



Health and Healing

Pflanzen und ihre kosmischen Heilkräfte [III]

Verhungern trotz Überfluss

Psychotherapie in der Praxis für Neues Bewusstsein

Der Bauch - unser zweites Gehirn

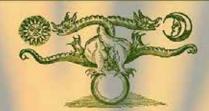
Schulschwierigkeiten [VI]

Augentrost – Erste Hilfe für die Augen

> Heft Nr.1|XIII Jan. | Feb. 2016

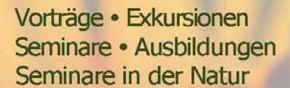
NATURA NATURANS

Arbeitsgemeinschaft für Traditionelle Abendländische Medizin













Gesamtprogramm bitte anfordern Tel.: 089 / 2725902

Fax: 089 / 27349566 www.natura-naturans.de Kräuterheilkunde Homöopathie Alchimie & Spagirik Astromedizin Frauenheilkunde Geomantie

ABO FORMULAR

Hiermit bestelle ich die Zeitschrift PARACELSUS Health and Healing (Gesundheit & Heilen) (Kündigungsfrist: 1 Monat vor Ende der Abo-Dauer, ansonsten Verlängerung um ein weiteres Jahr)

Name, Vorname

Adresse (Strasse, PLZ, Ort, Land)

Telefon, E-mail

- 1 Jahresabonnement: 6 deutsche Ausgaben: 60 Euro (exkl. Versandgebühren)
- ☐ 1 Geschenkabonnement bitte an die folgende Adresse senden:

Name, Vorname

Adresse (Strasse, PLZ, Ort, Land)

Telefon, E-mail

Wohnort, Datum

Unterschrift

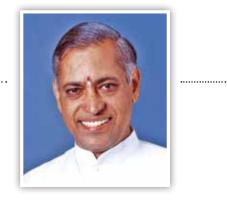
Paracelsus-Center: Tel. +41-(0)41-630 19 07 · info@paracelsus-center.ch · www.paracelsus-center.ch Schweiz: PostFinance · Konto-Inhaber: Syntropia · IBAN: CH510900000616269522 · BIC: POFICHBEXXX Deutschland: Postbank Dortmund, Konto Nr.: 758368-464, BLZ: 440 100 46, IBAN DE98 4401 0046 0758 3684 64, SWIFT/BIC: PBNKDEFF

Triodos Bank · BLZ 50031000 · Kto. 1005332008 · IBAN; DE40500310001005332008 · BIC; TRODDEF1

PARACELSUS We Health and Healing

Paracelsus-Center Büelstrasse 17

CH-6052 Hergiswil Schweiz



Editorial

Inhalt

Heft Nr.1|XIII · Jan.|Feb. 2016

ir müssen das alte Gesetz vom Teilen des Übels verstehen. Krankheiten sind Auswirkungen von drei Einflüssen. Sie sind abhängig:

- von der Vergangenheit eines Menschen, das heißt, er zahlt den Preis für seine Fehler oder Irrtümer in der Vergangenheit,
- von seinem Erbe, das heißt, er teilt mit der ganzen Menschheit die verunreinigten Energieströme, die ihren Ausgangspunkt in der Gruppe haben,
- von seinem Anteil am Schicksal aller natürlichen Formen dieser Erde, den das Leben seinem Körper auferlegt.

Der erste dieser drei Punkte, die Vergangenheit des Menschen, ist vielsagend. In der Habgier zeigt sich der menschliche Egoismus. Auch heute noch treibt die Habgier den Menschen dermaßen an, dass er sich nicht um ihre Auswirkung auf das umgebende Leben kümmert. "Du wirst ernten, was du gesät hast", ist ein uralter Grundsatz. Alles, was wir tun, wird mit gleicher Kraft und in gleicher Art zu uns zurückkommen. Wir können nicht bittere Saaten aussäen und süße Früchte erwarten. Jeder Mensch muss den Preis für seine Fehler und Irrtümer der Vergangenheit bezahlen. Dies ist ein unfehlbares Gesetz, das im Osten bestens bekannt ist und in den jüngsten Jahrhunderten auch im Westen anerkannt wurde. Obwohl der Mensch dies

genau weiß, verhält er sich weiterhin egoistisch und kann deshalb den Folgen seiner Taten nicht entkommen. Die Konsequenzen zeigen sich als Unglück oder Missgeschick. Als ein Aspekt davon kann die Gesundheit betroffen sein. Krankheit ist gekommen, um auf dem Planeten zu bleiben. Solange Egoismus mit der entsprechenden Habgier der Hauptfaktor ist, von dem die Menschheit angetrieben wird, bleibt die Krankheit auf individueller wie auf Gruppen-Ebene erhalten.

In Bezug auf den zweiten Aspekt der Krankheit, die verunreinigten Energieströme der Menschheit, ist es offensichtlich, dass etwa seit atlantischer Zeit bis in die gegenwärtige arische Zeit die Menschheit damit beschäftigt ist, das Eigentum oder die Leute anderer Personen entweder durch brutale Gewalt oder intellektuelle Manipulation zu stehlen. Diese Aktivität setzt sich sogar bis in unsere Zeit fort, wenn auch in viel raffinierterer Weise. Das hatte zur Folge, dass sich Krankheitserreger auf der Erde einnisteten, die zahllose geheimnisvolle Krankheiten aufkeimen ließen. Es werden außerordentlich viele Impfungen durchgeführt: ein Beweis dafür, dass sich frische und neuartige Krankheiten entwickeln.

Der dritte Einflussfaktor, der Krankheiten hervorruft, entstand dadurch, dass der Mensch in den vergangenen hundert Jahren die Natur fortwährend in tiefgreifender Weise beeinträchtigt hat. Er verunreinigte das Wasser und auch die

Pflanzen und ihre kosmischen Heilkräfte [III]5
Heilrezepte10
Rasa Shastra in der Ayurvedischen Medizin [XX]13
Organon [LXIX]20
Verhungern trotz Überfluss23
Okkultes Heilen [CVIII]26
Psychotherapie in der Praxis für Neues Bewusstsein28
Der Bauch – unser zweites Gehirn32
Schulschwierigkeiten [VI]35
Traditionelle Europäische Naturheilkunde – TEN [VI]41
Die Biochemie nach Dr. Schüßler [I]44
Augentrost – Erste Hilfe

für die Augen48

Luft, von der die Erde umgeben ist. Der Mensch erfand Chemikalien wie chemische Düngemittel, Pestizide und Insektizide, die eine weitere Degeneration des Lebens im Pflanzen- und Tierreich verursachten.

Zusammenfassend kann man sagen, dass alle drei Faktoren zu den Krankheiten beitragen, die sich in geometrischer Progression entwickeln. Für diese zunehmenden Krankheiten gibt es keine unmittelbare Heilung, jedoch ist eine ferne Lösung in Sicht, wenn in der Menschheit ein anderes uraltes Gesetz verbreitet und bekannt gemacht wird: das Gesetz vom vorherrschenden Guten. Von den Regierungen auf unserem Planeten, die von Bedeutung sind, sollte es beherzt und energisch zur Geltung gebracht werden. Bis dahin werden wir mithilfe unzureichender Medikamente, von denen der größte Teil wiederum Chemikalien sind, erfolglos gegen die zunehmenden Krankheiten ankämpfen. Die Heilung der Kranken ist letztendlich zur Hauptaktivität in der Mensch-

heit geworden, da die Krankheiten sich schnell entwickeln. Man kann sie mit keinen gesundheitsfördernden Therapien erreichen und heilen, sondern nur mit der Berichtigung des menschlichen Verhaltens.

Dr. K. Parvathi Kumar



Vom Menschen verursachte Luftverschmutzung

Pflanzen - und ihre kosmischen Heilkräfte [III]

Ein Beitrag zum Thema Astrologie und Phytotherapie

Olaf Rippe



Olaf Rippe, geb. 1960, ist Heilpraktiker mit eigener Praxis in München und Mitbegründer der Arbeitsgemeinschaft Natura Naturans. Seit über 20 Jahren gibt er seine Erfahrungen mit einer Medizin nach Paracelsus in Seminaren weiter. Er schreibt regelmäßig für naturheilkundliche Fachzeitschriften und ist Mitautor der Bücher Heilmittel der Sonne, Paracelsusmedizin, Kräuterkunde des Paracelsus und die Mistel.

Mars

Mars verkörpert Willensstärke, Widerstandskraft sowie Triebhaftigkeit und Aggression als Willensimpuls zum Überleben. In der Antike verehrte man ihn als Kriegsgott Mars/Ares; auch die Göttin Athene und Helden wie Herakles oder Siegfried der Drachentöter zeigen marsianische Elemente.

Entsprechend ihrem himmlischen Abbild sind viele Pflanzen des Mars mit ihren Stacheln, Dornen oder Brennhaaren ebenfalls recht wehrhaft (Disteln, Weißdorn, Brennnessel). Einige sind dagegen hautreizend oder blasenziehend (Bärenklau, Giftsumach, Seidelbast). Brennend und scharf ist die Geschmacksrichtung vieler Marspflanzen (Rettich, Knoblauch, Meisterwurz); Rottöne dominieren (Aronstab, Gauchheil, Kaffeebohne). Da auch Giftstoffe Pflanzen zur Abwehr dienen, sind diese häufig dem Mars unterstellt (Eisenhut; vor Entdeckung der transsaturnalen Planeten unterstanden alle Giftpflanzen Mars und/oder Saturn). Nicht alle Marspflanzen sind also wohltätig und Vorsicht ist bei manchen daher angebracht.

Dennoch sind die meisten Pflanzen des Kriegsgottes relativ ungiftig und ihre Anwendungsgebiete gehören zu den wichtigsten in der Heilkunde: Einerseits stärken viele die Abwehr und die Lebens- bzw. Willensenergie (Schlehe, Eleutherokokkus, Echinacea); manche Marspflanzen fördern auch die Gallentätigkeit (Galle ist das Organ des Willens; Disteln, Schöllkraut). Andererseits schützen sie den Körper vor Toxinwirkungen, bzw. leiten diese aus dem Körper aus (allg. Stachelsignatur zur Entgiftung), daher die Anwendungen bei chronischen Stoffwechselerkrankungen mit Erschöpfung, Rheuma, Gicht, Allergien oder Hautleiden. Ergänzend eignen sich für Entgiftungsrezepte Pflanzen der Venus und Sonne oder des Merkurs.

Manche Marspflanzen hängt man noch heute als schutzmagisches Amulett gegen Verhexung und Seuchen über die



Pflanzen und ihre kosmischen Heilkräfte



Radierung, den Gott Jupiter darstellend, von Polidoro Caldara da Caravaggio (1495–1543)

Tür, beispielsweise die Silberdistel, die mit ihrem animalischen Geruch (heißt auch Eberwurz) und ihrem Dornenkranz die Vitalität des Mars verkörpert. Sie enthält antibiotisch wirkende Stoffe (Carlinaoxyd) – die volkstümliche Verwendung als Schutzamulett ist also durchaus begründet.

Rp. Sonnenweihrauch

zum Hellsehen (nach Leo Vinci aus "Die magischen Werke" von A. v. Nettesheim); das Rezept beinhaltet die zwei Lichter Sonne und Mond sowie den Götterboten Merkur.

Johanniskraut, Wermut, Anis, Baldrian, Salomonssiegel, Safran und Lorbeerblätter zerkleinern und zu gleichen Teilen mischen. Während einer Meditation oder einer Orakelbefragung wird die Kräutermischung auf glühende Räucherkohle gestreut.

Rp. Abwehrstärke

(Immunstimulans) und Willenskraft; Mars, etwas Sonne, Venus und Uranus Carlina acaulis





Der Planet Jupiter, fotografiert vom Hubble Weltraum Teleskop 2009 (links), und 2010 (rechts)

Prunus spinosa
Rosa centifolia
Urtica dioica aa 10.0
Echinacea angustifolia
Eleutherococcus aa ad 100
(von Staufen-Pharma mischen lassen)
MDS, 3 bis 5 x tgl. 20 Tropfen

Jupiter

Zusammen mit Venus und Sonne verkörpert Jupiter das Prinzip der Harmonie und Wohltätigkeit. Er ist der große Gönner in der Astrologie. Glück, Einfluss und Reichtum sind dem beschert, der eine gute Jupiterstellung im Horoskop hat. Jovialität (Jovis = Jupiter) zeichnet den Jupitermenschen aus.

Jupiterpflanzen sind so wohltätig wie ihr himmlisches Vorbild. Zusammen mit Venus und Sonne unterstehen dem Regenten des Olymp Bäume mit essbaren Früchten sowie Kornfrüchte. Viele weitere Laubbäume sind ebenfalls jupiterhaft (Kastanie). Dies gilt besonders für die Eiche (Quercus robur), in deren mächtiger Gestalt sich der kraftvolle Geist von Zeus/Jupiter verkörpert (robur = Kraft). In der Tat ist die Eiche nicht nur tonisierend und kräftigend, sondern auch ein wichtiges Mittel bei Vergiftungen (bindet Alkaloide und Schwermetalle), Entzündungen und Hautallergien. Eine Reihe weiterer Jupiterpflanzen eignen sich ebenfalls zur Behandlung von Haut- und Bindegewebsleiden (Beinwell, Borretsch, Dachwurz, Kastanie, Klette).

Bei der Betrachtung der Signaturen zeigen auffallend viele Pflanzen Gemeinsamkeiten mit der Sonne, z. B. die majestätische Gestalt, der leicht bittere und würzige Geschmack, leuchtende Farben, besonders Gelb (Artischocke, Engelwurz, Gelber Enzian). Viele dieser Pflanzen zeigen eine leberspezifische

Wirkung. Da das Jupiterorgan Leber nicht nur ein Stoffwechsel- und Entgiftungsorgan ist, sondern auch für unser Temperament verantwortlich ist, dienen solche Pflanzen, neben der Behandlung von Leberleiden, auch zur Therapie seelischer Störungen (Melancholie, Cholerik; siehe auch "Die Laus auf der Leber"; Naturheilpraxis 12/1995).

Rp. Leberschwäche und -depression

Jupiter mit Sonne, etwas Mars
Agrimonia eupatoria
Cichorium intybus
Cnicus benedictus
Gentiana lutea
Hypericum
Taraxacum officinale aa 10.0
Carduus marianus
Cynara scolymus aa ad 100.0
MDS, 3 x tgl. 30 Tropfen zum Essen

Saturn

Bis zur Entdeckung der transsaturnalen Planeten, war Saturn die Zwielichtigste unter den sieben kosmischen Grundkräften. Er ist der Herr der Einschränkungen und Prüfungen, aber auch der Metaphysik. In diesem Sinne entspricht er der Berufung, der wir zu folgen haben, um Unglück zu vermeiden. Erst wenn wir uns dem verweigern, wird sein Einfluss wirklich unangenehm.

Einerseits verkörpert Saturn den luziferischen Fall des Geistes in die Materie, andererseits heißt er auch "Lichtbringer". Die Entsprechung ist unsere Fähigkeit zur Erkenntnis, mit deren Hilfe wir unsere materiellen Grenzen überwinden können. Eine Reihe saturnaler Pflanzen können uns durch ihre psychoaktive Wirkung bei unserem Bemühen um Bewusstheit helfen (Fliegenpilz, Peyotl). Saturn ist der "Hüter der Schwelle" zur

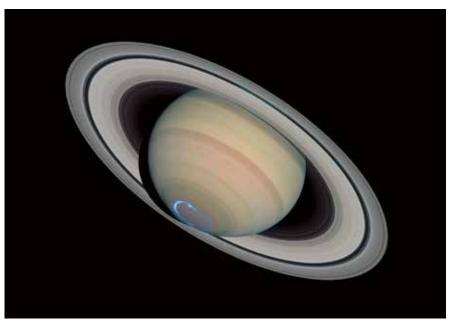
Welt kosmischen Bewusstseins und viele seiner Pflanzen dienen noch heute Schamanen auf der ganzen Welt zur Schau verborgener Wahrheiten jenseits von Raum und Zeit (Saturn ist der Hüter der Zeit; bis in die Neuzeit unterstanden alle halluzinogenen Stoffe Saturn und/oder Merkur).

Dem Saturn entspricht auch das Alter, der Tod (dito der Initiationstod) und alles Dauerhafte; damit unterstehen ihm im Menschen vor allem die Milz (Todesprozesse), die Knochen, alle chronischen Krankheiten sowie alle mineralisierenden oder verhärtenden Krankheiten (MS, Sklerose, Steinbildung).

Dieses saturnale mineralische Prinzip finden wir in Pflanzen mit hohem Kieselsäuregehalt wieder (Schachtelhalm, Bambus, Hafer, Rauhblattgewächse wie Beinwell). Kieselsäure stimuliert die Abwehr, strukturiert bei entzündlichen Haut- und Schleimhauterkrankungen, strafft und reinigt das Bindegewebe und verbessert den Lichtstoffwechsel zwischen Zellen. Ferner ist Kieselsäure



Der Planet Saturn dargestellt als Römischer Gott Saturnus. Lucas Cranach d.J., 1550–70. (British Museum)



Hubble Weltraum Teleskop Fotografie des Saturn



Pluto and Neptun - Radierung von Polidoro Caldara da Caravaggio (1495–1543)

für die Aufrichtekraft von Pflanzen notwendig (Streben zum Licht); therapeutisch wird sie deshalb vor allem bei Wirbelsäulen- und Knochenleiden genutzt, aber auch bei psychischen Leiden, denn Kieselsäure ist eine regelrechte Nervennahrung bei Erschöpfung und Depression (mit solaren Mitteln ergänzen).

Als Verkörperung des Winters und der Unterwelt, ist Saturn mit Totenkulten verknüpft. Friedhofspflanzen wie Efeu, Wacholder, Eibe oder Zypresse sind allesamt saturnal. Ihre Gemeinsamkeit ist, neben ihrer Düsterkeit, dass sie alle immergrün sind, also dauerhaft der dunklen Jahreszeit trotzen. Dies ist auch ein Kennzeichen für ihre solare Natur, denn sie zeugen davon, dass die Tore der Unterwelt niemals ganz verschlossen sind. Immerhin findet im Zeichen Steinbock, das Saturn regiert, die Geburt der Sonne statt, die wir noch heute als Weihnachten feiern; immergrüne Pflanzen als Weihnachtsschmuck zeugen also von der Unsterblichkeit der Sonne.

Als Heilmittel dienen immergrüne Pflanzen ausnahmslos zur Behandlung von Altersleiden sowie chronischen und/oder kalten Erkrankungen. Für wurzelbetonte Heilpflanzen gilt ähnliches, denn der unterirdische mineralische Pol der Pflanze untersteht ebenfalls dem Saturn.

Rp. Osteoporose;

Saturn und Mond, etwas Jupiter, Sonne
Acorus calamus
Cimicifuga D2
Equisetum arvense
Inula helenium
Symphytum officinale aa 10.0
MDS, 3 x tgl. 30 Tropfen
Zusätzlich: Aufbaukalk I und II (Weleda), tgl. jeweils eine Messerspitze sowie Calcium phosphoricum D12, tgl. 10 Tropfen

Jenseits der Schwelle – Uranus, Neptun und Pluto

Mit Saturn verlassen wir die sieben kosmischen Grundkräfte und stoßen "jenseits der Schwelle" in den Bereich kosmischen Bewusstseins vor. Mit der Entdeckung von Uranus, Neptun und Pluto begann ein neues Kapitel der Menschheitsgeschichte.

"In alter Zeit, mit sieben Planeten am Himmel, verkehrte der Mensch mit den Göttern und Naturwesen wie mit seinesgleichen. Dann kam der Fall in das Weltsystem des hasserfüllten Eingottes. Das finstere Mittelalter endet erst jetzt, im Zeitalter der neuen Planeten, die der Mensch als Manifestationen einer neuen Zeit entdeckt hat. Über die neuen Planeten ist wieder eine Beziehung zum Übernatürlichen möglich. Wir sind damit in das Zeitalter des Lichts und der Gnade eingetreten, allerdings muss jeder selbst entscheiden, welchen Weg er gehen will". (A. Crowley)

Obwohl man die neuen Planeten als "kollektiv wirkende" bezeichnet, ist jeder in dieser Zeit dazu aufgerufen, seinen wahren und einzigartigen Weg zu finden, jenseits aller Institutionen und Glaubensvorstellungen. Die Wirkung dieser Kräfte ist auflösend auf verkrustete soziale Strukturen.

