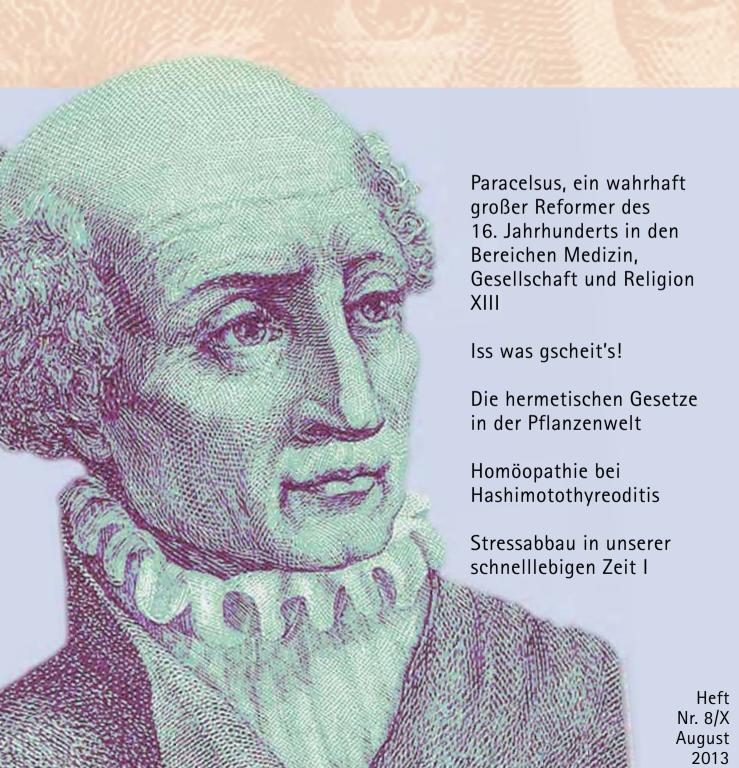
# PARACELSUS





## PARACELSUS

### Health & Healing

#### **ANZEIGENANNAHME**

Auf der ersten oder letzten Innenseite können Sie folgende Inserate buchen.

1/1 Seite (179mm / 236mm) Euro 490.-

1/2 Seite (179mm / 110mm) Euro 290.-

1/4 Seite ( 80mm / 110mm) Euro 180.-

Paracelsus-Center: info@paracelsus-center.ch Tel.: +41 / (0) 41 630 19 07

ANZEIGEN

### ABO FORMULAR

Hiermit bestelle ich die Monatszeitschrift <b>PARACELSUS</b> Health & Healing (Gesundheit & Heilen). (Kündigungsfrist: 1 Monat vor Ende der Abo-Dauer, ansonsten Verlängerung um ein weiteres Jahr)
Name, Vorname
Adresse (Strasse, PLZ, Stadt, Land)
Telefon, Fax, E-mail  1 Jahresabonnement: 12 Ausgaben /84.00 €  2 Jahresabonnement: 24 Ausgaben /160.00 €  (In den Preisen sind MWst. und Versandgebühren enthalten)  Deutsch
Name, Vorname
Adresse (Strasse, PLZ, Stadt, Wohnort)
Telefon, Fax, E-mail
Wohnort, Datum Unterschrift
Paracelsus-Center: Tel: +41-(0)55-422 07 79, Fax: +41-(0)55- 422 07 80 · info@paracelsus-center.ch  Bank: Konto Nr. 216-514422.01V, UBS-Bank Einsiedeln 80-2-2, Swift / BIC-Code: UBSWCHZH80A, IBAN CH32 0021 6216 5144 2201V

Konto Nr. 758368-464, Postbank Dortmund, BLZ 440 100 46, Swift / BIC-Code: PBNKDEFF, IBAN DE98 4401 0046 0758 3684 64



Paracelsus-Center Büelstrasse 17 CH-6052 Hergiswil Schweiz



## **Editorial**

Stress bei der Arbeit ist weitverbreitet. Er hat Auswirkungen auf die Gesundheit. Zwar kann man Stress nicht vermeiden, aber eine zwischenzeitliche Erholung während der Arbeitszeit ist äußerst ratsam. Empfehlenswert sind ein paar Minuten, um sich zwischendurch von Stress und Arbeit zu entspannen. Eine kleine Tasse Kaffee, Tee oder ein Aufgussgetränk kann gute Entspannung bringen. Jedoch sollte diese Entspannung weder zum Plaudern noch zum Müßiggang verführen. Weise Entspannung erhöht die Arbeitskraft. Bei der Durchführung großer Aufgaben sind solche Momente der Erholung immer wichtig. Sie frischen die psychische Energie auf, und dies führt zu größerer Aufmerksamkeit bei der Arbeit.

