



PARACELSUS



Health and Healing



Pflanzen und ihre
kosmischen Heilkräfte

Leber- und Gallen-
Reinigung [I]

Traditionelle Europäische
Naturheilkunde – TEN [IV]

Kampf den schlaflosen
Nächten

Die Biochemie nach
Dr. Schüßler [I]

Schwarzer Holunder –
schützt unsere Gesundheit

Heft
Nr.5|XII
Sep.|Okt.
2015

NATURA NATURANS

Arbeitsgemeinschaft für
Traditionelle Abendländische Medizin






**Vorträge • Exkursionen
Seminare • Ausbildungen
Seminare in der Natur**




**Kräuterheilkunde
Homöopathie
Alchimie & Spagirik
Astromedizin
Frauenheilkunde
Geomantie**

**Gesamtprogramm
bitte anfordern**
Tel.: 089 / 2725902
Fax: 089 / 27349566
www.natura-naturans.de

ABO FORMULAR

Hiermit bestelle ich die Zeitschrift **PARACELUS 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: CH5109000000616269522 · BIC: POFICHBEXX
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

PARACELUS
Health and Healing



Paracelsus-Center
Büelstrasse 17

CH-6052 Hergiswil
Schweiz



Editorial

Inhalt

Pflanzen und ihre kosmischen
Heilkräfte [I] 5

Heilrezepte..... 12

Rasa Shastra in der Ayur-
vedischen Medizin [XVIII b]..... 15

Organon [LXVII]..... 18

Leber- und Gallen-
Reinigung [I]..... 21

Okkultes Heilen [CVI]..... 24

Ita Wegman – Innen und
Außen im fruchtbaren
Wechselspiel..... 26

Kampf den schlaflosen
Nächten 30

Schuldschwierigkeiten [IV] 34

Traditionelle Europäische
Naturheilkunde – TEN [IV] 40

Die Biochemie nach
Dr. Schübler [I] 43

Schwarzer Holunder –
schützt unsere Gesundheit..... 46

Impressum..... 51

Die Angst vor einer Erkrankung wächst schneller als die Krankheit als solche. Angst ist eine subtil wirkende Kraft, die es der Krankheit ermöglicht, sich zu manifestieren. Ängstliche Gedanken, die sich um Krankheit drehen, arbeiten wie Rezeptoren, die die umgebenden negativen Energien hereinholen und die Heilung blockieren.

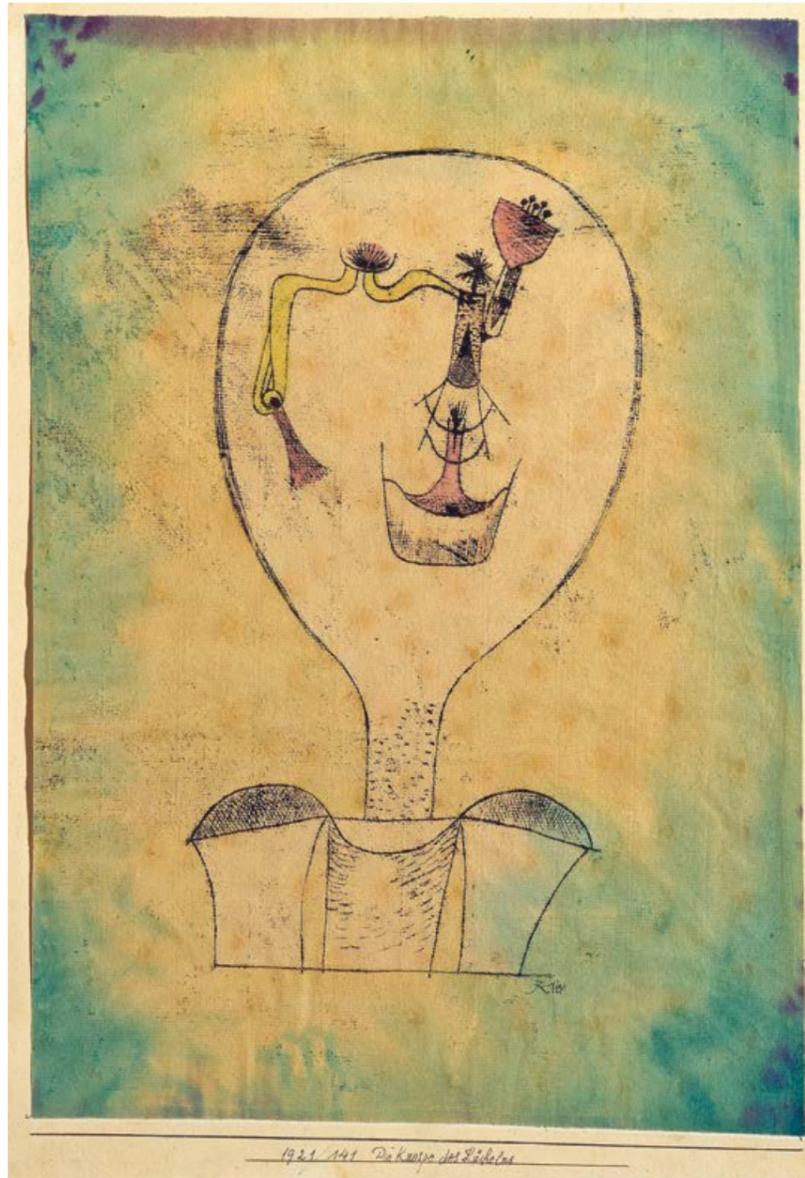
Arztpraxen, Apotheken, Krankenhäuser oder Pflegeheime sollten unbedingt Orte sein, an denen die Patienten sich instinktiv wohlfühlen und Vertrauen gewinnen, dass sie gesund werden. Doch in jedem Gesundheitszentrum findet man genau das Gegenteil. Die Patienten sind eher zaghaft, unsicher, zweifelnd und gehemmt oder sogar negativ und misstrauisch. Bis sie mit einem Arzt sprechen, sind sie unruhig und voller Angst. Aber die Situation ist so, dass die Ärzte nicht viel Zeit haben, um sich um die einzelnen Patienten zu kümmern. Sie können den Patienten nicht so viel Zeit widmen, wie sie möchten, weil der zeitliche Rahmen dies nicht zulässt.

Wenn die Patienten das Sprechzimmer verlassen, fühlen sie sich nur unzureichend beraten und sind unzufrieden. Auch die Ärzte bleiben mit dem Gefühl zurück, dass sie den Patienten nicht in dem Maße gerecht werden konnten, wie sie es eigentlich beabsichtigt hatten. Die Patienten gehen mit ihren Ängsten nach Hause, die nicht angesprochen wurden und schlucken die verordneten Medikamente ohne viel Vertrauen oder Zuversicht, aber mit viel Verzweiflung und Hoffnungslosigkeit.

Zwischen dem Arzt, der Krankheit und der Behandlung gibt es einen Faktor, der unbeachtet bleibt: die Gedanken des Patienten. Es wird nicht erkannt, dass das Denken Wunder wirken kann, wenn man es richtig anleitet und ausrichtet. Ist das Denken des Patienten voller Vertrauen zum Arzt und zur Behandlung, dann wirkt es als mächtige Kraft, die die Heilung herbeiführt. Ist es jedoch zögerlich, misstrauisch, skeptisch und hat es nicht genügend Zuversicht, dann behindert es den Heilungsprozess, den die Medikamente bewirken können.

Es ist allgemein bekannt, dass bei manchen Patienten die Medikamente genauso wirken, wie der Apotheker es vorgesehen hat. Bei anderen Patienten haben die Medikamente nicht diese Wirkung. Wenn die Medikamente nicht die beabsichtigte Wirkung zeigen, ruft sich der Arzt einige weitere Medikamente in sein agiles Gedächtnis. Er bemerkt nicht, dass der Patient in seiner Psyche nicht vollständig ausgerichtet ist und dass er mehr Beratung braucht, durch die er das erforderliche Vertrauen entwickeln kann.

Es gehört zur Menschlichkeit, auf das Denken des Patienten einzugehen und ihm genügend Zuversicht und Vertrauen einzuflößen, so dass der Patient mit dem Arzt und dem Medikament bei der Heilung seiner Krankheit zusammenarbeiten kann. Die Betreuung des Patienten ist nur dann vollständig, wenn der Patient das Sprechzimmer des Arztes mit einem Lächeln auf seinem Gesicht verlässt.



Die Anfänge von einem Lächeln von Paul Klee, Öltransfer Zeichnung mit Wasserfarben auf Papier, Museum Kunst Plast, Düsseldorf, Deutschland

Pflanzen und ihre kosmischen Heilkräfte [I]

Ein Beitrag zum Thema Astrologie und Phytotherapie

Olaf Rippe

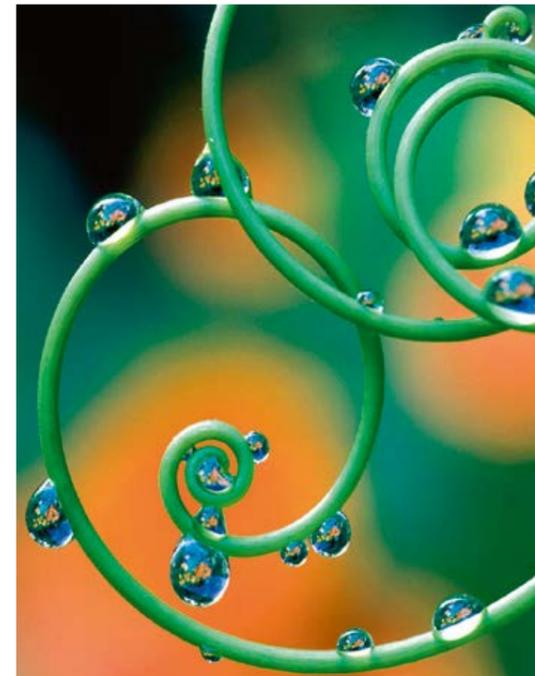


"Es gibt keine wesentlichere Aufgabe der Astrologie, als die, das innere Wesen des Menschen zu erfassen und es ihm zu Bewusstsein zu bringen, auf dass er es nach dem Gesetze des Lichtes zu erfüllen vermag" (A. Crowley).

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.

Die Sternbilder und Wandelplaneten sowie Sonne und Mond bestimmten bis vor einigen Jahrhunderten das Weltbild des Menschen. Astrologen berieten nicht nur die Mächtigen und machten Weltpolitik, sie gaben auch Auskunft über Schicksal und Gesundheit.

Noch heute betrachten viele nachdenklich den Sternenhimmel, um Antworten auf ihre Fragen zu erhalten, und ein Gang durch die Buchhandlungen zeigt es deutlich - die Astrologie boomt. Kaum eine Betrachtungsweise der Welt hat sich durch die Jahrtausende so hartnäckig behaupten können und dies trotz aller Unkenrufe und Verleumdungen. Sie gilt neben der Magie als die älteste Wissenschaft des Menschen und blickt somit auf einen nahezu unerschöpflichen Erfahrungsschatz zurück. Adepten, die ihrer Weisheit folgten, waren z. B. Albertus Magnus, Johannes Kepler, Agrippa von Nettesheim, Paracelsus oder Rudolf Steiner.



Pflanzen und ihre kosmischen Heilkräfte



Thot ist in der ägyptischen Mythologie der ibisköpfige Gott des Mondes, der Magie, der Wissenschaft, der Schreiber, der Weisheit und des Kalenders.

Neben der antiken Vier-Elementen-Lehre und der Signaturlehre, ist die Astrologie bis heute die tragende Säule einer hermetisch ausgerichteten Heilkunde nach abendländischer Tradition.

Wie oben so unten, wie unten so oben

"Nichts ist, was die Natur nicht gezeichnet habe, und durch die Zeichen kann man erkennen, was im Gezeichneten verborgen ist" (Paracelsus).

Der ägyptische Eingeweihte Hermes Trismegistos, den manche mit Thot vergleichen, dem ibisköpfigen Gott der Weisheit, fasste den Grundgedanken der Astrologie mit den Worten zusammen: "Wie oben so unten, wie unten so oben". Makrokosmos und Mikrokosmos sind demnach ähnlich, oder anders gesagt: Die Erde ist ein Spiegelbild der Himmelskräfte und jedes irdische Phänomen hat sein Ebenbild im Kosmos.

In der Astrologie stehen alle Naturreiche mit den Sternbildern, den fünf Wandelplaneten (nach antiker Vorstellung: Merkur, Venus, Mars, Jupiter, Saturn) und den zwei Lichtern Sonne und Mond in Beziehung. Heute kommen noch die neu entdeckten Planeten Uranus, Neptun und Pluto hinzu, die man als höhere Schwingungsebene (Oktave) der Planeten Merkur, Venus und Mars versteht, so dass der Astrologe immer noch von sieben Himmelskräften spricht. Die Qualitäten, die sie verkörpern, finden sich in Pflanzen, Tieren und Mineralien, aber auch im Menschen, seinen Organen, Organfunktionen und Krankheiten wieder; dies ist die Lehre von den Entsprechungen oder Korrespondenzen.

Nach dieser Anschauung lassen sich Rezepte erstellen, die aus unterschiedlichen Naturreichen zusammengesetzt sind, dabei aber der gleichen kosmi-

schen Kraft unterstehen, wie z.B. Gold, Johanniskraut und Biene, die eine Verknüpfung solarer Mittel darstellen. Zur Therapie eignet sich unser Beispiel unter anderem für Kreislaufprobleme, die ebenfalls der Sonne unterstehen. Man bezeichnet solche Rezepte als "goldene Ketten", wobei sich die Einzelsubstanzen synergistisch ergänzen, bzw. im positiven Sinne verstärken. Eine goldene Kette kann selbstverständlich auch nur aus Pflanzen bestehen. Dass dies ein völlig anderes Weltbild darstellt, als das heute übliche, ist offensichtlich. Im Gegensatz zur modernen Wissenschaft, die eine Heilwirkung von Pflanzen ausschließlich auf ihre stoffliche Zusammensetzung zurückführt, geht die Astrologie von kosmischen und geistartigen Kräften aus, die durch die Pflanze wirken. Sie geben den Pflanzen ein Gesicht, Signaturen genannt, und durch Gestalt, Farbe oder Geruch lässt sich auf eine eventuelle heilkundliche Verwendung schließen. Die astrologische Signaturlehre als assoziative Vorgehensweise der Heilmittelerkenntnis, lässt das geistartige Wesen einer Pflanze erahnen, da sie keine Trennung von Oben und Unten oder von Geist und Stoff vollzieht. Die auf analytischem Wege gefundenen Wirkstoffe bilden dabei nur einen Teilbereich und sind somit nicht das Maß aller Dinge.

Die Planeten und ihre Heilpflanzen

Einige Beispiele sollen verdeutlichen, mit welchen Signaturen die Himmelskräfte die Pflanzenwelt zeichnen und welche Heilwirkungen wir davon ableiten können. Dabei ist es wichtig zu wissen, dass sich i.d.R. mehrere Planeten in einer Pflanze verkörpern. Dies trägt vielleicht zu einer anfänglichen Verwirrung bei, aber je länger man sich mit diesem Thema beschäftigt, desto mehr schärft sich die Beobachtungsgabe und



man entdeckt, dass sich fast immer die Signaturen weniger Planetenkräfte besonders deutlich hervorheben.

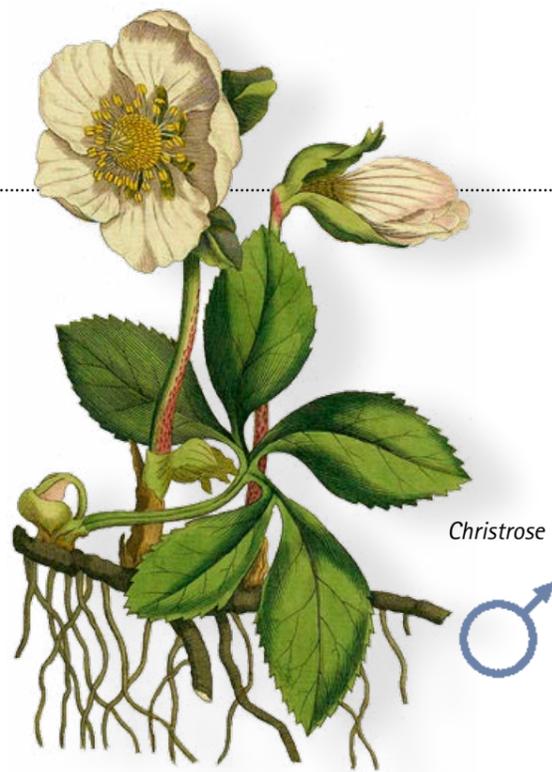
Beispiele für die Beziehung von Planet und Pflanze

Beachte: In der Regel sind Pflanzen mehreren Planeten in unterschiedlicher Intensität zugeordnet.

Planet	Pflanzensignatur	Beispiele	Kommentar
Mond 	Standort häufig feucht; samenreiche Pflanzen, bzw. Ausbildung von Tochterpflanzen; saftige schleimige Pflanzen, Milchsaft; weiße bzw. weißgelbliche Blüten; schnell verblühend; oft nachts blühend oder nächtliche Geruchsentwicklung; gerne von Nachtfaltern umschwärmt; betäubender, muffiger und penetranter Geruch (Pheromonwirkung); Blätter oft weiß oder silbrig schimmernd.	Apfel (Venus), Bachbunze (Merkur), Baldrian (Merkur), Basilikum; Beifuß (Merkur, Uranus), Birke (Venus), Blasentang, Brunnenkresse (Merkur), Fieberklee (Venus, Sonne), Frauenmantel (Venus), Gänseblümchen (Venus, Sonne), Hirtentäschel (Merkur), Holunderblüte, Hopfen (Saturn, Merkur), Kalmus (Merkur, Saturn), Keimzuppe, Kirsche, Klebkraut, Knoblauch (Mars), Königin der Nacht, Jasmin, Lebensbaum (Saturn, Pluto), Mädesüß, Mistel (Neptun, Sonne, Saturn), Madonnenlilie, Maiglöckchen (Mars), Nachtkerze (Neptun), Passionsblume (Uranus), Patchouli (Saturn), Robinie (Merkur), Sauerklee, Schneeball, Silberkerze (Merkur), Silberweide (Merkur), Taubnessel, Vanille, Vogelmiere, Waldrebe, Weißdorn (Mars).	Dem Mond untersteht das Pflanzenwachstum; dito die Pflanzensäfte. Mondpflanzen beruhigen, fördern den Schlaf, die Fruchtbarkeit und die Regeneration. Allgemein kühlend, daher entzündungswidrig; besonders mit Venus kombinieren.
Merkur 	Aufrechte schlanke Gestalt, aber auch rhythmisch, gewunden und rankend. Ausgeprägtes Blattprinzip; lanzettförmige, schlanke, aber auch gefiederte Blätter. Blütenfarbe oft blau bis violett, Komplementärfarben; Schirmblüten, kleine Blüten; manche Merkurpflanzen zeigen auch bizarre Formen (meist auch Uranus), Geruch ist oft flüchtig und eigenartig, auch geruchlos.	Arnika (Sonne, Uranus), Bärlapp (Saturn), Bittersüß (Uranus), Baldrian (Mond), Beifuß (Uranus, Mond), Bingelkraut (Uranus), Braunwurz (Saturn), Dill (Sonne), Ehrenpreis (Uranus), Esche (Sonne), Eucalyptus (Sonne), Fenchel (Sonne), Goldrute (Sonne), Gundermann (Venus), Herzgespann (Venus), Hirschzunge (Saturn), Hufplattich (Sonne), Kerbel, Küchenschelle (Uranus, Sonne), Kümmel, Lavendel, Linde (Uranus, Sonne), Lungenkraut (Saturn), Natternkopf (Uranus), Odermennig (Sonne), Oleander (Saturn, Venus), Petersilie, Schierling (Uranus), Schwalbenwurz (Uranus, Mond), Spitzwegerich, Teufelsabbiß, Weide (Mond), Wurmfarn (Saturn); allg. Kornfrüchte.	Dem Merkur untersteht die Blatt- und Stengelausprägung sowie der Pollenflug. Merkurpflanzen aktivieren den Stoffwechsel und eignen sich gut zur Abrundung von Rezepten.