Astrale Kräfte, Spontanität (Uranus), Mystik (Neptun) und der Zugang zu den archaischen Wurzeln des Bewusstseins (Pluto) bestimmen den Zeitgeist. Wie schwierig dieser Weg für den Menschen ist, zeigt die Zunahme an Herzleiden, viralen Erkrankungen, Allergien, Krebs, Nervenleiden, Psychosen und Drogensucht, die alle auf die Wirkung dieser Planeten zurückzuführen sind. Die Leiden sind ein Ausdruck für den Konflikt des Individuums, die alten Hüllen abzustreifen.

Betrachten wir die Pflanzen dieser Planeten, so zeigen einige Gemeinsamkeiten: Der Wachstumsort ist häufig geopathisch (Wasseradern, Erdverwerfungen); Ausbildung von Giftstoffen (Rauschpflanzen); bizarre Wachstumsformen, die an Naturgeister erinnern - die neuen Planeten verkörpern die "Anderswelt". Pflanzen des Uranus zeigen viele Gemeinsamkeiten mit Merkur (Oktave). Sie eignen sich vor allem dazu, das kreative Potential des Bewusstseins zu steigern (Channeling: Akelei, Immergrün, Natternkopf, Wahrsagesalbei). Andere zeigen ihre Heilwirkung bei Leiden durch plötzliche Einflüsse oder nach Strahlungen (Wasserdost, Beifuß, Arnika, Eleutherokokkus).

Pflanzen des Neptun wirken dagegen eher betäubend und lähmend; in homöopathischer Zubereitung zeigen sie dagegen einen stimulierenden oder harmonisierenden Effekt (Schlafmohn, Bilsenkraut, Teichrose). Manche führen bei Missbrauch schnell zu Suchterscheinungen oder Wahnsinn (Schlafmohn, Heroin, Stechapfel). Einige Pflanzen des Uranus und des Neptun sind in geeigneter Dosierung krebsfeindlich (Eleutherokokkus, Mistel).

Im Pluto verkörpert sich die "andere" Welt besonders eindrucksvoll. Als Herr der Unterwelt (= Erde) sind seine Pflanzen meist düster. Manche Plutopflanzen wie Lebensbaum oder Zypresse sind zudem beliebte Friedhofspflanzen, die, richtig dosiert, zu den besten Immunstimulantien und lebensverlängernden Mittel gehören.

Die Eibe zeigt den Pluto in besonders reiner Form. Unter ihr trafen sich Druiden zum Rat und im Totenkult der Gallier galt sie als Opfergabe und Symbol des ewigen Lebens; vielleicht war sie sogar der Weltenbaum, der bekanntlich immergrün gewesen sein soll.

Auch Bilsenkraut zeigt plutonische Kräfte. Herakles brachte es aus der Unterwelt mit ans Tageslicht und im Orakelkult vieler Völker spielte es eine wichtige Rolle, da es die Augen für eine Welt jenseits aller Vorstellung öffnet. Wenn man die Pflanzenliste der drei Planeten genauer anschaut, fällt auf, dass viele rezeptpflichtig sind, oder der Genuss durch das Betäubungsmittelgesetz verboten ist. Dies ist nicht unbedingt ein Verdienst zum Wohle der Menschheit, sondern eher ein Indiz dafür, wie sehr sich unser Leben von jeglicher Spiritualität entfernt hat. Die Zukunft wird es zeigen, ob wir dazu bereit sind, den "Pflanzen der Götter" wieder einen festen Platz in unserem Kulturkreis einzuräumen. Vielleicht können wir dann besser das transzendente Potential der neuen Planeten für unsere Bewusstseinsentwicklung nutzen.



Olaf Rippe/Margret Madejsky: "Heilmittel der Sonne" (Peter Erd Verlag)

Agrippa von Nettesheim: "Die magischen

Werke" (Fourier Verlag)

 ${\sf Akron: \it "Das Astrologie-Handbuch"}$

(Kailash Verlag)

Viktor Bott: "Anthroposophische Medizin"

(Haug Verlag)

Surya: "Astrologie und Medizin"

(Rohm Verlag)

Mit freundlicher Genehmigung der Zeitschrift *Naturheilpraxis*

Kontaktadresse Barerstr. 48 · D-80799 München 0049/89/2725902 www.natura-naturans.de www.olaf-rippe.de info@olaf-rippe.de



Pluto, fotografiert von der Raumsonde New Horizon am 27. Juli 2015, 14h



Planet Uranus

Heilrezepte

Dr. K.S. Sastry

Homöoopathie XIII



Dr. K. S. Sastry ist ein angesehener homöopathischer Mediziner. Seine Verdienste liegen auf dem Gebiet der Homöopathie, worin er ein wahrer Fachmann ist, und folgt gewissenhaft den grundlegenden Prinzipien gemäß Dr. Samuel Hahnemann. Er arbeitete mehr als 35 Jahre auf gemeinnütziger Basis. Hier unterscheidet er sich von den zeitgenössischen Homöopathen. Auch nach mehr als drei Jahrzehnten Erfahrung ist er immer noch ein begeisterter Student, der neue Perspektiven für das Verständnis der Homöopathischen Wissenschaft sucht. Er schrieb mehrere Bücher über Homöopathie und ist ein Philanthrop, immer darauf bedacht, der Gesellschaft dienen zu können.

Lebensgewohnheiten während einer homöopathischen

Unter den homöopathischen Ärzten gibt es immer wieder Meinungsverschiedenheiten über Diäten und andere Gewohnheiten während der Behandlung. Die Ansichten des Begründers der Homöopathie sind seinem Buch "Chronische Krankheiten" entnommen und im Folgenden für verantwortungsvolle Anwendung wiedergegeben:

"Zu Diäten und Lebensgewohnheiten dieser Art von Patienten möchte ich nur wenige allgemeine Bemerkungen machen; die Anwendung sei in jedem spezifischen Fall dem Urteil des homöopathischen Fachmanns überlassen. Natürlich sollte alles, was der Heilung entgegen steht, vermieden werden. Manchmal betreuen wir schleichende und z.T. sehr langwierige Fälle, die nicht schnell zu beheben sind; auch sind die verschiedensten Lebenssituationen wie die bei älteren Patienten, oder sehr reichen oder auch ganz armen Menschen oft nur schwer veränderbar. Darum sollten Einschränkungen und Abwandlungen von der strengen Lebensweise - wie sie oft in der Homöopathie vorgeschrieben sind - möglich sein, um Heilung in diesen langwierigen Erkrankungen bei so verschiedenen Individuen zu ermöglichen. Nicht die strikte Anordnung von Diät und Lebensweise heilt die chronisch Kranken - wie unsere Gegner behaupten, um die Erfolge der Homöopathie zu verringern - sondern die medizinische (homöopathische) Behandlung ist die wahre Ursache. Das kann in vielen Fällen bei Patienten beobachtet werden, die diesen falschen Behauptungen vertraut haben und jahrelang einer strengen Diät gefolgt sind, ohne nennenswerten Erfolg für die Heilung ihrer chronischen Erkrankungen."

"Um Heilung zu ermöglichen, muss der Homöopath seine Vorschriften wie Diäten u.a. Lebensweisen an die jeweiligen Bedingungen der Patienten anpassen. In Fällen von Tagelöhnern, Handwerkern, Bauarbeitern etc. sollte es ganz der Intelligenz eines vernünftigen homöopathischen Arztes überlassen werden."

"Die Menschen, die nicht körperlich arbeiten, sondern vorwiegend drinnen am Schreibtisch sitzen, sollten angewiesen werden, während ihrer Genesung mehr draußen spazieren zu gehen."

"Für alle chronisch Kranken gilt: sie sollten keine Hausmittel oder sonstige Medizin auf eigene Faust nehmen. Auch feinere Duftstoffe, parfümierte Wasser, Zahnpasten oder andere Mittel für die Zähne sollten untersagt werden."

"Viele Menschen, die von einer chronischen Krankheit geheilt werden möchten, können einige Einschränkungen in ihrer Diät aushalten, soweit ihre Krankheit nicht mit Beschwerden im Bauch einhergeht. Die einfacheren Menschen benötigen weniger strenge Einschränkungen, besonders dann, wenn sie noch arbeiten und sich viel bewegen. Oft können sie sogar mit einer einfachen Diät aus Salz und Brot wieder gesund werden, und weder Kartoffeln, noch etwas Porridge oder Frischkäse können die Heilung aufhalten. Sie sollten jedoch weniger Gewürze wie Zwiebeln, Pfeffer etc. zu sich nehmen."

"Am schwierigsten für einen homöopathischen Arzt ist die Entscheidung bezüglich der Getränke. Kaffee hat den größten Anteil an schädlichen Auswirkungen auf Körper und Seele. Aber das Kaffeetrinken ist für die sogenannten aufgeklärten Nationen so sehr zu einer unerlässlichen Gewohnheit geworden, dass es durch Vorurteile und Befangenheit sehr schwierig sein wird, diese abzuschaffen, wenn die homöopathischen Ärzte den Kaffee bei chronischen Krankheiten nicht strikt und generell untersagen. Nur jungen Menschen, bis 20 oder 30 Jahren, kann Kaffee ohne besondere Nachteile entzogen werden. Ältere Menschen sind an den Kaffee oft schon von klein an gewöhnt. Hier ist es besser, eine langsame schrittweise Entwöhnung vorzuschlagen. Die meisten lassen den Kaffee dann lieber gleich ganz weg, ohne große Probleme. Den anderen kann man eine kleine Menge Kaffee gestatten. Ich bin davon überzeugt, dass eine langjährige Gewohnheit nicht zu verharmlosen ist, und als Arzt kann ich dem Patienten nur das erlauben, was das Beste für ihn ist. Es muss eine allgemein anerkannte Regel bleiben, dass alle chronisch Kranken diesen Teil ihrer Gewohnheit aufgeben müssen, der heimtückisch und schädlich ist."

"Am allerwichtigsten bei chronischen Krankheiten ist der Verzicht auf Whisky und Branntwein. Wenn die Kräfte zusehends nachlassen (nach dem Entzug), kann eine Zeit lang eine kleine Portion guter und reiner Wein gegeben werden, sollte dann aber später mit etwas Wasser verdünnt werden, der jeweiligen Situation entsprechend."

"Mäßigung in allen Dingen, auch in den harmlosen, hat bei chronischen Krankheiten höchste Priorität."

"Das Rauchen sollte immer verringert werden, ganz besonders, wenn geistige Aktivität, Schlaf, Verdauung oder Ausscheidung betroffen sind."

"Noch unzulässiger ist der Gebrauch von Schnupftabak."

"Gerät eine Person, die schon chronisch erkrankt ist, noch zusätzlich in eine widrige unglückliche Lebenssituation, kann das seine Krankheit verstärken und die Heilungschance vermindern, oder bei plötzlichen Erlebnissen sogar unheilbar machen."

"Langwährende Trauer und Verdruss werden sehr bald die kleinsten Spuren von schlummernder Psora in schwerere Symptome anwachsen lassen, die dann der Anfang von unvorstellbaren chronischen Leiden sind, und die mit mehr Gewissheit und größerer Häufigkeit als alle anderen schädlichen Einflüsse auf den menschlichen Körper eines durchschnittlichen Menschen einwirken."

"Ein ähnlich starkes Hindernis für die Heilung von fortgeschrittenen chronischen Krankheiten liegt oft in der Unfähigkeit und Schwäche junger Menschen, die, verwöhnt von ihren reichen Eltern, in ihrer Arroganz und Schamlosigkeit von niederträchtigen Kumpanen mitgerissen und zu destruktiven Leidenschaften und Exzessen wie Missbrauch des Sexualinstinkts, Glücksspiel ... verführt werden."

Diätvorschriften bei bestimmten häufig vorkommenden Krankheiten

Krankheit/Problem: Diätvorschrift Rheuma: der Verzehr von Wurzelgemüse, Kürbis, Aubergine, Jackfrucht, Bachali (spinatähnliche Grünpflanze), Gongora (Orchideenart), Junnu (spezieller Milchpudding aus Erstmilch), sind nicht erlaubt.

Asthma: Kokosnuss sollte nicht verzehrt werden.

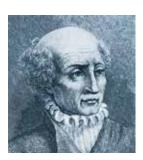
Ikterus. Gelbsucht: Der Patient kann Reis und Buttermilch zu sich nehmen, auch in Kokos gebackene Mehlbananen und Gerstenwasser wird empfohlen. Öle sind verboten, da die Leber Schaden nehmen könnte. Es sollte keinen Kompromiss bei der Diät geben. Diese Diät sollte mindestens drei Wochen eingehalten werden.

Hundebiss: Rigorose Diätvorschrift für mindestens ein ganzes Jahr: Bananen oder Kochbananen, Kokosnüsse, Wurzelgemüse, Bachali (s.o.)sollten verboten werden. Drei Jahre lang nach einem Hundebiss kann eine gefährliche Situation auftauchen, daher ist sorgfältige Beobachtung notwenig.

Fieber: Bei Fieber sollte nur flüssige Nahrung zu sich genommen werden. Gekochtes Sagowasser (Verdickungsmittel aus Sagomehl), wässrige Buttermilch, heiße Maismilch, Puffreis, indisches Blumenrohr und Haferflocken können gereicht werden.

... wird fortgesetzt

Heilrezepte



Philippus Theophrastus Aureolus Bombastus von Hohenheim, Paracelsus genannt, * 1493 Einsiedeln, † 1541 in Salzburg galt als Revolutionär, weil er mehr die Natur beobachtete, als in alte Texte zu schauen. Er widersetzte sich offen und radikal den medizinischen Praktiken seiner Zeit.

Heidelbeere

(lat. Vaccinium myrtillus)

In der Volksmedizin benutzt man die getrockneten Heidelbeeren wegen ihrer Gerbstoffe bei leichten Durchfallerkrankungen. Die Einzeldosis ist 1-2 Esslöffel und die Tagesdosis 20-60g. Die getrockneten Beeren werden dazu leicht aufgekocht. Bei Dickdarmentzündung (Colitis) kann der Heidelbeerwein bestens empfohlen werden. Der echte, herbe Heidelbeerwein ist nicht nur gegen Colitis, sondern auch gegen alle akuten oder chronischen Magenund Darmerkrankungen sowie gegen Verdauungsstörungen, Appetitlosigkeit und Schwächezustände, die hieraus entstehen, bestens geeignet. Die sogenannten Gärungs- und Fäulnisdispepsien, das sind Verdauungsstörungen durch Gärungs- und Fäulnisvorgänge im Darm, werden durch den Heidelbeerwein rasch zur Ausheilung gebracht. Der Heidelbeerwein ist gegen diese aufgezählten Krankheiten und Leiden deshalb das beste Naturheilmittel, weil durch ihn die Zersetzungsprodukte und Giftstoffe des Darminhaltes angesaugt und abgeleitet werden." (Gesundheit durch Heilkräuter, S. 190)

Paracelsus setzte Heidelbeeröl gegen Gifte ein. "Oleum Myrtillorum soll dazu gegeben werden und darin soll Malva (Malva sylvestris) gekocht werden." (III, 548) Ferner verwendete er das Heidelbeeröl auch bei Gelbsucht (I, 949) "dies zieht auch die Farbe aus dem Gliede" (I, 941), und zusammen mit Korallen "zur Einschränkung der Menstruation und der Ausflüsse" (III, 196).

Der frische und durch richtige Sterilisation konservierte Rohsaft der Heidelbeere ist ein ausgezeichnetes Gurgelmittel bei Zahnfleischentzündungen, Rachen-, Kehlkopf- und Halskatarrhe. Außerdem beseitigt dieser Saft den "Rauchermundgeruch" und erzeugt, wenn regelmäßig getrunken - ganz kleine Schlucke mehrmals pro Tag - einen gewissen Widerwillen gegen das Rauchen.

Auch die Heidelbeerblätter haben heilende Wirkung. Äußerst wichtig ist zu betonen, dass die Blätter vor der Fruchtreife gesammelt werden müssen, so dass der heilwirkende Inhaltsstoff, das Myrtillin, noch im Blatt vorhanden ist. Werden die Blätter erst zusammen mit den Beeren geerntet, sind sie ohne Heilwirkung. Diese, zum richtigen Zeitpunkt gesammelten Heidelbeerblätter, sind ein ausgezeichnetes Heilmittel bei Zuckerkrankheiten. Das Myrtillin der Heidelbeerblätter wirkt als "pflanzliches Insulin", wobei gleichzeitig eine regelmäßige ärztliche Kontrolle nicht fehlen darf. 1 Esslöffel getrockneter Blätter wird mit einer Tasse heißem Wasser übergossen. Nach 10 Minuten seiht man ab und trinkt 2 bis 3 Tassen Heidelbeerblätter-Tee pro Tag. Dieser Tee wirkt auch gut bei Harnleiterkatarrh.

Pfarrer Künzli empfiehlt die Heidelbeerblätter bei Haarausfall. "Die Abkochung von frischen oder gedörrten Heidelbeerblättern ist ein wirksames Mittel gegen Haarausfall. Die Anwendung ist einfach: Man reibt mit der Abkochung jeden Abend den Haarboden ein." (Das Grosse Kräuterheilbuch, S. 336)

Sabine Anliker



Rasa Shastra in der Ayurvedischen Medizin [XX]

Sabine Anliker, M.Sc. (Ayu)



Sabine Anliker ist seit 1997 Naturheilpraktikerin mit den Fachrichtungen Traditionelle Europäische Naturheilkunde, Homöopathie und Bioresonanz in eigener Praxis in Luzern in der Schweiz. Sie hat 2013 die Ausbildung "Master of Science der Ayurveda-Medizin" an der Europäischen Akademie für Ayurveda und der Middlesex University (London) abgeschlossen.

5 Herstellung von Quecksilber

5.2 Die acht Samskaras von Parada (Mercury)

5.2.5.3 Tiryak Patana Samskara (diagonaler Destillationsprozess)

Der Destillationsprozess von Quecksilber in diagonaler Richtung wird triyak patana samskara genannt.

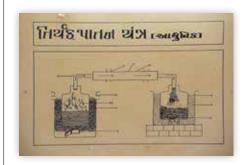


Abb. 1: Destillationsprozess

Sr. No.	Bestandteile	Mengen (g)
1.	Adhahpatita Parada	1161 g
2.	Feines Glimmerpulver (dhanyabhraka)	72.5 g
3.	Gesamtmenge Kanji erforderlich für mardana	11

Tabelle 1: Bestandteile von Tiryak Patana Samskara

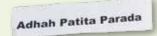
Vorarbeiten für Tiryak Patana Samskara:

- 1. Das gereinigte Quecksilber (adhah patita Parada) des zweiten Sublimationsprozesses (adhah patana) wurde mit (1/16 Teil des Quecksilbers), feinem Glimmerpulver (dhanyabhraka) im Eisenmörser (khalva yantra) vermischt und trituriert.
- 2. Kanji (fermentiertes Reiswasser) wurde in der erforderlichen Menge hinzugefügt, um die Paste mit den genannten Bestandteilen während des Triturationsprozesses in einer weichen, halbflüssigen Form zu halten. Die ganze Zeit über blieb der Mörser auf einer heißen Platte (tapta khalva) bei einer Temperatur von 50°C bis 55°C.
- 3. Nachdem die Paste 27 Stunden lang gerührt worden war, hatte das Quecksilber seine Form verloren und kleine Quecksilber-Kügelchen (nashta pishti) hatten sich gänzlich mit der Paste vermischt.
- 4. Die Eisenflasche, in die die Paste mit dem Quecksilber für die Destillation gefüllt werden soll, wurde mit in Tonerde getränkten Baumwolltüchern umwickelt. Fünf Schichten Tücher waren erforderlich, über die noch einmal Tonerde verteilt wurde. Die Tonerdeschichten wurden getrocknet. Sie dienten als Schutz gegen die intensive Hitze.
- 5. Die Paste mit dem integrierten Quecksilber wurde behutsam in die Eisenflasche gefüllt. Alle Materialien, wie Mörser, Stößel, Löffel usw. wurden sorgfältig mit etwas Kanji gereinigt, so dass die ganze Paste in die Flasche gefüllt werden konnte und kein Quecksilber verloren ging. Der Reinigungs- und Einfüllprozess dauerte ca. 11/2 Stunden.