Wenn man bei der Arbeit Stress verspürt, ist solche Entspannung ein Ausweg, um wieder frisch an die Aufgaben zurückkehren zu können. Setzt man die Arbeit unter Druck fort, dann entwickelt sich ein Gefühl der Hoffnungslosigkeit oder Hilflosigkeit. Beide sollte man nie in die Arbeit eindringen lassen, denn sie führen zu Verzweiflung, schwächen die entschlossene Einstellung und das entscheidungsfreudige Handeln und

rauben Kraft. Deshalb sollte man sich als Vorsichtsmaßnahme zwischendurch entspannen. Mithilfe solcher kleinen Hinweise sollte man auf seine Gesundheit achten. Manchmal tragen diese Informationen mehr dazu bei, Krankheit abzuwenden als langwierige medizinische Behandlungen. Dies sollte schon während der Ausbildung in die Wege geleitet werden, um einem gesundheitlichen Niedergang im späteren Leben vorzubeugen.

Es heißt, dass es immer schwierig ist, beim Kofferpacken noch Platz für nützliche, kleine Gegenstände zu finden. Während man den Koffer packt, können kleine Gegenstände hineingelegt werden, die auf der Reise hilfreich sind. Manche Leute packen ihre Koffer so voll, dass selbst für den winzigsten Gegenstand kein Platz mehr übrig ist. Genauso bleiben bei der Bewältigung der Lebensaufgaben bestimmte Details unbeachtet, z. B. die zwischenzeitliche Entspannung. Durch dieses Verhalten entstehen Risse im Gesundheitssystem des Körpers.

Entspannung von Zeit zu Zeit ist genauso sinnvoll und zweckdienlich wie die Arbeit. Erholungspausen sind wie Stärkungsmittel oder Schokolade. Beides trägt dazu bei, dass man sich wieder frisch fühlt und mit vollem Elan arbeiten kann.

Dr. K. Parvathi Kumar

### Inhalt

raraceisus, ein waninart grober
Reformer des 16. Jahrhunderts
in den Bereichen Medizin,
Gesellschaft und Religion XIII 4
Heil - Rezepte9
Rasa Shastra in der
Ayurvedischen Medizin IV14
Organon LII20
01gunon 21120
Die seelenbezogene Astrologie
und ihre Aspekte I22
Okkultes Heilen XCI28
Paradigmenwechsel in eine
neue Medizin I30
lss was gscheit's!34
155 Was gscrieft \$!34
Die hermetischen Gesetze
in der Pflanzenwelt37
Homöopathie bei
Hashimotothyreoditis42
Stressabbau in unserer
schnelllebigen Zeit I44
Heilsteine50

## Paracelsus, ein wahrhaft großer medizinischer, sozialer und religiöser Reformer des 16. Jahrhunderts XIV

Jordi Pomés Vives



Jordi Pomés Vives
(Sant Pol de Mar, Barcelona, 1962)
arbeitet seit 1997 als Professor für
Zeitgenössische Geschichte an der
Autonomen Universität Barcelona
("Universidad Autonoma de
Barcelona"). Besonders
erwähnenswert sind seine
Forschungsarbeiten im
Biographie-Bereich sowie über
Themen, die sich mit
Landwirtschaftsgeschichte und der
Geschichte des landwirtschaftlichen
und staatlichen Vereinswesens
beschäftigen.

#### 3.2. Ein großer sozialer Reformer

Diese "theosophischen" Lehren widersprachen bestimmt nicht der Offenheit von Paracelsus gegenüber den Problemen und Nöten der am wenigsten fortgeschrittenen sozialen Gemeinschaften aller Menschen, die Ungerechtigkeiten und Schmerzen aller Art zu erleiden hatten. Er war immer auf der Seite der Bedürftigen, Schutzbedürftigen und der Armen im Allgemeinen. In seiner Arbeit als Arzt vergaß er nie die armen und einfachen Menschen. Er versuchte sie so zu behandeln, als wären sie seine eigenen Brüder. Nie verlangte er Geld von ihnen. Sein enger, tiefgehender und ununterbrochener Kontakt mit der Welt der Ausgegrenzten und Armen der Gesellschaft machte ihm ihre Probleme sehr bewusst. In den Jahrzehnten, in denen er lebte, konnte Paracelsus aus nächster Nähe beobachten, dass die demütigsten Gemeinschaften diejenigen waren, die am meisten geschädigt wurden durch die politisch und religiös motivierten Aufstände und Kriege, die die sozialen Ungerechtigkeiten, die diese Gemeinschaften erlitten, verschlimmerten. Dadurch widmete er sich wichtigen Gruppen hilfloser Menschen, wie den Bauern, Bergbauleuten und sogar Frauen, indem er ihnen half, die sozialen Ungerechtigkeiten, die sie erlitten, zu überwinden. Er kämpfte für eine soziale Gleichheit, die auf christlichen Prinzipien basierte. Er kümmerte sich weniger darum, ob ihn sein Kampf gegen die Positionen, Meinungen oder Lehren der Regierungsbehörden oder mächtiger ökonomischer Gruppierungen einnahm. Auch im sozialen Bereich war Paracelsus einige Jahrhunderte seiner Zeit voraus. Auf eine gewisse Weise arbeitete er daran mit, eine Grundlage für das zu schaffen, was heute als soziale Bewegungen bezeichnet wird, die mit dem Kampf gegen soziale Ungerechtigkeit verbunden waren, die hauptsächlich während des 19. Jahrhunderts mit dem Ziel von Verbesserungen für die niedrigen und armen sozialen Klassen auftauchten. Wie Pagel sagt: "Sein Leben und seine Arbeit waren ein ununterbrochener Krieg gegen die Privilegierten und Mächtigen."1 Nie jedoch unterstützte er den Kampf

