



Praxis für
Präventive Medizin

Hellmuth Putze und Team

Körpertherapeut und Heilpraktiker

Langenbielauer Weg 6 40627 Düsseldorf

Telefon: (0211) 361 82 555 Mobil: (0172) 95 85 895

praeventivmedizin.de email: info@praeventivmedizin.de

TEXT: HELLMUTH PUTZE - Layout by Tom O'ROO/41190

Praxis für Präventive Medizin



Gesundheit und Krankheit
im Spiegel der Zeit



GIBT ES EINEN ANFANG - GESCHWEIGE DENN EIN ENDE?

Für die Vernunft, den Intellekt - eines der wichtigen Werkzeuge unseres Gehirns - gibt es unzweifelhaft einen Beginn und einen Abschluss. Wir benutzen täglich die Fähigkeit und das Vermögen des Denkens um zu Erkenntnissen und Einsichten zu gelangen; wir lernen zu »unterscheiden«.

In meiner Jugend, durch den Intellekt »konditioniert« und den Geist inspiriert, machte ich mich auf die Suche nach einer Art Vollständigkeit im Leben. Am ANFANG stand die Ausbildung in der Augenoptik. Als ich im Frühjahr 1993 die Ausbildung zum Masseur und im darauf folgenden Winter die Prüfung als Heilpraktiker abschloss, waren meinem Wissensdurst keine Grenzen mehr gesetzt. Das Interesse an der inneren Natur des Menschen und die Weiterentwicklung von Bewusstsein öffnete ein autodidaktisches Studium und lenkte meine Aufmerksamkeit auf den empirisch-präventiven Ansatz der Chinesischen Medizin und fast zeitgleich auf das Ähnlichkeitsgesetz der Klassischen Homöopathie. Die Betrachtungsweise dieser unterschiedlichen und doch ähnlich anmutenden Medizin-Welten besaßen ein gemeinsames, elementares Grundprinzip: Der Mensch als Teil des Kosmos in Verbindung mit Körper, Seele und Geist! In mir eröffnete sich das Verständnis zu sinnvollem Lernen und fassbarem Verstehen, das danach verlangte in die Praxis umgesetzt zu werden - und von dem ich heute weiß, dass es kein ENDE finden wird.

Um die Komplexität von Krankheit innerhalb der Zusammenhänge des Lebens eines Menschen verstehen zu können, war es mir wichtig, verschiedene Therapieansätze und deren Heilungsmethoden zu studieren um sie in die Praxis zu integrieren. Die Fortschritte der therapeutischen Arbeit in der Klinik zeigten nun auch bei chronisch kranken Patienten Verbesserungen. Um ein Heilungsgeschehen bei einem Kranken einleiten zu können, musste ich dem »gesamten Menschen« meine Aufmerksamkeit schenken. Ich begann zu begreifen, dass jeder Mensch seine »einzigartige Geschichte« erzählt und sich dementsprechend Krankheit oder Gesundheit nicht nur körperlich, sondern auch emotional oder geistig ausdrücken kann.

WAS BEDEUTET GESUNDHEIT UND WARUM WERDEN WIR KRANK?

Gesundheit und Krankheit sind Begriffe, die verschiedenartig interpretiert und verstanden werden können. Gesundheit ist kein statisches Phänomen, sondern ein dynamisches Gleichgewicht zwischen Ordnung und Chaos. Wir können uns vorstellen, dass Krank-Sein entweder eine »erstarrte Ordnung« oder ein »gesteuertes Chaos« sein muss.

Seit der Antike bewegt sich die Menschheit zwischen zwei Betrachtungsweisen des Daseins: der materialistisch-analytischen Denkweise und der dynamisch-vitalen Geisteshaltung. Die erste Gruppe teilt die Realität auf und betrachtet sie unter dem Mikroskop, um sie nachzuweisen. Befürworter dieser Denkweise sehen Krankheit als ein körperliches Übel, das durch Bakterien oder Viren verursacht wird und bekämpft werden muss. Gesundheit spiegelt sich dementsprechend in der Messung von tadellosen biochemischen Laborwerten und reiner Haut wider. Die zweite Gruppe versteht das Leben und den Menschen als etwas Ganzes, sie beachtet und unterstützt die Zusammengehörigkeit und das Miteinander in der Verbindung zwischen Körper, Seele und Geist.

Im Verlauf unseres Lebens kann unsere Gesundheit durch bestimmte Ereignisse aus dem Gleichgewicht geraten. Krankheiten oder Schmerzen haben ihren Sinn: Man kann verstehen lernen, dass uns der Körper durch eine Entzündung ein Signal setzt; er zwingt uns zu einer unfreiwilligen Ruhephase um sich reinigen zu können, gleichzeitig beugt er so einer noch tieferen Krankheit vor. Eine Neuralgie beispielsweise, die das Nervensystem vorübergehend schwer belastet, kann sich auf körperlicher Ebene stellvertretend als Zeichen für eine »emotionale Spannung« ausdrücken. Auf diese Weise findet der Mensch - wenn auch auf einem schmerzlichen Umweg - zu seinem »persönlichen Ausdruck«.

Zustände wie Gesundheit oder Krankheit lassen sich nicht allein auf die körperliche Ebene reduzieren, sie sind in der Erscheinung der »Lebenskraft« erkennbar, die ein Bild vom emotionalen und geistigen Zustand des Menschen als Gesamtheit spiegelt.