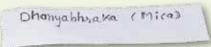




Abb. 3: Vermischen von Quecksilber und Glimmer



Abb. 4: Trituration



Abb. 5: Quecksilber verliert seine Form



Abb. 6: Trituration bis nashta pishti



Abb. 7: Umwickeln der Eisenflasche mit Tonerde und Baumwolltüchern



Abb. 8: Einfüllen der Paste in die Eisenflasche

Rasa Shastra



Abb. 9: Die Flasche wird in den Ofen gestellt



Abb. 10: Destillationsapparat

6. Die Eisenflasche wurde sorgfältig mit dem Destillationsrohr verschraubt und das Verbindungstück mit einem in Tonerde getränkten Baumwolltuch umwickelt, um zu verhindern, dass Quecksilber entweicht.

7. Die Flasche wurde vorsichtig in den aufrecht stehenden Elektro-Muffelofen gestellt und mit einer Platte bedeckt, um die Hitze im Ofen zu halten. Die Platte war mit einer kleinen Öffnung versehen, durch die das Verbindungsrohr - es verbindet die Flasche mit dem Destillationsapparat - geführt wurde. Am unteren Ende des Destillationsrohres wurde ein Wasserschlauch angebracht, der Kühlwasser während des Destillationsprozesses zuführte. Am oberen Ende des Rohres wurde ein Wasserablaufschlauch befestigt, durch den das Wasser ablaufen konnte. Das destillierte und gereinigte Quecksilber wurde in einem mit Wasser gefüllten Glas am Ende des Destillationsapparates aufgefangen Alle Geräte waren nun angeschlossen und bereit, den Destillationsprozess (tiryak patana) zu beginnen.

Zeitplan:

Die Vorarbeiten von tiryak patana samskara wurden vom 12. Juli bis zum Morgen des 16. Juli 2012 durchgeführt. Die Trituration dauerte 27 Stunden und der Waschvorgang 1 1/2 Stunden.

Beobachtung:

- 1. Die Farbe der Paste mit den oben genannten Bestandteilen wurde nach einer halben Stunde rühren dunkelbraun.
- 2. Nach 11 Stunden der Trituration wurde das Quecksilber in der Paste ein wenig schwerer und kompakter.
- 3. Nach 25 Stunden rühren hatte sich das Quecksilber in eine träge, kompakte Masse verwandelt und fing an, Flocken abzusondern. Nach weiteren 20 Minuten verlor das Quecksilber vollkommen seine Form und war nur in Form kleiner Kügelchen (nashta pishta) erkennbar.
- 4. Zu beobachten war, dass für die Trituration eine gewisse Konsistenz der Paste erforderlich war, die weder zu trocken noch zu flüssig sein durfte, so dass das Quecksilber sich von seiner Form lösen und mit der Paste vermischen konnte.

Sicherheitsmaßnahmen:

- 1. Der Triturationsprozess muss so lange durchgeführt werden, bis das Quecksilber richtig mit dem Glimmerpulver (pishti nirmana) verschmolzen ist.
- 2. Die Eisenflasche muss sorgfältig mit dem Destillationsrohr verschraubt und das Verbindungsstück zusätzlich mit einem in Tonerde getränkten Baumwolltuch umwickelt werden, um zu verhindern, das Quecksilber entweicht.

Tabelle 2: Bestandteile von Tiryak Patana Samskara

Nr.	Voraussetzungen für Pishti Nirmana		Beobachtungen
1.	Durchschnittliche Flüssigkeitsmenge (Kanji)	1.8	
	die Herstellung von Pishti. (Parada und Dhar		
2.	Erforderliche Durchschnittszeit für die	Tag 1 - 3 Std.	27 Std.
	Herstellung von <i>Dhanyabhraka pishti</i> .	Tag 2 - 13 Std.	
		Tag 3 - 10 Std.	
		Tag 4 - 1 Std.	
3.	Gewicht von <i>Pishti</i>		1292 g



Abb 11: Einschalten der Hitze



Abb. 12: Die Hitze wird auf 600°C gebracht.



Abb. 13: Nach der Destillation wird das Eisengefäß vom Destillationsrohr getrennt



Abb. 14: Einsammeln der Rückstände von dhanyabhraka

Haupt-Arbeitsgang von Tiryak Patana Samskara:

- 1. Der aufrecht stehende Elektro-Muffelofen wurde eingeschaltet und auf eine Temperatur von 600°C gebracht.
- 2. Nach 5½ Stunden war der Destillationsprozess (*tiryak patana*) beendet und Quecksilber im Wasserglas aufgefangen. Der Ofen wurde ausgeschaltet und bis zum nächsten Morgen zum Abkühlen stehen gelassen.
- 3. Am nächsten Morgen wurde die Eisenflasche vom Ofen genommen und vom Destillationsrohr abgeschraubt.
- 4. Das übrig gebliebene Quecksilber im Innern des Destillationsrohrs wurde durch Klopfen auf das Rohr herausgelöst.
- 5. Vom Boden der Eisenflasche wurde die grau-schwarze Asche (die Rückstände von *dhanyabhraka*), die auch noch kleine Mengen Quecksilber enthalten hatten, entfernt.
- 6. Das gesamte Material wurde gereinigt und das restliche Quecksilber vorsichtig aus der Asche und dem Material eingesammelt.





Abb. 15: Einsammeln des Quecksilbers aus der Asche



Abb. 16: Auffangen von verdampftem Quecksilber



Fig. 17: Quecksilber nach Tiryak Patana Samskara

Zeitplan:

Der Haupt-Arbeitsgang von tiryak patana samskara wurde vom 16. bis 17. Juli 2012 durchgeführt. Der Destillationsprozess war innerhalb von 5 1/2 Stunden abgeschlossen.

Beobachtungen:

- 1. Nach einer Stunde war eine Temperatur von 300°C erreicht. Die Tonerdeschicht um das Gefäß herum fing an zu brennen und Rauch und ein stark verbrannter Geruch stiegen ca. 15 Minuten lang aus dem Ofen auf.
- 2. Nach 75 Minuten waren 350°C erreicht und die ersten Tropfen Quecksilber tauchten aus dem Destillationsrohr auf.
- 3. Nach 2 Stunden stieg die Temperatur bis auf 600°C an. Größere Mengen Quecksilber flossen heraus.
- 4. Nach 4 1/2 Stunden flossen nur kleine Mengen und kleinste Tropfen Quecksilber heraus.

Sicherheitsmaßnahmen:

Die Temperatur muss regelmäßig kontrolliert und der ganze Prozess sorgfältig beobachtet werden.

Beobachtungen nach den drei Patana Samskaras:

- 1. Nach diesen drei Prozessen scheint Quecksilber silbrig-weiß.
- 2. Bemerkenswert war die Tatsache, dass das Quecksilber seine Beweglichkeit verloren hatte und jetzt weniger aktiv war. Wenn kleine Quecksilbertropfen mit einem Löffel aufgenommen wurden, konnte beobachtet werden, dass das Metall träge geworden war und sich langsamer bewegte als vorher.

... wird fortgesetzt

Ergebnisse von Tiryak Patana				
1.	Gewicht von Adhah Patita Parada	1161 g		
2.	Gewicht von Tiryak Patita Parada obtained	1111 g		
3.	Gewichtsverlust von Parada	50 g		
4.	%-Verlust von <i>Parada</i>	4.3 %		
5.	Genommene Probe für die Analyse	10 g		
6.	Parada nach der Analysenprobe erhalten	1101 g		
7.	Rückstände aufgenommen vom Bodes des	101 g		
	Tiryak Patana Yantra			

Tabelle 3: Ergebnisse von Tiryak Patana Samskara

Kontaktadresse Sabine Anliker Ayurveda Medizin M.Sc. Naturheilärztin NVS, Homöopathie, Bioresonanz Büelstrasse 17 · 6052 Hergsiwil, Schweiz



Ayurvedische Medizin. Aquarell eines indischen Künstlers: "Mitglied der medizinischen Kaste" http://wellcomeimages.org/indexplus/obf_images/42/ea

Organon [LXIX]



Die Kunst des Heilens Dr. E. Krishnamacharya

Dr. Ekkirala Krishnamacharya (1926–1984) war Universitätsdozent für vedische und orientalische Literatur, ein Heiler und praktizierender Homöopath. Er gründete zahlreiche spirituelle Zentren in Indien und Westeuropa sowie Schulen und mehr als 100 homöopathische Behandlungsstellen in Indien, wo die Kranken kostenlos behandelt werden. Dr. E. Krishnamacharya gab viele Bücher auf Englisch und Telugu heraus. Seine Schriften umfassen Veda, die alten Weisheiten, Yoga, Astrologie, Homöopathie und spirituelle Praxis. Eines seiner wichtigsten Ziele war die Fusion von Ost und West.

§ 228

Bei den durch Körper-Krankheit entstandenen Geistes- und Gemüths-Krankheiten, welche einzig durch homöopathische, gegen das innere Miasm gerichtete Arznei, nächst sorgfältig angemessener Lebensordnung zu heilen sind, muß allerdings auch, als beihülfliche Seelen-Diät, ein passendes, psychisches Verhalten von Seiten der Angehörigen und des Arztes gegen den Kranken sorgfältig beobachtet werden. Dem wüthenden Wahnsinn muß man stille Unerschrockenheit und kaltblütigen, festen Willen, - dem peinlich klagenden Jammer, stummes Bedauern in Mienen und Gebehrden, - dem unsinnigen Geschwätze, nicht ganz unaufmerksames Stillschweigen, einem ekelhaften und gräuelvollen Benehmen und ähnlichem Gerede, völlige Unaufmerksamkeit entgegensetzen. Den Verwüstungen und

Beschädigungen der Außendinge beuge man bloß vor, verhüte sie, ohne dem Kranken Vorwürfe darüber zu machen, und richte alles so ein, daß durchaus alle körperlichen Züchtigungen und Peinigungen1) wegfallen. Dieß geht um desto leichter an, da beim Arzneieinnehmen - dem einzigen Falle, wo noch Zwang als Entschuldigung gerechtfertigt werden könnte - in der homöopathischen Heilart die kleinen Gaben hülfreicher Arznei dem Geschmacke nie auffallen, also dem Kranken ganz unbewußt in seinem Getränke gegeben werden können, so daß aller Zwang unnöthig wird.

Samuel Hahnemann, M.D.

1) Man muß über die Hartherzigkeit und Unbesonnenheit der Aerzte in mehren Krankenanstalten dieser Art erstaunen: ohne die wahre Heilart solcher Krankheiten auf dem einzig hülfreichen, homöopathischarzneilichen (antipsorischen) Wege zu suchen, begnügen sich diese Grausamen, jene bedauernswürdigsten aller Menschen durch die heftigsten Schläge und andre qualvolle Martern zu peinigen. Sie erniedrigen sich durch dieß gewissenslose und empörende Verfahren tief unter den Stand der Zuchtmeister in Strafanstalten, denn diese vollführen solche Züchtigungen nur nach Pflicht ihres Amtes und an Verbrechern, jene aber scheinen ihre Bosheit gegen die vorausgesetzte Unheilbarkeit der Geistes- und Gemüths-Krankheiten, im demüthigenden Gefühle ihrer ärztlichen Nichtigkeit, durch Härte an den bedauernswürdigen, schuldlosen Leidenden selbst auszulassen, da sie zur Hülfe zu unwissend und zu träge zur Annahme eines zweckmäßigen Heilverfahrens sind.

Erklärung

Mentales Leiden bei Psorischen Krankheiten mit schlechter körperlicher Verfassung sind laut Theorie nicht heilbar, jedoch durch eine "Anti-Psorische Behandlung" gepaart mit regulierten Lebensgewohnheiten schon heilbar. Das Verhalten des Arztes und der Familienmitglieder des Patienten sollte auch reguliert werden. Es sollte die erforderliche mentale Stärke, die zu Beginn einer Heilung notwendig ist, geschaffen werden. Ruhe und Gelassenheit sollten in Fällen von rasendem Wahnsinn gezeigt werden. Entschiedene Ruhe, Liebe und Zuneigung sollten einem entmutigten Patienten mit Geistesstörungen entgegengebracht werden, der Mitleid erregend weint. Im Falle von Patienten, die ohne jede Bedeutung sprechen, ist Stille

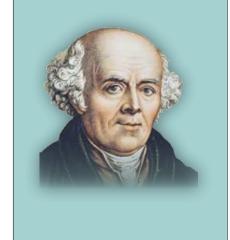
und keine Zurückweisung angezeigt. Im Fall von Patienten mit hasserfülltem Verhalten und einer obszönen Sprache sollte vollkommene Missachtung gezeigt werden. Wir müssen diese Menschen nur davon abhalten, Dinge zu beschädigen und Menschen zu schlagen. Es sollte auch nicht auf die Untaten hingewiesen werden. Es gibt keine Notwendigkeit, sie physisch leiden zu lassen oder zu bestrafen. Zwang ist vielleicht nur notwendig für die Gabe der Medizin, vielleicht sogar für eine quantitativ geringe Menge an Medikamenten, die vielleicht süß

schmecken. Sie können aber mit Wasser oder Milch gegeben werden, ohne dass der Patient etwas merkt, und man kann so verhindern, die Gabe erzwingen zu müssen

§ 229

Auf der andern Seite sind Widerspruch, eifrige Verständigungen, heftige Zurechtweisungen Schmähungen, so wie schwache, furchtsame Nachgiebigkeit bei ihnen ganz am unrechten Orte, sind gleiche schädliche Behandlungen ihres Geistes und Gemüths. Am meisten werden sie jedoch durch Hohn, Betrug und ihnen merkliche Täuschungen erbittert und in ihrer Krankheit verschlimmert. Immer müßen Arzt und Aufseher den Schein annehmen, als ob man ihnen Vernunft zutraue. Dagegen suche man alle Arten von Störungen ihrer Sinne und ihres Gemüths von außen zu entfernen; es giebt keine Unterhaltungen für ihren umnebelten Geist, keine wohlthätigen Zerstreuungen, keine Belehrungen, keine Besänftigung durch Worte, Bücher oder andere Gegenstände für ihre, in den Fesseln des kranken Körpers schmachtende, oder empörte Seele, keine Erquickung für sie, als die Heilung; erst von ihrem zum Bessern umgestimmten Körper-Befinden strahlet Ruhe und Wohlbehagen auf ihren Geist zurück 1).

Samuel Hahnemann, M.D.



1) Nur in einer, eigens dazu eingerichteten Anstalt läßt sich die Heilung Wahnsinniger, Wüthender und Melancholischer bewerkstelligen, aber nicht im Kreise der Familie des Kranken.

Erklärung

Auf der anderen Seite sollten widersprüchliche Argumente oder Ärger und lautstarke Erklärungen, die auf Fehler hinweisen, oder lange Predigten unterlassen werden. Angst, Unterwerfung, Zaghaftigkeit und eine nachgiebige Stimmung sollten auf keinen Fall gezeigt werden. Ein solches Verhalten verärgert den Patienten und ruft Aggression hervor. Patienten mit Geistesstörungen haben eine übermäßige Wahrnehmung. Leicht können sie jeden Unterwerfungsgedanken oder verletzende Ideen aufnehmen. Es ist nur wünschenswert, ihr Vertrauen zu gewinnen, indem wir uns glaubhaft verhalten. Sowohl der Arzt als auch der Betreuer sollten diesen Prinzipien folgen.

Soweit wie möglich sollte darauf geachtet werden, dass die Umgebung frei von für die Sinne und den Geist des Patienten provozierenden Dingen ist. Sie sind schließlich die Leidenden. Es ist, als wären sie durch Krankheit angekettet und eingesperrt in einem Gefängnis, das als erkrankter Körper bezeichnet wird, und sie weinen Herz zerreißend. Sie haben nicht die Möglichkeit, Zeit so zu verbringen wie wir. Ihre umwölkten Seelen haben keine Möglichkeit zur Freude. Sie haben auch keine gute Unterhaltung. Es gibt keine Möglichkeit für sie, guten Unterricht zu erhalten. Sie können sich

§ 230

Sind die, für den besondern Fall der jedesmaligen Geistes- oder Gemüths-Krankheit (- sie sind unglaublich verschieden -) gewählten Heilmittel, dem treulich entworfenen Bilde des Krankheits-Zustandes ganz homöopathisch angemessen, welches, wenn nur genug der nach ihren reinen Wirkungen gekannten Arzneien dieser Art zur Wahl vorhanden sind, auch desto leichter bei unermüdlicher Aufsuchung des passendst homöopathischen Heilmittels zu erreichen ist, da der Gemüths- und Geistes-Zustand eines solchen Kranken, als das Haupt-Symptom, sich so unverkennbar deutlich an den Tag legt -, so sind oft die kleinstmöglichen Gaben hinreichend, in nicht gar langer Zeit, die auffallendste Besserung hervorzubringen, was durch die größten, öftern Gaben aller übrigen, unpassenden (allöopathischen) Arzneien, bis zum Tode gebraucht, nicht zu erreichen war. Ja, ich kann aus vieler Erfahrung behaupten, daß sich der erhabne Vorzug der homöopathischen Heilkunst vor allen denkbaren Curmethoden, nirgend in einem so triumphirenden Lichte zeigt, als in alten Gemüths- und Geistes-Krankheiten, welche ursprünglich aus Körper-Leiden, oder auch nur gleichzeitig mit denselben entstanden waren.

Samuel Hahnemann, M.D.

nicht in guten Diskussionen entspannen. Sie können keine Bücher lesen. Solange ihre Gesundheit nicht wieder hergestellt wird, können sich die Strahlen des Friedens und der Ruhe nicht in ihren Gemütern niederlassen.

Erklärung

Es gibt unzählige Medikamente, die in der Lage sind Psora zu überwinden und für solche Patienten nützlich zu sein. Sie sollten mit Reinheit geehrt werden. Ihre Wirkungen sollten mit Sorgfalt untersucht werden. Uneingeschränkte und unermüdliche Anstrengungen sind erforderlich, um passende Mittel zu finden. Es ist leichter, denn es gibt mentale Symptome. Das Hauptsymptom des Patienten sollte zuallererst notiert werden. Wenn eine Behandlung auf diese Weise stattfindet, kann eine Wiederherstellung der Gesundheit in viel kürzerer Zeit erfolgen. Es ist nicht notwendig, den Patienten dazu zu bringen unpassende Mittel in höheren Dosen zu schlucken und sein Ende zu sehen. Bei langen Geisteskrankheiten gibt es keine andere Methode, die so leicht wirkt wie eine ausgezeichnete homöopathische Behandlung. Das wird mit unerschrockenem Vertrauen kundgetan und basiert auf vielfachen Erfahrungen.

Entnommen dem Buch Organon of the art of healing, Kulapathi Ekkirala Krishnamacharya 3rd Edition, 1999, The World Teacher Trust, Visakhapatnam, India

Verhungern trotz Überfluss

Miriam Müller



Miriam Müller-Asghedom ist Naturheilpraktikerin TEN, Medizinische Ayurveda Spezialistin und in Ausbildung zum Master of Sience in Ayurveda-Medizin.

Täglich werden wir überflutet mit Ernährungstheorien, wie ein gesundes Essen zusammengestellt sein muss und welche Spurenelemente, Mineralien, Vitamine etc. wir benötigen, damit unser Körper keine ernährungsbedingten Mangelzustände erleidet.

Paradoxerweise nehmen aber ernährungsbedingte Krankheitsbilder wie Übergewicht, Osteoporose, rheumatische Erkrankungen, Allergien und Herz-Kreislaufprobleme in wachsendem Maße zu. Aus ayurvedischer Sicht droht der moderne Mensch trotz des Übermaßes und der Fülle an Nahrungsangeboten geradezu zu verhungern. Fettleibigkeit, Knochenabbau, Erkrankungen des Nervensystems, Hautkrankheiten, Immunschwäche bis hin zur Unfruchtbarkeit sind laut Ayurveda ein Hinweis dafür, dass die Körpergewebe trotz ausreichender Nahrungszufuhr, bedingt durch einen unzureichenden Zellstoffwechsel, mangelhaft genährt werden. Das Jahrtausend alte Wissen der Vedischen Gelehrten erläutert uns die tieferen Zusammenhänge der Ursachen.