oder die gewaltsamen Revolten gegen die Privilegierten, die von einigen Gruppen ideologischer oder religiöser Art dieser Zeit ausgeheckt und ausgetragen wurden, wie z. B. den Anabaptisten. Laut Paracelsus konnten die gewaltsamen Aufstände die Situation jener, die Opfer der Ungerechtigkeiten waren, nicht verbessern. Trotz der ernsthaften Zusammenarbeit, die er mit diesen Gemeinschaften entwickelte, war er immer ein Verfechter friedlicher und pazifistischer Mittel, um Reformen gewaltlos durchzuführen. Er verteidigte die Werte und humanistischen Ideale der Zusammenarbeit, Solidarität und Toleranz, um die so sehr ersehnte

Harmonie der Klassen und der sozialen Gerechtigkeit herbeizuführen. Dennoch verfolgte ihn die Obrigkeit immer wieder, als hätte er die sozialen Aufstände gefördert, in die er sich hineingezogen fühlte, oder als wäre er am meisten für sie verantwortlich.

#### Sein Engagement für die Bauern

Der offensichtlichste soziale Krieg, in den er klar durch seinen Einsatz für die einfachen Menschen hineingezogen wurde, war der so genannte "Deutsche Bauernkrieg", der auch als die "Erhebung des Gemeinen Mannes" bezeichnet wurde. Dieser hauptsächlich von Bauern ausgetragene und gewaltsame Volksaufstand fand im Herzen des Heiligen Römisch-Deutschen Reiches statt, hauptsächlich im Süden, Westen und in den zentralen Gebieten Deutschlands. Er betraf auch die Gebiete des heutigen Österreichs und der heutigen Schweiz, d.h., er fand in einer sehr großen Region Zentraleuropas statt und erstreckte sich vom Rhein bis zur Donau. Tatsächlich holte der Krieg Paracelsus ein, als er 1524 in Salzburg war. In jenem Jahr, als er in dieser Stadt ankam um sich niederzulassen - zum ersten Mal als bleibender städtischer Arzt -, bereitete sich Salzburg auf den Bauernaufstand vor, der bis 1525 andauerte. Er blieb in der Stadt, solange der Konflikt andauerte. Sein Einsatz für die Zeloten zwang ihn, als der Krieg beendet wurde, aus Salzburg zu fliehen, um eine Strafe zu vermeiden, die wahrscheinlich die Todesstrafe gewesen wäre.

Man sagt, dass dieser Aufstand der massivste und am meisten generalisierte Volksaufstand in Europa vor der Französischen Revolution von 1789 war. Während des Frühlings und Sommers im Jahre 1525 gab es insgesamt ca. 300.000 aufständische Bauern. Am Ende des Aufstandes wurden 100.000 Opfer unter den Aufständischen gezählt. Das war das Resultat einer Explosion innerer Spannungen zwischen den Bauern und Grundeigentümern. Die Bauern lebten unter sehr harten ökonomischen und sozialen Bedingungen, die sich ungefähr alle 10 Jahre durch eine schlechte Ernte auch noch verschlimmerten. In den letzten Jahren hatte sich die Situation für die Bauern sogar

Wäldern, das Fischen und die Jagd eingeschränkt oder unterbunden und die von den Lehnsherren und Fürsten erhobenen Steuern für die Finanzierung der vielen Kriege, in die sie für etliche Jahre sich hineinziehen ließen, erhöht worden waren.<sup>2</sup> Und das war noch nicht alles. Die Kirche fügte diesen harten Umständen noch die Forderung nach einer Grundsteuer hinzu, eine weitere Art der Steuer in Höhe eines Zehntels der Ernte. Sebastian Frank, ein Humanist und großer Freund von Paracelsus, der wie auch



noch mehr verschlechtert, weil sie ihrer Ländereien, einst Gemeinschaftseigentum, beraubt und diese eingezäunt worden waren. Hinzu kam, dass die Nutzungsrechte des gemeinschaftlichen Weidelandes, die Abholzung von

Jacob Rohrbach, Führer des Bauernaufstandes, wurde 1525 vrbrannt. Farbzeichnung von Peter Harrer, Beschreibung des Bauernkrieges, 1551