LEBENSKRAFT: DIE QUELLE ALLEN SEINS

Die Lebenskraft wird wissenschaftlich als »Lebensenergie« bezeichnet. Sie ist eine elektromagnetische Kraft, die nicht nur im physischen Körper durch sämtliche Gewebe, Organe, Blut und Nerven fließt, sie verbindet alle drei Existenzebenen miteinander und belebt diese untereinander. In Abbildung 1 sehen wir dies vereinfacht dargestellt:

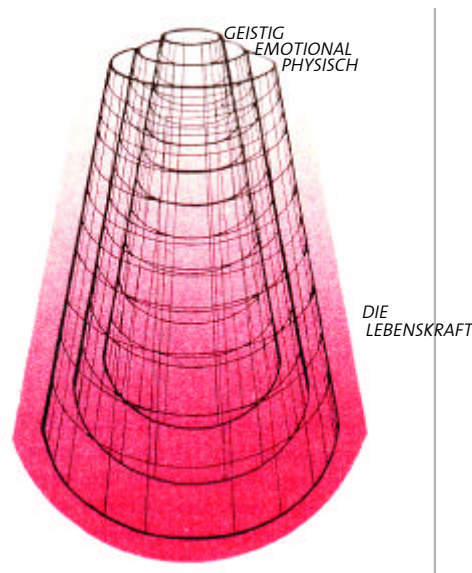


Abb.1: Der Homöopathische Arzt Georgos Vithoulkas hat die hierarchische Struktur innerhalb des menschlichen Organismus in einer Pyramidenform dargestellt. Das Diagramm veranschaulicht die drei Existenzebenen des Menschen. Die zentrale und oberste Pyramide symbolisiert die geistige Ebene, die mittlere die emotionale und die äußere Hülle den physischen Körper. Die eingezeichnete Schattierung soll das elektrodynamische Feld als das »Instrument der Lebenskraft« andeuten, das alle Existenzebenen durchdringt, miteinander abstimmt und den Gesamtorganismus aktiviert.

Wir nehmen die uns nährend Lebenskraft durch unseren Atem, die Nahrung und vor allem durch die Umwelt auf. Die entscheidende Rolle für die gesunde Aufnahme von Lebenskraft liegt in erster Linie im Kontakt zu unserer Umwelt. Ausgewogenheit und Offenheit innerhalb unserer zwischenmenschlichen Beziehungen, wie Familie, Partnerschaft, Freunde etc.. Die Annahme und Übereinstimmung mit unserem Lebensraum, wie Wohnsitz, Arbeitsplatz sowie unsere soziale Stellung sind grundlegende Kriterien für ein gesundes Dasein.

Lebenskraft ist vergleichbar mit einer Quelle, deren Ursprung und deren Auswirkungen wir sowohl im Inneren als auch im Äußeren gewahr werden können. Ihre Wirkung auf unseren Organismus kann gefühlt und wahrgenommen werden. Sie drückt sich bei einem gesunden Menschen in einer vitalen Ausstrahlung, einer optimistischen Psyche und der natürlichen Reaktions- und Anpassungsfähigkeit auf der körperlichen und emotionalen Ebene aus. Regulationsvorgänge wie Blut-, Nerven-, Hormon- und Immunsystem funktionieren entsprechend. Lebenskraft ist es, die uns nicht nur körperlich gesund erhält, sie ermöglicht uns seelisches und geistiges Wachstum.

Krankheit ist kein isoliertes körperliches Problem, sondern eine Störung der Lebensenergie. Solange die Lebenskraft ungehindert fließt, kann kein Teil des Körpers erkranken.

KRANKHEIT ALS BESTANDTEIL UNSERES LEBENS

Das Thema Krankheit hat die Menschheit schon in der Zeit der primitiven Anfänge beschäftigt. Die Ansätze der Heilkunst in grauer Vorzeit waren einfach und unkompliziert. Dementsprechend äußerten sich Krankheiten, die Maßnahmen zu ihrer Überwindung waren durchschaubar. Man hatte keine Angst davor, sondern ermöglichte dem Organismus schlicht und einfach Ruhe, damit er sich erholen konnte. Erkrankte der Mensch, zog er sich zurück und ruhte sich aus. Er nahm kaum

Nahrung zu sich und versetzte sich in einen tiefen heilsamen Schlaf. Man wusste, dass sich der Organismus in erstaunlich kurzer Zeit selbst heilen konnte. Durch den Schlaf wurden alle Lebenskräfte konzentriert und nicht von Überflüssigem abgelenkt. In der heutigen Zeit haben die meisten Menschen keinen Kontakt mehr zu dieser instinktiven Natürlichkeit in ihrem Inneren. Aber gerade in dieser Rückkehr liegt die entscheidende Vorgehensweise, die jeder Heilung zu Grunde liegt: Die volle und ungeteilte Aufmerksamkeit und Pflege dem erkrankten Organismus gegenüber. „Ausruhen und Genesen“, das klingt alles sehr einleuchtend werden Sie sagen aber wer macht meine Arbeit und sichert meine Existenz?