In der ayurvedischen Ernährungslehre liegt die Betonung vor allem auf der Verwertung der Nahrung. Wesentlich ist dabei nicht nur, was man zu sich nimmt, sondern primär, was der Körper daraus macht. Eine optimale Aufnahme der zugeführten Nährstoffe sowie die vollständige Ausscheidung von Abfallprodukten, die beim Stoffwechselvorgang entstehen, sind entscheidend für eine gesunde Nährung und Erhaltung des Körpers. Um dieses Ziel zu erreichen, ist das Agni (Verdauungsfeuer/Stoffwechsel) von enormer Bedeutung. Agni ist der zentrale Faktor, der über Verdauung oder Verdauungsstörung entscheidet und ist der Funke, der alle Stoffwechselprozesse des Körpers ankurbelt.

Der Ayurveda kennt 13 Agnis, von denen das *Jathar-Agni*, welches sich im Magen-Darmbereich befindet, die Hauptrolle spielt. Das Jathar-Agni ist zuständig für das Spalten der Nahrung in das, was der Körper aufnimmt (Ahara-Rasa, der Saft der Nahrung) und was der Körper ausscheidet.

Jede Gewebeschicht hat ihr eigenes Verdauungsfeuer. Der Ayurveda beschreibt diese schrittweise Verwertung der Nahrung als *Dhatu-Parinama* (Gewebs-Transformation), bei der die Nährstoffe in Energie oder Körpersubstanz verwandelt werden, um die Zellen zu nähren, zu erhalten und zu regenerieren.

Eine Störung des Verdauungsfeuers auf irgendeiner Dhatu-Ebene (Gewebe-Ebene) erschwert den gesamten Assimilationsvorgang, und die Weitergabe der Nährstoffe an die nächstfolgenden Gewebe ist nicht einwandfrei gewährleistet, so dass diese allmählich verhungern. So erklären sich laut Ayurveda die anfangs erwähnten Krankheitsbilder bis hin zur Unfruchtbarkeit.

Verhungern trotz Überfluss

Wie kann man die Funktionstüchtigkeit der Agnis wiederherstellen oder aufrechterhalten?

Der Ayurveda kennt viele wirkungsvolle Methoden, um unser Agni zu stärken oder zu balancieren. Hier einige Tipps, welche die meisten Menschen ohne gro-Ben Aufwand in ihrem Alltag integrieren können:

- Tageszeiten einhalten (Frühstück, Mittag-, Abendessen) und drei bis sechs Stunden Abstand zwischen den Mahlzeiten lassen d.h. keine Zwischenmahlzeiten (außer Kinder und Jugendliche).
- Essen anpassen an: Jahreszeit (im Sommer leichtere Kost essen) und an die eigene Konstitution (Vata, Pitta, Kapha).
- Warmes Essen damit Agni (Verdauungsfeuer) die Nahrung gut verarbeiten kann, sollte das Essen warm sein oder erwärmende Wirkung haben (Gewürze!). Kalte und rohe Nahrung belasten die Verdauung und kann daher eher am Mittag und nicht in großen Mengen konsumiert werden.
- Trinken: zum Essen sollte in Maßen getrunken werden - ein bis zwei Gläser während einer Hauptmahlzeit, je nach Klima und Zusammensetzung

- des Essens. Keine extrem kalten Getränke. Häufiges Trinken kleiner Mengen heißen Wassers (10-20 Min. gekocht) über den Tag verteilt, je nach Konstitution kann eine Scheibe frischer Ingwer hinzugefügt werden.
- Bitterstoffe tonisieren den ganzen Magen-Darm-Trakt. Die Darmperistaltik wird lebhafter; Magen, Leber, Gallenblase, Bauchspeicheldrüse und Darm vermehren ihre Verdauungssäfte.
- Gelegentlich einen Fastentag mit einer Reis-Bohnen Suppe einlegen.
- Ort und Art des Essens: nicht unter Stress, an unruhigen Orten, unter starken Emotionen oder während des Gehens essen.
- Auf die Essensmenge achten: 1/3 festes, 1/3 flüssig, 1/3 des Magens leer lassen. Überessen und zu schweres Essen vermeiden.

Die ayurvedische Medizin beschäftigt sich mit allem, was das Leben beinhaltet. Die Gesundheit des Einzelnen hängt sehr stark von seinen täglichen Lebensgewohnheiten, seiner Ernährungsweise und der positiven Erfüllung seiner körperlichen und emotionalen Bedürfnisse ab. Das übergeordnete Ziel des Ayurveda wird unter zwei Aspekten beschrieben: Die Förderung und Erhaltung der Gesundheit und die Beseitigung der Krankheit. Hierfür werden eine Vielzahl von Heilmethoden eingesetzt, welche eine ganzheitliche Wirkung auf die Ursache, Auswirkungen und Symptome einer Krankheit ausüben und zur Vorbeugung oder Akutbehandlung eingesetzt werden können.



Kontakt Insel 1 · 8750 Glarus / Schweiz miriamasghedom@sunrise.ch



Der KÖRPER
ist ebenso göttlich
wie die SEELEwerden sie doch aus
der gleichen QUELLE gespeist.

Dr. K. Parvathi Kumar

Okkultes Heilen [CVIII]

Prof. Dr. h.c. K. Parvathi Kumar

Prof. Dr. h.c. K. Parvathi Kumar ist Autor von mehr als 100 Büchern. Auf fünf Kontinenten hielt er über 500 Seminare. Seine Themenbereiche umfassen Meditation, Yoga, Philosophie, Astrologie, Heilen, Farbe, Klang, Symbolik der Weltschriften, Zeitzyklen, u.v.m.

Durch den eigenen Willen kann man die psychische Energie steuern. Im okkulten Sinn ist das alte Sprichwort zutreffend: "Wo ein Wille ist, da ist auch ein Weg." Menschen können durch ihren eigenen Willen beflügelt werden, so dass sie ihre Energie sinnvoll steuern und zur Harmonie des Lebens finden können. In schwachen Personen den Willen zu stärken, ist mit Abstand die beste Heilungstätigkeit. Mit Hilfe des gestärkten Willens kann jede Person an sich selbst Wunder wirken: Sie kann Misserfolge zu Erfolgen wenden, Krankheiten überwinden und scheinbar Unüberwindliches bewältigen. Dafür gibt es zahlreiche Beispiele. Die Menschen müssen an ihre angeborene, innewohnende Fähigkeit erinnert werden. Normalerweise benutzen sie den Willen nicht, mit dem sie ausgestattet sind. Ein Kranker sollte auf nur jede mögliche Weise aufgemuntert werden. Man sollte ihm vermitteln, dass seine Krankheit bald geheilt sein wird und er mit frischer Energie und Tatkraft seinen Weg ins Leben finden wird.

Zum Beispiel kann man einen Diabetiker über die notwendige Disziplin unterrichten, durch die er seinen Diabetes kontrollieren kann. Zu dieser Disziplin gehören angemessene körperliche Betätigung, passende Ernährung und ein richtiger Rhythmus. Man müsste ihn auch darüber informieren, dass er au-Berdem viele weitere Vorteile hätte, falls er der entsprechenden Disziplin folgt, die den Diabetes in Schach hält und für dessen Regulierung sorgt. Wer die Disziplin in Bezug auf den Diabetes befolgt, wird mit Bedacht auswählen, was er isst und trinkt, sowie gewissenhaft auf sportliche Betätigung und seinen Tagesablauf achten. Durch Befolgung dieser Aspekte vermeidet er mögliche Übergewichtigkeit, Bluthochdruck, Herzprobleme und Nierenprobleme. Somit ermöglicht ihm eine einfache Disziplin, weitere Erkrankungen fernzuhalten. Es gibt Personen, die sich nach dieser Diabetes-Disziplin richteten und gesund und wohlbehalten ein Alter von 90 Jahren erreichten. In jüngster Zeit befolgte zum Beispiel der berühmte Philosoph Jiddu Krishnamurthy eine solche Lebensweise. Er nahm nicht einmal Medikamente ein. Es ist reine Willenssache.

Erklärt man einem Diabetes-Patienten stattdessen, dass er eine lebenslange Krankheit hat, die ihn innerhalb von zehn Jahren allmählich zu erhöhtem Blutdruck, Herzproblemen und Nierenproblemen führen wird, dann wird sein Wille geschwächt. Die Autosuggestion beginnt zu arbeiten und lädt im Lauf der Zeit sämtliche Krankheiten ein, denen der Patient schließlich erliegt. Diabetes gilt als Krankheit, die entweder aus Trägheit oder aus Überaktivität entsteht. Wenn man den notwendigen Rhythmus in sein Leben einführt, geht man den goldenen Mittelweg. Trägheit und Überaktivität berühren sich an einem Punkt, den man Ausgeglichenheit nennt. Wer eine ausgewogene Lebensweise hat, hält sich viele Krankheiten fern.

Im Ayurveda sagt man: "Sorge für täglichen Stuhlgang. Der Darm sollte vollständig geleert werden. Solange du nicht wirklich Hunger und Durst hast, solltest du weder essen noch trinken." Solange man dieser Richtlinie folgt, ist man vor jahreszeitlich bedingten und chronischen Krankheiten geschützt, heißt es im Ayurveda. Der Ursprung vieler Krankheiten wird in Verdauungsstörungen gesehen. Wer eine sehr gute und effektive Verdauung hat, wird mit Energie aufgeladen und lebt gesund. Sein Körper hat genügend Widerstandskraft gegenüber Erkrankungen. Aber auch hier muss Willenskraft eingesetzt werden, um dafür zu sorgen, dass man bekömmliche Nahrung zu sich nimmt und einen gesunden, täglichen Stuhlgang hat.

Der Wille wandelt vieles um. Stärkung des Willens ist Heilung. Ein Heiler sollte sich selbst jeden Tag mit der Willensenergie stärken und diese Energie durch Liebe übermitteln, um den Willen der Patienten zu stimulieren. Dies wird wiederum konkret dazu beitragen, die Patienten von der Krankheit zur Gesundheit zu führen. Es hatte eine tiefe Bedeutung, als Jesus sagte: "Ich bin ein Gottessohn und ihr seid auch Gottessöhne." Mit diesen Worten öffnete er den Menschen die Türen zu unzählig vielen göttlichen Möglichkeiten. Mögen die Heiler und Ärzte die Schönheit des Willens erkennen und ihn in geeigneter Weise anwenden, um dem Leben ringsum zu dienen.



Psychotherapie in der Praxis für Neues Bewusstsein

Gertrud Waldis



Gertrud Waldis ist Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie. Sie führt seit 25 Jahren eine eigene Praxis in Sarnen (Schweiz). Ab Frühjahr 2016 widmet sie sich freischaffend ausschließlich der Therapie mit Neuem Bewusstsein.

Wenn der Körper ganz und gar von Leben durchdrungen ist, könnte das bedeuten, dass er heil und ganz ist. Gesundheit ist das Ziel von jeder ärztlichen Handlung, jedenfalls sieht es Hippokrates so vor. Die Naturwissenschaft kann erklären, wie der Körper funktioniert. Sie ist dabei, immer mehr davon zu entdecken. Da das Leben nicht mess-, zähl- und wägbar ist, passt es nicht gut ins Konzept medizinischer Wissenschaft. Psychiatrie - das Spezialfach, beschäftigt sich mit der Psyche (griechisch = Seele) - , ist immerhin als gleichberechtigt anerkannt wie jede andere medizinische Disziplin. Sie ist jedoch auch in der Naturwissenschaft verankert. Die Studien über biologische und andere Ursachen psychischer Störungen halten sich ungefähr die Waage. Die Psychiatrie hält jedoch eine Tür offen zu den nicht fassbaren Realitäten, welche die menschliche Erfahrung so bereichern. In dieser Nische der Medizin wurde im letzten Jahrhundert vieles erprobt, was das rein rationale Bewusstsein um Inhalte aus dem Unbewussten erweiterte, z. B. in der Psychoanalyse. Erklärungen für Ursachen von psychischen Störungen schaukelten das Pendel zwischen biologischen und anderen (wie Verhalten, Umgebung, Erziehung, Trauma, Seelisches) hoch, weil entweder die Psyche oder der Körper dabei zu kurz kamen. Dieses dualistische, alte Bewusstsein ist voller Clichés, Begrenzungen und Glaubenssätze, die sich z.T. gegenseitig ausschließen. Die Menschen verbergen deswegen vieles, verstecken es vor sich selber und sind überzeugt, dass in der Abstellkammer nur Unangenehmes Platz fand. Das Wissen um den göttlichen Teil von jedem Menschen ist leider auch dort gelandet und harrt wie alles andere der Befreiung. Die Überzeugung z. B., dass man nicht aggressiv (=das Leben anpackend) sein darf, ist in der Psychiatrie omnipräsent, obwohl diese Eigenschaft überlebensnotwendig ist. Depression ist u.a. ein Resultat von der Unterdrückung der gesunden Aggressivität und engt Betroffene und Angehörige immer stark ein. Neues Bewusstsein öffnet hier für Weite und Frische und lässt das Leben wieder in Schwung kommen und frei fließen. Sich darauf Einzulassen bedeutet Veränderung, bedeutet eigene Wertvorstellungen genau anschauen und loslassen, was nicht mehr funktioniert. Veränderung ist immer mit dem Gefühl von Angst und Trauer verbunden. So kann der Schritt ins Neue ebenfalls eine depressive Reaktion oder Ängste auslösen, was in diesem Zusammenhang durchaus normal ist. Die Angst vor dem Steckenbleiben im Alten ist oft gleich stark wie die Angst vor dem Weitergehen ins Unbekannte. Die Entscheidung spielt aus der Sicht der Angst keine Rolle, auch wenn das Resultat unterschiedlich sein wird. Sich trotzdem auf einen neuen Weg begeben, heißt dann, die volle Verantwortung für sich und das eigene Leben zu übernehmen, nur für sich selber, sonst für niemanden. Diese Herausforderung ist das Kernthema, worum es im Neuen Bewusstsein geht.

Eine alte indische Weisheit empfiehlt, nur das zu lehren, was der Meister selber praktiziert.

Während vieler Jahre meines Lebens habe ich das Unterbewusste erforscht und Erfahrungen ins Bewusstsein geholt. Ich entdeckte mit Mut und Ausdauer neue Bereiche des Bewusstseins und sammelte dabei viele Erfahrungen mit Loslassen von Altem und mit michauf-Neues-Einlassen. Ich habe dies für mich und mit andern in den Alltag hineingeholt und in die Tat umgesetzt. Jetzt erlaube ich mir, Dir liebe/r Leser/In Unterstützung anzubieten und Dich zu ermuntern:

Wage Erfahrungen mit Neuem Bewusstsein.

Wage aus Deinem Versteck hervorzukommen und Dich zu zeigen.

Wage Veränderungen in Dein Leben einzuladen.

Wage wahrzunehmen, dass Du mehr bist, als was Deine Augen sehen.

Wage Deinem Fühlen zu vertrauen. Wage ganz Dich selbst zu sein, indem Du alles kennst, was Du bist.

Wage über Deinen Verstand hinauszugehen und neue Dimensionen zu entdecken, ohne Dich dabei zu verlieren.

Wage eine neue Art der Verbindlichkeit mit Eigenverantwortung ohne Kontrolle. Wage Dein Bewusstsein sich entfalten zu lassen.

Wage aus Deinem Versteck hervorzukommen und Dich zu zeigen.

Gründe sich zu verstecken gibt es seit Urzeiten unzählige. Von Erfahrungen aus Lemurien, Atlantis bis in die jetzige Kindheit hat jedes für sich persönlich Schlussfolgerungen gezogen. Zusätzlich wurde durch Religion, Schule und Erziehung vieles beigesteuert, das sich

in Glaubenssätzen über sich und die Umwelt summiert. Diese können einschränkend und sehr gegensätzlich sein und bewirken, dass die Großartigkeit des Menschenwesens lieber im Versteck bleibt. Jetzt ist es Zeit hervorzukommen. Behinderndes auszusortieren und sich zu zeigen. Synchrotize liefert wunderbare, wirksame Möglichkeiten, Neues Bewusstsein hier effizient einzusetzen.

Wage Veränderungen in Dein Leben einzuladen.

Das Hervortreten aus dem Versteck kann Veränderungen im Leben bewirken, vielleicht sogar andere, als der Verstand planen würde. Veränderungen einzuladen ist dem Alten Bewusstsein unvertraut, und es wehrt sich dagegen. Die gegensätzlichen Tendenzen gegenüber sich anbahnenden Veränderungen sind oft als Reibung körperlich spürbar. Neues Bewusstsein unterstützt und erleichtert diesen Veränderungsvorgang, der sowieso stattfindet, weil er zum Leben gehört.

Wage wahrzunehmen, dass Du mehr bist, als was Deine Augen sehen können.

Die Entwicklung der Menschheit in den letzten Jahrtausenden ging immer mehr in die rationale Richtung, z. B. "ich glaube nur, was ich sehe". Es ist jedoch für alle Menschen selbstverständlich, dass sie mehr sind als der sichtbare Körper. Sich bewusst um dieses "Mehr" zu kümmern und es anzuschauen, ist mit Angst verbunden, weil die rationale Welt dafür keinen Platz vorsieht, und dadurch innere Konflikte entstehen können. Die meisten Menschen ziehen das Ausblenden von "Mehr" vor. Neues Bewusstsein weckt aus diesem Tiefschlaf und zeigt, wie Beides, Sichtbares und Anderes, unter einen Hut gebracht werden kann.

Wage Deinem Fühlen zu vertrauen.

Die reine Rationalität untergräbt das Selbstvertrauen der Menschen im Sinne von: "Andere können es besser, haben mehr als ich" etc., und es entsteht die Lust, davon auch zu bekommen. Schon läuft das Programm, Notwendiges für Glück, Gesundheit, Wohlstand usw. au-Berhalb von sich zu suchen. Das Richtige kann so nicht gefunden werden. Es existiert nämlich nicht irgendwo drau-Ben, sondern jeweils in jedem Einzelnen. Neues Bewusstsein öffnet den Weg zu sich selber über das Fühlen (damit sind nicht die Gefühle gemeint). So kann das Selbstvertrauen wachsen und damit auch die Eigenverantwortung.

Wage ganz Dich selbst zu sein, indem Du alles kennst, was Du bist.

"Was der Bauer nicht kennt, das isst er nicht." Wie soll Selbstvertrauen entstehen, wenn möglicherweise der wichtigere, größere Teil des Menschen im Unbewussten liegt und nicht bekannt ist? Verwitwete leben nach dem Tod des Partners oft ganz neue Seiten aus, welche die Umgebung erstaunen, weil sie lange Jahre brach lagen. Solchen Anteilen Platz einräumen und sie kennen und schätzen lernen, erweitert die bisherigen Möglichkeiten, das Leben zu genießen. Aspectology ist eine Methode des Neuen Bewusstseins und ein guter Weg, unabhängig vom Tod eines Partners, Verbindung zu den unbekannten, vor mir versteckten Anteilen herzustellen und sie ganz ins Bewusstsein aufzunehmen. Bewusste Ganzheit bildet ein solides Fundament für Selbstvertrauen und Eigenverantwortung.

Psychotherapie in der Praxis für Neues Bewusstsein

Wage über Deinen Verstand hinauszugehen und neue Dimensionen zu entdecken, ohne Dich zu verlieren.

Der menschliche Verstand war ursprünglich anders konzipiert, als wie er heute eingesetzt wird. Er musste im Laufe der Menschheitsgeschichte viele Aufgaben übernehmen, für die er untauglich ist. Er wurde mit Kontrolle ausgestattet und übt diese nun in sehr einschränkender Art und Weise aus. Dabei ist er zunehmend überlastet, sozusagen in eine Erschöpfung geraten. Gleichzeitig wehrt er sich dagegen, seine Alleinherrschaft aufzugeben und dem Fühlen Mitspracherecht zu gewähren. Dies führt zu einem derzeit boomenden Phänomen der Ziellosigkeit, des Chaos, des Nicht-Abschalten-Könnens, der körperlichen Erschöpfung (genannt burn out).