Paracelsus, ein wahrhaft großer medizinischer, sozialer und religiöser Reformer des 16. Jahrhunderts

Paracelsus eine gewaltfreie soziale und kirchliche Reform vertrat, schrieb während jener Jahre, dass die bedrückenden Grundsteuern und Schulden, die aufgezwungene Arbeit, Abgaben, Zinszahlungen und weitere berechtigte Motive für Klagen den Hauptgrund für den so genannten Krieg der Bauern in den zwanziger Jahren bildeten.<sup>3</sup>

Vor diesem Hintergrund war es nicht verwunderlich, dass Paracelsus die Gründe der Armen, die vom Land lebten, um ihre Lebens- und Arbeitsbedingungen zu verbessern, gut verstehen konnte. Er verstand sie nicht nur und drückte seine Sympathie für die Aufständischen aus, sondern verband sich mit ihnen auf eine bestimmte Art und Weise.4 Einige Quellen weisen darauf hin, dass er ihnen seine Dienste als Arzt anbot.<sup>5</sup> Natürlich akzeptierten die Bauern sehr gern das Angebot, da im Kampf Tausende verwundet worden waren, die seine Unterstützung benötigten. Wir müssen uns daran erinnern, dass Paracelsus immer als eine professionelle Autorität angesehen wurde und große Erfahrungen auf Schlachtfeldern hatte. Es wäre jedoch übertrieben, zu denken, dass Paracelsus ein Führer des Bauernaufstandes von Salzburg gewesen wäre. Dennoch wissen wir, dass er wegen des Verdachts auf Anzettelung eines Aufstandes in Arrest genommen wurde. Zumindest betrachteten die Zivilbehörden seine Standpunkte als aufrührerisch.<sup>6</sup> Wir hatten schon erwähnt, dass er in dieser österreichischen Stadt nicht gezögert hätte, öffentlich auf den am meisten gefüllten Plätzen die Massen anzusprechen, um soziale Gerechtigkeit zu fordern, und dass er sogar seine eigenen Schriften unter den Bürgern verteilte. Obwohl diese Schriften vermutlich von religiösem Charakter waren, zeigten sie wahrscheinlich seine Position bezüglich des sozialen Konflikts. Seine Festnahme stand zweifellos im Zusammenhang mit diesen öffentlichen Interventionen.

Mit dieser Verhaftung begab er sich in Lebensgefahr, da die Repressionen gegen Revolutionäre oder einfach gegen Verdächtige, die mit der Bewegung sympathisierten, sehr grausam waren.<sup>7</sup> Niemand weiß genau, wie er es gemacht hat - es war ihm möglich, aus der Haft zu fliehen. Eilig entkam er dieser Gefangenschaft, wenn auch knapp, ging flussaufwärts das breite Tal der Donau hinauf. Er kehrte bis zu seinem Lebensende nicht nach Salzburg zurück. Sein Biograf Pagel sagte, er wäre mit viel Glück dem Tod durch Erhängen entkommen. Einige Quellen weisen darauf hin, dass seine Todesstrafe wegen seiner Position als Arzt umgewandelt wurde, aber deshalb, weil er während der Aufstände keine Waffen getragen hatte.9

Tatsächlich griff Paracelsus nicht direkt in die Aufstände ein. Er war ein Pazifist. Er verabscheute Krieg und Gewalt, die Todesstrafe und Meuchelmord und auch jede politische Macht, die solche Praktiken ausübte und förderte. 10 So bedauerte er die Gewalt der Bauern im Krieg, die Anstößigkeiten ihrer Methoden, aber auch die Schlägereien in ihren Tavernen<sup>11</sup> genauso wie die gewaltsame Unterdrückung der Aufstände durch die Obrigkeit, die die Todesstrafe für alle Führer des Aufstandes mit einschloss. Am Ende des Krieges verschlechterte sich die Situation der Bauern im Allgemeinen - außer in den Bergregionen der Schweiz. Sie mussten eine immer mehr unterdrückende Politik und

unterdrückende Maßnahmen ertragen, was bewies, dass die Pazifisten Recht hatten, die wie Paracelsus oder der trinitarische Zweig der Anabaptisten, immer Fortschritt und soziale Reformen ohne Gewalt oder Kriege vertraten.