Planet	Pflanzensignatur	Beispiele	Kommentar
Venus ♀	Allgemein harmonisch geformt; rundliche und regelmäßig gezahnte, samtige Blätter; ungiftig; essbare Früchte; üppige Blütenausbildung, Blütenfarbe von weiß, weiß-rosa bis bunt; oft sinnlich betörender Duft.	Apfel (Mond), Bärentraube, Betonie (Merkur), Birke (Mond), Breitwegerich, Brennessel (Mars), Brombeere (Mars), Bucco, Dachwurz (Jupiter), Damiana (Sonne, Jupiter), Eisenkraut (Mars, Jupiter), Erdbeere, Eibisch, Frauenmantel (Mond), Gamander Echter (Sonne), Gänsefingerkraut, Gänseblümchen (Mond, Sonne), Geranie, Granatapfel, Gundermann (Merkur), Heidelbeere, Himbeere, Johannisbeere, Kamille (Sonne), Kastanie (Jupiter), Kava-Kava, Kirsche, Lärche (Saturn), Malve, Mädesüß (Mond), Melisse (Sonne), Myrte (Sonne), Quendel, Ringelblume (Sonne), Rose (Mars, Merkur; Hundsrose auch Pluto), Schafgarbe (Mond, Sonne), Seifenkraut (Mond, Merkur), Stinknessel (Mond), Storchschnabel (Mars), Stiefmütterchen (Saturn), Tausendgüldenkraut (Sonne, Jupiter), Zitrone (Sonne), Zaubernuß (Saturn).	Der Venus untersteht die Blütenbildung als solches. Auffallend viele Rosengewächse. Venuspflanzen gelten als Wohltäter und harmonisieren Rezepte mit stark wirkenden und/oder giftigen Stoffen; daher viel verwenden.
Sonne ☉	Auffallende, majestätische Gestalt; harmonisch geformt; meist wärmtrockener Standort; es lassen sich fette Öle gewinnen; Harzbildung; auch immergrüne Pflanzen (siehe Saturn); ausgeprägte Samenbildung; würziger, warmer, balsamischer Geruch und Geschmack; häufig gelbe bis orangene Blüte, Säfte ebenfalls oft gelb.	Adonisröschen (Neptun), Alant, Aloe, Arnika (Uranus), Artischocke (Jupiter), Avokado, Benediktenkraut (Mars), Berberitze (Jupiter, Mars), Bibernelle, Bohnenkraut (Merkur), Diptam (Mond), Dost (Venus), Engelwurz (Jupiter), Enzian Gelber (Jupiter), Esche (Merkur), Eucalyptus (Merkur), Galgant, Gamander Echter (Venus), Gelbwurz, Gewürznelke (Merkur), Ingwer, Johanniskraut (Neptun), Kampfer, Koriander, Labkraut Echtes (Merkur), Liebstöckel, Löwenzahn, Lorbeer, Meisterwurz (Mars), Muskatnuß, Myrrhe, Ringelblume (Venus), Rosmarin (Merkur), Safran, Schlüsselblume, Schöllkraut (Mars), Walnuss, Weihrauch (Saturn), Wein (Saturn), Zimt.	Als Zentralgestirn universell einsetzbar. Harmonisiert Rezepte. Auffallend viele Gewürzpflanzen, damit auch Stoffwechselfflanzen. Viele Geriatrika; traditionell bestehen Lebenselixiere aus Pflanzen der Sonne und der Venus.
Saturn ♄	Langlebige Pflanzen; erdgeschichtlich weit zurückreichend; überdauert in Extremklima; gerne auf radiästhetisch gestörten Plätzen; schattenliebend; Wurzelbetonung; häufig giftig; Halluzinogene; Blüten oft düster, dunkelviolett, schmutzige Brauntöne; Gestik oft gekrümmt; wider die natürlichen Rhythmen wachsend; Immergrün.	Alpenveilchen (Venus, Mond), Alraune (Jupiter), Attich, Bärlapp (Merkur), Bambus (Mond, Jupiter), Bartflechte (Jupiter), Bilsenkraut (Mond, Neptun), Beinwell (Jupiter), Christophskraut (Mond, Merkur), Christrose (Mars), Efeu (Sonne, Merkur), Eibe (Pluto), Einbeere (Jupiter), Eishut (Mars, Pluto), Fichte (Sonne), Fliegenpilz (Uranus), Hafer (Merkur, Sonne), Haselwurz (Mars), Herbstzeitlose (Venus), Holunder (Mond), Isländisch Moos, Kiefer (Venus), Mutterkorn, Olivenbaum (Sonne), Patchouli (Mond), Peyotl (Uranus), Quecke (Venus), Schachtelhalm (Mond, Merkur), Tanne, Thuja (Mond), Tollkirsche (Mond), Ulme (Merkur), Wegwarte (Jupiter, Sonne), Weihrauch (Sonne), Wein (Sonne), Zaurrübe (Jupiter), Zypresse (Sonne, Pluto).	Dem Saturn untersteht die Wurzelbildung. Als "Hüter der Schwelle" bildet er die Grenze zu den Planeten Uranus, Neptun und Pluto, die im Allgemeinen in der Pflanzenwelt nicht sehr ausgeprägt sind. Gehäuft Geriatrika.



Christrose



Beinwell



Natternkopf



Wasserrose



Eisenhut

Planet	Pflanzensignatur	Beispiele	Kommentar
Mars ♂	Widerstandsfähige Pflanzen; Ausbildung von Dornen, Stacheln und Brennhaaren; leichte Giftbildung (dann meist auch Zuordnung zu Saturn und transsaturnalen Planeten); hautreizende Stoffe; oft senfig, scharfer, beißender Geruch und Geschmack; häufig rote Blüte oder Frucht.	Aronstab, Benediktenkraut (Sonne), Berberitze (Jupiter, Sonne), Brennnessel (Venus), Brombeere (Venus), Christrose (Uranus), Echinacea (Sonne), Eisenhut (Saturn, Pluto), Eisenkraut (Venus, Jupiter), Eleutherokokkus (Uranus), Gauchheil (Sonne), Giftsumach (Uranus), Kaffee (Mond), Kaspuzinerkresse, Kermesbeere, Knoblauch (Mond), Mahonie (Saturn, Sonne), Meerrettich, Meisterwurz (Sonne), Rettich, Rose (Venus, Merkur), Sanddorn (Sonne, Uranus), Schlehe (Mond, Saturn), Schöllkraut (Sonne), Seidelbast, Silberdistel (Mond, Sonne), Stechpalme, Stinkasant (Uranus, Mond), Thymian (Sonne), Wacholder, Weißdorn (Mond), Zaunrübe (Saturn, Jupiter).	Einige Marssignaturen wie Stacheln, sind als Schutzsignatur zu verstehen. Einige Pflanzen wirken antibiotisch und antiviral (oft auch Mond, Sonne). Niedrige Oktave des Pluto; ergänzt Merkur, Saturn.
Jupiter 4	Pflanzen mit ausgeprägtem Holzprinzip; feste, harte, zähe Stengel, oft vierkantig; aufrechte, gerade herrschaftliche Gestalt (ähnlich der Sonne); essbare Früchte, vor allem Korn und Nüsse; lichte Blütenfarben, von gelb bis tiefblau; ausgeprägte Blattbildung; Blätter glatt, ledrig; Speicherwurzeln; Wurzeln mit Querrillen. Geschmack meist bitter-würzig.	Alraune (Saturn), Artischocke (Sonne), Bachnelkenwurz (Venus, Sonne), Beinwell (Saturn), Borretsch (Venus), Braunwurz (Merkur), Dachwurz (Venus), Damiana (Sonne, Venus), Eiche (Saturn, Pluto), Eisenkraut (Venus, Mars), Engelwurz (Sonne), Enzian Gelber (Sonne), Enzian Kreuzblättriger, allg. Enzianarten, Hauhechel (Mars, Venus), Heidekraut (Venus), Ingwer (Sonne), Kastanie (Venus), Klette (Merkur), Löwenzahn (Sonne), Lorbeer (Sonne), Nelkenwurz (Sonne, Merkur), Odermennig (Sonne, Merkur), Rainfarn (Merkur), Tausendgüldenkraut (Venus), Walnuss (Sonne), Wegwarte (Sonne, Saturn), Ysop (Merkur), Zaunrübe (Mars, Saturn), Zeder.	Höhere Oktave der Sonne; sein wohlthätiger Einfluss (= großes Glück) zeigt sich auch in seinen Heilmitteln, die, ähnlich die der Sonne, als Universalmittel anzusehen sind.

Planet	Pflanzensignatur	Beispiele	Kommentar
Uranus ♁	Wachstumsort häufig geopathisch; bizarre Wachstumsform; häufig giftig und halluzinogen; Farbe häufig komplementär, violett; zum Teil ähnlich Saturn und Merkur.	Akelei (Merkur), Arnika (Sonne), Besenginster (Merkur), Bingelkraut (Merkur), Bittersüß (Merkur), Brechnuss (Mars), Eleutherokokkus (Mars), Fingerhut (Merkur), Fliegenpilz (Saturn), Galbanum (Sonne, Saturn), Ginseng (Sonne, Saturn), Hanf (Merkur), Hundspetersilie (Merkur), Immergrün (Saturn, Merkur), Jasmin Gelber = Gelsemium (Mond), Kokain, Küchenschelle (Merkur, Sonne), Natternkopf (Merkur), Peyotl (Saturn), Schierling (Merkur), Schwalbenwurz (Mond, Merkur), Schwertlilie (Merkur), Wasserdost (Venus).	Verstärkt Merkur und Saturn. Geistig stark anregend. Meist nur in homöopathischer Form gebräuchlich.
Neptun ♆	Wächst gehäuft auf Reizstreifen oder in Feuchtgebieten; Ausbildung von Giftstoffen mit halluzinogener Wirkung; oft zarte Blüten mit blassen bis gleißenden Gelbtönen, auch weiß-gelb; oft merkwürdig bizarrer Duft.	Adonisröschen (Sonne), Bärlappsporen, Bilsenkraut (Mond, Saturn), Eisenhut Gelber, Engelstropfete, Frauenschuh (Merkur), Hexenkraut (Mond), Goldmohn, Johanniskraut (Sonne), Mistel (Mond, Sonne, Saturn), Nachtkerze (Mond), Raute (Venus), Salomonssiegel (Mond), Schlafmohn (Mond), Seerose (Mond), Stechapfel (Saturn), Sumpfporst, Teichrose (Mond), Trollblume (Sonne), Wasserschierling, Wasserschwertlilie (Mond).	Neptunpflanzen oft ähnlich Mond und Venus. Betäubende und lähmende Wirkung. Oktave der Venus.
Pluto ♇	Selten in der Pflanzenwelt. Düstere bizarre Gestalt; oft giftig und halluzinogen; allg. thujonhaltige Pflanzen	Bilsenkraut (Mond, Neptun, Saturn), Eibe (Saturn), Eiche (Jupiter, Saturn), Eisenhut (Mars, Saturn), Hundsrose (Venus, Mars), Sadebaum (Mond, Saturn), Salbei, Thuja (Mond, Saturn), Wermut (Mond), Zypresse (Sonne, Saturn)	Pflanzen des Pluto spielen im Totenkult eine Rolle; oft auch Saturn

Mit freundlicher Genehmigung der Zeitschrift Naturheilpraxis ... wird fortgesetzt

Heilrezepte

Dr. Sastry

Homöopathie XI



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.

7. Mentale Störungen

Als mentale Störungen werden extreme Verhaltensweisen erachtet, deren Ursache das Miasma Psora ist. Meistens sind sie zurückzuführen auf:

- Unterdrückung von Hautkrankheiten.
- Ein akutes Miasma dringt in die Konstitution z. B. nach einem Schock ein, oder nach einer Enttäuschung, einem schmerzlichen Verlust, einem nicht bestandenen Examen, Verlust von Arbeit oder Reichtum, Familienstreitigkeiten ...
- Extremer Druck auf ein Kind, durch den es gezwungen wird, gegen sein Inneres zu handeln, kann ein akutes Miasma auslösen.
- Schlechte Gewohnheiten, wie Rauchen, Alkoholkonsum, Drogen, Spielen mit korrupter Moral, was durch die Zeit zu Misserfolg führt und wahnsinnig macht.

Akute mentale Störungen können mit anti-psorischen Mitteln geheilt werden, wenn sie auf der Gesamtheit der Symptome basieren und mit passender psychologischer Beratung/Begleitung einhergehen. Einige der am meisten verschriebenen Mittel:

Hyoscyamus, Arsenicum album, Staphisagria, Ignatia, Aurum metallicum,

Pulsatilla, Natrium muriaticum und Anacardium.

Verschlimmerung:

Obwohl die Homöopathie heutzutage zu einer geeigneten Alternative zu anderen modernen Heilmethoden gehört, hat die Mehrheit der Menschen bei homöopathischen Mitteln Angst vor einer erheblichen Verschlimmerung der Beschwerden und halten daher nur Kinder geeignet. Beide Auffassungen entsprechen nicht der Wirklichkeit. Wenn das verordnete Mittel etwas stärker als die natürliche Erkrankung wirkt, muss die Lebenskraft mehr Kraft aufwenden, um mit der künstlichen Krankheit zu kämpfen, was zu einer leichten Erstverschlimmerung führen kann. Das wäre so wenig, dass der Patient es kaum bemerkt. Es hängt mit der Genauigkeit der Verschreibung zusammen, wann keinerlei Verschlimmerung auftritt. Homöopathie wirkt in allen Altersgruppen mit der gleichen Effizienz entsprechend der Genauigkeit der Mittelwahl.

In jedem Fall kann eine Verschlimmerung oder Verbesserung während einer Behandlung einer chronischen Krankheit nach einer Erstverschreibung wie folgt verstanden werden:

- Verschlechterung der körperlichen Symptome ohne Verbesserung der mentalen Symptome ist kein gesundes Zeichen. Treten auf der mentalen Ebene keine Verbesserungen auf, zeigt dies, dass der Patient nicht auf das Mittel reagiert. Das bedeutet, dass der Patient nicht genügend Lebenskraft hat, um die Wirkung des Mittels aufrecht zu halten und dass das Mittel zu tief wirkt. In so einem Fall war die Potenz zu hoch gewählt und das sollte vermieden werden. Diese Potenz hätte

eine Zeit zuvor gegeben werden sollen, als die erforderliche Lebenskraft noch da war. In diesem Fall gibt es keine andere Möglichkeit als zu warten (wait and see).

- Wenn es sich um eine starke aber nur kurze Verschlechterung handelt und danach eine Besserung der mentalen Ebene folgt und für eine längere Zeitspanne handelt, ist das ein Zeichen für Heilung in der richtigen Richtung. Solange die Person sich besser fühlt, sollte das Mittel weder wiederholt werden noch das Mittel gewechselt werden.
- Wenn keinerlei Verschlechterung entsteht und der Patient sowohl physisch als auch mental eine Verbesserung spürt, ist es eine Heilung höherer Klasse. Das bedeutet, dass die Gesamtheit des gewählten Mittels mit der Gesamtheit der natürlichen Krankheit Punkt für Punkt übereinstimmt. Dann ist Heilung sicher. Solche Fälle sind bei chronischen Erkrankungen selten.
- Wenn anfangs eine Verbesserung entsteht und danach für längere Zeit eine kontinuierliche Verschlechterung folgt, wurde ein falsches Mittel gewählt. Ein zweites Mittel sollte aufgrund der nun vorliegenden Gesamtheit der Symptome gefunden werden.
- Hält die Verschlechterung für längere Zeit ohne jede Verbesserung auf der mentalen Ebene an, heißt das, dass ein unerwünschtes Mittel gewählt wurde. Dann ist es nicht leicht, gleich ein anderes Mittel zu finden. Wir müssen warten, bis die Verschlechterung vorüber ist und der Patient seinen anfänglichen Zustand wieder erreicht hat. Hält die Verschlechterung an und die Komplexität der Situation bleibt konstant, sollte ein Mittel entsprechend der neuen Totalität der Symptome ausgesucht werden.



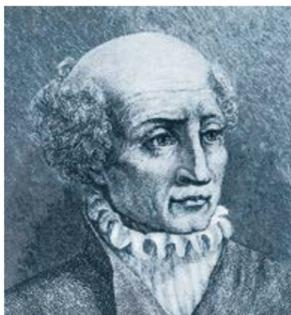
Pulsatilla vulgaris im Garten

- Manchmal kommt es vor, dass nach Verschreibung eines tief wirkenden anti-miasmatischen Mittels weder eine Verbesserung noch eine Verschlechterung eintritt, sondern sich sogar neue Symptome entwickeln, die noch nie vorher da waren. Das bedeutet, dass das Mittel verkehrt war. Jedes homöopathische Mittel bringt eine Veränderung hervor, in diesem Fall reagierte die Konstitution gar nicht.
- In wieder anderen Fällen gibt es eine Kombination von zwei oder sogar drei Miasmen in der Konstitution. In solchen Fällen zeigt sich das Mittelbild als nicht sehr konstant. Daher ist es schwierig, aus der Gesamtheit der Symptome auf das Mittel zu schließen, das zur endgültigen Heilung führt. Das Krankheitsbild verändert sich immer wieder. Die Mittelwahl sollte auf den Symptomen basieren, die sich jedes mal wieder neu zum Ausdruck bringen.
- Es sollte kein zweites Mittel gegeben werden, bevor das erste ausgewirkt hat, sonst würde die Überlagerung der beiden Mittelbilder den Heilungsprozess erschweren.
- Dieselbe Potenz wirkt nicht in allen Fällen auf die gleiche Weise. Die Potenzwahl hängt von der jeweiligen Vitalität, der Tiefe der Erkrankung und der Heftigkeit der Konstitution des Patienten ab. Auch das Alter der Person spielt eine Rolle.