Im letzten Jahrhundert hat die Entdeckung der Drogen die Tür zu anderen Dimensionen geöffnet, oft ein Fluchtweg aus der oben erwähnten Misere. So sehr diese Entdeckung als Verdienst zu würdigen ist, so sehr hat sie viele Menschen ins Verderben geritten, weil weder der Verstand noch der ganze, restliche Mensch innerlich vorbereitet war, mit den anderen Dimensionen zurechtzukommen. Sich dabei zu verlieren ist gleichbedeutend mit psychischem Kranksein, und das erfordert dann enorme Heilkosten.

In unserer natürlichen Entwicklung ist der Einbezug mehrerer Dimensionen in den irdischen Alltag vorgesehen. Neues Bewusstsein bietet auf diesem Entwicklungsweg eine ganze Kiste voller Werkzeug an, damit die Ausdehnung über den Verstand hinaus bei guter Gesundheit von statten gehen kann, und damit die Angst, den Verstand zu verlieren, sich erübrigt. Der Verstand wird im Gegenteil seinen wirklichen Fähigkeiten entspre-

chend integriert. Es entsteht ein lebenskompetentes Team zusammen mit dem Fühlen. Dieses Team der Neuen Kreativität ist effizienter als unter dem Regime des Alten Bewusstseins, der Dualität und der Trennung.

Wage eine neue Art der Verbindlichkeit mit Eigenverantwortung ohne Kontrolle.

regelmäßige Zusammenkunft Eine Gleichgesinnter findet z. B. ohne die Notwendigkeit einer An- oder Abmeldung statt. Solches ist für viele, im alten Bewusstsein verhaftete, durchaus gebildete Menschen, unvorstellbar. Sie würden z. B. einmaliges Nicht-Mit-Machen büßen oder sanktionieren. Damit ist der Kontrollzwang besiegelt, und er macht Initianten und Teilnehmer gleich unfrei. Das Eifersuchtsspiel ist für die gleiche Dynamik ein wohlbekanntes Beispiel. Neues Bewusstsein führt in die wirkliche Freiheit, ist also mit Kontrolle unvereinbar. Weil es da keine Halbheiten mehr gibt, ist die Eigenverantwortung (ich bin ganz und nur für mich verantwortlich) eine unabdingbare Voraussetzung. Das Aufgeben der Kontrolle bedeutet u.a. Verzicht auf Macht. Im Laufe der Veränderung hin ins Neue Bewusstsein wird vieles, z. B. auch die Macht, hinfällig. Dadurch entsteht der Freiraum, das wirkliche Potential des Menschen als Schöpfer zu nutzen. Mit einfachen Mitteln zeigt das Neue Bewusstsein, wo dieses Potential zu finden ist, und wie es in die Realität hineingebracht wird.

Wage Dein Bewusstsein sich entfalten zu lassen.

Auf Anhieb scheint es selbstverständlich, dem Bewusstsein Entfaltung zuzugestehen. Nun ist die Situation ähnlich wie bei einem Patienten, der nach einem

längeren Aufenthalt in einer Psychiatrischen Klinik nach Hause gehen darf. Er hatte dort Annehmlichkeiten, die draußen wegfallen. Er empfindet in der neuen Umgebung eher Ablehnung. Für sich selber einzustehen ist anstrengend, auch wenn die langersehnte Freiheit greifbar vor der Nase liegt. Das alte Ich mit all seinen Begrenzungen und das neue freie Ich müssen sich erst aneinander gewöhnen, voneinander lernen, sich gegenseitig integrieren. Für diese heikle Schnittstelle im Entwicklungsprozess hat das Neue Bewusstsein Merabh und anderes erschaffen, das für alle Teile von einem Menschen einen sicheren Hafen, eine Heimat bereitstellt.

Psychotherapie mit Neuem Bewusstsein räumt mit vielen Tabus auf und stellt sie auf eine Neue Ebene, z. B. Tod, Geburt, Sexualität.

Das Thema Tod ist in der Medizin äu-Berst zwiespältig. Jeder weiß, dass der Tod zum Leben gehört. Krebskranke Menschen können nicht sterben, wenn sie nicht gelernt haben, das Leben selber zu gestalten; das geht Hand in Hand. Die Schulmedizin versucht immer wieder mit allen Mitteln, den Tod (oder das Leben?) zu verhindern oder hinauszuzögern, ist also im Alten Bewusstsein von Entweder/Oder hängen geblieben. Die häufigste Art einer Sterbebegleitung endet mit dem physischen Tod. Dreamwalk Death hat altes Wissen der Tibeter und der Ägypter neu genutzt und hier religionsunabhängig Tore geöffnet für das Davor und Danach. Die Begleitung geht bis in die Dimension der Entscheidungsfreiheit danach (nach dem physischen Tod). Ein Aufzeigen dieser Möglichkeit hat vielen Sterbenden die Angst vor diesem Schritt genommen. Die Dokumentation über die Begleitung tröstete die Hinterbliebenen und ließ sie

leichter zur Ruhe kommen und im eigenen Leben wieder Tritt fassen.

So wie es beim Sterben ein Danach gibt, gibt es bei der Geburt ein Davor, die neun Monate Schwangerschaft. Im Dreamwalk Birth können Eltern gemeinsam fühlen lernen, wie ihr Kind diesen verlassensten Abschnitt seiner Reise auf die Erde meistert und vor allem, wie sie ihm dabei helfen können. Sie lernen aktiv Signale setzen, die dem Kind Wegweiser sind und gewinnen dabei schon eine Vertrautheit mit ihm. Dadurch verläuft die Geburt sanfter, die Zeit danach reibungsloser, die Kommunikation klarer. Hier der Kommentar einer Mutter: "Ich fand es faszinierend, die Seele meines Kindes kennenzulernen und zu wissen, dass es uns auch kennt. Der kontinuierliche Austausch über die Wahrnehmung mit dem Kind, dem Vater und der Begleiterin war sehr bereichernd und half das Bild zu konkretisieren. Diese Begegnungen im Hier und Jetzt waren wunderbar."

Sexualität ist wie kaum ein anderes Thema mit vielen individuellen Vorstellungen, Erwartungen verknüpft, die einem entspannten Erleben wenig dienlich sind. Sie wird nicht nur in der Prostitution mit Macht und Energiediebstahl ausgelebt. Die Sexual-Energy-School (SES) hebt solche Macht- und Energiespiele auf eine übergeordnete Beziehungsebene, hilft diese in vielen Lebensbereichen zu erkennen. Sie regt neue Möglichkeiten an, die eigene Sexualität hingebungsvoll und erfüllend zu leben und zu genießen.

In der Auseinandersetzung mit diesen Themen ist immer Wagemut gefragt. Neues Bewusstsein mit seiner Werkzeugkiste ist das Hilfsmittel zu diesem Wagen. Die Werkzeuge sind für jedermann verständlich und einfach.

Die ganze Werkzeugkiste ist leicht und immer zur Hand. Wer diese Werkzeuge meistern und anwenden kann, wird unabhängig, frei und nutzt Therapieangebote in Eigenverantwortung, nicht nach Schema. In meiner Praxis für Neues Bewusstsein kommen diese Werkzeuge zur Anwendung und "sie wirken" (Zitat). Im Vergleich zu andern Therapien (Zitat): "gewinnt diese Vorgehensweise an Tiefe ohne zu bohren, zu schockieren oder in der Vergangenheit zu verhaften. Sie weckt sanft die eigene Lebendigkeit und stößt so eine Entwicklung an."(Zitatende). Dieser Prozess kann individuell sehr verschieden sein an Intensität, Tempo und Resultat. Neues Bewusstsein, angewendet und praktiziert, kann Leitplanken geben und Wegweiser sein für das persönliche Wagen des Lebens.

Kontaktadresse Praxis für Neues Bewusstsein Dr. med. Gertrud Waldis Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie Schürrain 15 CH-6062 Wilen www.gertrudwaldis.ch gertrud.waldis@bluewin.ch

Der Bauch-unser zweites Gehirn

deutet die bewusste Anwesenheit im gesamten Bauchraum, sowohl im Becken, im unteren Bauch, als auch im 3. Chakra. Ist der Energiefluss der ersten drei Chakras blockiert, äußert sich dies durch Blockaden in der Sexualität, dem Fühlen, der Sinnlichkeit und im Selbstwertgefühl. Hara verbindet mit dem Wurzel-Chakra, dem Willen und der Standhaftigkeit. Hier stehe ich, hier bin ich.

Mit Präsenz im Hara verweilen be-

Kerstin Tschinkowitz



Als Krankenschwester und Ethnologin beschäftigt sich Kerstin Tschinkowitz seit vielen Jahren mit dem Studium der Naturheilkunde verschiedener Völker. Dabei gab ihr die Begegnung mit der Ayurveda- Medizin völlig neue Impulse im Umgang mit Gesundheitsförderung, ganzheitlicher Lebensorientierung und Lebensführung und bestimmt ihre Therapie seit vielen Jahren. Frau Kerstin Tschinkowitz ist Ayurveda-Spezialistin, Heilpraktikerin und Naturärztin in eigener Praxis in Biel CH.

Eine der häufigsten Fragen, die sich viele Menschen bei Entscheidungen stellen: Entscheide ich mit dem Kopf oder aus dem Bauch heraus? Was ist richtig? Kann ich meinem Bauch überhaupt vertrauen? Ja – denn selbst Wissenschaftler bezeichnen den Bauch inzwischen als «zweites Gehirn.

Selbst die Wissenschaft spricht nach den neuesten Erkenntnissen vom Bauch als dem «zweiten Gehirn». Der amerikanische Forscher Michael Gershon hat nachgewiesen, dass im Bauch psychisch hoch aktive Substanzen wie Serotonin, Dopamin und Opiate produziert werden. 90 Prozent der Nervenverbindungen führen vom Bauch zum Gehirn. Der Volksmund spricht von Entscheidungen, die aus dem Bauch heraus getroffen werden. Es wird Zeit, sich wieder mit dem Kraftzentrum - der Mitte - zu verbinden und seine Stimme ernst zu nehmen. In östlichen Traditionen, wie zum Beispiel dem japanischen Kulturkreis, steht Hara, der Bauch, für einen der wichtigsten Aspekte des Lebens und der spirituellen Praktiken. Hara bedeutet: die wahre Natur, mit der man wahrhaft Mensch sein kann.

Jahrtausende alte Gewissheit

Dem Ayurveda ist schon seit Tausenden von Jahren gewiss: Gesundheit steht in engem Zusammenhang mit dem Zustand unseres Bauches. Vor der Geburt nährt der Nabel das ungeborene Kind über die Plazenta der Mutter, nach der Geburt nährt er den Menschen energetisch durch Prana – die Lebensenergie. Das 3. Chakra (Manipura) und das Verdauungsfeuer (Agni) haben ihren Sitz im Bereich des Nabelzentrums. Sie werden durch Nabhi kontrolliert und reguliert. Alle Nadis und Pranas laufen über den Nabel-Nabhi zusammen und können über diesen Hauptpunkt harmonisiert und gestärkt werden. Nabhi ist über die Nadis mit den inneren Organen verbunden und versorgt sie mit Prana und vereint so Feinstoffliches und die Physis. Ist das Nabelzentrum in Harmonie, fühlen wir uns in unserer Mitte und berühren die Wurzel unseres Seins .Die Rationalität der Industrieländer hat uns von unserer Mitte entfernt. Die Vorgaben von Forschung, Medizin, Beweisbarkeit und gesellschaftlichen Normen bestimmen unser Denken und Handeln. Hektik, emotionaler Stress, ungesunde Ernährungs- und Lebensgewohnheiten entfernen uns von unserer wahren Natur. Viele Menschen scheinen den Bezug zu ihrem Bauch und zu ihren Emotionen verloren zu haben. Statt uns auf die Idee «der Bauch muss weg» zu versteifen, sollten wir uns wieder mit unserem Bauchgefühl, unserer Intuition, verbinden. Es liegt an uns aufzuwachen, den Wagen anzuhalten, mit dem wir fahren, auszusteigen und innezuhalten, um unsere Lebensgewohnheiten auf ihre Richtigkeit zu überprüfen und zu überdenken.

Entschleunigung und Regelmäßigkeit

Im Ayurveda gilt der Unterbauch als Hauptsitz des Vata-Doshas. Kommt es zu einer Disbalance, kann sich dies durch verschiedene Symptome wie Völlegefühl, unregelmäßige Verdauung, Spannungskopfschmerzen, Gelenkbeschwerden, Rückenprobleme, Menstruationsbeschwerden und Beschwerden des Urogenitaltraktes, aber auch durch ein schwaches Bindegewebe, träge Blutzirkulation, Lymphstau und einen geringen Muskeltonus darstellen. Entschleunigung und Regelmäßigkeit sowohl im Alltag als auch bei der Ernährung beruhigen das Nervensystem und wirken harmonisierend auf das Vata-Dosha. Die Nahrung sollte vor allem warm, gekocht, nährend, erdend und mild gewürzt sein, um die Verdauungskraft und den Stoffwechsel zu stärken.

Das Pitta-Dosha hat seinen Sitz im Magen, im Zwölf-Fingerdarm und im Dünndarm. Seine Kraft der Führung und der Umwandlung schafft die Freude an der Arbeit, dem Bestimmen und der Entscheidung. Es erfüllt uns mit Wissen und Motivation und lässt uns Hindernisse bewältigen. Nutzen wir diese Kraft sinnvoll, sind wir in unserer Kraft. Verliert die

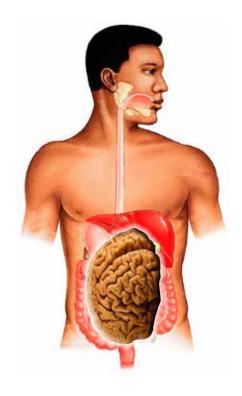
Kraft jedoch die gesunde Verbindung zu unserem Geist, kann sie einen zerstörenden Charakter entfalten, der sich auf körperlicher Ebene durch Entzündungen, Verdauungsstörungen, Durchfall, Sehstörungen (rot sehen) äußern kann. Saure, scharfe, zu salzige und heiße Speisen sollten in diesem Fall unbedingt gemieden werden. Dazu gehören alle sauren Früchte und Gemüse, Kaffee, Fleisch, Alkohol und Essig, sehr salzige Speisen wie Käse und Fertigprodukte. Auf dem Speiseplan sollten kühle, bittere und süße Nahrungsmittel stehen.

"Gesundheit steht in engem Zusammenhang mit dem Zustand unseres Bauches."

Individuelles Konzept

Ayurveda bietet mit seiner Vielfalt an Behandlungsmöglichkeiten ein individuelles und konstitutionsgerechtes Konzept zur Entspannung, Reinigung und Stimulierung des Bauches, seiner Organe und Energiepunkte. Ungelöste Blockaden auf emotionaler und psychischer Ebene sind häufig die Ursache für eine Störung des inneren Gleichgewichts und führen zu körperlichen Beschwerden. Alte Gedankenmuster, die den Umgang mit dem Leben bisher geprägt haben, werden auf ihre Gültigkeit überprüft und können so gelöst, transformiert und ausgeleitet werden.

Die Behandlungsmethoden umfassen zum einen spezielle Massagen, therapeutische Anwendungen, wie Dharas (Güsse), Bastis (innere und äußere Öleinläufe), Pichus (Kräuterölauflagen), die innerliche Verabreichung von Kräutern sowie eine gezielte Ernährung und Gesundheitsberatung. Yoga, spirituelle Therapiemethoden und meditative Übungen unterstützen die Lösung von Blockaden und die Reinigung der Nadis



Der Bauch - unser zweites Gehirn

und Shrotas und bringen grobstoffliche und feinstoffliche Energien in den Fluss. Die Harmonisierung des Bauches, des «zweiten Gehirns», seiner Chakras, Marmapunkte und Nadis, balanciert die Verbindung zwischen dem Denken und Fühlen. Sie lehrt die Stimme des Bauches wahrzunehmen, die Intuition zu schulen und in die Mitte der Kraft zu treten.

"Die Rationalität der Industrieländer hat uns von unserer Mitte entfernt."

Glücksinseln schaffen

Fragen Sie sich jeden Morgen nach dem Aufwachen, was Ihnen heute Freude machen würde, schauen Sie, wo Sie diesen schönen Moment in den Tag einbauen können. Das kann eine Kleinigkeit sein, vielleicht an den See gehen, auf einer Bank sitzen und über das Wasser schauen. Diese kleinen Glücksmomente schulen Ihr Bauchgefühl, es braucht Freude und Liebe, um wieder zu erwachen. Erinnern Sie sich an Momente, in denen Sie in Kontakt mit Ihrer inneren Stimme waren, zeigen Sie ihr die Bereitschaft, sie wieder in Ihr Leben zu integrieren.

Bauchmassage

Wenden Sie sich Ihrem Bauch liebevoll zu, zum Beispiel mit einer schönen Massage für den Morgen oder den Abend. Legen Sie sich auf den Rücken, die Füße schulterbreit auseinander, und lassen Sie Ihren Atem ruhig fließen. Ihre Hände nehmen Kontakt mit Ihrem Bauch auf. Wie fühlt er sich an? Ist er kalt oder warm? Hart oder weich? Ist er in Bewegung oder ganz in der Ruhe? Spüren Sie, wie er sich hebt und senkt, der Atem ruhig und langsam wird, der Bauch sich entspannt und ausdehnt. Schicken Sie ihm mit den Händen Ihre ganze Aufmerksamkeit und danken Sie ihm für seine Arbeit, die er Tag und Nacht bewältigt. Wie fühlt er sich unter der Berührung Ihrer Hände und Ihrer Zuwendung an? Wie verändert sich Ihr Fühlen, Ihr Denken? Sollte Ihr Bauch gerade unter Schwierigkeiten leiden, weil Sie ihn nicht so gut versorgt haben, fragen Sie ihn, was er braucht. Vielleicht möchte er noch eine kleine Bauchmassage für fünf bis zehn Minuten am Morgen oder am Abend? Geben Sie etwas warmes Öl (Sesam- oder Mandelöl) in Ihre Hände und massieren Sie Ihren Bauch ganz sanft mit beiden Händen im Darmverlauf: Hände oberhalb des Bauchnabels auf die rechte Bauchseite legen,

dann gerade rüber auf die linke Seite, dann nach links unten bis unterhalb des Bauchnabels, dann von links auf die rechte Seite und wieder rechts hoch bis oberhalb des Bauchnabels. Die gesamte Handfläche massiert in ruhigen großen Kreisen. Fühlen Sie in die Berührung hinein, halten Sie inne, während Ihr Atem ruhig weiterfließt, und spüren Sie nach. Massieren Sie jetzt mit den Fingern einer Hand kleine Kreise im Uhrzeigersinn, jeder Kreis begleitet von sanftem Hineinfühlen. Halten Sie inne und spüren Sie nach. Legen Sie beide Hände auf den Bauch und lassen Sie sie ruhen. Spüren Sie den Atem, wie er die Nasenflügel streift, durch den Rachen strömt, Brust- und Bauchraum weitet, die Hände hebt und senkt. Bringen Sie Ihre Aufmerksamkeit auf Hara, den Punkt, der vier bis fünf Zentimeter unter Ihrem Nabel liegt, werden Sie sich seiner bewusst und spüren Sie nach.

Kontaktadresse Kerstin Tschinkowitz Freiestrasse 44 CH-2502 Biel/Bienne info@ayurvedabalance.ch

Schulschwierigkeiten [VI]

Homöopathische Hilfe bei Lernstörungen in der Schule

Ravi Roy and Carola Lage-Roy



Ravi Roy wurde in Indien geboren. 1976 kam er nach Deutschland, um die Schriften Hahnemanns in der Originalsprache zu studieren. Er bietet seit 1980 umfassende Homöopathieausbildungen an. Mit seiner Frau Carola Lage-Roy, Heilpraktikerin und Homöopathin, hat er 30 Bücher über Homöopathie geschrieben. Frau Carola Lage-Roy, Heilpraktikerin, führt seit 35 Jahren eine Praxis als Homöopathin und arbeitet seit 17 Jahren mit den von ihr entdeckten und entwickelten Chakrablüten Essenzen.

1. Schulangst

Tuberculinum bovinum (Rinder-Tbc-Nosode)

Der Individualist fürchtet um seine Macht

Auch das tuberkulinische Kind hat Angst vor der Schule. Meist ist es einfach, dieses Mittel an den Allgemeinsymptomen zu erkennen, doch die Ängste des tuberkulinischen Kindes liegen für andere oft nicht sichtbar im Verborgenen. Sie betreffen die Auseinandersetzung mit der Autorität.