#### Gegen die Ungerechtigkeiten im kommerziellen pharmazeutischen Bereich

Obwohl der pazifistische soziale Reformismus nach Paracelsus nicht ausschließlich auf den ländlichen sozialen Bereich beschränkt war, gab es eine große Gelegenheit, ihn während der Monate, in denen Paracelsus als offizieller städtischer Arzt in Basel tätig war. anzuwenden. Während dieses Zeitabschnitts versuchte er, klar und deutlich zugunsten der Kranken und von Pharmazeuten und Medizinhändlern Ausgebeuteten zu handeln und versuchte zu zeigen, wie sogar im städtischen Bereich soziale Gerechtigkeit gelehrt werden könnte, auch wenn diese Lehre gegen mächtige Gruppierungen, wie z.B. die Pharmazeuten und sehr mächtige Firmen, die mit den Pharma-Produkten Handel betrieben, vorging. Kurz nachdem Paracelsus die Stelle als städtischer Arzt angenommen und gesehen hatte, dass es vielen Apotheken an grundlegenden Voraussetzungen mangelte, bat er den Stadtrat, darum zu fordern, dass diese Einrichtungen eine städtische Lizenz erwerben und sich Kontrollen unterziehen müssen. Er bat um die Erlaubnis, regelmäßig Apotheken inspizieren und untersuchen zu dürfen, um herauszufinden, ob die Bestandteile einer Arznei in Ordnung waren und auf diese Weise auch exzessive Preise, die Apotheker für ihre Waren fordern könnten, zu vermeiden.

Schon früher hatte Paracelsus beobachtet und angezeigt, wie sich Apotheker mit Ärzten zusammentaten, um Menschen mit exorbitanten Arzneimittelpreisen zu betrügen.<sup>12</sup> Außerdem



beklagte er die Anstellung unqualifizierter Personen und Kinder in den Geschäften und Apotheken und forderte, dass Apotheker eine Prüfung absolvieren müssen, bevor sie ihren Beruf ausüben dürfen. All das brachte natürlich die Pharmazeuten und die medizinische Gemeinschaft radikal gegen ihn auf. 13 Die medizinische Schule reagierte auf diese Forderungen von Paracelsus, indem sie ihn als Lügner und Schwachkopf bezeichnete.14 Unglücklicherweise ließ ihm diese Gegnerschaft wenig Zeit - wie auch schon im Kapitel über seine Tätigkeit als Arzt in Basel gesehen, wo er der Stadt verwiesen wurde -, um all seine vorgeschlagenen Maßnahmen zur Verhinderung medizinischen und pharmazeutischen Missbrauchs durchzuset-

Dennoch verlor er nicht den Mut bei seinem Versuch, das Recht in diesen Bereich einziehen zu lassen, obwohl

er dadurch in einen weiteren wichtigen Konflikt mit den Pharmazeuten und den medizinischen Handel Treibenden geriet. In Nürnberg veröffentlichte er zwischen 1529 und 1530, ein Jahr nach seiner Flucht aus Basel, zunächst eine kurze Abhandlung, die seine Ideen über die Heilung von Syphilis zusammenfasste, und später eine umfangreiche Arbeit mit dem Titel "Essay über die Französische Krankheit" (womit die Syphilis gemeint ist) mit dem Untertitel "Über Betrüger", worin er insbesondere die Händler, aber auch die kirchliche Hierarchie kritisierte, die jene unterstützte. Diese Händler benutzten die syphilitischen Patienten, indem sie ihnen versprachen, sie mit einem Mittel, das aus einer Flüssigkeit oder einem Öl aus Guajakharz hergestellt wurde, zu behandeln. 15 Syphilis ist eine Infektionskrankheit, die durch sexuelle Kontakte übertragen wird. In jenen Zeiten war diese Krankheit zu einer Pandemie ausgewachsen. Der hohe Preis, den man für Guajakharz verlangen konnte, eröffnete einen profitablen Markt, den viele große Händler, wie die Fugger, ausbeuteten. Diese Familie hielt ein Monopol auf den Verkauf dieses Holzes, das sie aus Südamerika importierten. Das Unternehmen der Fugger war zum mächtigsten Unternehmen in der Welt geworden. 16 In einer kurzen Abhandlung mit dem Titel "Über das Guajak-Holz" behauptete Paracelsus, dass dies ein Mittel schlechter Heiler wäre und stellte alternativ dazu medizinische Durchbrüche zur Heilung der Syphilis vor. Diese Behauptungen brachten ihn in eine radikale Gegenposition zu den Händlern der Fugger und auch gegen deren Verbündete im medizinischen und pharmazeutischen Bereich.<sup>17</sup>

Paracelsus, ein wahrhaft großer medizinischer, sozialer und religiöser Reformer des 16. Jahrhunderts