... wird fortgesetzt.



Remedies for Healing



Gundelrebe

(lat. *Glechoma hederacea*)

Die Gundelrebe war bereits bei den Germanen ein wichtiges Heilmittel. Durch ihre ausgezeichnete Wirkung auf die Schleimhäute der Atemwege wird sie gerne bei Asthma, Husten, Lungenverschleimung und -vereiterungen eingesetzt. Es werden ihr antibiotische Kräfte nachgesagt. Außerdem hat die Gundelrebe eine harntreibende Wirkung. Das macht sie zu einer hilfreichen Heilpflanze bei Blasen- und Steinleiden und katarrhalischen Reizungen der ableitenden Harnwege. Wegen ihrer blutreinigenden Wirkung wird sie bei Krankheiten der Leber, Milz, der Haut und der Gelenke verwendet. Sie wirkt anregend auf den Gesamtstoffwechsel, hilft uns bei Appetitlosigkeit, Galle- und Leberstörungen, Gelbsucht, Magen- und Darm-Katarrhen,

Durchfall, Arthritis und Rheuma. Paracelsus setzte sie gerne als Balsam zur Heilung von Kontrakturen (Funktions- und Bewegungseinschränkung von Gelenken) ein (II, 585). Die Gundelrebe gilt als ein beliebtes Wundheilmittel. Sie wird in der Volksmedizin als „Herr des Eiters“ bezeichnet. Waschungen mit Gundelrebe helfen bei Geschwüren, Fisteln, Mundfäule, sowie bei alten, fließenden und offenen Wunden. Der Naturforscher Alexander von Humboldt (1769–1859) empfahl die Gundelrebe zusammen mit anderen Heilkräutern als Frühjahrsuppe, täglich während 2–3 Wochen.

„Er hatte hierfür nachstehendes Rezept: 2 Handvoll (oder auch mehr) von einer frisch gepflückten Kräutermischung, bestehend aus Gundelrebe, Schafgarbenblättern, Gänseblümchen, Brunnenkresse, Kerbelblättern, Brennnessel und Spitzwegerichblättern werden mit kaltem Wasser rasch abgespült und ganz feingeschnitten, mit kaltem Wasser angesetzt und einmal ganz kurz zum Aufkochen gebracht. Die Suppe wird mit etwas in Butter leicht gebräuntem Mehl angerichtet und mit gerösteten Schwarzbrotstättchen und Schnittlauch serviert.“ (Willfort, S. 167)

Sabine Anliker

Literatur

Paracelsus: *Sämtliche Werke*.
Anger: Verlag Eick; 1993, Bd. III
Lathoud, J.-A.: *Materia Medica*.
Barthel & Barthel Verlag, Schäftlarn;
3. Auflage, 1996

Rasa Shastra in der Ayurvedischen Medizin [XVIIIb]



Sabine Anliker, M.Sc. (Ayu)

5 Herstellung von Quecksilber

5.2 Die acht Samskaras von Parada (Mercury)

5.2.5.1 Haupt-Arbeitsvorgänge von Urdhva Patana Samskara:

1. Die zwei vorbereiteten Tongefäße für die aufwärts gerichtete Sublimierung (*urdhva patana yantra*) wurden kontinuierlich 9 Stunden lang starker Hitze ausgesetzt.
2. Das obere Gefäß wurde von außen mit einem kalten und nassen Tuch bedeckt. Das Tuch muss ständig mit kaltem Wasser nass gehalten werden (alle drei Minuten), um den oberen Teil während des gesamten Heizvorgangs abzukühlen. Durch die starke Hitze von unten und das Kühlen von oben wird Quecksilber zu Dampf sublimiert. Es ist dadurch in der Lage, sich an der Innenfläche des oberen Gefäßes festzusetzen.



Abb. 1: Anzünden des Feuers



Abb. 2: Abkühlen des oberen Gefäßes



Abb.3: Öffnen des Gefäßes



Abb.4: Filtern von Quecksilber



Abb.5: Verdampftes Quecksilber im oberen Gefäß



Abb.6: Quecksilber im unteren Gefäß

3. Nach 9 Stunden wurde das Feuer ausgemacht, während das Abkühlen des oberen Gefäßes mit kalten nassen Tüchern noch weitere 30 Minuten fortgesetzt wurde.
4. Nach vollständigem Abkühlen der Tongefäße wurden sie vorsichtig geöffnet.
5. Das zu Asche gewordene Quecksilber wurde mit einem Tuch vom inneren Teil des oberen Gefäßes eingesammelt.
6. Etwas Quecksilber befand sich innen im unteren Gefäß, das mit Kupfer- und Kohleresten vermischt war. Das ganze Quecksilber wurde eingesammelt und dann durch ein Baumwolltuch gefiltert.

Zeitdauer:

Der Haupt-Arbeitsgang von *urdhva patana samskara* wurde am 6. Juli 2012 neun Stunden lang durchgeführt. Am 7. Juli 2012 wurde das Quecksilber aus beiden Gefäßen eingesammelt.

Beobachtungen:

Nach dem Öffnen der zwei Gefäße konnten wir beobachten, dass das Quecksilber sich vom Kupfer gelöst und sich im inneren, oberen Teil des Tongefäßes angesammelt hatte. Nur ein kleiner Teil Quecksilber befand sich im unteren Teil des Tongefäßes.

Sicherheitsmaßnahmen:

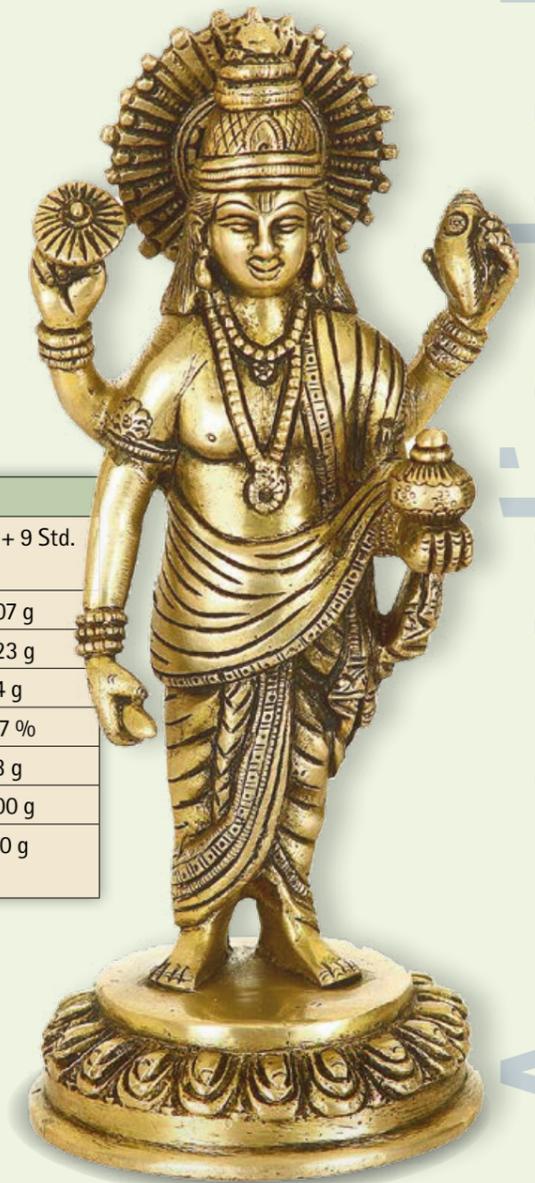
1. Damit die Hitze erhalten bleibt und das Gefäß nicht zerspringt, darf während des Abkühlens mit feuchten Tüchern kein Wasser über das untere Gefäß fließen.
2. Die Flamme des Gasbrenners muss senkrecht und direkt unter dem Gefäß sein und darf nicht seitlich des Gefäßes emporsteigen. Dies gewährleistet, dass die ganze Hitze nur von unten kommt und die versiegelte Öffnung nicht brennen kann, denn das würde ein Durchsickern von Quecksilber verursachen.

Ergebnisse

Ergebnisse von Urdhva Patana		
1.	Gesamtzeit aufgewendet für Urdhva Patana (Vorarbeiten + Hauptarbeitsgang)	42 Std. + 9 Std.
2.	Gewicht von <i>Utthapita Parada</i>	1407 g
3.	Gewicht von <i>Urdhvapatita Parada erhalten</i>	1323 g
4.	Gewichtsverlust von <i>Parada</i>	84 g
5.	%-Verlust von <i>Parada</i>	5.97 %
6.	Genommene Probe für die Analyse	23 g
7.	<i>Parada</i> nach der Analysenprobe erhalten	1300 g
8.	Rückstände aufgenommen vom Boden des <i>Urdhva Patana Yantra</i>	630 g

... wird fortgesetzt.

Kontakt
 Sabine Anliker
 Ayurveda Medicine M.Sc. (Ayu),
 Naturopathic Practitioner NVS,
 Homeopathy, Bioresonance
 Büelstrasse 17 · 6052 Hergsiwil,
 Switzerland
 www.ayush-naturheilzentrum.ch



Dhanvantari gilt in den Veden und Puranas als Arzt der Götter und Ursprung aller Heilkunst, in den Händen das Gefäß mit Amrita, dem Chakra (Rad), der Shanka (Birschncke) und dem Jalauka (Blutegel)

Organon [LXVII]



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.

§ 220

Setzt man hiezu noch den, genau von den Angehörigen und dem Arzte selbst beobachteten Geistes- und Gemüths-Zustand, so ist das vollständige Krankheitsbild zusammengesetzt, für welches dann eine, treffend ähnliche Symptome und vorzüglich die ähnliche Geistes-Zerrüttung zu erregen fähige Arznei, unter den (antipsorischen u.s.w.) Arzneimitteln zur homöopathischen Heilung des Uebels aufgesucht werden kann, wenn die Geistes-Krankheit schon seit einiger Zeit fortgedauert hatte.

Samuel Hahnemann, M.D.

§ 221

War jedoch aus dem gewöhnlichen, ruhigen Zustande plötzlich ein Wahnsinn oder eine Raserei (auf Veranlassung von Schreck, Aergerniß, geistigem Getränke u.s.w.) als eine acute Krankheit ausgebrochen, so kann, ob sie gleich fast ohne Ausnahme aus innerer Psora entsprang, (gleichsam als eine von ihr auflodernde Flamme) sie doch in diesem, ihrem acuten Anfange, nicht sogleich mit antipsorischen, sondern muß mit den hier angedeuteten Arzneien, aus der Classe der übrigen geprüften Heilmittel (z.B. Aconit, Belladonna, Stramonium, Hyoscyamus, Quecksilber usw.) in hochpotenzirten, feinen, homöopathischen Gaben erst behandelt werden, um sie so weit zu beseitigen, daß die Psora in ihren vorigen, fast latenten Zustand vor der Hand wieder zurückkehre, in welchem der Kranke genesen erscheint.

Samuel Hahnemann, M.D.

§ 220: Es reicht nicht aus, wenn der Arzt die Patienten ruhig und tief untersucht. Mit Interesse muss er winzige Details aus der Geschichte des Patienten und wie sie durch Freunde und Verwandte beobachtet worden sind, sammeln. Aus der Gesamtheit aller so aufmerksam zusammengetragenen Details soll der Umfang der Krankheit bestimmt werden. Nach der Bestimmung des Krankheitsmaßes sollen die ungewöhnlichen und auffälligen Symptome bestimmt werden, die die Tragweite der Abweichungen des Geistes erkennen lassen. Die Behandlung

sollte mit einem Medikament erfolgen, das besonders im Hinblick auf die mentalen Symptome Ähnlichkeit aufweist.

§ 221: Eine Geisteskrankheit oder Wahnsinn können sich manchmal durch Angst und Ärger ganz plötzlich vorübergehend manifestieren. Einige Menschen leiden an diesem Zustand möglicherweise durch exzessiven Alkoholmissbrauch. Diese Art des Wahnsinns ist nur eine heftige akute Krankheit, ist aber nicht chronisch. Solange keine Psora vorhanden ist, würde sich selbst dann ein solcher Zustand



Atropa belladonna, Solanaceae, Schwarze Tollkirsche, Früchte; Botanischer Garten KIT, Karlsruhe, Deutschland. Die frischen Pflanzen werden in der Homöopathie als Arzneimittel verwendet

nicht entwickeln. Auch wenn Psora vorhanden ist, müssen diese geisteskranken Zustände wie akute Krankheiten behandelt werden. Sie sollten nicht als mentale Störungen bezeichnet werden wie oben beschrieben. Es sollten keine

Medikamente gegen Psora gegeben werden. Medikamente anderer Gruppen sollten gewählt werden, die dem derzeitigen Zustand ähnlich sind (zum Beispiel sollten nur Aconit, Belladonna, Stramonium, Hyoscyamus, Quecksilber usw. eingesetzt werden). Werden diese Medikamente in hoch verdünnten homöopathischen Dosen gegeben, flaut der vorübergehende Krankheitszustand ab. Danach flammt latent Psora wieder auf. Der Patient scheint vollkommen geheilt zu sein.

§ 222

Doch darf ein solcher, aus einer acuten Geistes- oder Gemüths-Krankheit durch gedachte, apsorische Arzneien Genesener nie als geheilt angesehen werden; im Gegentheile darf man keine Zeit verlieren, um ihn durch eine fortgesetzte, antipsorische, vielleicht auch antisiphilitische Cur von dem chronischen Miasm der, jetzt zwar wieder latenten, aber zu ihrem Wiederausbruche in Anfällen der vorigen Geistes- oder Gemüths-Krankheit, von nun an sehr geneigten Psora, gänzlich zu befreien¹, da dann kein ähnlicher, künftiger Anfall wieder zu befürchten ist, wenn der Kranke der diätetisch geordneten Lebensart treu bleibt.

Samuel Hahnemann, M.D.

Erklärung

Bei Krankheiten wie diesen sollen Medikamente wie Belladonna usw. nur in den Potenzen 10M, 50M, CM gegeben werden, sonst lässt sich der Krankheitszustand nicht überwinden. Wenn diese Medikamente in C30er oder 200er Potenzen gegeben werden, entwickeln sich heftige und beängstigende Verschlimmerungen.

1) Es ist sehr selten, daß eine schon etwas langwierige Geistes- oder Gemüths-Krankheit von selbst nachläßt (indem das innere Siechthum wieder in die gröbern Körper-Organen übergeht); dieß geschieht in den Fällen, wo hie und da ein bisheriger Bewohner der Irrenhäuser als scheinbar genesen entlassen ward. Außerdem blieben bisher alle Irrenhäuser bis oben angefüllt, so daß die Menge anderer auf die Aufnahme in diese Häuser harrender Irren, fast nie Platz darin fand, wenn nicht einige der Wahnsinnigen im Hause mit Tode abgingen. Keiner wird darin durch die alte Schule wirklich und dauerhaft geheilt! Ein sprechender Beweis (unter vielen andern) von der gänzlichen Nullität der bisherigen Unheilkunst, die von der allöopathischen Prahlerie mit dem Namen rationelle Heilkunst lächerlich genug beehrt ward. Wie oft konnte dagegen nicht schon die wahre Heilkunst, (die ächte, reine Homöopathie) solche Unglückliche wieder in den Besitz ihrer Geistes- und Körper-Gesundheit setzen und ihren erfreuten Angehörigen und der Welt wieder geben!

§ 222: Nach der Behandlung solch akuter Zustände von Geisteskrankheiten sollten sie nicht als geheilt betrachtet werden, und auch der Arzt sollte nicht mit der falschen Idee, er hätte die Krankheit geheilt, träge werden. In den Patienten ist Psora latent vorhanden. Im Moment gibt es keine Bewegung oder Verände-

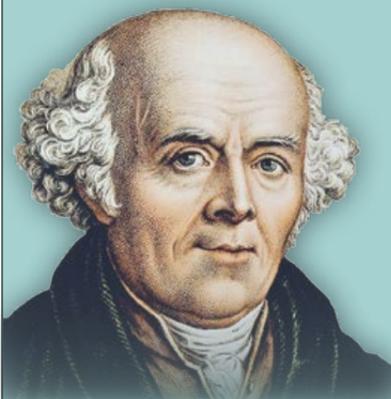
Organon

rung, aber jederzeit kann Psora wieder ausbrechen. Deshalb muss sie über einen langen Zeitraum mit Medikamenten gegen Psora vertrieben und das Miasma an der Wurzel gepackt werden. Wenn der Patient vertrauensvoll der Regulierung der Ernährung und Gewohnheiten folgt, wird eine solche Geisteskrankheit nicht mehr ausbrechen.

§ 223

Wird aber die antipsorische, (auch wohl antisiphilitische) Cur unterlassen, so ist bei noch geringerer Veranlassung, als bei der ersten Erscheinung des Wahnsinns stattfand, bald ein neuer und zwar anhaltenderer, größerer Anfall davon, fast mit Sicherheit zu erwarten, während welchem sich die Psora vollends zu entwickeln pflegt und in eine entweder periodische oder anhaltende Geistes-Zerrüttung übergeht, welche dann schwieriger antipsorisch geheilt werden kann.

Samuel Hahnemann, M.D.



Erklärung

Die Regulierung der Ernährung und Gewohnheiten bedeutet, dass der Patient das alte Spiel von Alkohol trinken, Karten spielen und schlaflose Nächte verbringen nicht wieder aufnehmen soll. Das führt ihn dahin, seinen gesunden Geistes-Zustand früher zu verlieren.

§ 223: Was geschieht, wenn das latent chronische Miasma nicht gründlich vertrieben und die Behandlung durch die Verbesserung des geistigen Zustands beendet wird? Innerhalb sehr kurzer Zeit kann daraufhin ein sehr ernster Angriff einer Geisteskrankheit erfolgen aufgrund geringster Anlässe oder der umgebenden Umstände. Dieses Mal wäre die Wirkung heftiger und langwieriger. Wenn der Patient sich in einem ernstesten Zustand befindet, ergreift Psora die Gelegenheit und richtet mit zusätzlicher Stärke Schaden an. Danach werden sich zwei weitere Zustände entwickeln aufgrund der erstarkten Krankheit. Dieses Mal werden die geistigen Störungen kommen und gehen, auch wenn Heilung geschehen kann. Möglich ist auch, dass die Geisteskrankheit überhaupt nicht mehr geheilt werden kann und für den Rest des Lebens bestehen bleibt

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

Leber- und Gallen-Reinigung [I]

Einführung in die Leber- und Gallenreinigung

Valentin Garcia



Valentin Garcia Lopez ist zertifizierter Heilpraktiker in Naturheilkunde in Barcelona. Seine Schwerpunkte sind Ohrakupunktur, Oligotherapie, Spagyrik (alchemistische Medizin), Orthomolekulare Medizin, Homöospagyrik. Er hat eine vollständige Ausbildung von drei Jahren in Syntergetik und ist Mitglied der Fakultät des Merrylife Zentrums (Barcelona) und der FENACO (Berufs-Heilpraktiker Spanien). Seine Lehren erstrecken sich auf das "Überbewusstsein".