Lehrer haben in der Schule naturgemäß die Autorität, aber der Tuberculinum-Schüler will nicht immer das tun, was diese wollen, und deshalb stellt er sich dumm. Er möchte unter allen Umständen sein eigenes Ding durchziehen! Sagt der Lehrer: "Das ist ja alles falsch. Mach es noch einmal!", antwortet der Tuberculinum-Schüler zwar: "O.K.", aber dann vergisst er es ganz schnell, weil er keine Lust dazu hat. Aber der Tuberculinum-Schüler fragt: "Warum muss ich denn das Ganze noch einmal machen? Ich bin nur bereit, das Falsche zu wiederholen." Seine Entschlossenheit bringt ihn oft in schwierige Situationen. Er will seinen Willen durchsetzen und nur das tun, was er für richtig hält. Er lässt sich nicht davon beeinflussen. wie die anderen es machen. Manchmal kann das Tuberculinum-Kind also sehr eigensinnig und verbohrt sein, jedoch entsteht durch die Macht des Lehrers bei ihm die Angst, Dinge gegen seinen Willen durchzuführen. Diese Angst vor der ewigen Konfrontation mit der Autorität kann sehr groß sein und. Die Bezugspersonen können nur vorsichtig mit ihm reden und hoffen, die Ursache seiner Angst herauszuahnen.

Der Schüler muss die Bedeutung des Faches spüren können, denn darin liegt seine Motivation. Zum Beispiel: "Englisch ist mir wichtig, damit ich die Popmusiktexte verstehen kann; deshalb interessiert mich die Macht des Lehrers nicht mehr." Je mehr er an seinem Gefühl der Richtigkeit zweifelt, desto größer wird seine Angst. Denkt das Tuberculinum-Kind morgens: "Heute ist ein schöner Tag", dann läuft der Rest wie am Schnürchen, als ob es den Tag selbst bestimmt hätte. Dabei besteht die Gefahr, dass sich ein Gefühl der Macht über seine Mitmenschen bei ihm einnistet, die er eigentlich bei seinem Gegenüber, dem Lehrer, so sehr missbilligt.

Nach außen hin zeigt das Tuberculinum-Kind keine Angst und auf andere wirkt es sogar ausgesprochen mutig. Seine Angstproblematik entsteht aus der Abneigung gegen jegliche Autorität, die ihm etwas vorsetzt, an das es sich strikt halten muss. Gerät es in Schwierigkeiten mit einem Lehrer, der ihm seine Vorstellungen aufdrängen will, dann sperrt es sich gegen alles. Bei Unverständnis des Lehrers kann es die Lust an dem Fach oder der Schule völlig verlieren. Darin liegt seine eigentliche Angst verborgen, denn die anderen (die Lehrer) haben die Macht, und gewisse Leistungen müssen einfach erbracht werden. Im schlimmsten Fall könnten die Autoritätspersonen ihre Macht missbrauchen und seinen Willen brechen. Der stark tuberkulinisch

Schulschwierigkeiten

geprägte Schüler ist auf gar keinen Fall bereit, im Unterricht mitzumachen, wenn seine Individualität außer Acht gelassen wird. Er fürchtet, dass sein kreatives Selbst missachtet und manipuliert wird.

Die Schule sowie die Lehrer sind Risikofaktoren für ihn, und schon der Gedanke daran kann Ängste auslösen, die der Schüler aber verbal nicht äußert. Sie zeigen sich in körperlichen Missempfindungen wie Kopf- und Halsschmerzen sowie Magen- und Darmbeschwerden. Die andersartigen Wünsche des tuberkulinisch geprägten Kindes sind meist gar nicht so abwegig, doch erfordern sie vom Lehrer ein Umdenken. Dieser Schüler möchte einfach andere Möglichkeiten ausprobieren und experimentieren. Er ist kein Mensch, der sich in eingefahrenen Gleisen bewegt, in denen erstarrte Regeln und Schemata keinen Raum für etwas Neues zulassen. Daher ist ein Tuberculinum-Kind oft besser bei einem Lehrer aufgehoben, in dessen Obhut es seine Kreativität in einem individuellen Rahmen umsetzen kann.

Wie unterscheidet sich der Lycopodium-Schüler vom Tuberculinum-Schüler?

Der Lycopodium-Schüler muss sich immer selbst bestätigen. Er sagt sich: "Ich bin der Beste", aber er sucht dabei die Anerkennung. Wenn er dieses Stadium noch nicht erreicht hat, sucht er ständig die Bestätigung von anderen.

Dem Tuberculinum-Schüler hingegen ist die Anerkennung der anderen nicht wichtig, ihm geht es nur darum, seine eigenen Ideen durchzusetzen.

Wie können Eltern und Erzieher das Tuberculinum-Schulkind fördern?

- Das Tuberculinum-Schulkind können Sie fördern, indem Sie Ihre eigene Denkweise vereinfachen und dabei komplexe Denkmodelle und "altbewährte Wege" fallenlassen, wie z. B. "Das Sparen der Rute verdirbt das Kind". Sogar eine Züchtigung mit Worten oder entsprechenden Handlungen wie Liebesentzug kann das "Rückgrat" des Kindes brechen. Aus einem kreativen, freiheitsliebenden Kind wird dadurch eine farblose Marionette gemacht. Wenn dies einmal geschehen ist, ist es sogar mit der Homöopathie schwer, die Wunde zu heilen.
- Üben Sie Ihre Autorität mit der Bereitschaft aus, sich selbst in Frage zu stellen. Dann wird aus dem Eigenwillen des Kindes begeisterte Mitarbeit. Es wird Sie respektieren und auf Sie hören.
- Zu Hause sollten Sie die Regeln flexibler halten, so dass Ausnahmen möglich sind.
- Prinzipien führen Sie mit abwechslungsreichem Angebot durch. Das Tuberculinum-Kind liebt die Vielfältigkeit der Gesetze.
- Gestalten Sie sein Zimmer so, dass Sie mit kleinen Veränderungen öfter mal eine neue Atmosphäre hineinbringen, ohne die Grundstruktur zu stören.

Wie fördert das Mittel Tuberculinum die Entwicklung des Schulkindes?

- Das Kind wird mehr Vertrauen in sein eigenes Gespür bekommen. Es wird sich besser behaupten können und das Gefühl verlieren, gegen eine Wand zu laufen.
- Seine "ungewöhnlichen" Denk- und Handlungsweisen werden natürlich

- erscheinen und durch die manchmal frappierenden Erfolge Freude bewirken.
- Die Angst nimmt ab, und das Kind geht mit viel mehr Freude und Entspannung zur Schule.
- Seine Kreativität kann sich entfalten und bereitet oft angenehme Überraschungen.

Das Motto von Tuberculinum lautet:

"Selig sind die Mutigen!"

Polionosode (Kinderlähmungs-Nosode)

Lähmende Selbstbegrenzung

Der Schüler, der die Polionosode braucht, ist in einer bestimmten Familiensituation oder mit bestimmten Fähigkeiten geboren, die ihm das Gefühl verleihen, die Anforderungen der Schule und des Lebens nicht angehen zu können. Es ist sein Schicksal, dass er nicht über die gleichen Fähigkeiten wie die anderen verfügt und geringere Leistungen erbringt. Die Angst davor lähmt ihn innerlich und lässt ihn schon beim Versuch, bessere Leistungen zu erbringen, scheitern. Er kann seine selbstgesetzten Begrenzungen nicht überschreiten, bereits der Gedanke, dies zu tun, ist ihm fremd.

Das Polio-Kind will aber den Anforderungen der Schule bzw. des Lebens gerecht werden. Die Unfähigkeit, einer Anforderung nachkommen zu können, löst in ihm Angst aus. Auch die geringste Überforderung kann es vollständig blockieren. Es glaubt, weniger begabt zu sein und kein Recht zu haben, mehr zu verlangen als das, was ihm gegeben wurde.

Es fürchtet aber den Neid der anderen zu spüren, denn ohne diesen Neid würde es sich ja auch anstrengen. Aber es meint, dann hätte es sich seinem Schicksal

nicht richtig ergeben und müsste doch mehr verlangen als das Erbgut, das seine Eltern ihm geschenkt haben. Es denkt in Schicksalskategorien: "Das sind meine Fähigkeiten, und damit sollte ich mich zufriedengeben. Mehr ist einfach nicht drin."

Es kann Gefühle nicht hochkommen lassen, denn diese würden es aus dem lähmungsartigen Zustand reißen. Kampfbereit zu sein würde bedeuten, keine Lähmung mehr zuzulassen.

Der Polio-Schüler stellt wenig Fragen im Unterricht und hält sich nach der Devise zurück: "Was soll ich schon beitragen, ich weiß und kann nur wenig."

Man spürt förmlich seine Angst und Unfähigkeit. Er antwortet auch nicht auf Fragen. Beim Schulanfang hat er Angst davor, den Erwartungen der anderen nicht nachkommen zu können. Der Polionosode-Schüler ist somit auf das Erbarmen seiner Lehrer angewiesen. Er braucht unbedingt Bestätigung, dass seine Leistungen nicht wertlos sind.

Wenn er die Unterstützung nicht bekommt, verschließt er sich in sein Schneckenhaus und ist nicht bereit, den Aufforderungen der Lehrer nachzukommen und aktiv am Unterricht teilzunehmen.

Wie können Sie als Eltern und Erzieher Ihr Polio-Schulkind fördern?

- Das Polionosode-Schulkind braucht eine Umgebung, in der der Druck des Wettbewerbes wegfällt. Die Noten vermitteln lediglich einen Überblick über seine Lernstufe und zeigen ihm, auf welche Weise es weiterkommt.
- Ihm sollte durch eigenes Vorbild und behutsames Zur-Sprache-Bringen gezeigt werden, Schwächen als Tatsachen zu betrachten und wie diese nach und nach in Stärken umzuwandeln sind.

- Richten Sie zu Hause eine Ecke mit verschiedenen einfachen Aufgaben (Bastel-, Werkecke) ein. Es ist eine Atmosphäre zu empfehlen, die den Weg wichtiger nimmt als das Endresultat. Die Freude besteht in der richtigen Handhabung der einzelnen Schritte, die immer wieder geübt werden, bis sie beherrscht werden. Hier gilt besonders die alte Weisheit "Der Weg ist das Ziel".
- Die Zeit sollte zu Hause oder in der Schule keine Rolle spielen. Druck muss durch das Gefühl des stetigen Lernens ersetzt werden.

Wie fördert die Polionosode die **Entwicklung des Kindes?**

- Das Kind wird immer gefühlsbetonter und verliert dadurch seine Angst vor Gefühlen, die mit schlechten Erfahrungen verbunden sind.
- Es wird lernen, sein Recht in der Familien- bzw. Schulgemeinschaft zu behaupten sowie seine Stärken zu erkennen und positiv zu nutzen, um seine Schwächen anzugehen.
- Es wird anfangen, sofort seine Aufgaben mit großem Elan und entsprechender Kraft anzugehen.

Sein Motto lautet:

"Durch die Kleinigkeiten im Alltag fülle ich mein Dasein mit Leben auf." "Kämpfe um Gleichberechtigung!"

2. Konzentrationsschwäche

Ähnlich brisant wie die Schulängste können sich Konzentrationsstörungen auf alle Lebensbereiche des Kindes auswirken. Auch hierfür gibt es eine Reihe von wirkungsvollen homöopathischen Mitteln.

Schulschwierigkeiten

Ailanthus glandulosa (Götterbaum)

Es dämmert nur langsam

Dieses Mittel wirkt nicht so breitfächerig wie z. B. Calcium und Tuberculinum. Aber es ist sehr wirksam bei Kindern, die schwer begreifen können. Es besteht eine Unfähigkeit, sich zu konzentrieren. Schule ist daher immer ein Problem. Diese Kinder müssen Texte mehrfach lesen. um dunkel zu verstehen, um was es sich in etwa handelt. Auch nach mehrmaliger Erklärung haben sie den Stoff nur ungefähr verstanden. Das führt dazu, dass ihre Darstellungen und Rechnungen oft ungenau sind und deshalb danebenliegen. Welche Schwierigkeiten stecken in einem solchen Kind? Seine grundlegende Verwirrung bereitet ihm ständig Probleme. Was es mit den Augen sieht, ist nicht das Gleiche, was es innerlich wahrnimmt. Die inneren Bilder sind in ihrer Reihenfolge (z. B. bei Zahlen) lückenhaft oder verzerrt. Die Zusammenhänge fehlen.

Der Ailanthus-Mensch steht außerhalb seiner Wahrnehmungsbilder. Wenn er Bilder sieht, nimmt er sie auf seine Art wahr, die nicht identisch ist mit der Realität. Wenn sich bei ihm erst einmal ein falsches Bild eingenistet hat, ist es für die Erzieher schwer, ihm das richtige Bild zu vermitteln. Er sieht jedoch nicht alles falsch, nur einiges. Deshalb braucht er auch lange, bis sein inneres Bild sich zurechtgerückt hat und der äußeren Realität entspricht. Man kann sich gut vorstellen, dass die Grundrechenarten einem Ailanthus-Kind schwerfallen. Diese Kinder werden zwar bei ihren Lernversuchen nervös, flippen aber nicht aus und versuchen sich immer wieder an der Aufgabe.

Am besten lässt der Lehrer bei diesem Kind erst einen Lernschritt ganz klar werden und sich setzen, bevor er zum nächsten übergeht. Die Rechenaufgaben sind immer wieder nacheinander nach dem gleichen Schema durchzuführen, nicht aber alle auf einmal.

Im positiven Zustand beharrt das Ailanthus-Kind nicht auf falsch aufgenommenen Informationen. Wenn diese nicht verständlich bzw. fehlerhaft sind, nimmt es sie nicht kritiklos auf, sondern fragt nach. Es will Bilder erst anschauen und sich nicht gleich nach dem ersten Eindruck einprägen (fotografieren).

Barium carbonicum (Bariumcarbonat)

Auswendiglernen statt Verstehen Das Barium-carbonicum-Kind sagt: "Ich kann mich nicht konzentrieren!"

Es hat Angst und meint, die Lehrer werden von ihm genau wissen wollen, was sie gestern unterrichtet haben. Zu Hause sind es dann die Eltern, die immer fragen, wie es in der Schule gewesen ist. Sie wollen alles ausführlich erzählt bekommen. Sie geben dem von Natur aus etwas langsameren Kind keine Zeit, die Gedanken zu fassen. Es glaubt, alles parat haben zu müssen, und wenn es irgend etwas nicht richtig erzählt oder ein falsches Wort benutzt, würden sie über es herfallen und es fertigmachen.

Es muss sich wahnsinnig anstrengen, so dass kein Wort von dem verlorengeht, was der Lehrer gesagt hat. Wenn irgend etwas nicht ganz verständlich ist, sieht es keine Möglichkeit, eine Frage zu stellen, um es richtig zu verstehen. "Wie kann man nur so dumm sein, diese einfachen Sachen nicht zu verstehen?", denkt es. Wenn es trotzdem den Mut aufbringt, den Lehrer zu stören oder zu unterbrechen, dann wartet dieser mit so ungeduldiger Miene, dass es seine Frage gar nicht richtig formulieren kann. Der Stoff wird zu schnell wiederholt und es fühlt sich immer dümmer. Wenn es mal Schritt für Schritt geht und es glücklich ist, alles zu verstehen, werden plötzlich hochgestochene Begriffe oder völlig neue Sachen eingeführt, die es in keinen Zusammenhang bringen kann, und dann fühlt es sich wieder verloren. Der Druck, alles verstanden zu haben, ist so übermäßig, dass es sich einfach nicht konzentrieren kann.

Das Barium-carbonicum-Schulkind braucht also eine Umgebung, in der es sich aufgehoben fühlt und in der es die Zuversicht hat, dass sich die Lehrer liebevoll um es kümmern. Es braucht vertrauensvolle Personen um sich, die den Lernstoff einfach und verständlich beibringen können. Die Gewissheit für die liebevolle Hilfe bildet ihre Basis.

Das Barium-Kind ist glücklich, wenn es mit Geduld durch das Labyrinth des Lernstoffes begleitet wird.

Zu Hause liebt es das Kind, wenn es im Schutz seiner Eltern leben kann. Sie sollten sehr behutsam aber entschieden mit ihm umgehen. Die Grundlagen werden langsam, aber sicher angelegt. Es herrscht eine Atmosphäre der freien Entfaltung und konzentrierten Arbeit. Es wird nicht plötzlich mit dem ganzen Leben konfrontiert, sondern Stück für Stück.

Was bewirkt die Einnahme von Barium carbonicum?

- Das Kind entwickelt den Mut, die Erwachsenen in Frage zu stellen.
- Mit Gleichmut kann es nun ungerechten Handlungen Widerstand leisten.
- Der Schüler beginnt, in der Klasse Fragen zum Verständnis zu stellen.
- Seine Konzentration wächst. Er kann noch nicht ganz verstandene Zusammenhänge im Raum stehen lassen und den Stoff geduldig verfolgen, bis die Klarheit von selbst kommt. Der Lehrer ist nun kein Schrecken mehr für ihn, sondern ein Mensch, mit dem man gut zurechtkommt.

Bei Unklarheiten traut er sich, treffende Fragen zu stellen, um die vielen Zusammenhänge besser zu verstehen.

Sein Motto lautet:

"Ubung macht den Meister!"

Calcium carbonicum (Austernkalk)

Innerlich getrieben, äußerlich abwesend Der Calcium-carbonicum-Schüler möchte zum Kern der Sache vordringen. Um die Sicherheit zu haben, dass er mit seinem Gefühl richtig liegt und nicht verrückt spielt, braucht er die Bestätigung des Lehrers bzw. der Autoritätspersonen. Gegen alle, die sein Gefühl der Unsicherheit nicht erkennen

und respektieren, verhält er sich stur. Er braucht einen Menschen, der ihm Geborgenheit vermittelt, damit er seine Unsicherheit aufgeben kann. Calcium hat grundsätzlich ein Problem mit der Anstrengung, sei sie körperlich, seelisch oder geistig

bedingt. Bei ihm muss der Rahmen klar umrissen sein, dann ist alles in Ordnung. Bei Abweichungen reagiert er sofort, indem er mit der auf ihn zukommenden Anstrengung überfordert ist. Im positiven Zustand ist er absolut geformt und unerschöpflich. Näher wird Calcium carbonicum im Kapitel Angst beschrieben. Die Konzentrationsstörungen bei dem Calcium-carbonicum-Schüler entstehen dadurch, dass er den Stoff langsam und sicher aufnehmen will. Geht der Lehrer nicht behutsam und geordnet vor, fehlen dem Calcium-carbonicum-Schüler wichtige Bestandteile, und er kann dem Restlichen nicht mehr folgen. Die heutige Tendenz, den Stoff durchziehen

zu müssen, bereitet ihm große Schwie-



Austernmuscheln

Schulschwierigkeiten

rigkeiten. Er braucht die Erklärung und das Verständnis vom Kern der Sache. Werden grundlegende Sachverhalte als selbstverständlich hingestellt, ohne sie von allen Seiten zu betrachten, ist es für den Calcium-Schüler nicht einfach, den weiteren Stoff konzentriert zu verfolgen. Er ist noch damit beschäftigt, den vorangegangenen Punkt zu verstehen. Seine besonderen Schwierigkeiten liegen im Rechnen. Vor allem ist es die

Geometrie, die ihm nach einer Weile rätselhaft wird. Fehlt dem Calcium-Schüler das Grundlagenwissen, bekommt er einen Horror vor diesem Fach. Normalerweise kann er gut mit Zahlen umgehen und liebt es sogar, mit Zahlen zu spielen.

Ansonsten kann der Calcium-carbonicum-Schüler Schwierigkeiten haben, ähnliche Wörter auseinanderzuhalten. Er kann sogar beim Sprechen das Wort umgekehrt sagen, z. B. statt Leben - Nebel.

Sein Motto lautet:

"Atme die Kraft der frischen Luft ein!"