Das Problem ist, dass wir Menschen uns von den Ursprüngen unserer Entwicklung bis zum heutigen Tag immer mehr von der Natur entfremdet haben. Dies zeigt sich in künstlichen statt in natürlichen Handlungen. Wenn heute ein Mensch erkrankt, arbeitet er fast reflexartig gegen sich selbst, statt sich zu besinnen. Dazu kommen einseitige und verzerrte Informationen der modernen Medizin, die dem Menschen Angst machen. Der Kampf gegen die Krankheit spiegelt sich in den fremdartigen und zerstörerischen Behandlungsmaßnahmen mit chemischen Medikamenten und der seelenlosen Apparatedizin wider. Es wird gedämpft und unterdrückt andererseits wird aufgeputzt, substituiert, operiert und ersetzt. Alle diese Maßnahmen entfremden den Menschen von sich »selbst«, machen ihn unselbständig und treiben ihn in die Abhängigkeit.

Der Gedanke, Krankheit sei ein Übel, das durch Bakterien und Viren verursacht wird, ist noch in vielen medizinischen Wissenschaftsbereichen eine dokumentierte Proklamation. Dass sich unser Fühlen und die Art wie wir Denken auf unseren Körper auswirkt und das der Körper wiederum unsere Gefühle beeinflusst, ist jedoch inzwischen ausreichend bewiesen.

WARUM WERDEN WIR KRANK?

Wir alle wissen, wie stark unser Wohlbefinden - körperlich und seelisch - davon abhängt, dass unsere Sehnsucht nach Selbstverwirklichung zufriedengestellt wird. Jeder innere Konflikt, jede Frustration oder Disharmonie verändert unser Lebensgefühl und behindert den natürlichen Fluss unserer Lebensenergie und kann so die Funktionen unseres Körpers beeinträchtigen. Nur wenn unser tatsächliches Leben auch unseren inneren Bedürfnissen entspricht, empfinden wir es als sinnvoll. Ein sinnloses Leben kann Krankheit auf höchster Ebene bedeuten.

Krankheit ist ein Zustand innerer Disharmonie. Sie kann aus emotionalen Gefühlsblockaden oder psychischen Ungleichgewichten, wie z.B. Reizbarkeit, Unsicherheit, Überempfindlichkeit, Niedergeschlagenheit, Verbitterung, Verzweiflung oder Angst entstehen.

Während wir diesen Gefühlsstörungen ausgesetzt sind, haben wir keinen ursprünglichen Kontakt mehr zu uns selbst. Wir verfügen nicht mehr über unsere seelische und geistige Aufmerksamkeit. Die ursprünglich geistige Fähigkeit Entscheidungen zu treffen, kreativ zu sein, in die Natur unseres Wesens einzutauchen, gleicht einer trockenen Wanderung durch die Wüste. Wir sind isoliert vom Wasser¹, beziehungslos im eigentlichen Fluss des Lebens und erfahren keine Erholung, keine Sinnlichkeit mehr. Der Kontakt zur inneren wie äußeren Natürlichkeit geht uns verloren, unsere Lebenskraft wird geschwächt.

Der Emotionale und psychische Zustand haben einen entscheidenden Einfluss auf unseren Stütz- und Bewegungsapparat. Störungen und Erkrankungen zeigen sich zu allererst auf der Haut, später wirken sie tiefer an der Muskulatur, der Wirbelsäule oder an den Gelenken. Nicht umsonst sagt der Volksmund: »Wenn das Haupt krank ist, trauern alle Glieder«.

¹Wasser: Element und Symbol für Lebenswille, Libido und Gefühle / Bezugsorgane sind Niere und Blase (Auszug aus dem Gesetz der fünf Elemente, der Chinesischen Medizin, Prinzip von Yin und Yang).

Es können aber auch tiefere Schichten unseres Körpers belastet werden. So kann z.B. chronischer Ärger oder Zorn auch die Flora der Gallenblase, Gallengänge und des Dünndarms erheblich verändern. Die inneren Schleimhäute dieser Organe werden gereizt und entzündet sich. Unangenehm reagiert unser Organismus auf kompensierte Gefühle, wie nicht ausgesprochenen Ärger oder unterdrückte Wut. Diese Energie bleibt im Körper gebunden und kann entsprechende Symptome verursachen, besonders im Magen. Der Volksmund sagt zurecht: »Das ist mir auf den Magen geschlagen«.

Länger anhaltender Kummer, übermäßige Sorgen oder dauerhafter Stress können das Herz, die Leber oder den Magen belasten.

Andauernde Besorgnis oder Angst können Zustände von Schleimhautveränderungen im Dickdarm auslösen, die Folgen können Blähungen, Schmerzen oder andere pathologische Veränderungen sein.

Unterdrückte Gefühle verursachen Gifte im Körper

Zirka 30% der Erkrankten projizieren ihre emotionalen oder psychischen Probleme und Beschwerden auf die Wirbelsäule, Gelenke oder die inneren Organsysteme. Verweilt der Mensch über einen längeren Zeitraum in einem dieser Zustände - Tage, Wochen oder gar Jahre - und findet keinen natürlichen Weg sich seinen Gefühlen bewusst zu werden um sie gezielt auszudrücken, freizusetzen und letztendlich loszulassen, fügt er seiner Gesundheit ernsthaften Schaden zu. Er selbst erlaubt es, dass sein Körper chronisch krank wird.