Die meisten Menschen glauben, dass es Gallensteine nur in der Gallenblase gibt. Diese allgemeine Annahme ist jedoch falsch. Die Mehrheit der Gallensteine werden in der Leber gebildet und nur vergleichsweise wenige in der Gallenblase. Diese Aussage kann ganz einfach anhand einer Leberreinigung bewiesen werden, da die Personen, die sich einer Gallenblasen-Operation unterzogen hatten, auch weiterhin Gallensteine produzieren. Wenn Sie die vielen hundert grünen, cremefarbenen oder braunen Gallensteine betrachten, die nach Ihrer ersten Leberreinigung in Ihrer Toilette schwimmen, werden Sie wissen, dass Sie ein wichtiges Handwerkszeug gefunden haben, das Ihrer Gesundheit dient.

Wir empfehlen Ihnen, zuerst einmal verschiedene Artikel über dieses interessante Thema zu lesen. Danach werden Sie bemerken, wie wichtig es ist, die Leber sauber zu halten. Denn diese mehr als hundert kleinen Gallensteine sind ein großes Hindernis, um gute Gesundheit zu erlangen und zu erhalten, um jung und vital zu bleiben. Tatsächlich ist diese Methode nach der Lehre des Ayurveda, der ältesten Wissenschaft über die Gesundheit, einer der Hauptgründe, war-

um Menschen krank werden und sich nur sehr schwer wieder erholen.

Fast alle Menschen, die an einer chronischen Krankheit leiden, haben eine große Menge an Gallensteinen in der Leber. Diese Gallensteine bestehen aus denselben „unbedenklichen“ Bestandteilen, wie sie in der Gallenflüssigkeit enthalten sind, hauptsächlich Cholesterin. Dies macht sie praktisch „unsichtbar“ für Röntgen und Ultraschall. Anders ist es, wenn die Gallensteine der Gallenblase hauptsächlich aus Mineralien, vor allem Calciumsalzen und Gallenfarbstoffen bestehen. Die klinische Diagnose kann diese harten Steine leicht feststellen, nicht jedoch die weichen und glatten Steine in der Leber, wenn sie noch nicht verkalkt sind.

Bei den meisten Menschen haben sich im Laufe ihres Lebens hunderte und in manchen Fällen tausende von Gallensteinen in der Leber angesammelt. Diese sind dann Ursache dafür, dass die Gallenflüssigkeit nicht mehr ungehindert durch die Gallengänge fließen kann. Die grünliche alkalische Gallenflüssigkeit hat viele Funktionen, jede davon hat eine Auswirkung auf die verschiedenen Gesundheitssysteme und Organe im Körper. Abgesehen davon, dass sie die Verdauung von Fett, Calcium und Proteinen unterstützt, wird die Gallenflüssigkeit gebraucht, um den Blutfettgehalt zu erhalten, um Toxine aus der Leber auszuscheiden und den Säure-Basengehalt im Dünndarm auszugleichen und den Dickdarm dabei zu unterstützen, dass keine schädlichen Mikroben entwickelt werden. Dazu muss die Leber zwischen 1,1 und 1,6 l Gallenflüssigkeit pro Tag produzieren. Bei kleineren Mengen führt dies zu Verdauungsproblemen beim Ausscheiden von Schlacken und dem kontinuierlichen Prozess des Körpers, das Blut zu entgiften. Viele

Leber- und Gallen-Reinigung

Menschen produzieren nur ein Viertel oder noch weniger davon. Deshalb sind viele Gesundheitsprobleme direkte oder indirekte Folge dieser eingeschränkten Gallensekret-Produktion und des unzureichenden Abtransports.

Menschen mit chronischen Krankheiten haben normalerweise tausende kleine Gallensteine, die die Gallenblasengänge der Leber verstopfen. Schon eine kleine Anzahl davon kann die Gallenblase angreifen. Wenn man diese Steine durch mehrere Leberreinigungen ausscheidet und eine ausgewogene Ernährung zu sich nimmt bei entsprechender Lebensweise, können sich die Leber und die Gallenblase wieder erholen und zu ihrer natürlichen Funktion zurückfinden. Viele Beschwerden oder Krankheiten gehen langsam weg. Allergien nehmen ab, Rückenschmerzen gehen zurück, viele Dysfunktionen verbessern sich und die Lebensenergie und das Wohlbefinden erhöhen sich enorm.

Die Leberreinigung an sich dauert weniger als 14 Stunden und kann ganz in Ruhe an einem Wochenende zuhause durchgeführt werden. Bei jeder Reinigung werden meist hunderte von kleinen Steinen auf einmal ausgeschieden – und zwar ohne Schmerzen. Die Größe der Steine kann von der Größe eines Stecknadelkopfs bis zur Größe einer Haselnuss variieren.

Die Bedeutung der Leber

Die Leber ist das größte Organ des Körpers und hat ein Gewicht von bis zu 1,4 Kilogramm. Sie befindet sich hinter den Rippen im rechten oberen Teil unseres Bauches und erstreckt sich dabei fast über die ganze Breite des Körpers.

Durch ihre Verantwortung für annähernd 1200 verschiedene Funktionen, von denen einige noch entdeckt werden müssen, ist die Leber möglicherweise

das komplexeste und aktivste Organ von allen und beeinflusst das Leben und die Gesundheit aller Körperzellen.

Unter normalen Umständen und wenn sie frei von Lebersteinen ist, filtert die Leber mehr als einen Liter Blut pro Minute. Sie erhält über die Leberpfortader venöses Blut aus dem Dickdarm, der Milz und der Bauchspeicheldrüse.

Die Leber verarbeitet nicht nur Alkohol, Schwermetalle und Gifte, sondern auch alle anderen schädlichen Substanzen, Bakterien, Mikroorganismen, Parasiten und den Großteil der Bestandteile von Medikamenten.

Über den Tag verteilt verarbeitet sie große Mengen von Nährstoffen und versorgt damit die annähernd 220 Milliarden Zellen des menschlichen Körpers.

Um 24 Stunden täglich und ohne Unterbrechung die vielen Aktivitäten der Körperzellen aufrechtzuerhalten, versorgt die Leber sie mit einem konstanten Fluss von Nährstoffen und Hormonen.

Mit ihrem verzweigten Labyrinth aus winzigen Adern, Kanälen und spezialisierten Zellen ist es wichtig, dass sie frei von jeglichen Hindernissen ist, um eine kontinuierliche Produktion aufrecht zu erhalten und die reibungslose Verteilung von Nährstoffen und Hormonen im Körper sicherzustellen.

Bei all diesen Stoffwechselprozessen verändert die Leber die biologisch schädlichen Stoffe und verhindert somit, dass diese das Herz erreichen. Dieser Prozess wird Entgiftung genannt. Die Kupferzellen, die sich auf die Blutgefäße der Leber spezialisiert haben, greifen die schädlichen Bestandteile und alle Krankheitserreger an, die vom Darm kommend über die Pfortader die Leber erreichen.

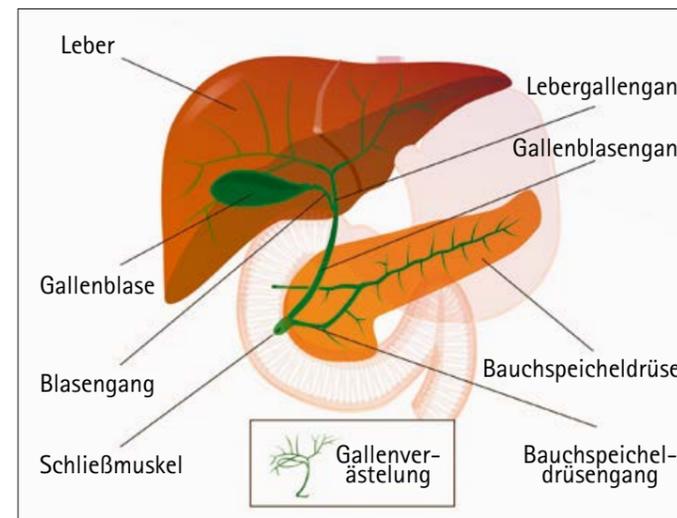
Die Leber sondert die dabei entstehenden Abfallstoffe über den Gallenblasengang ab. Um sicherzustellen, dass all das einwandfrei funktioniert, erhält und filtert

die Leber eineinhalb Liter Blut pro Minute und stellt so täglich eineinviertel Liter Gallenflüssigkeit her.

Gibt es kleine Gallensteine in der Leber, so verringern diese die Blutmenge, die von den im Körper angefallenen und von den von außen zugeführten Schadstoffen bereinigt werden kann. Darüber hinaus hindern sie die Leber daran, ausreichende Mengen von Energie und Nährstoffen zur richtigen Zeit an den richtigen Ort im Körper zu liefern. Dies kann den Körper aus seinem empfindlichen Gleichgewichtszustand, der Homöostase, bringen und dadurch die Funktionsfähigkeit seiner Systeme und Organe einschränken. Die Reinigung der Leber und Gallenblase von angesammelten Gallensteinen hilft dabei, die Homöostase wiederherzustellen, das Körpergewicht auszugleichen und den Körper auf die Selbstheilung vorzubereiten. Wenn Sie eines der folgenden Symptome oder ähnliche Beschwerden haben, befindet sich wahrscheinlich eine große Zahl von kleinen Gallensteinen in Ihrer Leber und Gallenblase.

Hormonelles Ungleichgewicht

- Unfruchtbarkeit
- Nierenprobleme
- Sexualprobleme
- Harnprobleme
- Seheinschränkungen
- Augenringe
- Geschwollene Augen
- Gelbe Augen und Haut
- Fettiges Haar oder Haarausfall
- Übergewicht und Schwäche
- Fettleibigkeit
- Skoliose
- Steifheit des Körpers
- Intensive Schmerzen in Rücken und Schultern
- Muskel- und Gelenkverhärtungen
- Kalte Glieder
- Osteoporose



- Zahn- und Zahnfleischprobleme
- Einschlafende Beine
- Alzheimer
- Hirnschäden
- Verdauungsstörungen
- Albträume
- Fettleber und Leberzirrhose
- Hohe Cholesterinwerte
- Lehmfarbener Stuhl
- Hämorrhiden
- Schwindel und Schwächeanfälle
- Gicht
- Allergien
- Asthma

Die Bedeutung der Galle

Die Galle ist eine gelbliche, dickflüssige und basische Flüssigkeit (im Gegensatz zu sauren Flüssigkeiten), die sehr bitter schmeckt. Die Mehrheit der Nahrungsmittel könnte ohne die Gallenflüssigkeit nicht verdaut werden. Um beispielsweise dem Dünndarm zu ermöglichen, die Fette und das Kalzium der verdauten Speise aufzunehmen, muss diese erst mit Gallenflüssigkeit gemischt werden. Werden die Fette nicht adäquat aufgenommen, lässt das auf eine unzurei-

chende Sekretion von Galle schließen. Ist dies der Fall, dann kann auch das Kalzium nicht absorbiert werden und fehlt dem Blut.

Das Blut nimmt daraufhin das restliche Kalzium aus den Knochen auf. Die Mehrheit der Probleme, die die Knochendichte betreffen, ist das Ergebnis genau dieser unzulänglichen Sekretion von Galle und der schlechten Verdauung von Fetten statt einer ungenügenden Zufuhr von Kalzium.

Abgesehen von der Verarbeitung der Fette, die in der Nahrung enthalten sind, entfernt die Galle auch Gifte aus der Leber. Eine der weniger bekannten aber nicht unbedeutenden Funktionen der Galle ist die Säuberung und Entsäuerung des Darmes.

...wird fortgesetzt.

Kontakt:
valentingarcia1957@gmail.com

Okkultes Heilen [CVI]

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 Weltsschriften, Zeitzyklen, u.v.m.

Experimente mit psychischer Energie erfordern Disziplin. Durch Disziplin werden die Experimente unterstützt, so dass sie erfolgreich sind. Zur Disziplin gehört ein Rhythmus. Er bringt den entsprechenden Magnetismus mit sich. Die ganze Natur arbeitet nach einem Rhythmus. Wenn eine Blume erblüht, eine Pflanze wächst oder Ernten eingebracht werden, dann geschieht dies nach einem Rhythmus. Auch die Jahreszeiten treten rhythmisch auf. Tiere paaren sich entsprechend einem Rhythmus. In der Bewegung der Wolken finden wir einen Rhythmus, wenn wir sie sorgfältig beobachten, und sogar im Wind ist ein Rhythmus vorhanden. Die Meereswellen erheben sich rhythmisch, Ebbe und Flut der Gewässer unterliegen einem Rhythmus, und die gesamte Schöpfung bewegt sich in einem rhythmischen Tanz. Der Mensch ist aus diesem System der Natur herausgefallen, und deshalb wird er krank. Auch sein Körper hat einen Rhythmus, z.B. verspürt ein gesunder Mensch Hunger und Durst entsprechend einem Rhythmus. Eine gesunde Person folgt im Leben einem Rhythmus. In Bezug auf Aktivität, Essen und Erholung hat sie einen festen Rhythmus. Weder beim Essen noch beim Geschlechtsverkehr vernachlässigt sie den Rhythmus, und sie bewegt sich oder spricht nicht irrational. Sie folgt dem Tagesrhythmus und lässt die rhythmische Energie und Dynamik nicht zur öden Routine werden. Der Unterschied zwischen Routine und Rhythmus liegt im

Enthusiasmus. Aus der Routine entsteht der kränkliche Gedanke: „Ich muss dies tun“, und aus dem Rhythmus erwächst der gesunde Gedanke: „Ich tue dies gern.“ Durch den Rhythmus werden magische Ergebnisse erzielt. Das Gesetz des Rhythmus gehört zu den fundamentalen Gesetzen der Schöpfung. Der Mensch ist die einzige Spezies, die gewöhnlich aus diesem Rhythmus herausfällt, weil er von seinem freien Willen in unvernünftiger Weise Gebrauch macht. Der freie Wille gilt immer als eine Verantwortung und nicht nur als eine vorteilhafte Möglichkeit. Wird der freie Wille als eine günstige Gelegenheit betrachtet, ist der Mensch geneigt, ihn falsch zu gebrauchen und führt sich damit selbst von der Gesundheit zur Krankheit. Jeder Arzt ist gut beraten, darauf zu achten, wie seine Patienten von ihrem freien Willen Gebrauch machen. Ein wahrer Arzt hat auch die Pflicht, auf behutsame Weise den freien Willen und den Rhythmus in seinen Patienten wiederherzustellen. Das Pendel einer Uhr bewegt sich rhythmisch. Die Zeiger der Uhr drehen sich und zeigen die richtige Uhrzeit an. Von der rhythmischen Bewegung des Pendels hängt die Drehung der Uhrzeiger ab. Auch das Leben ist wie ein hin und her schwingendes Pendel. Wenn wir das Pendel des Lebens richtig erfahren, nehmen wir darin den Gesang des Lebens wahr. Dieser Gesang findet in unserem Inneren statt. Er ist die Pulsierung des Lebens. Die Pulsierung ist zentripetal und zentrifugal. Sie darf nicht gestört werden, wenn wir bei guter Gesundheit bleiben wollen. Durch psychische Energie wird es möglich, den Rhythmus des Lebens im Arzt und in seinen Patienten zu stärken und zu festigen. Bei der Heilung bleibt dieses zusätzliche Wissen in Bezug auf die Wiederherstellung des Gesangs des Lebens normalerweise unbeachtet



Rhythmus hält den Schlüssel zur Gesundheit

K. Parvathi Kumar

Ita Wegman – Innen und Außen im fruchtbaren Wechselspiel

Dr. med. Lukas Schöb



Große Ideen entstehen still und leise im Innern – die Außenwelt kann Lehrer sein und innere Prozesse fördern – ein



interessantes menschliches Wechselspiel. Ita Wegman war und ist eine initiative, begeisternde und außergewöhnliche Pionierpersönlichkeit in einer außerordentlichen Zeit. Es gibt sehr viele Facetten und Aspekte ihrer Persönlichkeit und ihres Wirkens – einige wenige werden im Folgenden beschrieben.

Ita Wegman stellte sich als Pionierfrau mit viel Kraft in die Außenwelt – und sie begab sich gleichzeitig in einen tief esoterischen Strom hinein. Dieses Spannungsfeld war ihr sehr bewusst, und sie bezog es wohl als Grundsatz für ihre Entscheidungen aktiv mit ein. Am Beispiel ihrer Ansprache zur Eröffnung des Klinikneubaus 1928 können wir das erahnen. Sie beginnt folgendermaßen: „Wenn von Menschen, die einer Weltanschauung angehören, in der das Übersinnliche eine Rolle spielt, etwas getan wird, dann wird dieses Tun innerhalb dieser Weltanschauung immer zweierlei Charakter haben: Es wird, wenn das Tun nach außen gerichtet ist, dieses Tun ein exoterisches Gepräge haben, d. h. es wird so geartet sein, dass jeder Andersdenkende es verstehen kann, so dass es nicht aus dem Rahmen fällt des schon Bestehenden. Es gibt aber innerhalb dieser Weltanschauung das andere Tun, das sich einreicht und sich orientiert nach übersinnlichen Gesetzen.“

Weltmännischer Auftritt und Demut

Diese Sätze und dieser Denkansatz faszinieren mich noch heute. In der weiteren Ansprache spricht Ita Wegman in großer Klarheit von kraftvoller Entfaltung der Klinik, glanzvollem Tun und weltmännischem Auftritt, von anerkennendem Echo der Außenwelt, aber auch von Kritik, die das Neue in der Außenwelt auslösen wird. Dann betont sie die Innenseite einer spirituellen Medizin. Hier steht Demut gegenüber der geistigen Welt im Zentrum, aber auch Bescheidenheit, Innerlichkeit, Geduld und Anstrengung.

Dieses Spannungsfeld erleben wir heute nach wie vor sehr intensiv. Wir müssen

die Klinik als starken Anbieter im harten Gebiet der Gesundheitspolitik und Wirtschaft positionieren – und gleichzeitig offen und sensibel sein für die heilenden Kräfte der Natur, der Menschen und der geistigen Welt.

Am Schluss ihrer Ansprache weist Ita Wegman auf einen weiteren wichtigen Aspekt hin – und auch er ist für die heutige Zeit sehr bedeutsam: Aus der inneren meditativen Arbeit entstehen die Kraft und das richtige Selbstbewusstsein für die Aufgaben im Äußeren. Bei allen äußeren Anforderungen, Herausforderungen und Spannungsfeldern: das wirklich umkämpfte Gebiet liegt im Inneren der Menschen, und dort braucht es große Geistesgegenwart und Engagement für die Sache – damals wie heute.

