Schutzschild nicht erdrückt! Deshalb ist ein Schwerpunkt meiner Arbeit dem Lymphsystem gewidmet. Die von mir entwickelte Methode der Energiemassagen – die WALLY VITAL ENERGIE METHODE – wirkt in ihren wesentlichen Bestandteilen direkt auf das Lymphsystem.

LEBE und sag nicht nein wenn du ja meinst

Energie ist alles ist Energie

**Wenn du eine
Entscheidung
treffen sollst
und triffst keine
so ist selbst das
eine
Entscheidung**

William James
Psychologe & Philosoph, USA