Deren Reaktion ließ nicht auf sich warten. Zunächst verboten sie Paracelsus weitere Veröffentlichungen in Nürnberg. Er hatte schon die Fortsetzung seines Essays über die Französische Krankheit geplant, aber der städtische Zensor, der auch von den herausragenden Vertretern der städtischen Medizinschule beeinflusst worden war, verhinderte seine Veröffentlichung. Die Unterstützung, die er erhalten hatte, war nutzlos. 18 Der Druck seiner geplanten acht Bücher über die Französische Krankheit wurde mit einem Dekret verboten. Das Dekret basierte auf der Meinung des Dekans der Medizinschule Leipzig, der an den Geschäften mit dem Guaiak-Holz interessiert und ein Freund der Fugger war.<sup>19</sup> Auch die Briefe, die Paracelsus an den Stadtrat von Nürnberg geschickt hatte, führten zu nichts. Darin bat er um die Erlaubnis, seine Bücher über Syphilis zum Besten der Menschen und für die Wahrheit veröffentlichen zu dürfen. Und vor einem Verbot der Bücher bat er um die Erlaubnis, sie mit Experten dieses Themas zu diskutieren. Er erhielt keine Antwort. Schließlich setzte er sich über die Zensoren hinweg und veröffentlichte eines der verbotenen Bücher, woraufhin er aus Nürnberg fliehen musste, um seine Verhaftung zu vermeiden.<sup>20</sup> Paracelsus wollte klarstellen, dass die Flüssigkeit aus Guajak-Holz für die Behandlung dieser Krankheit nicht zu empfehlen war, wie auch der im Allgemeinen falsche Einsatz von Quecksilber. Er wollte lehren, wie man eine Quecksilbervergiftung vermeiden kann und den heilenden Nutzen von Quecksilber zeigen, indem man die toxische Wirkung des Metalls durch eine sehr sorgfältige Dosierung und die Anwendung weniger toxischer Präparate<sup>21</sup>

vermeidet. Ein weiteres Mal war die Opposition mächtiger Leute größer als sein Mut. was ihn schließlich verstummen ließ. Sie verboten die Veröffentlichung seiner Abhandlungen und ließen seine Meinung über kommerzielle Interessen von mächtigen Unternehmen und Pharmazeuten nicht mehr zu.

... wird fortgesetzt

#### Literatur

1. PAGEL, Walter, Paracelsus. An introduction to Philosophical Medicine in the Era of the Rengissance, Basilea (Suiza), Karger, 1982:40. 2. BALL, Philip, The Devil's Doctor. Paracelsus and the world of Renaissance magic and science, Nueva York, F.S.G., 2006:127-128.

- 3. BALL, Philip, The Devil's Doctor...:128.
- 4. PAGEL, Walter, Paracelsus...:40-41; BALL, Philip, The Devil's Doctor ...: 104.
- 5. BALL, Philip, The Devil's Doctor...:134
- 6. BALL, Philip, The Devil's Doctor ...: 134; PAGEL, Walter, Paracelsus...:17.
- 7. PAGEL. Walter. Paracelsus...:17.
- 8. PAGEL, Walter, Paracelsus...:40-41.
- 9. BALL, Philip, The Devil's Doctor...:134.
- 10. PAGEL, Walter, Paracelsus...:40; BALL, Philip, The Devil's Doctor...:63-64.
- 11. BALL, Philip, The Devil's Doctor...:131.
- 12. BALL, Philip, The Devil's Doctor...:206.
- 13. HARTMANN, F., The life of Paracelsus, London, Kegan Paul, Trench, Trübner & Co.,
- s.f.:6; BALL, Philip, The Devil's Doctor...:206. 14. BALL, Philip, The Devil's Doctor...:206.
- 15. PAGEL. Walter. Paracelsus...:24: BALL. Philip, The Devil's Doctor ...: 230.
- 16. BALL, Philip, The Devil's Doctor...:228.
- 17. MROSEK, Sabine, "La vida de Paracelso" in Paracelsus. Health & Healing, núm. 3, 2004:4.
- 18. BALL, Philip, The Devil's Doctor...:231-232.
- 19. PAGEL, Walter, Paracelsus...:24.
- 20. BALL, Philip, The Devil's Doctor...:232-233.
- 21. PAGEL, Walter, Paracelsus...:24.

## Heil - Rezepte



Samuel Hahnemann (1755–1843), der Begründer der Homöopathie.

Fälle aus der homöopathischen Praxis

## Erkältung mit Husten und Atemnot

Teil 1

Einmal kam eine 20jährige Dame mit Husten, Erkältung und Atemnot in unser Pflegeheim. Sie war schlank, schwach und ausgezehrt, mit hängenden Schultern und mittlerer Größe. Ihre Symptome wurden wie folgt notiert:

- 1. mit 10 Jahren hatte sie Typhus,
- 2. im 13. Lebensjahr Windpocken
- 3. bei der Entbindung hatte sie einen großen Blutverlust

#### Familiengeschichte:

- 1. die Mutter hatte ein Uterus Myom
- 2. der Großvater starb an einem Herzinfarkt

#### Gegenwärtige Beschwerden:

 Seit einem Jahr bekam sie anfallartige Erkältungen mit Husten und Atemnot; mit dem Husten kam gelber Schleim. Während des Essens nahm der Husten zu, manchmal wurde ihr