Therapeutin

Ita Wegman war im ersten Beruf eine Therapeutin, was häufig nicht im Bewusstsein ist. Ziel ihrer ersten Ausbildung war die Heilgymnastik und die sogenannte Schwedische Massage, eine damals moderne Richtung der medizinischen Massage. Zu diesem Zweck erlernte sie in Holland in den Jahren 1900 bis 1902 den Beruf einer Gymnastiklehrerin; das war eine Voraussetzung dafür. Der konventionelle Ansatz war Ita Wegman aber nicht genügend. Deshalb entwickelte sie später, nachdem sie 1902 Rudolf Steiner getroffen hatte und sich durch die von ihm erarbeitete Anthroposophie begeistern und befruchten ließ, eine neue Art von Massage. Sie wollte die Lebenskräfte des Patienten direkter erreichen. Durch den erweiterten Ansatz und durch die innere Verbindung mit dieser Fragestellung entwickelte sie eine Massage, welche die rhythmischen Anregungen ins Zentrum stellte und zudem mehr von therapeutischen Sog-Wirkungen als von bisher angewendeten

Druck-Wirkungen ausging. Es entstand die heute nach ihr benannte „Rhythmische Massage nach Dr. Ita Wegman“. Ein Musterbeispiel von fundierter offizieller Ausbildung und eigener Umgestaltung nach neuen Gesichtspunkten!

Ärztin

Als Frau war es damals fast unmöglich, Medizin zu studieren. Umso erstaunlicher war, dass dies Ita Wegman in einer Zweitausbildung gelang. Sie erhielt einen Studienplatz an der Universität in Zürich – damals in Bezug auf Frauenrechte eine Pionierstadt. Sie beschrieb, sie habe das viele konventionelle Wissen nur erlernen können im Wissen, dass sie



dieses anwenden möchte für eine Medizin, welche die spirituellen Aspekte berücksichtigt – eine Medizin im Sinne der Anthroposophie („Anthroposophische Medizin“ gab es damals ja noch nicht). In der Praxis in Zürich holte sie sich viel praktische Erfahrung, so dass alles reif schien, als sie 1921 die Klinik Arlesheim gründete.

Im Folgenden entstand eine sehr intensive Wirkenszeit vor allem in der Phase

Ita Wegman- Innen und Außen im fruchtbaren Wechselspiel

der konkreten Zusammenarbeit mit Rudolf Steiner bis zu seinem Tod 1925, mit größten Leistungen in der Außenwelt, vielen Reisen und Kontakten in die ganze Welt sowie Gründungen und Neuentwicklungen. Der eindrückliche Briefwechsel mit Tausenden von Briefen im Ita Wegman Archiv zeugt von dieser äußeren Arbeit. Begleitet und beseelt wird sie von einer in der Tiefe nicht zu unterschätzenden spirituellen Arbeit, ebenfalls in enger Zusammenarbeit mit Rudolf Steiner – und dies alles mit vielen Patientinnen und Patienten und einem neuen sozialen Organismus der wachsenden Klinik.

Heilmittel, Pharmazie

Die Schul-Pharmazie zu Beginn des 20. Jahrhunderts war geprägt von großen Suchbewegungen. Viele überlieferte Rezepturen wurden kritisiert – einige Wirkstoffe wurden neu eingeführt und hatten Nebenwirkungen. Es war der Platz für die sogenannte Nihilistische Schule: Lieber sollen die Ärzte gar nicht behandeln, sondern sich auf die Diagnose und Prognose beschränken – somit fügen sie wenigstens den Patienten keinen Schaden zu. In dieser Zeit begann Ita Wegman auf Anregung von Rudolf Steiner, noch bevor er Vorträge zur Anthroposophischen Medizin hielt, mit der Entwicklung eines Mistel-Präparates in Zürich, damals Iscar genannt und eingesetzt bei Karzinomkranken. Mit großem Einsatz und Initiative entwickelte und erforschte sie ein Medikament zur subcutanen Injektion, dem Vorläufer des heutigen Iscadors. Mit Oscar Schmiedel, einem Chemiker, und Ludwig Noll, einem Kollegen, entstanden in der Frühzeit der Anthroposophischen Medizin in enger Zusammenarbeit mit Rudolf Steiner über 100 Medikamente – die sogenannte Arlesheimer Präparate-Liste. In ein-

drücklicher Weise wurden neue Wege von Pharmazie und Indikationslisten beschränkt. Die Grundlagen einer neuen Medizin-Methodik, eines neuen Naturverständnisses und einer neuen Ethik des Helfens waren geschaffen.

Pflege

Die Pflege befand sich in jener Zeit ebenfalls in einem Umbruch. Sie hatte sich aus kirchlichen Zusammenhängen entwickelt und fand sich nun wissenschaftlichen Fragestellungen gegenüber. Auch das ging einher mit einem „Generationswechsel“ und Ita Wegman setzte sich auch hier im Sinn von Innovation und Neuerung ein. Schon während des Studiums und als praktizierende Ärztin in Zürich waren ihr die Zusammenarbeit, die Weiterentwicklung und Ausbildung der Pflege ein großes Anliegen gewesen. Sie pflegte regen Austausch mit den Frauenärztinnen Anna Heer und Anna Baltischwiler, beides Gründerpersönlichkeiten des damaligen Frauenspitals und der ersten Schweizerischen Pflegerinnenschule. Aus diesen Jahren sind Konzepte ihrer Schwesternkurse erhalten.

Nach der Gründung der Klinik in Arlesheim richtete Ita Wegman eine eigene Pflegeweiterbildung ein – den sogenannten Schwesternkurs. Die konventionelle Pflege sollte mit spirituellen Aspekten ergänzt werden. Zentrale Fragen zu Mitleid, Liebe und Heilung sollen in einen größeren Kontext gestellt werden, um eine menschen-, zeit- und geistesgemäße Pflege verwirklichen zu können.

Soziale Fragen

Für uns heute kaum vorstellbar sind die Zeiten der Weltkriege. Die soziale Frage war damals so intensiv und drängend, dass wir heute um Worte dafür ringen.

Ita Wegman erlebte das alles mit. Sie stellte sich aktiv hinein, mit sehr viel Risiko auf verschiedenen Ebenen – als Gründerpersönlichkeit mit persönlichen finanziellen Risiken, bei der Führung der damals noch kleinen Weleda, in der Klinik, bei Auseinandersetzungen am Goetheanum.

Ita Wegman zog reiche Menschen aus aller Welt an und begeisterte sie für die Ideen der Anthroposophie. Sie setzte sich für behinderte Kinder und Menschen ein, entwickelte Ideen und Initiativen für die Unterstützung von unterernährten Kriegskindern, engagierte sich für die Ideen der Sozialen Dreigliederung. Auch hier wieder ihre Handschrift: Engagement und Auseinandersetzung mit den Notwendigkeiten und Aktualitäten der Zeit in Verbindung mit innersten philosophischen Anliegen – eine eindrückliche Leistung.

Die vier Säulen und das Feuer

Die Grundsäulen der Anthroposophischen Medizin ergeben sich durch das Zusammenwirken von Ärzten, Pflegenden, Therapeutinnen und Heilmitteln zum Wohl der Patientinnen und Patienten. Es ist spannend zu bemerken, dass in der Gründerpersönlichkeit von Ita Wegman diese vier Aspekte eine zentrale biografische Bedeutung haben. Dabei stellte sie sich jeweils in das Spannungsfeld der äußeren Anerkennung und des inneren Gehalts.

Auch in der heutigen Zeit gilt: Der Tempel mit diesen vier Säulen steht auf den Fundamenten der in der Außenwelt aktuellen konventionellen Medizin – das Dach und die Ausrichtung bildet die Spiritualität der Anthroposophie. Das streng behütete, umsorgte und beschützte innere „Tempelfeuer“ soll im Sinn von ansteckender Begeisterung mit

großer Kraft nach außen getragen werden, als eine Signatur des im Sozialen gelebten Lebens.

Erstveröffentlichung in der Fachzeitschrift *Quinte*, Ausgabe 38
www.quinte.ch

... wird fortgesetzt.

Kontakt
Klinik Arlesheim AG
Pfeffingerweg 1
4144 Arlesheim, Schweiz
info@klinik-arlesheim.ch



Kampf den schlaflosen Nächten

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.

Schlafstörungen sind in unserer Gesellschaft weit verbreitet. Schnellebigkeit, Schichtarbeit, unverarbeitete Erlebnisse und unausgewogene Ernährung können den gesunden Rhythmus zwischen Schlafen und Wachen beeinträchtigen. Werden an diesem Punkt die Selbstregelmechanismen gestärkt, wird die natürliche Heilfähigkeit des Körpers aktiviert.

Die Ursachen von Schlafstörungen können zum einen äußere Faktoren wie nächtlichen Lärm oder innere Faktoren haben, zum anderen bereits bestehende Erkrankungen. Die fehlende Erholungsphase des Schlafes beeinträchtigt kurzfristig die Leistungsfähigkeit. Längerfristig können Schlafstörungen zur Verschlechterung von Krankheiten und zu neuen Krankheitsbildern führen. Schon in den ältesten Schriften des Ayurveda, der *Caraka Samhita*, Ci 28., *Sutrasthana*, Kapitel 21, wird die Physiologie des Schlafes beschrieben:

Wenn der Geist (*Manas*) sowie auch die Seele (*Atman*) erschöpft ist oder inaktiviert wird und die sensorischen wie auch motorischen Organe inaktiv werden, dann schläft der Mensch. Schlaf ist

der Ort des Geistes, welcher nicht mehr verbunden ist mit den sensorischen und motorischen Organen.

Ist der Geist erschöpft, wird auch der Mensch müde, da die Tätigkeiten vom Geist abhängig sind. Wenn der Geist sich also von seinen Objekten trennt, trennt sich auch der Mensch von den seinen.

Die sensorischen sowie motorischen Organe sind nicht aktiv, weil der Mensch inaktiv ist.

Glück, Elend, Nahrung, Auszehrung, Kraft, Schwäche, Fruchtbarkeit, Sterilität, Wissen, Ignoranz, Leben und Tod – all das hängt vom guten oder schlechten Schlaf ab.

In den Industrienationen leidet etwa ein Drittel der Menschen unter Schlafstörungen. Bei den meisten Schlafstörungen handelt es sich um eine typische Vata-Disbalance, bei der Menschen mit einer Vata-Konstitution durch ihre hohe Sensibilität besonders empfindlich reagieren. Vata, das Prinzip der Bewegung, erhöht sich durch Stress, Reizüberflutung und Unbeständigkeit.

Die Überaktivität der Sinnesorgane und des Geistes fördert Schlafstörungen, Tinnitus, Migräne und Burn-Out-Syndrom. Auch die Verdauungsaktivität (*Agni*) wird durch Stress geschwächt. Verdauungsprobleme manifestieren sich durch Blähungen und Verstopfung. Ayurveda unterscheidet verschiedene Arten von Schlafstörungen, die individuell behandelt werden.

Einschlafstörungen

Menschen, die unter Einschlafstörungen leiden, stehen häufig unter großem emotionalen und zeitlichen Druck, der begleitet ist von Ängsten, Sorgen, Nervosität, Unruhe, Kältegefühl, Gedankenkreisen und nächtlichem Aufwachen zwischen zwei und sechs Uhr.

Die Bioenergie-Vata zu beruhigen und zu balancieren, hat hierbei die oberste Priorität. Zum einen durch eine Vata beruhigende Ernährung, die sich vor allem durch die Eigenschaften regelmäßig, warm, leicht verdaulich, nährend und feucht auszeichnet. Besonders zu empfehlen sind für den Abend warme Suppen und das Zubettgehen während der Kapha-Zeit, also zwischen 18 und 22 Uhr.

Die anschließende Pittazeit zwischen 22 Uhr bis 2 Uhr mit ihrem ansteigenden Aktivitätsniveau wirkt sich gerade auf Vata-Störungen ungünstig aus.

Ebenso wichtig wie die Korrektur der Ernährung ist die Überprüfung der Lebensführung. Wo kann der Alltag entschleunigt werden? Wo können Ruheinseln entstehen? Wie können durch einfache Maßnahmen körpereigene Ressourcen aktiviert und genutzt werden? Zum Beispiel durch regelmäßige Ruhe- und Entspannungsphasen oder über das Bewusstwerden der Atmung. Wie atme ich unter Stress und Angst? Einfache Atemübungen, Meditation und Entspannungsübungen können die Lebenskraft aktivieren und das Nervensystem beruhigen.

Rezepte für einen guten Schlaf

- Ein klassisches Rezept ist warme (verdünnte) Milch mit Honig und Gewürzen wie Muskatnuss, Kardamom, Ingwer, Zimt oder Safran. Es beruhigt Vata und verbessert indirekt den Melatoninspiegel.
- Hilfreich sind auch beruhigende Kräutertees und Gewürze. Dazu zählen neben Muskat und Kamille andere bekannte Kräuter wie Melisse, Hopfen, Passionsblume, Johanniskraut, Helmkraut oder Eisenkraut.
- Schlaf fördernd und Vata beruhigend wirkt ein Mohnsamenchutney. Man

benötigt dazu 1 Teelöffel Mohnsamen, 1 Teelöffel Kokosraspeln, 1 Prise Kreuzkümmel, 1 Prise Gelbwurz und eine kleine Menge Ghee (Butterschmalz). Mohnsamen und Kokosraspel werden vermischt und etwas Wasser hinzugegeben, bis eine dicke Paste entsteht. Das Ghee wird in einer kleinen Pfanne geschmolzen und die Gewürze werden hinzugegeben. Dann nimmt man die Pfanne sofort vom Herd und mischt die Mohnsamenmischung dazu. Zum Schluss kann man nach Geschmack etwas Salz hinzugeben.

- Eine Fußmassage vor dem Zubettgehen mit Ghee oder Massageöl wirkt Vata beruhigend und fördert den Schlaf

Durchschlafstörungen

Zwischen zwei Uhr in der Nacht und sechs Uhr am Morgen regiert die Bioenergie Vata den Biorhythmus. Der Schlaf wird flacher, die Traumphasen werden intensiver und länger.

Bei einer Vata-Störung zum Beispiel kann der Betroffene zwischen zwei und fünf Uhr aufwachen und hellwach sein. Das Wiedereinschlafen ist schwierig oder unmöglich – auch in diesem Fall empfiehlt es sich, Vata durch die beschriebenen Maßnahmen zu beruhigen. Sollte durch die beruhigenden Maßnahmen keine Verbesserung eintreten, ist es ratsam, den Melatoninspiegel zu überprüfen. Melatonin ist ein Taktgeber für den natürlichen Schlaf-Wach-Rhythmus. Bei Helligkeit wird die Produktion von Melatonin gedrosselt, in der Dämmerung und bei Dunkelheit steigt er wieder und hilft, den natürlichen Schlaf auszulösen. Die Ausschüttung des Melatonins reagiert sehr empfindlich auf Umwelteinflüsse wie Stress, Zeitverschiebungen durch Flugreisen, Schicht-



Kampf den schlaflosen Nächten

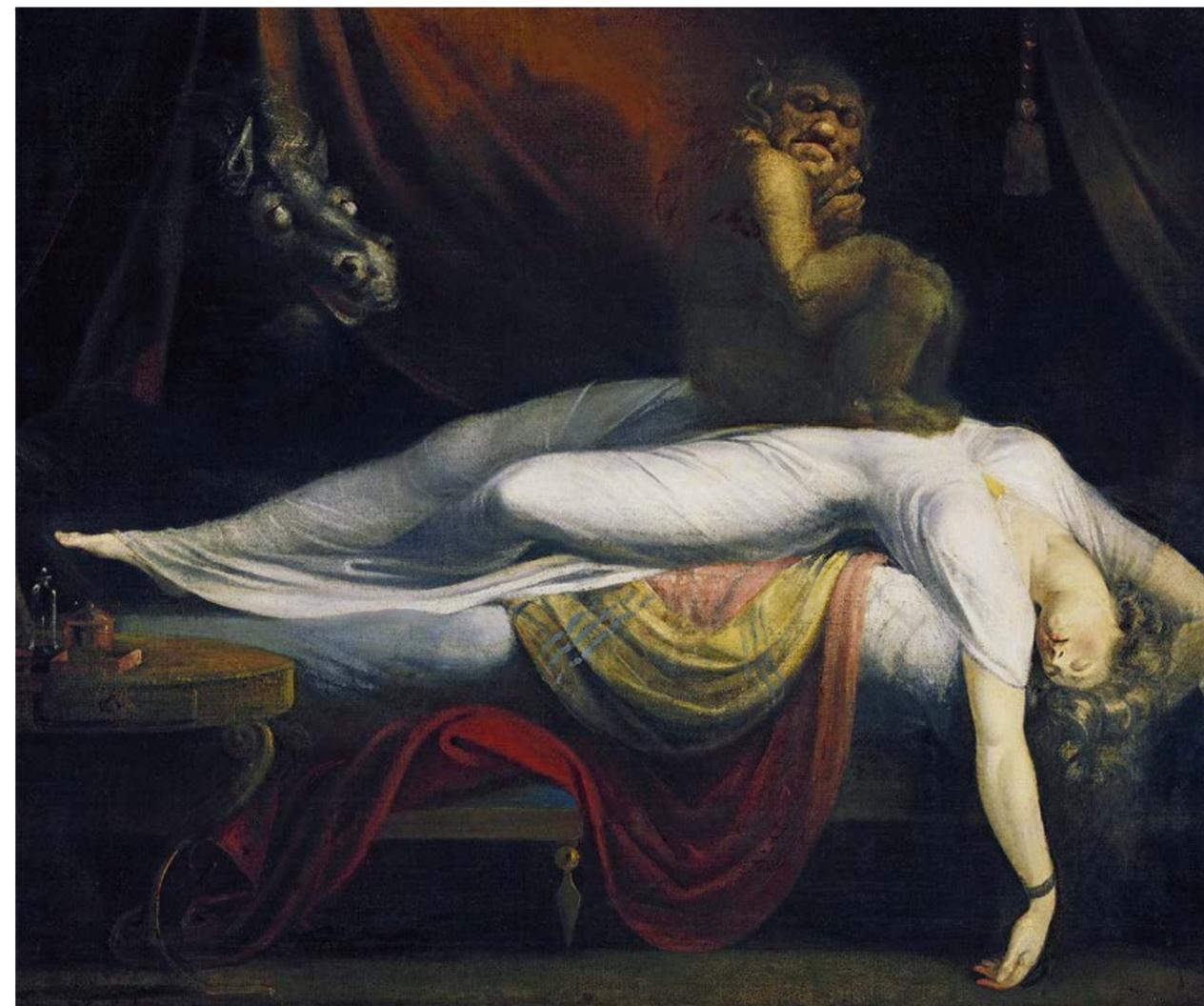
arbeit, elektromagnetische Felder und zu geringe Abdunkelung von Räumen während des Schlafes. Auch tryptophanreiche Ernährung kann unterstützend wirken. Zum Beispiel: Weizenkeime, Tofu, Spinat, Sojabohnen, Nüsse, Bohnen, Fisch, Fleisch und Erbsen.