DIE BEWAHRUNG DER LEBENSKRAFT

Wir Menschen streben im Leben nach Gleichgewicht und Harmonie auf der Ebene von Körper, Seele und Geist. Dieses Gleichgewicht können wir jedoch nicht dauerhaft erzielen. Gesundheit ist kein statischer Zustand. Leben ist charakterisiert durch zyklische Bewegungen.

Alles, was sich nicht mehr bewegt, was statisch wird, erstarrt und nähert sich dem Tode. Gesundheit erfordert die Anpassung an ein dynamisches Gleichgewicht. Durch verschiedenartige Auseinandersetzungen mit der Umwelt können wir in ein vorübergehendes Ungleichgewicht geraten, welches ein gesunder Organismus überwinden kann. Ein gewisses Maß und eine vorübergehende Dauer an Abweichung können wir ohne wahrnehmbaren Schaden verkraften vergleichen Sie Abbildung 2.

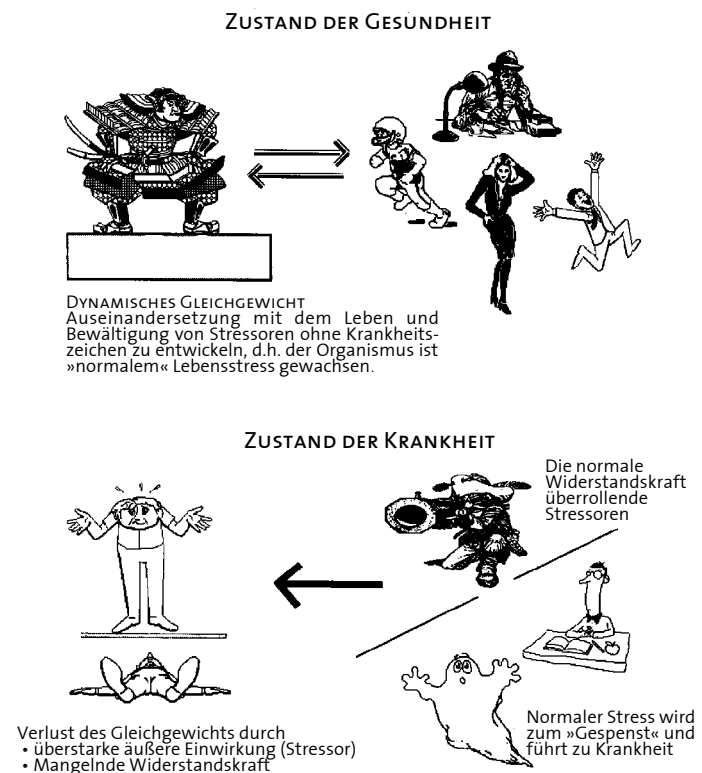


Abb. 2: Der Psychologe und homöopathische Arzt Beat Spring hat in seinem Buch »der psychische Aspekt bei der Arzneiwahl« die einzelnen Zustände hier vereinfacht dargestellt.

EINFLUSS VON INNEREN UND ÄUSSEREN STRESSFAKTOREN

Die Lebenskraft kann sowohl durch innere als auch durch äußere Reize gestört werden. Auf einen inneren Stress, z.B. Schuldgefühle, Groll oder Angst sowie eine äußere Belastung, wie z.B. einen Unfall, eine Vergiftung oder eine Beleidigung reagiert unser Organismus auf einer der drei Existenzebenen, Körper, Seele oder Geist empfänglich. Die Wirkung kann je nach Stärke des Reizes und der Widerstandskraft des Organismus auf diese drei Ebenen verteilt werden. Ein so hoch organisiertes System wie unser Organismus reagiert auf eine Belastung stets mit der bestmöglichen Antwort, die zu diesem Zeitpunkt verfügbar ist, in dem er sich auf natürliche Weise an die jeweilige Situation anpasst.

Erkranken wir, so wird als erstes das elektromagnetische Feld, die Lebensenergie unseres Körpers, von der Störung betroffen. Das bedeutet: Mit Hilfe des Abwehrmechanismus (Immunsystem) und durch die Krankheit versucht der Organismus ein neues dynamisches Gleichgewicht mit der Umwelt und seiner Lebenssituation zu erreichen. Dies ist in den meisten Fällen mit Schmerz und Leid verbunden, entspricht aber seiner momentan optimalen Reaktion. In diesem Sinne ist Krankheit das äußere körperliche Zeichen eines Heilungsversuches des gesamten Organismus. Es war Samuel Hahnemann, Deutscher Arzt des 19. Jahrhunderts und Begründer der Homöopathie, der diese Erkenntnis ahnungsvoll vorwegnahm und erstmals zur Grundlage der wissenschaftlichen Medizin machte. Er beobachtete, dass im Fall eines chronischen Leidens der Organismus in einem vergeblichen Heilungsversuch begriffen ist. Dabei reagiert er auf eine völlig natürliche Weise, indem er bestrebt ist den Stressfaktor abzuwehren, bzw. sich so weit anzupassen, dass sich die Störung möglichst weit vom Zentrum manifestiert.

An den sogenannten »psychosomatischen Problemstellen« führt dies zu Schmerz, Entzündung oder zu Aggression, bis der Stress beseitigt oder eine Drainage, in Form von Ausscheidungen oder Reaktionen beliebiger Art, geschaffen sind.