- dabei auch übel. Beim Husten litt sie an Schmerzen im Hals und dem hinteren Brustkorb und bei sehr starkem Husten auch im Beckenbereich. Vor einem Jahr wurde sie wegen Lungentuberkulose behandelt. Nach der Entbindung litt sie an Fieber, Husten und einem Lungenemphysem.
- Steifheit und Schmerzen in der rechten Hüfte. Diese begannen 20 Tage nach der Entbindung mit Schmerzen in der Brust, später verblieben nur noch die Hüftschmerzen. Diese verschlimmerten sich beim Husten und Niesen. Manchmal bekam sie anfallartige Schmerzen in der Brust, die bei Bewegung stärker und in Ruhe besser wurden.
- Morgens, gleich nach dem Erwachen bekam sie starke Schmerzen in beiden Lungen, die nach sanfter Bewegung besser wurden. Auch diese Schmerzen entstanden nach der Entbindung.
- 4. Während der Schwangerschaft bekam sie einige Spritzen wegen einer Erkältung, Husten und Tuberkulose und an der Hand entwickelte sich ein Abszess. Dieser wurde entleert und unterdrückt. Danach entstanden viele ihrer Symptome.
- 5. Appetitverlust.
- Seit längerer Zeit litt sie häufig unter Kopfschmerzen, mal auf der rechten, mal auf der linken Seite. Vor der Behandlung der Tuberkulose waren sie sehr heftig, danach nahm die Häufigkeit und Intensität ab.

Seit drei Monaten litt sie wieder häufiger an Kopfschmerzen. Während der Schmerzen empfand sie Schwindel und Übelkeit, sie stotterte und hatte Taubheitsgefühle in den Händen.

#### Heil - Rezepte

- 7. Schwäche und Schwere des Kopfes, Schmerzen in den Beinen und Übelkeit am frühen Morgen, Besserung nach dem Essen.
- 8. Seit einem Monat bekam sie häufig Bauchschmerzen in der Nabelgegend, manchmal ging sie mit wackeligen Bewegungen. Extreme Schwäche und Schmerzen in den Händen nach dem Stuhlgang.
- 9. Seit acht Jahren entwickelt sie weiße Flecken im Gesicht. Diese breiteten sich langsam über den Körper aus.
- 10. Seit vier Tagen hatte sie Schmerzen in allen Gelenken.
- 11. Ihre Menstruation war immer schon Tage verspätet, der Regelfluss war aber normal. Einige Stunden vor ihrer Menses hatte sie Schmerzen im Becken, die sich beim Einsetzen der Blutung noch verschlimmerten, dann aber nach dem dritten Tag besser wurden. Nach der Entbindung hatte sie einmal menstruiert mit spärlicher Blutung. Es war ihre erste Entbindung und das Baby war gesund.
- 12. Alle Symptome besserten sich beim Essen und verschlechterten sich mit leerem Magen. Sie mochte gern heißes Wasser trinken.

- 13. Wenn sie allein war, litt sie unter Gedankenflut. Sie hatte Melancholie. Depression mit Ängsten und weinerliche Stimmungen. Melancholie alternierte mit Freude, manchmal war sie depressiv, manchmal auch reizbar und ärgerlich. Wenn jemand sie verletzte, konnte sie das nicht leicht vergessen, sie dachte intensiv darüber nach, jedoch ohne irgendeine äu-Bere Reaktion.
- 14. Spärlicher Urin mit Brennen, immer nachdem sie überhitzt war.

Sie war den schlechten Behandlungen ihrer Schwiegermutter ausgesetzt. Auch der Ehemann behandelte sie nicht gut. Sie empfand das schon seit langer Zeit. Im Haus musste sie täglich körperlich hart arbeiten. Sie konnte das nicht ändern, obwohl sie sich überfordert fühlte. Sie konnte dem Ehemann und den Schwiegereltern nicht widersprechen, sie war von Anfang an sehr willensschwach.

Diese mentale und physische Schwäche führten gesundheitlich zu viel Leid.

Außerdem verlor sie noch sehr viel Blut während der Entbindung, auch war ihre Ernährung recht dürftig, wegen ihrer Appetitlosigkeit.

All das gipfelte nun in diesem Zusammenbruch.

Ein homöopathischer Arzt versuchte, sie am 21.10.82 mit Apis C30 zu behandeln. dann mit Aurum metallicum C200 am 25.11.82, dann mit Bacillinum C30 am 24.12.82. Als keine sichtliche Besserung kam, schickte er sie in unser Pflegeheim. Hier wurde sie am 14.1.1983 aufgenommen.

> ... wird fortgesetzt Dr. E.V.M. Acharia, DHMS

Apis mellifera



#### Heilung durch spirituelle Kraft XLIX

#### 3. Empfänglichkeit und Widerstand gegenüber der Kraft.

Du sagtest, dass "Empfänglichkeit auf der materiellen Ebene mit einer Menae Widerstand verbunden ist". Was ist das für ein Widerstand?