Zwischen 22 Uhr und 2 Uhr sind Galle und Leber aktiv mit der Reinigung beschäftigt. Säuren und Reizstoffe können den Körper überschwemmen. In dieser Phase kann eine Disbalance der Bioenergie Pitta zu Schlafstörungen führen. Die Menschen schlafen zunächst gut ein und wachen im 90-Minuten-Rhythmus, begleitet von Herzklopfen, Verspannungen und Emotionen, auf. Der Organismus ist überhitzt und übersäuert, eine Pitta reduzierende Ernährung ist empfehlenswert. Scharfe und saure Lebensmittel sollten dabei streng reduziert und den süßen, bitteren und herben Geschmacksrichtungen der Vorzug gegeben werden. **Regelmäßige Mahlzeiten besänftigen Pitta.** Während den Phasen der Schlaflosigkeit kann eine halbe Tasse Milch mit einem Teelöffel Rosenblättermarmelade positiv unterstützen. Die kühlende Wirkung der Ro-

senblätter harmonisiert die Emotionen, den Körper und den Geist. Ein Teelöffel Kokosöl, gemischt mit ein paar Tropfen Lavendelöl, kann bei heißem Kopf auf der Scheitelmitte einmassiert werden.

Morgenzerschlagenheit

Auch die Zerschlagenheit am Morgen wird zu den Schlafstörungen gezählt. Die betroffenen Menschen fühlen sich nach acht oder mehr Stunden Schlaf am Morgen schwer, gestaut, träge, müde und erschöpft. In manchen Fällen können Durchschlafstörungen am frühen Morgen hinzukommen. Hierbei handelt es sich um eine **Kapha-Disbalance**, bei der durch die Ruhe während des Schlafes der Stoffwechsel der Muskulatur verlangsamt wird. Es kommt zu Übersäuerung, Verschleimung und Stauung. Im Zusammenhang mit Vata kommt es zu Gliederschmerzen und Gelenksteifigkeit. Kommt Pitta hinzu, kann es zu Entzündungen kommen. Eine Kapha reduzierende Lebensweise und Diät ist unbedingt angezeigt, um *Agni*, das Verdauungsfeuer, anzufachen und den gesamten Stoffwechsel anzuregen. Das heißt, den Schlaf reduzieren und spätestens um sechs Uhr aufstehen. Auch sollte man sich an die folgenden Empfehlungen halten: *Gandusha* (Nasenspülung) und *Nasya* reinigt die Nasengänge von zu viel Schleim. Nach dem Aufstehen heißes Wasser oder Ingwerwasser trinken, das regt die Ausscheidung an. Das Frühstück sollte nicht vor acht Uhr eingenommen werden, vorzugsweise in kleinen Mengen gedünstetes Obst oder Trockenfrüchte. Oder Gerste-, Hirse- oder Maisbrei mit etwas Salz. Wichtig ist, kleine Mahlzeiten zu essen mit viel Gemüse und Hülsenfrüchten. Scharfe, bittere und anregende Gewürze wie Chili, Pfeffer, Ingwer, Kurkuma, Hing und Bockshornkleesamen sowie herbe Kräu-



Der Nachtmahr, Ölgemälde von dem englisch-schweizerischen Maler Henry Fuseli, 1781

ter sollten in die Mahlzeiten integriert werden. Zwischenmahlzeiten sind tabu, ebenso gebratene, fettige und salzige Speisen meiden (Käse, tierisches Eiweiß). Abends ist eine leichte, warme Mahlzeit empfehlenswert. Ein heißer Kräutertee vor dem Zubettgehen fördert einen gesunden Schlaf, auf eine Schlafmilch sollte in diesem Fall verzichtet werden. Regelmäßige Bewegung vor oder nach dem Essen und regelmäßige Fastentage regen *Agni* an und reduzieren Kapha. Massagen mit dem Rohseidenhandschuh, *Udvarthana* mit Kräuterpulver oder mit Kapha reduzierendem Öl regen Stoffwechsel und Durchblutung an.

Ayurveda bietet zudem eine breite Palette, um Schlafstörungen positiv zu beeinflussen und zu behandeln. Neben den gesundheitsfördernden Maßnahmen über die Ernährung und die Wirkung der gezielt eingesetzten Massage- und Manualtherapien sind vor allem der Sirodhara, der ayurvedische Stirnölguss und der Sirobasti, der Öleinlauf am Kopf, zwei geeignete Therapien für Patienten mit Schlafstörungen.

Bei der vom Arzt verordneten Anwendung des Ölgusses wird medizinisches Öl oder Buttermilch über die Stirn gegossen, deren Wirkung den Schlaf besonders beruhigend beeinflusst. Wäh-

rend der Sirobasti-Behandlung wird ein Lederhut mit warmen Dekokten oder medizinierten Ölen gefüllt.

... wird fortgesetzt.

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

Schulschwierigkeiten [IV]

Grundlegende Gedanken zu Lernstörungen in der Schule

Dr. Ravi Roy and Carola Lage-Roy



Dr. 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 führt seit 25 Jahren eine Praxis und ist als Homöopathin und Bachblüten-Therapeutin tätig.

Behandlungshinweise für Therapeuten

Die folgenden Punkte können die richtige Mittelwahl erleichtern:

- Ein Symptom allein in der Erstanamnese, welches für ein Mittel spricht, ist nicht ausreichend (z. B. das Stichwort „Grenzen“ bei Calcium). Dieses gibt aber die Grundrichtung der Behandlung an. Im Laufe der Behandlung zeigen sich körperliche Symptome und Komplexe, die entsprechend homöopathisch miasmatisch behandelt werden müssen, sonst kann die Behandlung stagnieren oder sich sogar rückläufig entwickeln
- Es wird immer das behandelt, was sich dem Behandler akut zeigt.
- Bei den herausgearbeiteten Grundmitteln müssen wir aber beharrlich bleiben, auch wenn dazwischen viele andere Mittel notwendig akut zum Einsatz kommen (siehe der Fall Thomas). Hier gilt – nicht gleich aufgeben! Wir neigen nämlich dazu, die Hoffnung und Zuversicht zu verlieren, wenn der Zustand sich ändert oder sich scheinbar verschlimmert. Es zeigt sich aber lediglich die nächste freigelegte Schicht. Diese wird dann

noch liebevoller angegangen, d.h. man wählt eine höhere Potenz. Jedoch erst in diesem Moment, denn vorher kann der Hilfesuchende diesen Grad an Heilkraft nicht ertragen. Die homöopathischen Mittel wirken nicht etwa aggressiv, sondern liebevoll, doch der Geist kann höhere Schwingungen der Liebe in der Regel ohne Vorbereitung nur schwer ertragen

- Die Frage, ob man während der Behandlung über einen längeren Zeitraum bei einem einzigen Mittel bleiben sollte, lässt sich bei Hahnemann und seinen Schülern leicht nachlesen: Sie alle setzten für die gesamte Behandlungsdauer eines Patienten mehrere verschiedene Mittel ein sowie auch mehrmals ein und dasselbe Mittel, also nicht zwingend nur Einzelgaben. (Nachzulesen ist dieser Zusammenhang bei Rima Handley „Eine homöopathische Liebesgeschichte“ und in der Zeitschrift für klassische Homöopathie 1990
- Similia similibus curantur – Ähnliches wird durch Ähnliches geheilt! Das Ähnlichkeitsprinzip wurde durch die spätere Lehre Hahnemanns als antimiasmatische Behandlung neu definiert. Dies bedeutet, dass das passende Mittel aufgrund des momentan aktiven Miasmas zu verordnen ist. Ein Mensch könnte z. B. die Bilderbuchsymptome von Natrium muriaticum haben, wenn aber dieses Mittel das aktive Miasma nicht abdeckt, kann es nicht richtig wirken.
- Es sind nicht die einzelnen Symptome, die wir behandeln bzw. vergleichen, sondern der gesamte ZUSTAND des zu behandelnden Individuums.

Wie Eltern und andere Wegbegleiter Kinder unterstützen können, ihre Schwierigkeiten zu meistern

In erster Linie wird das Kind von den Eltern positiv beeinflusst, indem diese ihre eigenen Schwierigkeiten meistern. Denn alle Erfahrungen, die das Kind sammelt, haben einen engen Bezug zu den Problemen der Eltern. Die miasmatische Belastung eines Menschen wird auch darin erkennbar, indem man feststellen wird, dass in einer Familie über Generationen hinweg so lange immer wieder ähnliche Themen auftreten, bis sie endgültig gelöst sind. Um ein Familienmuster aufzulösen, muss eine bestimmte Entscheidung bewusst gefällt und daraufhin anders reagiert werden als bisher. Jegliche Entscheidungen werden mit Hilfe der männlichen Kraft, der Autorität, die jeder Mensch in sich trägt, gefällt. Die weibliche Kraft, die naturgemäß ebenfalls in jedem Menschen steckt, ermöglicht durch das verständnisvolle Herz die notwendige Offenheit und Geborgenheit.

Fehlende Entschlüsse und mangelndes Verständnis der Eltern und Erzieher führen zu einem Vertrauensbruch beim Kind, wodurch Angst, Aggression und ähnliche Grundmuster, die in jedem Menschen auf sehr individuelle Weise angelegt sind, aktiviert werden. Wenn diese so entstandenen Traumen nicht ernst genommen, sondern verdrängt oder unterdrückt werden, bleiben sie als ungelöste Verhaltensmuster im Kind bestehen. Es wird fortan ähnliche Situationen herbeiführen, um sich im gewohnten Terrain bewegen zu können, bis es – meist erst als erwachsener Mensch – imstande ist, aus eigener Kraft das Muster in sich anzupacken und aufzulösen. Gleichzeitig muss auch das

entsprechende Miasma aufgearbeitet werden. Denn jede Unterdrückung verstärkt den durch das Trauma entstandenen Schutzmechanismus, das Miasma. So vermag die Homöopathie nicht nur Traumen aufzulösen, sondern auch die ursächlichen miasmatischen Belastungen, die dahinter stehen, zu beheben. Eltern können ihrem Kind also helfen, indem sie gemeinsam versuchen, die auslösende Situation der Verletzung noch einmal zu durchleuchten. Dabei ist es notwendig, eine gewisse Feinfühligkeit dem Kind gegenüber zu entwickeln und vorurteilsfrei Anteil an seinen seelischen Verletzungen zu nehmen. Auch ist es sehr heilend, die eigene Beteiligung an der auslösenden Situation auszusprechen und die Scham über eventuelles Fehlverhalten zuzulassen. Die eigenen Fehler von Herzen zugeben, ist ein Charakterzug, den jeder schätzen lernen und in seinen Kern integrieren sollte.

Können wir Lernprozesse beschleunigen?

Generell gilt: Je intensiver der Herzeinsatz, desto schneller der Lernprozess! Wird zur Quelle, zum Ursprung in sich selbst zurückgefunden, verläuft der Lernprozess entsprechend tiefer und leichter. Aber den Aufgaben selbst können wir nicht entfliehen.

Die miasmatischen Belastungen der Kinder behindern die optimale Entwicklung der Lernfähigkeit und somit die Meisterung der Lernaufgaben. Die Lernfähigkeit können wir erhöhen, indem die Blockaden (Miasmen) aufgelöst und gleichzeitig die positiven Qualitäten des Kindes gefördert werden. Aus diesem Grunde müssen wir unseren Kindern unendlich viel Geduld und Zeit



Schulschwierigkeiten

schenken. Es ist für alle Beteiligten sehr befriedigend, vollstes Vertrauen in die Fähigkeiten des Kindes zu haben und ihm dieses auch mit entsprechenden Worten in schwachen Momenten mitzuteilen und zu versichern und ihm so den Rücken zu stärken. Kommt die Liebe wirklich von Herzen, hat sie eine enorme Wirkung! Die ganze Situation wird sich langsam ändern, es braucht nur einen mutigen Vorschuss an Vertrauen in die Richtigkeit des Kindes und der eigenen Person und die Zuversicht, dass die Reife des Kindes (und der Eltern) sich von selbst entwickelt. Der ursprüngliche Impuls zur Entwicklung ist ja in jedem Menschen angelegt.

Wenn nun doch einmal das Gefühl entsteht, dass es in der Schule oder in der familiären Situation akut brenzlich wird, kann vor allem durch die Homöopathie akut Hilfe geleistet werden. Die Homöopathie vermag Probleme verhältnismäßig schnell kostengünstig zu lösen. Man denke nur an das Aethusa-Kind, das in der Mittelbeschreibung im 2. Teil angeführt wird: In seinem Kopf wären die Phantasien vorherrschend geblieben und hätten es weiterhin an der Wahrnehmung der Realität gehindert. Durch die Einnahme des Mittels wurde das Kind innerhalb weniger Wochen geistig anwesend und nahm aktiv am Unterricht teil, während es vorher nur geträumt hatte.

Jedoch ist es zusätzlich sinnvoll, sich über andere mögliche Hilfestellungen zu informieren. So ist zum Beispiel das Superlearning, das in Bulgarien entwickelt wurde, eine bewährte Methode, um Lernprozesse zu beschleunigen. Dabei befinden sich die Kinder durch eine bestimmte Atemtechnik in einem Zustand vollständiger Entspannung und sind gleichzeitig mit größter Aufmerksamkeit bei der Sache. Sie lernen

also spielend und ohne Anstrengung. Auch in vielen anderen europäischen Ländern wurde diese Methode von Firmen besonders zum Sprachenlernen für Erwachsene erfolgreich übernommen; jedoch fand sie wenig Zugang in den Schulen.

Alle Therapien und Lernmethoden, die eine geisteswissenschaftliche Grundlage haben, die praktisch in der Durchführbarkeit sind und zum Kern und der Ursache der krankmachenden Muster vordringen, sind neben der Homöopathie günstig für den Heilungsprozess. Eine Fremdsprache könnte man beispielsweise innerhalb von zwei Wochen lernen, indem man von morgens bis abends Superlearning betreibt und zusätzlich Ferrum phosphoricum einnimmt. So gesehen leben wir in einer günstigen Zeit, weil uns heutzutage all diese Angebote zur Verfügung stehen.

Private Nachhilfe

Es gibt einige Kinder, die durch Veranlagung, aber vor allem durch weit zurückliegende körperliche oder seelische Verletzungen derart behindert sind, dass sie den in der Klasse durchgenommenen Stoff nicht richtig verarbeiten können, um in der Klasse mitzuhalten.

Den meisten Kindern würde Nachhilfe erspart bleiben, wenn Eltern und Lehrer von Anfang an einen regelmäßigen Austausch über den Lernverlauf des Kindes pflegen würden. Findet dieser Kontakt zu selten statt, entstehen oft unbemerkt Lücken im Wissen und Verständnis, die später nur mühsam ausgebügelt werden können. Braucht das Kind in dieser Phase kurzzeitig Nachhilfe, sollten die Eltern schnellstmöglich handeln. Es gilt, gemeinsam mit dem Kind und dem Lehrer das Problem zu untersuchen und die optimale Unterstützung zu finden. Meist sind es Schwierigkeiten, die mit

etwas Disziplin und entschlossenem Einsatz leicht zu beheben sind. Es lohnt sich, es nicht so weit kommen zu lassen, dass der Schüler regelmäßig Nachhilfe braucht. So könnte verhindert werden, daß die bedenklich stimmenden Zahlen der regelmäßigen Nachhilfe in Deutschland weiter anwachsen, denn zwischen 65 und 80 Prozent der Schüler brauchen irgendwann einmal Nachhilfe, und 8 bis 10 Prozent brauchen sogar regelmäßig Nachhilfe – das sind über eine Million Schulkinder! Viele Nachhilfeeinrichtungen sind zudem zu kommerziell orientiert. Über 30 Prozent der Nachhilfelehrer verfügen nicht über pädagogisches Wissen, wodurch das Problem verschärft wird – die Eltern zahlen viel Geld für mangelhafte Leistung. Wie auch in den Medien häufig berichtet wird, werden eine Reihe von Nachhilfeeinrichtungen von Sekten geführt, die die Kinder für ihre Zwecke gewinnen wollen. Dies ist nicht immer leicht zu erkennen. Über 15.000 Jugendliche gehören in Deutschland zum harten Kern der Anhänger dieser Sekten. Sie sorgen für weiteren Zuwachs. Ein typisches Merkmal für derartige Institutionen ist ihr eifriger Fanatismus.

Sobald ein Kind, das eigentlich nur Nachhilfe empfangen sollte, erste Persönlichkeitsveränderungen zeigt und die Eltern zunehmend ständig in Frage stellt, ist Vorsicht geboten – vorausgesetzt, es herrschte vorher ein respektvoller Umgangston in der Familie. Der beste Schutz vor einem Missbrauch besteht darin, die ersten Anzeichen rechtzeitig zu Hause zur Sprache zu bringen. Wichtig ist, dass Eltern sich selbst um die Nachhilfemöglichkeiten bemühen und sich über einen qualitativ hochwertigen Förderunterricht informieren. Werfen Sie auch einen kritischen Blick auf die Verträge mit Nachhilfeein-

richtungen und informieren Sie sich über die fachliche Qualifikation der Lehrer. Bevor Sie die entsprechende Förderung für Ihr Kind organisieren, sollte abgeklärt werden, ob Ihr Kind schlecht sehen kann und deswegen im Unterricht vieles verpasst. Hier kann auch die beste Nachhilfe nicht die gewünschte Abhilfe leisten. Oder ob es nicht an einer angeborenen Lese- und Rechtschreibschwäche, der Legasthenie, leidet. Wobei zu bemerken ist, dass der Begriff der Legasthenie weder medizinisch noch psychologisch fachlich definiert ist und deshalb immer noch als allgemeines Schlagwort für Schulschwierigkeiten benutzt wird. Es gibt über 3.000 Spiel- und Lernmittel zur Förderung der Schüler, – rund ein Fünftel davon wird den pädagogischen Mindestanforderungen nicht gerecht! Oft sind es gerade die einfachen Hilfsmittel und die ausschließliche Beschäftigung mit dem Kind, die ihm gut tun und die meist schon ausreichen, um es neu zu motivieren für den Unterrichtsstoff.

Wann ist Nachhilfe durch die Familie möglich?

Um dies zu entscheiden, sollten folgende Überlegungen angestellt werden:

- Ist es sinnvoll, wenn die Nachhilfe von einem Familienmitglied übernommen wird? Sind die Eltern oder Großeltern ausreichend dazu geeignet? Diese sollten über das nötige Wissen verfügen (was gar nicht so leicht und selbstverständlich ist!) und die Zeit für die ungestörte Zuwendung haben. Die Großeltern sind weniger geeignet, viele leben nicht mehr in unserer Zeit und haben wenig Bezug zur Realität ihrer Enkel. Zudem sind viele zu gutmütig und lieben die Enkel zu sehr, um die notwendige Disziplin zu vermitteln. Gutgesinnte Freunde sind dagegen für Nachhilfe geeigneter.