Hierzu ein Beispiel: Ein Mensch mit einem relativ stabilen und gesunden Organismus also einer willensstarken Persönlichkeit, wird auf eine Beleidigung seinem Ärger Ausdruck verleihen und sein vorheriges Gleichgewicht zurückfinden. Ein geschwächter Organismus, ein Mensch mit einer schwachen Persönlichkeit, reagiert auf den gleichen Ärger mit einer körperlichen Reaktion, z.B. mit einem grippalen Infekt. Wenn der Ärger noch schlechter verarbeitet werden kann, dringt er noch tiefer in den Organismus und entwickelt eine Depression mit Selbstzweifeln und Ängsten. Die Abbildung 3 soll zeigen wie der Organismus, entsprechend der Stärke seiner Lebenskraft, auf einen körperlichen, emotionalen oder geistigen Stressfaktor auf einer oder allen drei Ebenen reagieren kann.

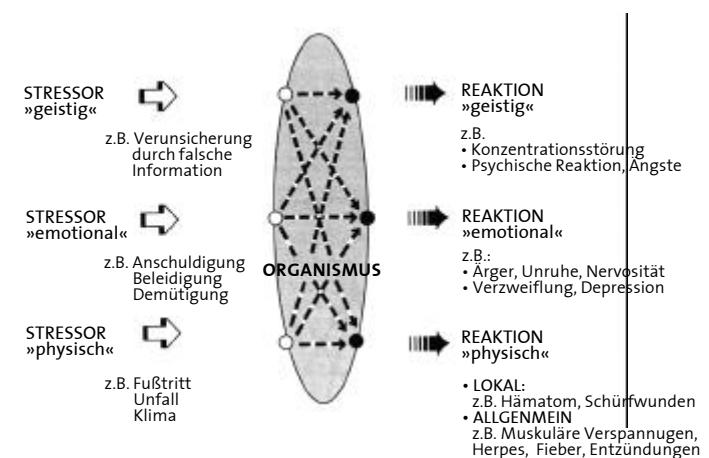


Abb. 3: Ein weiteres Erklärungsmodell von dem Arzt Beat Spring (Auszug aus seinem Buch »Der psychische Aspekt bei der Arzneiwahl«):
 I. Der Organismus wählt in jeder Lebenssituation stets die ihm bestmögliche Antwort.
 II. Die bestmögliche Antwort ist diejenige, die die Störung möglichst weit vom Zentrum manifestiert.
 III. Wird diese bestmögliche Antwort durch äußere Maßnahmen verhindert (z.B. unterdrückende Medikamente) wählt der Organismus die nächstbeste Möglichkeit.

Auf einen gewöhnlichen Schlag erwarten wir eine lokale Reaktion, z.B. einen blauen Fleck oder eine Wunde. Je nach Zustand des Organismus und Individualität des Menschen kann die Abwehrreaktion auf diesen äußeren Stressfaktor jedoch tiefere Schichten einbeziehen: Vielleicht entwickelt sich ein Infekt mit heftigem Fieber, ein plötzlicher Hautausschlag oder die Verletzung spiegelt sich gar auf der emotionalen Ebene wider. Dies ist der Fall, wenn der Betroffene den Schlag persönlich nimmt, sich dadurch missachtet, gekränkt, oder sogar gedemütigt fühlt.

Die gleiche Betrachtungsweise können wir bei einer Verletzung auf emotionaler Ebene anwenden. Als Reaktion auf einen nicht angemessen verarbeiteten Kummer oder Ärger kann eine körperliche Krankheit auftreten; es kann sich aber auch eine Unruhe und Nervosität oder eine Depression entwickeln. Möglicherweise erfolgt sogar eine Verschiebung der Werte und der Bezugssysteme auf der geistigen Ebene, in dessen Folge sich der oder die Betroffene plötzlich verfolgt fühlt und verschiedene Ängste entwickelt.

Wir können diese Fähigkeit zur Abwehr auch mit dem Besuch eines Vertreters vergleichen, der uns etwas Unerwünschtes verkaufen möchte. Einem selbstbewussten Menschen wird es leichtfallen, seinen Willen an der Haustür kundzutun und den Vertreter abweisen. Ein weniger ausdrucksstarker Mensch wird den Vertreter nicht daran hindern können, sein Produkt auszupacken und vorzuführen, er wird vielleicht erst fähig sein, ein unmissverständliches »Nein« zu äußern, wenn der Vertreter bereits bis ins Wohnzimmer vorgedrungen ist. Umgekehrt kann ein starker Organismus selbst schwerste Stressfaktoren, wie z.B. große Verluste oder extreme Veränderungen der Lebenssituation verarbeiten, vielleicht in einem kurz andauernden fiebrigen Infekt, der die Möglichkeit zur Ruhe und einer gewissen Anpassung verschafft.

Wird die natürliche und bestmögliche Antwort auf einen Stressfaktor von Außen durch ungeeignete Maßnahmen verhindert, ist der Organismus gezwungen, die nächstbeste

Möglichkeit zu wählen. Als Beispiel hierfür möchte ich den Fall eines überarbeiteten Geschäftsmannes mit Kopfschmerzen beschreiben. In der modernen medizinischen Praxis wird dieser Patient nur an seinen Kopfschmerz-Symptomen mit Analgetika (schmerzstillende Medikamente) behandelt. Nach einer Ursache wird hier nicht gesucht. Der Organismus dieses Patienten wird in der nächsten Zeit versuchen auf einer »tieferen Ebene« mit dem Stress und der zusätzlich unterdrückenden Therapie fertig zu werden. Die Folge sind Störungen und Erkrankungen lebenswichtiger Organe. Für manch einen führt dann erst die Abgeschiedenheit und Versorgung auf einer Intensivpflegestation nach erfolgtem Herzinfarkt zur benötigten Ruhe und Besinnung.