.... wird fortgesetzt

Entnommen aus "Homöopathischer Ratgeber - Schulschwierigkeiten, Nr. 19", 6. Auflage 2011, Lage & Roy Verlag D-82418 Riegsee-Hagen

Kontakt Lage & Roy Verlag Burgstraße 8 · 82418 Riegsee-Hagen Tel.: +49 (0)8841-4455 Ravi.roy@lage-roy.de www.lage-roy.de





Fotografie von Luis Miguel Bugallo Sánchez

Traditionelle Europäische Naturheilkunde - TEN [VI]

Autoren:

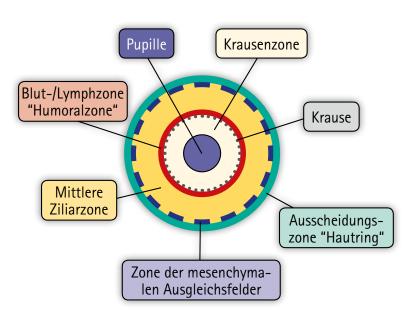
Christian Raimann, Chrischta Ganz, Rosmarie Fehr-Streule, Friedemann Garvelmann, Heide-Dore Bertschi-Stahl

4. Methodik der TEN

4.1.4 Pulsdiagnostik

Die Messung der peripher tastbaren Herzfrequenz ist nur eines der Kriterien der traditionellen Pulsdiagnostik. Für die TEN ist sie eine der wichtigsten Methoden zur Beurteilung der aktuellen Krankheitssituation und sollte bei jeder Konsultation durchgeführt werden. Bei der Palpation der Radialis-Arterie werden die folgenden Kriterien analysiert:

Abb. Zirkuläre Topografie – die Aufteilung der Iris in konzentrische Kreise



Stärke bzw. Schwäche der Pulswelle ihre Länge und Breite ihre Fülle bzw. Leere ihr Rhythmus die Unterdrückbarkeit des Pulses

Aus der Verknüpfung dieser Bedingungen ergeben sich ca. 30 Pulsbilder, aus denen der zum Zeitpunkt der Untersuchung dominate humoralmedizinische Zustand erkennbar wird.

4.1.5 Harnschau

Aus der Beurteilung des Harns lassen sich Rückschlüsse auf die Mischung und Qualität der Kardinalsäfte im menschlichen Körper ziehen. Von der Antike bis ins späte Mittelalter spielt die Harndiagnostik eine bedeutende Rolle, um die krankhaften Veränderungen der Kochungen und weiterer Säfteprozesse zu beurteilen. Dabei wird der Morgenurin nach einer Ruhezeit von 2-6 Stunden auf Aspekte wie Menge, Farbe, Geruch, Konsistenz, Festbestandteile u.a. begutachtet.

Ein dickflüssiger, weißlicher Harn wird beispielsweise mit einem Übermaß an Phlegma in Verbindung gebracht.

Als Weiterentwicklung der Harnschau wird von einigen TEN-Therapeuten die sogenannte Kochprobe verwendet, bei der dem Urin verschiedene Reagenzien zugesetzt werden.

4.1.6 Iris- / Augendiagnostik

Die Irisdiagnostik liefert Informationen über die konstitutionelle Situation und damit über die genotypisch angelegten und phänotypisch individuell ausgeprägten, humoralmedizinischen Reaktionsmuster eines Menschen. In der TEN ist sie damit die wichtigste diagnostische Basis für eine langfristige Konstitutionstherapie.

Traditionelle Europäische Naturheilkunde-TEN

4.1.7 Zungendiagnostik

Auch die Zunge – gerne als "Spiegel des Magens" bezeichnet - erlaubt diagnostische Rückschlüsse auf die Funktionalität der Assimilationsorgane, auf die Qualität und Quantität der Säfteprinzipien und den Charakter von Krankheitsprozessen. Interpretiert werden Veränderungen der Form, Farbe oder des Belages.

Folgende Aspekte werden in ihren individuellen Kombinationen beurteilt (beispielhaft):

4.1.8 Diagnostik und Therapie über Reflexzonen und Somatotopien

In diesem Bereich werden die modernen neurologischen Erkenntnisse der reflektorischen Verbindung zwischen inneren Geweben und der Körperoberfläche verknüpft mit der traditionellen Lehre der konsensuellen Organbeziehungen. Basis für die anzuwendenden therapeutischen Verfahren sind aber vor allem die definierten Zuordnungen von pathofunktionellen und symptomatischen Zuständen zu den humoralen Qualitäten. Dazu drei

Abb. Sanguinische Zunge mit dezentem Hinweis auf Hitze an der Zungenspitze



	Beispiel Phänomene	Interpretation
Zungenkörper		
Farbe	Rötung	Gesteigertes Hitzeprinzip
Form	Verbreiterte Zunge	Vermehrtes Feuchtigkeitsprinzip
Feuchtigkeit	Trockene Zungenoberfläche	Mangelnde physiologische Feuchtigkeit
Tonus	Schlaffe Zunge	Tonusmangel aufgrund eines Defizits an physiologischer Wärme
Zungenbelag		
Farbe	Weißer Belag	Kalte Feuchtigkeit
Eigenschaft	Dicker Belag	Kalte Feuchtigkeit
Ausdehnung	Großflächiger Belag	Schärfenbelastung (Qualität entsprechend der Farbe)
Feuchtigkeit	Feucht scheinender Belag	Übermäßige Feuchtigkeit

In der Reinform, die in der Realität selten vorkommt, ist z. B. eine sanguinische Zunge rosarot, breit und gut mit Blut angefüllt, die Oberfläche ist eher glatt und feucht - eine cholerische Zunge dagegen stark rot, trocken, als Zeichen von Hitze und Feuchtigkeitsmangel. Häufig zeigen sich gelbliche Beläge oder rote Punkte auf der Oberfläche.

Beispiele:

Ein erhöhter Muskeltonus, der als Hartspann oder Verkrampfung tastbar ist, wird als Symptom des überschießenden Wärmeprinzips interpretiert und muss mit ausleitenden, kühlenden Maßnahmen behandelt werden.

- Umgekehrt ist ein Tonusmangel (Muskelschwäche) Zeichen eines Wärmedefizites, was stimulierend behandelt werden muss.
- Eine Gewebsschwellung ist prinzipiell Symptom für übermäßige Feuchtigkeit, deren Fluss stagniert - als Zeichen eines Wärmemangels. Darin werden die kalt-feuchten Qualitäten des Phlegmas erkennbar. Die Behandlung muss daher einerseits erwärmend und andererseits Feuchtigkeit ausleitend sein.

Entscheidend für die Auswahl der Therapieverfahren ist deren humorale Zielrichtung, entsprechend der aktuellen Situation des Patienten. Grundsätzlich ist das mit unterschiedlichen Verfahren erreichbar, z. B. Aus- und Ableitungsverfahren, manuellen und physikalischen Therapien, aber auch mit physiotherapeutischen Anwendungen, die den humoralen Kriterien entsprechend ausgewählt bzw. modifiziert werden.

4.1.9 Antlitzdiagnostik

In der Antlitzdiagnostik wird das Gesicht betrachtet, um innere Erkrankungen durch äußere Phänomene zu erkennen. Durch direkte Beziehung zu den entsprechenden Organen können äußerlich sichtbare Zeichen gedeutet werden, womit die Entstehung chronischer Erkrankungen oft in einem frühen Stadium erkannt und deren Manifestation verhindert wird. Einzelne Zeichen werden jedoch nicht isoliert betrachtet, sondern die Gesamtheit der Eindrücke mit weiteren diagnostischen Erkenntnissen aus der Gesamtschau der TEN verknüpft.

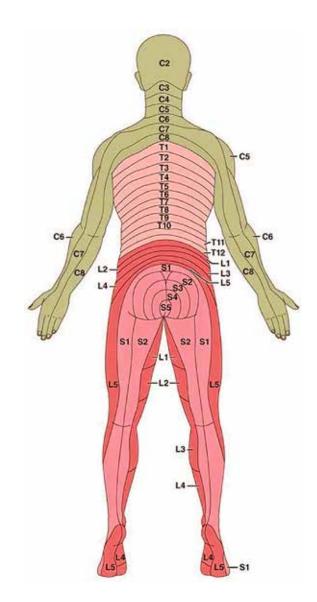
... wird fortgesetzt

Quellenangaben folgen am Ende des Artikels

Veröffentlichung sämtlicher Bilder und Grafiken mit freundlicher Genehmigung des Bacopa-Verlages

Kontaktadresse Friedemann Garvelmann Hauptstr. 8 D-79790 Küssaberg www.trad-nhk.org

Abb. Dermatome nach Head



Die Biochemie nach Dr. Schüßler [1]

Thomas Feichtinger



Eine wichtige Überlegung führt uns zu der Frage, wie sich diese Mineralstoffe der Biochemie nach Dr. Schüßler mit anderen Heilweisen kombinieren lassen! Das führt uns zu allererst zur "Gegenüberstellung von Heilweisen", denn aus den Schlüssen, die aus dieser Gegenüberstellung gezogen werden, ergeben sich auch Hinweise für die praktische Ausgestaltung in der Anwendung in dieser Heilweise!

Thomas Feichtinger wurde 1946 in Salzburg geboren und lebt in Zell am See. Nach jahrelanger Auseinandersetzung mit einer schweren Krankheit und ihrer Bewältigung, unter anderem mit Hilfe der Mineralstoffe nach Dr. Schüßler, kann Thomas Feichtinger heute wieder arbeiten. Neben Lehrgängen in der Mineralstofflehre nach Dr. Schüßler und der damit eng verknüpften Antlitzanalyse nach Kurt Hickethier absolvierte er eine Ausbildung in Gestalttherapie und in Existenzanalyse und Logotherapie nach Viktor E. Frankl. Heute arbeitet er in der Erwachsenenbildung, in der Einzelberatung, ist erfolgreicher Buchautor und Ausbildungsleiter in der GBA.

Die herkömmliche medizinische Heilweise¹

Die Medizin ist auf einer so phantastischen Stufe ihrer Entwicklung, dass eine Steigerung fast nicht mehr vorstellbar ist. In ihrem Bereich ist sie unübertrefflich. Sie bekämpft die Krankheit, was oft lebensrettend ist und auch dementsprechend gewürdigt gehört.

Bedenklich wird es nur, wenn sich die Medizin für "allmächtig" erklärt bzw. ihre doch des Öfteren vorhandene Ohnmacht verleugnet. Es geht um ihre Einordnung in ein umfassendes Gebäude von der Begleitung und Betreuung des Menschen auf seinem Lebensweg.

Die übliche Auffassung der Menschen von der Medizin ist nämlich die, dass sie die Erscheinung von Problemen zu verhindern oder zu verdrängen hat. Es werden die Symptome weggedrängt, weggedrückt und die Schmerzen unterdrückt. Die Krankheit ist bei dieser Auffassung ein Feind des Menschen, die der Mediziner zu bekämpfen hat und der Patient sollte sich möglichst nicht einmischen, denn er versteht ja doch nichts davon.

Stefan Zweig hat diesen Sachverhalt in seinem Buch "Heilung durch den Geist" folgendermaßen dargestellt: "Die wissenschaftliche Medizin betrachtet den Kranken und seine Krankheit als Objekt und weist ihm beinahe verächtlich die Rolle absoluter Passivität zu; er hat nichts zu fragen und nichts zu sagen, nichts zu tun als den Anforderungen des Arztes gehorsam und sogar gedankenlos zu folgen und sich selbst möglichst aus der Behandlung auszuschalten." ²

Bei dieser Betrachtungsweise der Medizin und des Kranken beziehungsweise des Arztes sind die Medikamente die Kampfmittel gegen die Krankheit. Der Arzt ist der Fachmann, der Patient der Zuschauer und die Krankheit der Feind. Abgesehen vom wirklich notwendigen Einsatz verschiedener Medikamente, wird oft unnötigerweise viel zu scharf geschossen, nur damit eine Störung möglichst rasch beseitigt ist. Aber auch die Patienten sind hier bestimmend, denn sie wollen sich oft mit einem langen Prozess einer tatsächlichen Heilung nicht stellen.

Wie groß die Entfernung des Arztes zum Menschen schon geworden ist, schreibt sehr eindringlich und anschaulich Viktor Frankl in seinem Buch "Die Sinnfrage in der Psychotherapie":

"Gewiss, dem Arzt liegt die Sachlichkeit, die ärztliche Einstellung zum Kranken ist notwendigerweise voll innerer Distanz. Denken wir doch nur daran, wie eine ärztliche Visite in einem Spital vor sich geht. Man hat jeweils nicht den Menschen, sondern den Fall vor Augen. Der Assistent, der den Chef bei der Visite führt, stellt ihm die Kranken vor als je einen Fall von dieser oder jener Krankheit. Im Allgemeinen neigt der Arzt auch dazu, die Krankheit zu behandeln, und nicht den Kranken, nicht den kranken Menschen. Und immer wieder hört man den Ausdruck das ist ein Fall von Bemerken Sie: das - also nicht der, nicht dieser Mensch da; weiter: ist, also nicht hat - also ist nicht die Rede von einer Krankheit, die dieser Mensch hat, sondern nur von dem Fall, der dieser Mensch ist; dann: ein Fall, also ein beliebiger, der bloße Repräsentant einer bestimmten Krankheit - oder vielleicht der Fall Nummer soundsoviel aus einer Reihe, genannt das Kranken-Material. Mit diesen Redewendungen, die sich unbewusst in den ärztlichen Jargon einschleichen, ist zur Genüge gekennzeichnet, wie tief und weit diese Distanzierungstendenz seitens des Arztes, dessen Verdinglichung von Menschen geht."3

Es wäre aber falsch ein Feindbild der Medizin gegenüber aufzubauen! Es ist tragisch, wenn Menschen zu spät zu einer notwendigen medizinischen Versorgung kommen, nur weil sie allzu lange auf Methoden und Möglichkeiten gebaut haben, die für ihr Problem nicht angemessen waren.4 Wer allzu lang die Grundsäulen der Gesundheit missachtet hat, bei dem werden sanfte Methoden nicht mehr greifen.

Der Patient wird viel zu wenig auf seine Eigenverantwortlichkeit aufmerksam gemacht. Dadurch wird das Augenmerk kaum auf die Gesundheitsvorsorge gelenkt, für die jeder einzelne selbst zuständig ist. Dabei könnte aber so manche schwere Erkrankung schon in den Anfängen aufgefangen werden und viel Leid bliebe erspart.

Die klassische medizinische Heilweise ist auf jeden Fall angebracht, wenn sich der Mensch auf der körperlichen Ebene aus eigener Kraft nicht mehr zufriedenstellend organisieren kann. Solange das nicht der Fall ist, sind ausschließlich Beratung und Information über jene Maßnahmen zu geben, die der Patient für sich braucht, um mit den anstehenden Problemen aus sich heraus zurecht zu kommen. Es besteht nur eine hauchfeine Grenze zwischen Entmündigung, einer angemessenen Beratung bzw. Begleitung und einer not-wendenden Behandlung.

Die Reizheilweise

Sie will mit einem Reiz die Selbstheilungskraft des Organismus herausfordern, so dass dieser aus sich heraus, aus eigener Kraft, mit der Krankheit zurechtkommt. Diese Heilweise ist wunderbar, wenn die Reize dem Menschen und dem Leiden entsprechend gesetzt werden und der Organismus fähig ist, auf die Reize zu antworten.

Bezüglich der Reize ist es unbedingt notwendig, das Arndt-Schulz'sche Reizgesetz zu kennen.

Es besagt, dass leichte Reize die Lebenskraft anfachen, mittlere Reize die Lebenskraft stärken, starke Reize die Lebenskraft schwächen und stärkste Reize die Lebenskraft lähmen. Berücksichtigt man diese Regeln, ist zu erkennen, wie falsch der Grundsatz ist: "Je stärker, je zieht sie ihre Fühler zurück, im ersten härter, je fester usw. umso besser."

Es ist falsch, wenn beim Zubereiten von Tee ein Löffel auf eine Tasse gegeben wird; es ist falsch, wenn bei der Massage gesagt wird, es müsse so richtig weh tun; es ist falsch, wenn bei der Elektrotherapie so weit aufgedreht wird, dass man

es gerade noch aushält; es ist auf allen medizinischen Gebieten falsch, wenn es lediglich darum geht, eine Störung möglichst rasch zu beseitigen, ohne der Ursache auf den Grund zu gehen.

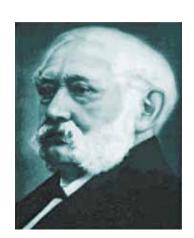
Jene Ärzte sind zu bewundern, die beispielsweise das Fieber nicht mehr unterdrücken, sondern es langsam abklingen lassen, sofern es verantwortbar ist, oder auch Schmerzen nicht sofort unterdrücken - sie sind ja ein Hilfeschrei des Körpers und für die Diagnose oft wichtig. Wird der Organismus mit Reizen konfrontiert oder belastet, mit welchen immer, muss berücksichtigt werden, dass Betriebsstoffe benötigt und verbraucht werden. Das muss auch im Hinblick auf unsere Reizgesellschaft gesehen werden, in der die Überflutung so stark ist, dass immer öfter Abstumpfung die Antwort darauf ist. Das ist nichts anderes, als die vierte Stufe vom Reizgesetz, also die Lähmung.

Durch die starken und vielen Reize wird die Lebenskraft gelähmt. Die Umwelt kann oft nur mehr sehr schwer wahrgenommen werden, die Verbindung zur Außenwelt wird immer dünner, und der Mensch richtet sich immer mehr auf sich selbst aus, was zur Vereinzelung (Vereinsamung) führt. Das ist übrigens ein enorm wichtiger Gesichtspunkt, der bei Nr. 12 Calcium sulfuricum zum Tragen kommt.

(Es erhebt sich die Frage, ob in diesem Falle eine Reizheilweise überhaupt noch angebracht ist!)

Es ist wie bei einer Schnecke. Zuerst Erschrecken eines zu starken Reizes, dann zieht sie sich in ihr Haus zurück. Die Kontakte nach außen sind damit abgebrochen. Auch noch so sensible Bemühungen prallen dann am Panzer, dem Gehäuse ab. In der Zeit des Zurückgezogen-Seins gibt es für die äußere Welt,

Die Biochemie nach Dr. Schüßler



die Umgebung, nur die Möglichkeit des Wartens, bis das Wesen von innen her wieder die Kraft und das Vertrauen bekommt, nach außen zu treten. Die Schale schützt die Schnecke, hindert sie aber auch zugleich, so ohne weiteres wieder aus sich heraustreten zu können.

Um aber auf Reize antworten zu können, muss der Betrieb des Organismus in Ordnung sein, das heißt auch, er muss genügend Betriebsstoffe zur Verfügung haben. Die Betriebsstoffe sind die Mineralstoffe. Es gibt überhaupt keinen Vorgang im Körper, der nicht Betriebsstoffe also Mineralstoffe verbraucht, wie auch schon an anderer Stelle betont wurde. Wenn also durch Tee trinken (nicht jeder Tee ist ein Reiz), Phytotherapie⁵, Homöopathie, Duftstoffe, Nosoden oder was immer an Reizen⁶ oder Reizstoffen an den Körper heran beziehungsweise in den Körper hinein gebracht wird, dann muss dieser auf den Reiz antworten, er muss seinen Betrieb in Gang setzen, was nur so lange möglich ist, so lange Betriebsstoffe zur Verfügung stehen. Ist das nicht mehr der Fall, versucht der Organismus den Reizen aus dem Weg zu gehen, wie das bei vielen Menschen der Fall ist, wie in der Fußnote ausgeführt, die sagen, dass sie keine Sonne mehr vertragen.

Auf viele Reize kann der Organismus auch nicht mehr antworten, obwohl sie ihm in Form von Arzneimitteln zugeführt werden. Ein homöopathischer Arzt hat das Problem der fehlenden Betriebsstoffe einmal so formuliert: "Die Homöopathie will etwas bewegen, aber manchmal lässt sich nichts mehr bewegen."

(Therapieblockade! Beispiel vom müden klapprigen Gaul, der den aufputschenden Peitschenschlag nicht mehr spürt, sondern abgestumpft weitertrottet.) Die Versorgung mit den notwendigen

Betriebsstoffen ist dann die einzig mögliche, weil angemessene Antwort auf die Unfähigkeit des Organismus, auf Reize zu antworten.

Die physiologische⁷ Heilweise

ist eine körpergerechte, den Anforderungen des Organismus gerecht werdende Heilweise.