- Ist die Versetzung gefährdet? Dann ist Einzelnachhilfe von einem qualifizierten Pädagogen erforderlich. Sonst kommt auch Gruppennachhilfe in Betracht. Besonders, wenn ein Kind nicht gern allein lernen will, motiviert gemeinsames Lernen.
- Sind Sprachferien sinnvoll? Forschungen haben gezeigt, dass sie erst ab einem Alter von 15 Jahren sinnvoll sind. Vorher sollten die Eltern lieber die eigenen Kenntnisse auffrischen und sie dem Kind vermitteln.
- Kommt ein Internat in Betracht? Für ein Internat sind die folgenden Punkte zu bedenken: Meist haben die Kinder in derartigen Einrichtungen lange Unterricht, anschließend werden die Hausaufgaben gemacht, und dem Kind bleibt somit kaum Freizeit, um auf dumme Gedanken zu kommen. Die Entscheidung für ein Internat ist sehr individuell zu fällen und sollte nur im Einverständnis mit dem Kind erfolgen. Es gibt inzwischen schon



einige Internate, die nach humanen und ganzheitlichen Konzepten errichtet sind, wie z.B. die Odenwaldschule und verschiedene anthroposophische Einrichtungen. Jedoch sind diese meist sehr teuer, und die Wartelisten sind lang. Aber bei besonderer Notlage kann Unterstützung beantragt werden; informieren Sie sich bei dem Schulbeauftragten an der Schule Ihres Kindes!

Wie können Sie die Nachhilfe unterstützen?

- An erster Stelle steht die grundsätzlich positive Annahme, dass das Kind alle Fähigkeiten zur Entwicklung in sich birgt. Motivationen in schwachen Momenten, wie z.B. „Ich weiß, dass Du es kannst! Das schaffen wir!“ schaffen eine entspannte Basis. Gegebenenfalls ist die Erwägung, die Klasse zu wiederholen, genau richtig für die Entwicklung des Kindes oder man entschließt sich eindeutig dazu, sich die Extrazeit zu nehmen, um den ganzen Stoff noch einmal durchzupauken.
- Durch das Herstellen von Lernhilfen wird das tägliche Einüben erleichtert. Man kann für die Vokabeln und anderen Lernstoff z.B. einen Karteikasten anlegen. Dadurch ist ein gezieltes Lernen möglich. Durch Aussortieren der gekonnten Vokabeln wiederholt das Kind nur das, was es nicht kann. Das Aussortierte überprüft es einmal wöchentlich, um zu sehen, ob noch alles parat ist. Sonst kommt es in den Kasten zurück.
- Jedes Kind braucht andere Lernhilfen. Das eine lernt besser, wenn es dabei laut spricht oder singt, das andere wiederum lernt am besten, wenn es alles einmal mit eigenen Augen gesehen oder gelesen hat, das dritte

kann den Lernstoff am besten durch rhythmische Bewegungen und Hin- und Hergehen umsetzen. Oder aber das Kind erfasst den Lernstoff durch intuitive Wahrnehmung der gesamten Lernsituation.

Medikamente

Eine weiteres Problem stellt der Medikamentenmissbrauch dar. Zum Abbau von Konzentrations- und Lernstörungen werden teilweise starke pharmazeutische Giftstoffe eingesetzt. Sie sollen Unlustgefühle abbauen, die Intelligenz verbessern - und sind somit Drogen im eigentlichen Sinne! Die unbedachte Verordnung dieser Medikamente unterstützt das ohnehin in unserer Gesellschaft latent vorhandene Suchtverhalten (Alkohol, Zigaretten, Wokoholic...). Zwei Drittel der Psychopharmaka werden von schulmedizinischen Fachleuten als negativ bewertet, da sie erhebliche Nebenwirkungen aufweisen. Der Teufelskreis von Krankheiten, Verhaltensauffälligkeiten und weiteren schädlichen Medikamenten nimmt seinen Anfang. Mit Hilfe der Homöopathie können die schädlichen Nebenwirkungen der Psychopharmaka ausgeleitet werden, und das Kind wird in seiner Ichfindung gestärkt, so dass diese Art Medikamente überflüssig werden.

Feng Shui und Geomantie

Feng-Shui-Maßnahmen erhöhen den Lerneffekt. Die chinesische Kunst der Geomantie, das Wissen um eine ganzheitliche Umwelt- und Raumgestaltung, lehrt, wie die kosmischen Energien optimal genutzt werden können, um den Lebensfluss eines Menschen zu unterstützen und nicht zu blockieren. Dies ist verständlicherweise auch sehr wichtig für die Gestaltung des Kinderzimmers,

bzw. für den Arbeitsplatz des Kindes. Durch ungünstig angeordnete Möbel oder durch von anderen Störfaktoren entstandene niedrige Energien wird der in diesem Raum lebende Mensch nicht belebt, sondern eher geschwächt. Oder er kann die vorhandenen Energien nicht optimal nutzen, bzw. die Konzentration beim Lernen und Arbeiten wird negativ beeinflusst. Geopathogene Störzonen, wie Wasseradern oder Strahlenkreuzungen, können Stress verursachen, besonders wenn der Arbeitsplatz und die Bettstelle des Kindes belastet sind. Durch die Kunst des Feng Shui wird die Energie im Raum erhöht, was sich in der Folge u. a. auch günstig auf das Lernverhalten des Kindes auswirkt.

Wenn trotz homöopathischer Behandlung der Erfolg nicht der Erwartung entspricht, sollte man auch überprüfen, ob es sich in der Wohnung nicht um ein Feng-Shui-Problem handelt.

Entnommen aus
„Homöopathischer Ratgeber“ Nr. 19

Kontaktadresse
Lage & Roy Verlag
Burgstraße 8
82418 Riegsee-Hagen
Tel. 08841 – 44 55
graphik@lage-roy.de



Traditionelle Europäische Naturheilkunde-TEN [IV]

Autoren:
 Christian Raimann, Chrishta Ganz,
 Friedemann Garvelmann,
 Heide-Dore Bertschi-Stahl,
 Rosmarie Fehr-Streule

3. Definierende Grundelemente

3.8 Temperamentenlehre

Das Temperament prägt sowohl die körperliche Erscheinung als auch Wesens- und Reaktionsmerkmale eines Menschen. Es resultiert aus der qualitativen Dominanz eines der vier Kardinalsäfte, was in den heute noch üblichen Bezeichnungen erkennbar wird: Beim Sanguiniker dominieren die warmen und feuchten Qualitäten des Blutes, beim Phlegmatiker die kalten und feuchten Qualitäten des Schleims, beim Choliker die warmen und trockenen Qualitäten der gelben Galle und beim Melancholiker die kalten und trockenen Qualitäten der schwarzen Galle. Diese Katalogisierung ist jedoch nicht als statisch zu betrachten. Mischformen sind die Regel und darüber hinaus unterliegt das Temperament exogen und endogen induzierten temporären Veränderungen. Auch werden die Temperamente bestimmten Lebensabschnitten und biologischen Rhythmen zugeordnet. Sowohl die aktuell dominante als auch die grundsätzlich vorhandene Temperamentsituation sind wichtige Parameter in der Diagnostik und Therapie der TEN.



Die 4 Temperamente: Sanguiniker, Choliker, Phlegmatiker und Melancholiker



3.9 Konstitutionsmedizin

Die Konstitutionslehre als Weiterführung der Temperamentenlehre ist ein typischer und unverzichtbarer Bereich der TEN. Ihre Bedeutung für Diagnostik, Krankheitsprophylaxe und Therapie geht weit über die Temperamentszugehörigkeit hinaus.

Die Konstitution beschreibt die spezifischen, humoral induzierten Reaktionsmuster eines Menschen, sowohl in der Physiologie als auch in der Pathophysiologie. Damit beschreibt und erklärt die Konstitutionslehre einerseits individuelle Besonderheiten (z. B. Wärme- bzw. Kälteempfindlichkeit) und andererseits ist sie Basis der Krankheitsdispositionen und Diathesen, der Art des Krankheitsverlaufs (akut / chronisch-degenerativ) sowie der Reaktionsmuster der Abwehr- und Heilungsprozesse. Damit liefert die Konstitutionslehre Grundlagen für Therapiekonzepte, die nicht nur die aktuelle Krankheitssituation berücksichtigt, sondern auch deren konstitutionellen Hintergründe.

Ein TEN-spezifisches Therapiekonzept wird sich daher in der Regel sowohl auf eine konstitutionelle als auch eine krankheits- bzw. symptomorientierte 'Säule' stützen.

In der Alternativmedizin sind verschiedene Konstitutionstypologien bekannt. Kompatibel zum humoralmedizinischen Denk- und Arbeitsmodell der TEN ist aber nur die Konstitutionstypologie nach Joachim Broy. Wichtigste konstitutionsdiagnostische Methode ist die Iris- bzw. Augendiagnose (4.1.6).

3.10 Astromedizin

Da der Mensch als Bestandteil der Natur und des Kosmos deren Gesetzen und



Sanguiniker



Choliker



Phlegmatiker



Melancholiker

Traditionelle Europäische Naturheilkunde-TEN



"Unwissend der Arzt, der nichts von Astrologie versteht."
Hippocrates

Rhythmen unterliegt, war für die meisten Vertreter der traditionellen Heilkunde die Einbeziehung der astronomisch-astrologischen (Astronomie und Astrologie waren bis ins 16. Jahrhundert identisch) Erkenntnisse zwingend.

Die Astrologie stellt ein weiteres naturphilosophisches Modell dar, um die Naturprozesse und damit auch den Menschen zu erfassen. In der europäischen Astrologie sind starke Einflüsse aus der babylonischen, persischen, arabischen, jüdischen und griechischen Kultur erkennbar. In diesem Weltbild geben die sieben Gestirne nicht nur den Rhythmus der Zeit, der Tage und Wochen vor, sondern besitzen spezifische Eigenschaften und Qualitäten, die den Menschen in seiner Lebensqualität beeinflussen können. Diese Resonanz zwischen den Gestirnen und allen irdischen Prozessen beschreibt die Astrologie in einer bildlich-symbolischen Sprache.

Die sieben Gestirne

Im geozentrischen Weltbild sieht der Mensch sich und die Erde als Zentrum des kosmischen Reigens. Sonne, Mond und die 5 Wandelplaneten Merkur, Venus, Mars, Jupiter und Saturn waren bereits den Astrologen der Hochkulturen des Zweistromlandes bekannt. Deren Bewegung, Farbe und Verhalten gab den Gestirnskräften eine Individualität und spezifische Eigenschaften. Ihr Wesen wurde durch Personifizierung (meist mythologische Götter der Griechen/Römer), Assoziationsketten, Symbole und Mythen verbildlicht.

Den griechischen Sonnengott Helios stellte man sich beispielsweise als König vor, der jeden Morgen seinen Palast im Osten mit einem Pferdegespann verlässt, durchs Himmelsgewölbe reist und abends seinen Palast im Westen erreicht. Schlafend wird er anschließend nachts

in einer Fährre wieder in den Osten zurückgeführt.

Mit den Gestirnen und den Sternbildern, durch welche diese sich bewegen, steht die gesamte Natur und natürlich auch der Mensch in Verbindung. Jedes Gestirn wird mit menschlichen Körperorganen, Charaktereigenschaften, Krankheiten und therapeutischen Konzepten (z. B. Heilpflanzen, Metalle) zu deren Behandlung in Bezug gesetzt.

So symbolisiert beispielsweise die Sonne das kosmische Feuer und wird mit dem menschlichen Herz-Kreislaufsystem assoziiert. Durch ein geschwächtes Sonnenprinzip kann z. B. eine Herz-Kreislaufschwäche oder eine Depression entstehen. Sonnenhafte Heilmittel wie Gold oder Johanniskraut wirken dem therapeutisch entgegen und stärken die Sonnenkräfte im Menschen.

Die Tierkreiszeichen

Wie den Gestirnen werden auch den 12 Tierkreiszeichen Eigenschaften, Körperteile, Organe, Krankheiten und Heilmittel zugeordnet. Das äußere Sonnensystem spiegelt sich auf diese Weise im menschlichen Körper – entsprechend dem hermetischen Gesetz: „Wie oben so unten – wie innen so außen“.

Daneben geben die Tierkreiszeichen als archaische Urbilder auch die jahreszeitlichen Veränderungen in der Natur wieder. Das Feuerzeichen Widder stellt z. B. die impulsive Frühlingenergie der erwachenden Natur dar.

... wird fortgesetzt.

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

Die Biochemie nach Dr. Schüßler [I]

– Ein großes Missverständnis

Thomas Feichtinger



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.

Wer sich mit der Biochemie nach Dr. Schüßler auseinandersetzt, begegnet unweigerlich der Auseinandersetzung, ob diese Heilweise eine eigenständige ist, oder ob man diese der Homöopathie hinzurechnen könne. Geht es ausschließlich um die Herstellung, dann besteht kein Zweifel, dass die biochemischen Heilmittel der Homöopathie zugerechnet werden müssen.

Im folgenden Diskurs wird erläutert, dass die Biochemie nach Dr. Schüßler jedoch durchaus eine eigenständige Argumentation besitzt, die nicht nur in einer eigenständigen Sichtweise der Betriebsstörungen und Notregulationen des Organismus zum Ausdruck gebracht wird, sondern auch die Betrachtung körpereigener Speicher miteinbezieht und ausschließlich nur jene gesundheitlichen Störungen als heilbar beschreibt, die auf einen Mangel an Funktionsmitteln bzw. Betriebsstoffen zurückgeführt werden können.

Wenn Dr. Schüßler schreibt: „Wendet man sie zu Heilzwecken als Funktionsmittel an, müssen sie in kleinen Gaben gereicht werden.“ Dann meint er mit den kleinen Gaben keine Quantitäten, sondern sehr fein verteilte Wirkstoffe in der Trägersubstanz Milchzucker. Er unter-

scheidet ja ganz konsequent zwischen Funktionsmitteln und Baustoffen, was noch ausgeführt wird.

Die Funktionsmittel, wie sie Dr. Schüßler nannte, benötigen eine hohe Verdünnung, damit sie bis in das Innere der Zelle gelangen können, was für ihn auf Grund der zu seiner Zeit stattgefundenen Erforschung der menschlichen Zelle durch Virchow, Moleschot, Justus von Liebig, Bunge u.a. von Bedeutung war. Er verwendete, um die von ihm angestrebte homogene hochverdünnte Verteilung in der Trägersubstanz Milchzucker zu erreichen, das Verfahren der Potenzierung an, wie es in der Homöopathie üblich und ihm als Homöopathen vertraut war. Allerdings hat das bei vielen seiner Nachfolger dazu geführt, dass sie seine Reihe der Mineralstoffe als homöopathische Arzneimittel verstanden haben. Es erhebt sich nun folgerichtig die Frage, ob die Schüßler Salze einen Reiz darstellen wie homöopathische Mittel oder substituieren, und wenn sie substituieren, was füllen sie auf?

1. Positionierung der Schüßlerschen Heilweise

1.1 Substitution oder Reiz?

Die Antwort auf die Frage, ob die Mineralstoffe aus der Reihe der Schüßler Salze homöopathisch wirken, gibt Dr. Schüßler in der Einleitung der „Abgekürzten Therapie“¹, 1898:

„Ein Homöopath, welcher Silicea anwendet, verfährt unbewusst biochemisch. Die Silicea kann in gesunden Personen keine Symptome erzeugen², auf deren Grund sie nach dem Ähnlichkeitsprinzip gegen Krankheiten angewandt werden könnte. Die Homöopathen wählen sie auf Grund empirisch gewonnener Heil-

Die Biochemie nach Dr. Schüßler



Wilhelm Heinrich Schüßler
1821–1898



symptome. So verfahren sie auch bezüglich der anderen Zellensalze, die sie vor Begründung der Biochemie angewandt haben.“

Wie sehr allerdings die Eingliederung bzw. Einverleibung der Biochemie nach Dr. Schüßler in die Homöopathie sich als sehr belastend, ja letztlich irreführend erwiesen hat, darauf geht Joachim Broy kurz ein:

„Schüßler und die frühen Biochemiker bezogen einen erheblichen Teil ihres Wissens um die physiologische Chemie aus ihren Erfahrungen am Krankenbett, eine zu damaliger Zeit durchaus akzeptable und keineswegs unwissenschaftliche Methode. Nach und nach aber wurde das biochemische Mittel immer mehr nach einzelnen Krankheitssymptomen verordnet, wobei zu seiner Findung die deckungsgleiche Symptomatik im Vordergrund stand, ein Verfahren, wie es der Homöopathie eigentümlich ist.

Diese Art der Mittelfindung allein wird jedoch der Biochemie nicht gerecht. Darum ist es nicht verwunderlich, dass mit fortschreitender „Homöopathisierung“ die Erfolgsquoten zurückgingen und schließlich denen anderer biologischer Heilmethoden weit nachstanden. Kennzeichnend dafür ist auch die Tatsache, dass anstatt des Schüßlerschen Terminus „Charakteristik“ für den Wirkungsmodus des einzelnen Mittels sich die homöopathische Bezeichnung „Mittelbild“ einbürgerte.

Dem Biochemiker darf die Symptomatik nur dazu dienen, den pathologischen Biochemismus des individuellen Elektrolyt-Haushalts zu ermitteln, um so das geeignete biochemische Mittel aufzufinden. Dabei kann sich unter Umständen ein ganz anderes Mittel als notwendig erweisen als das für das gegebene Symptom zunächst naheliegende.

Der Symptomenkomplex, der auch das Heilmittel kennzeichnet, erarbeitet in sorgfältigen, speziellen Arzneimittelprüfungen, ist das besondere Kennzeichen der Homöopathie.

Da es sich bei biochemischen Mitteln um stets gegenwärtige, körpereigene Substanzen handelt, meldete Schüßler Zweifel an, dass diese typische Symptome im gesunden Organismus hervorzurufen in der Lage sind, wie es für die Erstellung eines homöopathischen Mittelbildes unabdingbar wäre.“

Dr. Schüßler hat sich vehement und ausdrücklich gegen die „Homöopathisierung“ (Joachim Broy) zur Wehr gesetzt. Er formuliert in der „Abgekürzten Therapie“ :

„Mein Heilverfahren ist aber kein homöopathisches, denn es gründet sich nicht auf das Ähnlichkeitsprinzip, sondern auf die physiologisch-chemischen Vorgänge, welche im menschlichen Organismus sich vollziehen. Durch mein Heilverfahren werden Störungen, welche in der Bewegung der Moleküle der unorganischen Stoffe des menschlichen Organismus entstanden sind, mittels homogener Stoffe direkt ausgeglichen, während die Homöopathie ihre Heilzwecke mittels heterogener Stoffe indirekt erreicht.“

1.2 Ein Mittel oder Kombinationen?

Auch hier gibt Dr. Schüßler in seiner „Abgekürzten Therapie“ eine wichtige Antwort, indem er im letzten Kapitel eine Aufforderung an die Ärzte formuliert, sich die Antlitzdiagnostik zu eigen zu machen!

„Wer die Antlitz-Diagnostik sich zu eigen machen will, schenke seine bezügliche Aufmerksamkeit zunächst einer

Antlitz-Gattung. Das Kochsalz-Gesicht – sit venia verbo – ist am leichtesten kennen zu lernen. – Man präge seinem Gedächtnisse Beschaffenheit und Ausdruck der Gesichter derjenigen Personen ein, welche man mittels Natrium muraticum verhältnismäßig rasch geheilt hat. Es wird sich, wie man zu sagen pflegt, ein roter Faden durch die betreffenden Eindrücke ziehen. Hat man das Kochsalz-Gesicht kapiert, so gehe man zu einem anderen Natron-Gesichte über.