Findet der Organismus keine Drainage, sei es, dass er zu schwach ist oder - wie oben erwähnt - chronisch unterdrückt wird, entsteht ein innerer Überdruck, der ihn zum Beispiel in Form eines Tumors oder einer Sepsis zerstört. Derartige Entartungen können sich nicht nur auf der körperlichen Ebene, sondern auch auf emotionaler oder mentaler Ebene ausweiten: als Zwänge oder als Perversion der Gefühle, als Unklarheit des Geistes, Trübung des Bewusstseins oder als Verlust des Lebenssinnes. In welchem Zustand sich auch immer eine menschliche Existenz und sein Organismus befinden mag, stets wird die beste der noch verbleibenden Möglichkeiten genutzt und direkt ausgedrückt.

Jede Krankheit ist eine Art »Rettungsaktion«, sie versucht uns bewusst zu machen, einen anderen Weg einzuschlagen, sie fordert uns auf, das zerstörerische Potential der gestauten Kräfte loszulassen.

WEITERE URSACHEN FÜR DIE ENTSTEHUNG VON KRANKHEITEN

Wir haben bisher unterschiedliche Kenntnisse über die vielfältigen Reaktionsmöglichkeiten des menschlichen Organismus auf äußere und innere Stressfaktoren gesammelt. Diese Belastungen allein sind jedoch nicht die einzigen,

ausschlaggebenden Ursachen für die Entstehung einer Erkrankung. Sie sind lediglich die Auslöser, sie erzeugen eine Wirkung, eine Art Resonanz auf unseren Organismus und dessen Lebensenergie. In der Medizin spricht man von »Ätiologie« (Auslösung).

Da es aber nur bestimmte Menschen sind, die aufgrund innerer oder äußerer Belastungen eine Krankheit entwickeln, müssen weitere »Ursachen« in den Personen selbst zu finden sein. Um den tieferen Einblick in ein Krankheitsgeschehen zu erhalten, werden in der ganzheitlichen Medizin zusätzlich zwei wichtige Faktoren berücksichtigt: Die angeborene Tendenz, »Disposition« (Erbanlage) und die erworbene Tendenz, »Konstitution« (Verfassung).

JEDER MENSCH TRÄGT KRANKHEIT BEREITS IN SEINEM INNEREN

Wie jeder weiß, der wirklich darunter zu leiden hat, kann eine Migräneattacke Schmerzen ohne Erbarmen mit sich bringen. Schmerzen, die so unerträglich sein können, dass sie Privatleben, Beruf, sowie die Individualität zunichte machen können. Bei aller Vehemenz, mit der sie zuschlägt, ist die Migräne eine alltägliche Krankheit, unter der etwa 15 Prozent der Bevölkerung leiden. Sie wird ebenso leicht von den Eltern an ihre Kinder weitergegeben wie schütteres Haar oder Kurzsichtigkeit. Man weiß heute, dass bei 3/4 aller Betroffenen, die Anfälligkeit für die Krankheit vererbt ist. Wir alle werden mit spezifisch-genetischen Informationen, der sogenannten »Disposition« oder Erbanlage geboren. Diese angeborene Zellinformation beinhaltet die Anlage zu ganz bestimmten Erkrankungen; sie erst bildet den Nährboden für spezifische Leiden. Unter normalen Umständen können wir mit den vererbten Anlagen ganz gut leben, solange das innere Gleichgewicht unserer Lebensenergie nicht durcheinander gerät!

Rauchen führt nicht unweigerlich zum Lungenkrebs. Verstarb der Vater jedoch an dieser Krankheit, ist es für den Nachkommen eine notwendige Überlegung, wieviel Tabak

sein Körper vertragen kann. Dies soll nicht heißen, dass man dem Genuss völlig entsagen müsste. Der Übergang von Genuss zur Sucht wird jedoch oft von den Menschen mit den entsprechenden Erbanlagen nicht wahrgenommen. Ähnlich verhält es sich mit anderen Genüssen oder Gewohnheiten; man beobachtet das bei Angehörigen, deren Vorfahren leber- oder herzkrank waren. Woher kommt die Tendenz »gerne und viel zu essen«? Andere Beispiele sind Menschen, die Stress als ein Lebenselixier benötigen, was ja auch eine Art von »Genussucht« oder »Befriedigung« darstellt. Was bewegt diese Menschen dazu, ihren Körper übermäßig zu belasten und sogar zu zerstören? Ist es das Festhalten an alten, längst überflüssig gewordenen Gewohnheiten und Ritualen, die von den Vorfahren vererbt wurden?

Durch eine zeitgerechte Infektion z.B. in der Kindheit, kann eine Vererbung zum größten Teil überwunden werden. Wir beobachten das vor allem bei den Kindern, die sich nach einem fieberhaften Infekt oder nach einer durchgestandenen Kinderkrankheit, auf angenehme Weise verändert haben. Vorausgesetzt, sie wurden nicht geimpft² oder durch chemische Medikamente manipuliert und unterdrückt, sondern erhielten eine natürliche Behandlungspflege.