Sie ist eine Heilweise, die grundsätzlich die Not, das Defizit des Menschen im Blickfeld hat. Von dieser Not aus, nämlich dem zugrunde liegenden Mangel, werden dann die Interventionen gewählt.

- Es kann durchaus erforderlich sein, dass jemand eine längere Zeit der Erholung benötigt, weil er zu lange nicht ausgespannt hat.
- Leidet jemand an Unterkühlung, braucht er keinen Reiz, um Wärme zu produzieren; das ist ihm nicht möglich. Er benötigt dringend Zufuhr von Wärme,
- Bei Energiemangel kann es einfach notwendig sein, Energie zuzuführen; auf welche Art immer, aber auf jeden Fall verantwortungsvoll. Bei einem Zuviel, einer Überladung braucht der Mensch eine Entladung der überschüssigen Energie.
- Wenn die Energie in kräfteraubende Strukturen investiert wird, kommt es zu großer Erschöpfung. Hier ist es angebracht, auf die Fixierungen und zwanghaften Strukturen hinzuweisen und wie mit ihnen umgegangen werden kann. Es fehlt Information, wie das geht. Das ist kein Reiz, sondern eine notwendige Versorgung auf der richtigen Ebene.
- Wenn Menschen an großer Einsamkeit leiden, dann brauchen sie sicher kein Beruhigungsmittel, sondern Gespräche und auch Anleitungen, Hilfestellungen dafür, wie man Be-

ziehungen knüpft, wie es möglich ist, Gemeinschaften zu finden und Berührungsängste abzubauen.

- Entwickelt jemand durch extreme, Charaktereigenschaften einen großen Mangel an bestimmten Mineralstoffen, sollte er auch an diesen Strukturen arbeiten und nicht nur die Mineralstoffspeicher auffüllen.
- Umgekehrt, sollte jemand durch einen Mangel an einem bestimmten Mineralstoff intensive. belastende Gefühle erleiden, so ist es notwendig, die Mängel aufzufüllen und nicht unnötigerweise nach scheinbar damit verbundenen belastenden, krankhaften Charakterstrukturen zu suchen. (Somatopsychologie)
- Manchmal ist es auch notwendig, eine Ortsveränderung durchzuführen, wenn jemand durch eine allzu lange Nebelphase an einer Depression erkrankt. Für ihn ist das Sonnenlicht mit all seiner Farbenfülle dann die notwendige Versorgung.
- Die Biochemie nach Dr. Schüßler ist von ihrem Wesen her eine reine physiologische Heilweise, da sie die Mängel auffüllt. Bei einem Mangel werden die entsprechenden Mineralstoffe aufgefüllt und erst nachher nach weiteren tieferen Ursachen geforscht.

Die Biochemie nach Dr. Schüßler ist physiologisch, weil die einzelnen Salze (Mineralstoffkombinationen) dem Körper nicht fremd sind, sondern er sie selbst permanent in jeder Zelle, im Gewebe und in den Flüssigkeiten enthält.

Da immer auf das geschaut wird, was dem Organismus fehlt, oder wessen er bedarf, können als Antwort nur dem Körper und seinen Anforderungen gerecht werdende Maßnahmen ergriffen werden. Alles, was nicht dem Körper entspricht, also als heterogen bezeichnet wird, dem Körper fremd ist, hat in dieser Heilweise keinen Platz.

Dr. Schüßler schreibt in der "Abgekürzten Therapie"8:

"Die Biochemie erreicht direkt ihr Ziel: Deckung eines Deficits; die anderen Heilmethoden, welche Mittel anwenden, die den, den menschlichen Organismus konstituierenden Stoffen heterogen⁹ sind, erreichen das Ziel indirekt."

Die physiologische Heilweise wird in ihren Bemühungen ausschließlich homogene, dem Körper gleichartige Wirkstoffe verwenden bzw. dem Körper adäquate (angemessene).

Da aber die Physiologie auch die Wissenschaft von den Grundlagen des allgemeinen Lebensgeschehens ist, erfasst die physiologische Heilweise alle Ebenen des Menschen mit all den entsprechenden Bedürfnissen.

... wird fortgesetzt

Quellenangabe

- 1) Feichtinger, Niedan Feichtinger: Handbuch der Biochemie nach Dr. Schüßler, Stuttgart: Haug Verlag, 4. Auflage, S77ff 2) Zweig, Stefan: Die Heilung durch den Geist, Frankfurt am Main: Fischer Taschenbuch Verlag, 1983, S 19
- 3) Frankl, Viktor: Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn, München: Piper & Co. Verlag, 1979, 10. Auflage 1995, Seite 113 4) Ich unterscheide hier in einem Wortspiel immer wieder zwischen alternativen und alternaiven Menschen!
- 5) Wissenschaft von der Heilbehandlung mit pflanzlichen Substanzen.
- 6) Ein besonders starker Reiz sind die Sonnenstrahlen für den Organismus. Wenn sich jemand in die Sonne legt, muss der

Organismus ebenso viel leisten, um den Reiz auszugleichen, wie bei der Tätigkeit des Holzhackens. Es ist dies eine der schwersten Arbeiten und der Vergleich zeigt auf, welche enormen Aufwendungen der Organismus zu tätigen hat, mit den anfallenden Belastungen zurecht zu kommen. Es muss die Wärme reguliert werden. Die Oberhaut muss verstärkt werden, indem ein stärkerer Filter aufgebaut wird, was wir als Bräunung verstehen. Der Stoffwechsel wird enorm beschleunigt, das Herz schlägt schneller und unter Umständen steigt sogar die Körpertemperatur. Für die Besorgung dieser Vorgänge wendet der Organismus enorm viele Mineralstoffe auf, um einigermaßen über die Runden zu kommen. Hauptsächlich wird während der akuten Belastung extrem viel Nr. 3 Ferrum phosphoricum für die anfallenden Transporte und die Sauerstoffversorgung verbraucht. Hat jemand einen größeren Mangel an diesem Mineralstoff, kann er es sich nicht mehr leisten (Der Körper kann den Ausgleich der Belastung nicht mehr leisten), in der Sonne zu liegen. Er wird die direkte Sonneneinstrahlung meiden und behaupten: "Ich vertrage die Sonne nicht mehr." Er weist damit indirekt auf den Mangel hin.

- 7) Physiologisch: die Lebensvorgänge im Körper betreffend
- 8) Schüßler, Abgekürzte Heilweise,
- 31. Auflage, 1904, Seite 9
- 9) anders geartet, ungleichartig, fremdstoffig (DUDEN, Die deutsche Rechtschreibung)

Kontakt www.gba.at

Augentrost-Erste Hilfe für die Augen

Erika Röthlisberger



Lateinisch: Euphrasia officinalis L. Volksname: Wegleuchte Familie: Scrophulariaceae/ Braunwurzgewächse

Der Gattungsname Euphrasia hat griechischen Ursprung. Er bedeutet Frohsinn, Wohlbefinden. Augentrost ist ein Symbol der Heiterkeit. Die Schönheit der Blüte zieht den Betrachter magisch an.

Erika Röthlisberger ist diplomierte Kneipp-Gesundheitsberaterin mit Emfit-Qualitätslabel (Eskamed) für Kursleiterinnen, die im Bereich der Gesundheitsförderung tätig sind, und zert. Phytopraktikerin nach Ursel Bühring.

Botanik

Die Pflanze ist in ganz Mittel-Europa, in höheren Lagen auf Sand- und Lehmunterlagen, in trockenen, mageren Wiesen und Hängen, in Moorgegenden und in lichten Wäldern zu finden.

Der Augentrost ist ein sogenannter Schmarotzer. Mit seinen Saugwurzelfasern (Haustorien) verbindet er sich mit den Graswurzeln, um den mineralreichen Saftstrom anzuzapfen. Die einjährige Pflanze wird nur wenige cm hoch. Am Ende der Ästchen sitzen weiße Blüten mit dunkelvioletter Äderung. Merkmal ist der gelbe Fleck auf der Unterlippe der Blüte.

Blütezeit und Ernte

Die Blütezeit ist stark abhängig vom Standort. Je nach Lage blüht Augentrost ab Juni bis Oktober. Zu Beginn der Blütenzeit erntet man das blühende Kraut ohne die unteren Stängelteile.

Inhaltsstoffe und Heilwirkung

Die Kombination der Inhaltsstoffe, die für die entzündungshemmende Wirkung verantwortlich sind, sind das Iridoidglykosid Aucubin mit antibiotischen Eigenschaften, Flavonoide und



Euphrasia officinalis

Gerbstoffe u.a.m. Sie wirken entzünreizmildernd dungshemmend, und schmerzstillend.

Nebenwirkungen von Euphrasia sind nicht bekannt. Jedoch ist Hygiene bei den äußerlichen Anwendungen sehr wichtig. Auch der Tee sollte für jede Anwendung frisch zubereitet werden.

Augenwein bei Sehschwäche

Paracelsus sagt, dass sich die Arznei durch die Kraft ihres Bildes selbst führt und erklärt ein Beispiel: "Euphrasia hat in sich die Form und das Bild der Augen. Daraus folgt, dass sie sich in ihr Glied (Auge) und in die Form des Gliedes (Auges) stellt, wenn sie eingenommen wird, sodass Euphrasia ein ganzes Auge wird."1

"Bei Greisen ist es für die Augen ein sehr gutes Arcanum. Dies soll mit Wein getrunken werden, wenn Sehschwäche besteht." Er gibt folgendes Augenwein-Rezept 2:

Foeniculi (Fenchel) 6 Unzen (210 g) Euphragiae (Augentrost) 2 Unzen (70 g) Florum centaureae (Tausendgüldenkraut) 1.5 Unzen (52.5 g) Reduc in liquores

Rezept heute nach Olaf Rippe und Margret Madejsky 3: 30 g Fenchel (Foeniculum vulgare) 15 g Augentrost (Euphrasia officinalis) 5 g Tausendgüldenkraut (Centaurium erythraea) Auf 1 Liter Medizinalwein

In der Volksmedizin

gilt Augentrost als vorzügliches Augen-Heilmittel, das sich traditionell bei Augen-Bindehautentzündung bewährt hat. Die Bindehaut (Conjunctiva) des Au-



Euphrasia Blüte

ges ist eine Schleimhaut. Sie ist ähnlich wie die Mund- oder Nasenschleimhaut, aber viel feiner. Die ersten Anzeichen einer entzündeten Augenbindehaut sind: Die Augen fühlen sich trocken an, als ob Sand drin wäre, Juckreiz, brennende Augen, verklebte Augen am Morgen beim Aufwachen. Als Ursache gelten trockene Heizungsluft, langes Arbeiten am Bildschirm, Wimpernhaare, die durch eine falsch gewachsene Richtung das Auge beeinträchtigen, Zugluft, Wind, Kälte, Staub usw. Eine einfache Bindehautentzündung kann man selber behandeln. Falls nach 2-3 Tagen Selbstbehandlung keine Heilung eintritt, ist eine ärztliche Konsultation notwendig.

Augentrost-Tee

1 – 2 TL Augentrost-Kraut mit 1/4 l kochendem Wasser überbrühen und 3 Minuten ziehen lassen.

Die Beigabe von 1 Prise Meersalz oder 1 Tropfen Salzsole macht die Augenspülung angenehmer, weil sie so dem Salzgehalt der Tränenflüssigkeit angeglichen wird. Aus hygienischen Gründen

wird der Tee für die Behandlung der Augen durch einen Papierfilterz. B. Kaffeefilterpapier, gegossen.



Euphrasia Augentee

Der Apotheker M. Pahlow4 empfiehlt: "Der Tee wirkt bei verschiedenen Augenentzündungen, besonders bei Bindehautentzündung (Konjunktivitis) und Lidrandentzündung (Blepharitis). Selbst bei Augenverletzungen, bei denen Hornhautgeschwüre zu befürchten sind, wirkt Augentrost sowohl schmerz-

Augentrost-Erste Hilfe für die Augen



lindernd, als auch heilend. Und bei der Behandlung des sogenannten Gerstenkorns ist Augentrost-Tee, mit Kamille zu gleichen Teilen gemischt, als warmer Umschlag wirksam. Mein besonderer Rat: Bei allen bisher genannten äußerlichen Anwendungen von Augentrost-Tee hat sich eine Teemischung bewährt, die Fenchelfrüchte mit einbezieht. Fenchel (eine Erfahrung aus der Volksmedizin) kräftigt und "klärt" das Auge und wirkt durch den Gehalt an ätherischem Öl seinerseits auch antiseptisch."

Zu den ersten Maßnahmen bei einer Bindehautentzündung gehört u.a., das Augenreiben zu unterlassen, bei sonnigem Wetter eine Sonnenbrille zu tragen und täglich Augenbäder zu machen. Bruno Vonarburg⁵ empfiehlt folgendes:

Augenbad

"1 TL Kräutermischung aus Augentrostkraut, Fenchel (im Mörser frisch zerstoßen) und Kamille zu gleichen Teilen (Apotheke) in einer Tasse mit kochendem Wasser überbrühen, 3 Minuten ziehen lassen.

1 Messerspitze Meersalz dazugeben. Durch ein Kaffeefilterpapier gießen. Die noch lauwarme Flüssigkeit wird in ein Augenglas gefüllt. Augengläser sind ebenfalls in der Drogerie/Apotheke erhältlich.

Die geöffneten Augen am Morgen und am Abend während 2-3 Minuten baden. So lange Augenbäder nehmen, bis man keine Beschwerden mehr hat."

Augenbad - Anleitung

Als Vorbereitung des Augenbades, die Wimpern und Augenlider gründlich von Make-up reinigen. Augenbadewanne füllen, dann so an das Auge drücken, dass kein Wasser auslaufen kann. Kopf leicht nach hinten legen, sodass das Auge vom Tee bedeckt ist. Mehrmals blinzeln, damit das Auge gut benetzt wird.

Fußbad

Bei Augenentzündung empfiehlt Pfarrer Künzle zudem, auch für warme Füße zu sorgen, allenfalls auch ein abendliches warmes Fußbad mit Salz und Holzasche zu nehmen.

Augen auswaschen

Wattebausch (Wattepad) im frisch zubereiteten, körperwarmen Tee tränken. Die Lidränder in einem Zug von außen nach innen wischen. Wattebausch entsorgen und einen neuen benutzen. 3 - 4 Mal täglich wiederholen. Hygiene ist bei dieser Anwendung sehr wichtig. Dazu gehört auch, sich zwischen den Waschungen die Hände mit Seife zu waschen und konsequent immer wieder einen neuen Wattepad zu verwenden.

Augenkompresse

Wattepads im frisch zubereiteten, körperwarmen Tee tränken und auf die



Euphrasia Augenbad

Augen auflegen. Dann ein Tuch darüber legen zum Warmhalten. Nach 20 Minuten die Wattepads entfernen. 20 Minuten nachruhen.

Augentee - Mischung

von Dr. Susanne Vogel⁶ bei chronischen Bindehautentzündungen und bei müden und überanstrengten Augen:

40 g Euphrasia (Augentrost)
20 g Spitzwegerich (Plantago
lanceolata)
20 g Fenchel (Foeniculum vulgare)
20 g Tausendgüldenkraut (Centaurium erythraea)
Man sollte täglich drei bis vier
Tassen davon trinken und kann den
Rest des Tees für Augenkompressen
verwenden.

Fertigpräparate

In der Apotheke gibt es auch Fertigpräparate auf der Basis von Euphrasia in Form von Augentropfen, Tinkturen, homöopathische Globuli, spagyrische Sprays für die innerliche und äußerliche Anwendung. Ein Augenbad kann auch mit einer Tinktur hergestellt werden. Für **unterwegs** sind die steril verpackten Euphrasia-Portionen von Wala praktisch, zum Beispiel bei Augenbrennen nach dem Schwimmen im öffentlichen Bad. Da hilft, die Augen mit warmem Wasser auswaschen und Euphrasia-Augentropfen in die Bindehauttasche geben. Es versteht sich von selbst, dass Bindehautentzündungen wegen der Ansteckungsgefahr nicht ins öffentliche Bad gehören.

Wichtig:

Die aufgeführten Anwendungsmöglichkeiten ersetzen keine fachkundliche Beratung beim Arzt und Therapeuten. Insbesondere bei eitriger Bindehautentzündung oder wenn eine leichte Entzündung nach drei Tagen natürlicher Selbstbehandlung nicht abklingen will, ist eine ärztliche Untersuchung angezeigt.

Alle Fotos von der Autorin.

Literatur

- Dr. Aschner: Paracelsus. Sämtliche Werke. Anger Verlag. 1993.
 Bd I, S. 530
- Dr. Aschner: Paracelsus. Sämtliche Werke. Anger Verlag. 1993.
 Bd III, S. 559
- 3) Rippe, Olaf; Madejsky, Margret: *Die Kräuterkunde des Paracelsus.* 2006. AT. S. 162
- 4) Pahlow, M.: Das grosse Buch der Heilpflanzen. 2006. Gräfe & Unzer. S. 62
- 5) Vonarburg, Bruno: Heilen mit Frischpflanzentropfen. Krankheiten selbst erkennen und sanft behandeln.
 - Midena. 2000. S. 45
- 6) Dr. med. Susanne Vogel: Heilpflanzen für die vorderen Augenabschnitte. Staakmann. 2008. S. 33

Kontakt

Erika Röthlisberger Hochhüsliweid 13 6006 Luzern-Switzerland e.roethlisberger@swissonline.ch

Impressum



PARACELSUS - Health and Healing

Die Zeitschrift für Heilmethoden und traditionelles medizinisches Wissen in Ost und West

Paracelsus war ein Meister der Gesundheit und des Heilens, eine Brücke zwischen sichtbarer und unsichtbarer Welt. Was er vor 500 Jahren sagte, hält allmählich auch die moderne medizinische Wissenschaft für richtig. Deshalb wird die Zeitschrift im Gedenken an Paracelsus herausgegeben.

Sie möchte über die verschiedenen Heilformen informieren, die als wirkungsvoll erkannt wurden. Themenbereiche sind: Ayurveda, Homöopathie, Yoga, Alchemie, Naturheilkunde, traditionelle chinesische Medizin und andere traditionelle Therapien aus dem Fernen Osten, Magnettherapie, Hydrotherapie, Massage, Fußreflexzonenmassage, Phytotherapie, Diätetik, Edelsteine & Kristalle mit heilender Wirkung, Farbtherapie, Klangtherapie, alte Großmutter-Rezepte, spirituelle Therapien einschließlich der Heilung durch Meditation.

Chefredaktion:

Dr. K. Parvathi Kumar, Indien

Chef-Koordination:

Sabine Anliker, M. Sc. (Ayu), Naturheilpraktikerin, Schweiz

Redaktion:

Dr. K. Parvathi Kumar \cdot Sabine Anliker, M. Sc. (Ayu) Dr. Josep Parés, MD, Spanien \cdot Dr. Martin Picha, MD, Austria

Kontakt & Anzeigen: Paracelsus-Center Büelstraße 17 · 6052 Hergiswil, Schweiz Tel: +41-(0)41-6301907 info@paracelsus-center.ch · www.paracelsus-center.ch

Online-Subscription:

www.paracelsus.online-subscription.com

ISSN 1660-7791 · Copyright: paracelsus-center.ch

Paracelsus Health&Healing ist kostenfrei und wird gemeinnützig betrieben. Wir finanzieren uns durch Spenden. Vielen Dank für Ihre Unterstützung!

Erscheinungsweise: 6 mal pro Jahr.

Bankverbindung Deutschland: Paracelsus-Center IBAN: DE98 4401 0046 0758 3684 64

SWIFT/BIC: PBNKDEFF

Bankverbindung Schweiz: Paracelsus-Center IBAN-Code: CH32 0021 6216 5144 2201 V

Swift-Code: UBSWCHZH80A

Die in der Zeitschrift enthaltenen Artikel geben die Ansichten der Autoren wieder. Die Redaktion übernimmt in dieser Hinsicht keine Verantwortung. Die Zeitschrift übernimmt ebenfalls keine Haftung für allfällige durch Autoren begangene Urheberrechtsverletzungen.

Wir danken allen Autoren ganz herzlich für ihre Mitarbeit und den Verlagen für ihre freundliche Unterstützung.



A SYNTHESIS BETWEEN



THE EAST AND WEST