Es ist selbstverständlich, dass diejenigen Ärzte, welche die Gewohnheit haben, zwei oder gar noch mehr Mittel im raschen Wechsel zu geben, die Antlitz-Diagnostik niemals erlernen werden. Die Verabreichung zweier Mittel im Wechsel ist nur ausnahmsweise in den Fällen gestattet, wo sie unvermeidlich ist.

Wer die in Rede stehende Diagnostik sich wird erworben haben, wird überzeugt sein, dass sie in therapeutischer Beziehung überaus beachtenswert ist.“¹³

Die Anordnung, nur ein Mittel anzuwenden, ist ausschließlich zur Erlernung der von ihm angeregten Antlitzdiagnostik formuliert. Schon damals hat es Ärzte gegeben, die wie Dr. Schüßler formuliert: „zwei oder gar noch mehr Mittel im raschen Wechsel geben“. Es kann sich ja nur um Schüßler Salze gehandelt haben, denn etwas anderes hätte Dr. Schüßler ausdrücklich formuliert.

1.3 Antagonisten?

Für Betriebsstoffe, die der Organismus in seinem ständigen Bestand hat, weil er sie für eine optimale Organisation seiner Abläufe benötigt, gibt es keine Gegenspieler, aber wohl für Reize, wie sie in

der Homöopathie gesetzt werden. Diese können auch antagonistisch wirken.

„...mein Heilverfahren ist aber kein homöopathisches, denn es gründet sich nicht auf das Aehnlichkeitsprinzip, sondern auf die physiologisch-chemischen Vorgänge, welche im menschlichen Organismus sich vollziehen. Durch mein Heilverfahren werden Störungen, welche in der Bewegung der Moleküle der unorganischen Stoffe des menschlichen Organismus entstanden sind, mittels homogener Stoffe direkt ausgeglichen, während die Homöopathie ihre Heilzwecke mittels heterogener Stoffe indirekt erreicht“¹⁴

„... Die Biochemie erreicht direct ihr Ziel: Deckung eins Deficits; die anderen Heilmethoden, welche Mittel anwenden, die den, den menschlichen Organismus constituirenden Stoffen heterogen sind, erreichen das Ziel indirekt.... Einige Ärzte haben die Behauptung aufgestellt, die biochemischen Mittel müßten an gesunden Personen geprüft werden, und aus den mittels solcher Prüfungen gewonnenen Symptomen müßten Indicationen sich ergeben. Das ist grundfalsch. Die Indicationen der biochemischen Mittel müssen aus der physiologischen und pathologischen Chemie hergeleitet, resp. durch die Ergebnisse ihrer Anwendung gegen Krankheiten bestimmt werden.“¹⁵

... wird fortgesetzt.



Fußnoten

- 1 Broy, Joachim: *Die Biochemie nach Dr. Schüßler*, Seite 49f
- 2 Schüßler, *Abgekürzte Heilweise*, 31. Auflage, 1904, Seite 4
- 3 Schüßler, Dr. med. Wilhelm Heinrich: *Eine abgekürzte Therapie*, Oldenburg: Schulzesche Hof-Buchhandlung und Hof-Buchdruckerei, 31. Auflage 1904, Seite 61f
- 4 Dr. med. Schüßler *„Eine Abgekürzte Therapie“* Oldenburg und Leipzig 1898, S.4 (Originalschreibweise)
- 5 Dr. med. Schüßler *„Eine Abgekürzte Therapie“* Oldenburg und Leipzig 1898, S. 9

Kontakt

www.gba.at

Schwarzer Holunder - schützt unsere Gesundheit



Erika Röthlisberger

Lateinisch: *Sambucus nigra*

Volkname: Schwarzer Holunder, Holler, Schwitztee

Familie: Caprifoliaceae / Geißblattgewächs

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.

Der Holunder gehört zu den bekanntesten einheimischen Heilpflanzen Europas. Seine Heilkraft ist allgemein so bekannt wie zum Beispiel die echte Kamille (*Matricaria recutita*). Wir finden ihn vor alten Bauernhäusern und Scheunen, am Waldrand, an Hecken und Mauern. Holunder ist ein Strauch oder kleiner Baum, der bis ca. 8 m hoch wird. Seine Rinde ist warzig, unangenehm riechend, die hellgrauen Äste sind innen gefüllt mit weichem, weißem Mark.

Der Name Holler oder Holunder stammt aus dem althochdeutschen Holantar = hohler Baum, weil sich seine Zweige leicht aushöhlen lassen. Früher schnitzten Eltern mit ihren Kindern noch Flöten aus Holunderzweigen. Solche Holunderholz-Flöten wurden in der Antike „Sambucus“ genannt. Das bedeutet, „dessen Töne durch den Wind hervorgehört werden“. Die flachen Blütendolden tragen wunderschöne, weiß-gelbliche Blüten wie Sterne, jedoch mit unange-

nehm riechendem Duft. Aus diesen Blüten entwickeln sich im Herbst schwarz glänzende Beeren.

In der Antike galt Holunder als Universalmedizin, später als Apotheke der armen Landbevölkerung. Verwendet wurden die Blüten, Früchte, Blätter, Rinde und Wurzeln. Holunder war den Menschen heilig und galt als Lebensbaum, als Schutzgeist des Hauses und der Gesundheit für Mensch und Tier. Holunderbüschen begegnen wir auch in Märchen, Mythen und Sagen. Dort treffen wir sie zum Beispiel als keltische Schutzgöttin Holla, auch Freya genannt oder als Frau Holle. Ca. 800 n.Chr. war Karl dem Großen die Gesundheit seiner Untertanen wichtig. Deshalb verordnete er unter anderem, dass vor jedem Haus ein



Sambucus nigra, Strauch



Sambucus nigra, Blätter



Sambucus nigra, Blüten

Holunder stehen muss. Die Wertschätzung vor diesem Strauch war gewaltig. Es gab das Sprichwort: „Hut herunter vor dem Holunder!“ Beim Vorbeigehen taten dies die Männer, während die Frauen einen höflichen Knicks machten. Weil der Holunder Schutz vor Krankheit schenkte, durfte es niemand wagen, ihn zu fällen, noch ihn zurückzuschneiden. Holunder gedeiht auch heute noch ganz ohne Pflege. Sein Blätterdach lädt ein zum Ruhen, Träumen und Geschichten erzählen, ohne dass wir von Mücken und dergleichen belästigt werden. Eine Abkochung aus den Blättern des Holunders hilft auch gegen Ungeziefer, wie Läuse usw., unserer Balkon-, Topf- und Gartenpflanzen:

Holunder-Pflanzenspray

500 g Holunderblätter in 1 l Wasser 30 Min. köcheln lassen. Abgießen und mit 1 l Wasser verdünnen. In Wasser-

sprüher geben und die Pflanzen damit besprühen.

Ernte

Blätter im Frühling: Die zarten Blätter werden in ganz jungem Zustand geerntet und luftgetrocknet, z. B. auf dem Wäscheständer mit darüber gelegtem Küchentuch.

Blütendolden ab Mai bis Juli:

Gut abschütteln, um sie von eventuellen Insekten zu befreien. Dann kann man sie an einem schattigen, luftigen Ort gebündelt zum Trocknen aufhängen oder auf ein Gitter legen. Stellt man ein Backblech darunter, kann man den kostbaren Blütenstaub auffangen. Nach dem Trocknen schneidet man die großen Stängel ab und bewahrt die Blüten in einem Glas oder Karton trocken und lichtgeschützt auf.

Beeren ab September bis Oktober:

Sie müssen voll ausgereift sein, denn grüne Beeren enthalten das brechreizregende Sambunigrin und sind schwach giftig. Die voll reifen, schwarz glänzenden Früchte werden gekocht und zu Saft oder Gelee verarbeitet.

Hauptinhaltsstoffe

Blüten (Sambuci flos):

Flavonoide (Rutin, Isoquercetin, Hyperosid), ätherisches Öl, Gerbstoffe, Phytosterine, Schleim, Chlorogensäure, Kaffeesäureester.)

Diese beeinflussen das Wärmeregulationszentrum im Gehirn, wirken schweißtreibend, leicht harntreibend und immunstärkend. Sie werden gegen fieberhafte Infektionskrankheiten eingesetzt und gelten nach dem Apotheker

M. Pahlow als das beste Blutreinigungsmittel bei Hautunreinheiten und üblem Körpergeruch, sowie zum Entgiften bei Rheuma und Gicht.²⁾

Paracelsus sagte: „Holunderblüten als Auflage auf den Kopf, hilft gegen Schwindel.“³⁾ Er empfahl, den Kranken einen Trank zu geben, der die vergifteten Lebenssäfte über den Schweiß austreibt.⁴⁾ Gegen Gicht empfahl er unter anderem: „Mit den Kräutern sollt Ihr oft ein Schwitzbad (Sauna) nehmen, und zwar mindestens ein Mal pro Monat bei abnehmendem Mond. Davor sollt ihr ein Holundersalz einnehmen und gut schwitzen.“⁵⁾ Die Holunderinde zählte er zu den Laxativa (Abführmittel).⁶⁾

Beeren (Sambuci Fructus): Flavonoide, Anthozyanglykoside, ätherische Öle, Zucker, Fruchtsäuren, Vitamin A, B1, B2, B6 und C, Folsäure, Gerbstoffe und Aminosäuren, Kalium, Kalzium, Phosphor.⁷⁾

Unreife Beeren: Schwach giftige, zyanogene Glykoside (Sambunigrin; baut sich erst bei Reife oder beim Kochen ab.⁷⁾

Samen der Beeren: Harzhaltiger, brechreizerregender Stoff, der sich beim Kochen abbaut.⁸⁾

Weil die Holunderbeeren ungekocht Übelkeit, Erbrechen und Durchfall bewirken können, dürfen sie nicht roh gegessen werden. Deshalb dürfen die Beeren auch nicht einfach roh entsaftet werden, sondern sie müssen gekocht werden. (Holunderbeersaft hinterlässt hartnäckige Flecken in den Textilien!)

Gekochter Holunderbeersaft

hilft bei Erkältungen, es regt die Darmperistaltik an und wirkt dadurch mild abführend.

In klinischen Studien konnte nachgewiesen werden, dass der Extrakt der schwarzen Holunderbeeren die Dauer der Influenza A und B effektiv verkürzt. Unter allen Früchten weisen die Holunderbeeren die größte Konzentration von Anthocyanen auf, einer Gruppe der Flavonoiden, die als kraftvolle Antioxidantien das Immunsystem aktivieren und eine Erhöhung der Produktion der entzündungshemmenden Cytokine bewirken, siehe

<http://www.blackelderberry.info/de/clinical-summary/>

Anti-Grippe-Trank

Gewürztee gemischt mit Holunderbeersaft wärmt und unterstützt das Immunsystem:

- 1 Stück frischen Ingwer (Zingiber officinale) (ca 3 cm) in feine Scheiben schneiden.
- 2 Gewürznelken (Syzygium aromaticum)
- 3 Pfefferkörner (Piper nigrum)
- 1 Esslöffel Anissamen (Pimpinella anisum)
- 2 Kardamomkapseln (Elettaria cardamomum) aufbrechen, nur die Samen verwenden!
- 1 Stück (ca. 2 cm) Zimtstange (Cinnamum) im Mörser zerstoßen.

Zubereitung:

8dl Wasser aufkochen, während 10 Minuten leicht köcheln lassen. Dann 2dl Holunderbeeren-Saft beigegeben, kurz vor das Kochen bringen, dann abseihen, mit Honig süßen, in die Thermoskanne abfüllen. Während 1-5 Tagen 3-4 Mal täglich 1 Tasse trinken.

Tee-Zubereitung Grundrezept

2 Teelöffel Holunderblüten mit 2,5 dl kochendem Wasser übergießen, 15 Min. zugedeckt ziehen lassen, aufgießen, die Kondensstropfen im Deckel, welche kostbare Inhaltsstoffe enthalten, in die Tasse zurückgeben. Blüten nicht länger als im Rezept angegeben im Krug belassen, da sich in der rezeptierten Zeit die benötigten heilenden Wirkstoffe optimal in den Tee herausgelöst haben. Für einen Erkältungstees können auch Holunderblüten und Lindenblüten zu gleichen Teilen gemischt werden, denn sie haben ähnliche Wirkung.



Sambucus nigra, Beeren-Tee
www.fotalia.com/SimoneVoigt

Schwarzer Holunder - schützt unsere Gesundheit

Erste Anzeichen einer Erkältung?

Genießen Sie Holunder-Tee trinken und ein aufsteigendes Fußbad!

Tee für die Schwitz-Trinkkur

5dl Tee nach obigem Grundrezept zubereiten und sehr warm trinken. Dieser Schwitz-Tee eignet sich auch vor einem Saunagang oder Schwitzbad.

Tee für das Fußbad

Doppelte Menge Holunderblüten mit 1 l kochendem Wasser aufgießen, zubereiten nach obigem Grundrezept. Dann das Fußbad vorbereiten.

Wichtig! Bei Krampfadern und Lymphödemem dürfen keine heißen Fußbäder gemacht werden.

Ein alter Spruch sagt: „Kopf kalt, Füße warm, macht den Mediziner arm.“ Kalte Füße schwächen unser Abwehrsystem, warme Füße stärken es.



Heißes Fußbad
www.fotalia.com/JürgenWiesler

Fußbäder sind bewährte und beliebte Anwendungen. Sie fördern die Durchblutung, erwärmen, entspannen und beruhigen, stabilisieren den Kreislauf und wirken reflektorisch auf den gesamten Organismus.

1-2 Thermoskrüge heißes Wasser vorbereiten und eine Decke bereitlegen. Ca. 5 l Fußbadewasser ca. 37 Grad warm bereitstellen (Badethermometer verwenden).

Den zubereiteten Fußbad-Tee und eventuell 1 Teelöffel Himalaya-Salz in das Fußbad geben. Während der Badedauer nach und nach heißes Wasser aus den Thermoskrügen nachgießen, bis 39 – 41 Grad. Fußbad genießen und den Schwitz-Tee trinken.

Anschließend warme Wollsocken anziehen und **30 Minuten nachruhen**. Empfehlenswert ist auch, diese Anwendung am Abend vor dem Schlafengehen zu machen.

Bei Kopfschmerzen kann der Teemischung Mädesüß (Filipendula ulmaria) oder Weidenrinde (Salix alba, cortex) beigegeben werden. Mit ihrem Inhaltsstoff Salicyl wirken sie gegen die Schmerzen.

Erkältungstees bei Fieber und Kopfschmerzen

Teemischung zubereiten: zu gleichen Teilen, z. B. je 20 g Holunder- (Sambucus nigra), Mädesüß- (Filipendula ulmaria) und Lindenblüten (Tilia platyphyllo, flos), Weißdornblätter (Crataegus folium, flos) und -blüten. Die Mischung kann zusätzlich mit Kamillen- (Matricaria recutita) oder Orangenblüten (Citrus aurantium, flos) kombiniert werden.

Schwarzer Holunder - schützt unsere Gesundheit

1 Teelöffel dieser Mischung mit 150 ml kochendem Wasser übergießen, 7 Min. zugedeckt ziehen lassen, abgießen, die Kondens-Tropfen im Deckel in die Tasse geben. Mehrmals täglich 1 Tasse möglichst heiß trinken.



Sambucus nigra, Blüten-Tee /
www.fotalia.com/PaulSchwarzl

Wichtig: Die aufgeführten Anwendungsmöglichkeiten ersetzen keine fachkundliche Beratung beim Arzt und Therapeuten.

Alle Fotos von der Autorin, soweit nicht anders vermerkt.

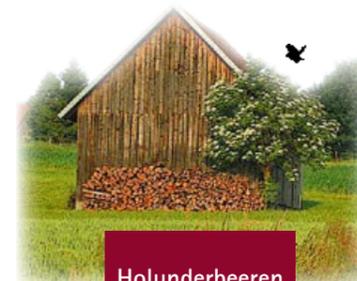
Literatur

- 1) Bühring, Ursel: *Alles über Heilpflanzen*. 2007. Ulmer. S. 124
- 2) Pahlow, M.: *Das grosse Buch der Heilpflanzen*. 2006. Gräfe & Unzer. S. 168
- 3) Dr. Aschner: Paracelsus. *Sämtliche Werke*. Anger Verlag. 1993. Bd III, S. 554
- 4) Dr. Aschner: Paracelsus. *Sämtliche Werke*. Anger Verlag. 1993. Bd I, S. 721
- 5) Dr. Aschner: Paracelsus. *Sämtliche Werke*. Anger Verlag. 1993. Bd II, S. 475
- 6) Dr. Aschner: Paracelsus. *Sämtliche Werke*. Anger Verlag. 1993. Bd III, S. 609

- 7) Bühring, Ursel: *Alles über Heilpflanzen*. 2007. Ulmer. S. 124
- 8) <http://www.blackelderberry.info/de/clinical-summary/Kontakt>

Kontakt

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



Holunderbeeren
ernähren
62 Vogelarten!

Impressum



PARACELUS – 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 der sichtbaren und unsichtbaren 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) Naturopath, Schweiz

Redaktion:

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

Kontakt: Paracelsus-Center, Büelstraße 17 · CH-6052 Hergiswil,
Tel: +41-(0)41-630 19 07
info@paracelsus-center.ch · www.paracelsus-center.ch
Fotos & Bildmaterial an: anna.beutler@gmx.ch

ISSN 1660-7791

Copyright: paracelsus-center.ch
Herstellung: FontFront.com

Abonnements und Inserate:

info@paracelsus-center.ch · info@synergia-verlag.de

Vertrieb, Rechnungen und Abos:

Synergia Auslieferung · Industriestraße 20 · D-64380 Roßdorf
Tel: +49 (0) 6154 60395-0 · Fax: +49 (0) 6154 60395-10

Bankverbindungen Deutschland:

Triodos Bank · BLZ 50031000 · Kto. 1005332008
IBAN: DE40 5003 1000 1005 3320 08 · BIC: TRODDEF1

Postbank Dortmund · BLZ 44010046 · Kto 758303469
IBAN: DE39 4401 0046 0758 3034 69 · BIC: PBNKDEFF

Bankverbindung Schweiz:

PostFinance · Konto-Inhaber: Syntropia
IBAN: CH51 0900 0000 6162 69522 · BIC: POFICHBEXX

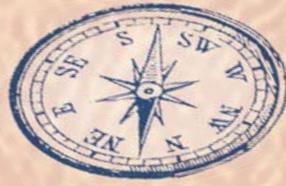
Abonnementpreis:

1 Jahr: 60,00 Euro (exkl. Versandkosten)
Erscheinungsweise: 6 mal im Jahr
Kündigungsfrist: Ein Monat vor Ende der Abo-Dauer,
ansonsten automatische Verlängerung um ein weiteres Jahr.
Einzelheft: 12,00 Euro (exkl. Versandkosten)

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