²Durch die Anwendungen von Impfstoffen bei Säuglingen (erst im Alter von 15 Monaten ist das Immunsystem beim Mensch ausgereift), werden die natürlichen und überaus feinen Abwehrmechanismen eines noch nicht voll entwickelten Organismus mit Fremdeiweißen manipuliert. Demzufolge wird durch eine Impfung eine bestimmte Disposition (Krankheitsbereitschaft) frühzeitig, also unzeitgemäß, aktiviert oder behindert. Diese Verhinderung von Krankheitsprozessen auf körperlicher Ebene werden auf der seelisch-geistigen Ebene aktiviert. Eine Vielzahl von verhaltensgestörten Kindern im Vor- und Grundschulalter sprechen für sich. Ebenso ist die unaufhörlich steigende Zahl von chronisch kranken Kindern, die an Pilzinfektionen, Neurodermitis, Asthma etc. leiden, zu erwähnen. Hierfür sind sicherlich nicht nur allein die Impfstoffe verantwortlich, sondern vor allem die unterdrückende Anwendung chemisch-synthetischer Medikamente.

Anmerkung: Die Art dieser massiven Manipulationen durch Fremdstoffe der pharmazeutischen Industrie, mag bedingt sein durch Unwissenheit und den Mangel an Initiative zur Aufklärung der Sachverhalte, ist aber auch eine Täuschung und ein Geschäft mit der Angst. Allen Eltern empfehle ich sich selbst über diese Thematik Gedanken zu machen und umfangreich zu informieren. Es mag viel Arbeit und Mühe bereiten, aber nur wir selbst tragen die Verantwortung für unsere Gesundheit und die unserer Kinder.

Schenken wir uns selbst sowie unseren Kindern die nötige Aufmerksamkeit, so ermöglichen wir uns und ihnen durch die »Notwendigkeit einer Krankheit«, sich von Innen heraus zu reinigen. Das Immunsystem erhält die Möglichkeit »eigene natürliche Entwicklungsprozesse« durchzumachen und wird zusätzlich gestärkt. Gerade die Gesundheit eines Kleinen, noch nicht ausgereiften Menschen wird hierdurch verbessert.

DIE KRANKHEITSBEREITSCHAFT

Es gibt keinen Menschen, der nicht bedingt durch seine Erbanlage, eine »Affinität« (Anfälligkeit) zu bestimmten Krankheiten in sich trägt. Ein geschwächter Organismus bereitet so den Nährboden für die unterschiedlichsten Krankheitserreger, wie z.B. Bakterien, Viren, Pilze oder Parasiten. Die moderne Medizin behandelt ausschließlich Symptome; sie bekämpft die Erreger und beachtet dabei nicht die Reaktionsfähigkeit des Gesamtorganismus. Harmlose Krankheiten werden hier unterdrückt und in tiefere Schichten des Organismus verdrängt. Bedingt durch diese oberflächliche und einseitige Art der medizinischen Herangehensweise entstehen die immer häufiger auftretenden degenerativen chronischen Krankheiten.

DIE EINZIGARTIGKEIT UND INDIVIDUALITÄT DES MENSCHEN

Jedes Lebewesen ist eine Ganzheit, ein Individuum. Jeder Mensch hat seine individuelle Erscheinungsform und Reaktionsart, eine ihm spezifische seelisch-geistige Verfassung, die man medizinisch »Konstitution« nennt. Aussehen, Haltung und Verhalten, Ausstrahlung wie Mimik und Gestik, Sprache und Stimme, Weinen und Lachen sind spontane Spiegelungen seiner inneren Verfassung. Sie gestalten die »Körpersprache« als Instrumentarium der Seele. Sie formen das Temperament, die Charaktere sowie seine Veranlagung als Ausgangspunkt und weitere Ursache für eine Krankheitsbereitschaft (Zitat Dr. Enders).

Die Konstitution eines Menschen setzt sich wiederum aus seinen Erbfaktoren und seinen erworbenen Strukturen, einem teilweise unbewussten oder bewusst erlebten Verhalten zusammen. Diese Kombination spiegelt sich, wie bereits in Beispielen weiter oben verdeutlicht wurde, in der Anpassung des Menschen an seine Umwelt und in seiner Reaktion auf diese Anpassung wider. Wie gut kennen und fühlen wir uns? Haushalten wir angemessen mit unserer zur Verfügung stehenden Lebensenergie, damit wir gesund bleiben? Wie konstruktiv verarbeiten wir lang anhaltenden Kummer durch Verluste, dauerhafte Erschöpfung durch Stress und Selbstüberforderung oder zehrende Widrigkeiten, wie z.B. umweltbedingte und thermische Einflüsse, die unsere Lebensenergie und gleichzeitig unsere Abwehrkraft auf Dauer verbrauchen? Wir selbst sind für unser Leben und unsere Gesundheit verantwortlich. Wir entwickeln Krankheit schon aus dem Inneren heraus! Der erfahrene Mediziner ist sich dieser Tatsachen bewusst und lässt die drei bekannten Parameter, die eine Krankheit verursachen oder begünstigen können, nicht außer Acht:

- »Disposition«, das Angeboren-Sein einer Organ- oder Systemschwäche
- »Konstitution«, die frei erlernte oder gezwungene -bewusst oder unbewusst - emotional- geistige Verfassung
- »Ätiologie«, äußere oder innere Stressfaktoren

Chronisch degenerative Erkrankungen, die auf angeborene Schwächen zurückzuführen sind, werden nur durch ganzheitliche Behandlungsverfahren - wie z.B. der Klassischen Homöopathie - zur Heilung gebracht. Der Geistes- und Gemütszustand eines Menschen sind Teile seiner Konstitution, die innerhalb einer homöopathischen Behandlung erste Beachtung finden. Damit eine Therapie wirksam sein kann, wird der Homöopath die individuellen Prozesse seiner Patienten berücksichtigen und entsprechend natürlich behandeln. Der erfahrene Homöopath kann durch die Analyse der konstitutionellen Verfassung sowie der Erbanlage, eine »medizinische Voraussage über einen sich entwickelnden Krankheitsprozess« machen.

Er kann seine Klientel bereits im Vorfeld entsprechend unterstützen. Informationen dazu finden Sie in der Broschüre für *Klassische Homöopathie*.

KRANKHEIT ALS ASPEKT DER PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG

Die Bereitschaft des erkrankten Menschen zu einer inneren Öffnung, bildet die Voraussetzung für Heilung. Der kranke Mensch ist sich oft selbst nicht bewusst, wozu er sich innerlich entschieden hat. Ein Mensch, der nach außen sehr starrköpfig und verständnislos wirkt, kann in seinem Inneren größte Bereitschaft zur Heilung haben. Im Gegenteil dazu: Jemand, der sich vermeintlich alle erdenkliche Mühe gibt gesund zu werden, kann innerlich unbewusst beschlossen haben, an seinem krankhaften Zustand festzuhalten.

Krankheit ist im unbewussten Zustand ein »schmerzlicher Hinweis« darauf, an unserer Lebenseinstellung oder Lebensführung etwas zu verändern. Sie ist die Weisung, uns selbst wahrzunehmen und anzuerkennen: »Bewusst zu Werden«. Das bewusste Wahrnehmen, Empfinden und Durchleben einer Erkrankung bis zum natürlichen Eintritt der Heilung, können wir als einen Wachstums- und Entwicklungsprozess betrachten.

EBENEN DER GESUNDHEIT

Die Kraft, die alles bewirkt, die die Religionen als »Gott« und die Naturwissenschaft als »Energie« bezeichnen, drückt sich in unserer menschlichen Existenz als Lebendigkeit, kreative Entfaltung und Selbstbestimmung aus. Diese kosmischen Kräfte oder Energiestrukturen stehen jedem Lebewesen zur freien Verfügung, sie sind Teil menschlichen Daseins. Auf diesem Wege ist es für uns Menschen möglich gewesen bis heute zu überleben. Geist und Seele sind natürlicherweise auf Heilung, Gesundheit und Weiterentwicklung ausgerichtet. Die einfache Tatsache zur Selbstheilung bildet den Grundstein unserer Existenz. Gesundheit stellt daher um so mehr einen Aspekt der Eigenverantwortlichkeit und »Prävention« dar.

Wenn wir im Stande sind, »Krankheit als einen Weg« zu betrachten, wie Dahlke genial formulierte, befinden wir uns auf dem Weg der Genesung. Wir sollten jedem Signal des Körpers vertrauen. Der Schmerz ist unser Freund, nicht unser Feind! Der Körper denkt nicht, er fühlt und erkennt, er gibt uns im passenden Augenblick die entscheidenden Hinweise an unserer derzeitigen Lebenssituation Veränderungen vorzunehmen.

Heilung erfolgt da, wo der ganze Mensch behandelt wird und nicht dessen Krankheit. Besonders bei chronischen Erkrankungen beobachtet der ganzheitlich orientierte Mediziner nicht nur die körperlichen Symptome, er behält die seelische und geistige Verfassung seiner Patienten im Auge und berücksichtigt Konstitution und Veranlagung. Er übernimmt immer die Gesamtheit der Symptome und Ursachen und analysiert sie - er behandelt den »Ganzen Menschen«. Er unterstützt seine Patienten und Klienten in ihrer Entwicklung zur Selbstverantwortung und begleitet sie auf ihrem Weg zu Heilung und Gesundheit.

Wirkliche Heilung setzt immer die zur Einsicht führende Arbeit an sich selbst voraus. Denn: Wir sind nicht hierher gekommen, damit wir darum kämpfen gesund zu werden (außer vielleicht einige Fachärzte), sondern wir benötigen unsere Gesundheit, um das zu tun, wozu wir herkamen!

Mit besten Wünschen für Ihre Gesundheit

Literatur:

Achim Eckert: Das TAO der Medizin - Grundlagen der Akupunktur u. Akupressur
Mantak Chia: TAO Yoga der inneren Alchemie 1 - Fusion der Fünf Elemente
Samuel Hahnemann, :Die chronischen Krankheiten
Beat Spring: Der psychische Aspekt bei der Arzneiwahl
Georgos Vithoulkas: Die Wissenschaftliche Homöopathie
Dr. Norbert Enders: Bewährte Anwendungen der homöopathischen Arzneien