Die Mutter: Hast du keine Widerstände in deinem Körper? Wenn du Gymnastik machen möchtest, kannst du mit deinem Körper machen was immer du willst? Und wenn du gern ganz gesund sein möchtest, gehorcht dein Körper immer? Das ist Widerstand, es ist all das, was deinen Fortschritt behindert. Ich glaube, dass unglücklicherweise die Kraft der Widerstände viel größer ist als die Kraft der Empfänglichkeit. Man muss sehr hart arbeiten, um empfänglich zu werden.

... Du kannst dir den immensen Fluss dieser Kraft nicht vorstellen, wenn sie freigesetzt wird! Normalerweise fühlst du sie noch nicht einmal. Wenn du sie wahrnimmst, wird etwas in dir sehr klein, weil sie so groß ist, und in deinen Zellen eine Art instinktiver Angst erzeugt. Wenn du sie empfängst, wirfst du mehr als dreiviertel davon weg wie ein überfülltes Gefäß! Sie strömt aus und quillt über, weil du nicht in der Lage bist, sie zu halten. Ich hab schon sehr viele Menschen getroffen, die sich beklagten, dass sie nichts empfangen, d.h. sie sagten, sie hätten nicht die nö-

tigen Kräfte, die sie benötigten. Das liegt daran, dass sie gar nicht in der Lage waren, diese Kräfte zu empfangen. Es gab hundert tausend mal mehr Kraft als sie empfangen konnten. So ist es. Ihr alle seid in einem unermesslichen See von Schwingungen, und ihr seid euch dessen überhaupt nicht bewusst, da ihr nicht empfänglich seid. Denn wenn ihr offen wäret und einfach nur einatmet - nicht mehr - wenn ihr einfach nur atmet - würdet ihr das Bewusstsein einatmen, das Licht, das Verstehen, die Kraft, die Liebe und alles andere. All das wird auf der Erde verschwendet, weil die Erde noch nicht soweit ist, es anzunehmen.

Krankheit entsteht durch Widerstände. Du musst lernen zu empfangen und zu halten, statt der Kraft der höheren Natur zu widerstehen, die hier am Wirken ist. Die höhere Natur geht ihren eigenen Weg der Entwicklung. Wenn du lernst damit zu gehen, öffnen sich dir viel neue Herrlichkeiten anstelle von Krankheiten. Du wirst das Gegenteil erleben! Widerstehe nicht der Kraft zur Transformation und du wirst nie mehr krank werden.



Aus: Integral Healing, zusammengestellt aus den Werken von Sri Aurobindo und der Mutter, Pondicherry: 2004

Spannort, Schweiz



#### Paracelsus - Remedies

#### Heil - Rezepte



Philippus Theophrastus Aureolus Bombastus von Hohenheim, genannt Paracelsus, \* 1493 in Einsiedeln. † 1541 in Salzburg.

#### Lärchen-Harz

(lat. Terebinthina laricina)

Im Jahre 2012 wurde in Österreich die Lärche zum Baum des Jahres gewählt. Bereits Paracelsus lobte die Lärche als ganz besonderes Gewächs, "Wie der Balsambaum in seinen Ländern alle anderen Bäume übertrifft, so übertrifft der Terpentinbaum alle anderen Bäume in deutschen Landen." III/593

Der Lärchenbaum, auch "Terpentinbaum" genannt, hat die Gabe, die ihm von Gott beschert wurde, dem Menschen Harz zu liefern. III/593

Ihr sollt wissen, dass besonders vom Terpentin mehr als von anderem zu schreiben ist. Denn es ist ein richtiger und wahrer Balsam. III/595

Wir treffen die Lärche meistens im Hochgebirge (Alpen, Sudeten, Karpaten) bis auf 2400 m Höhe an. "Es ist die Art und Natur des Lärchenbaumes, in der Wildnis auf rauen Bergen zu wachsen." III/594

Eine Besonderheit ist, dass der Lärchenbaum der einzige Nadelbaum ist, der im Herbst die Nadeln abwirft so wie ein Laubbaum die Blätter.

Der gelblich-bräunliche Harzbalsam wird durch Anbohren der Baumstämme gewonnen. Er besteht vor allem aus ätherischem Öl (ca.15 Prozent) mit -Pinen, Harzsäuren, Bernsteinsäure, Bitterstoff und Farbstoff.

Das Lärchenharz (venezianischer Terpentin, lat. Terebinthina laricina) gehört zu den wertvollsten Heilmitteln. 1/2 bis 2 q venetianischer Terpentin wird mit Honig gut vermischt und eingenommen. Der Balsam wirkt bei rheumatischen Beschwerden, Neuralgien, Ischias, Epilepsie, Blasenkatarrh, Bronchitis, chronischer Diarrhoe, Gallensteinen, Würmern, Furunkeln und Abszessen. Bei schlecht heilenden Wunden, eiternden Geschwüren. Nervenschmerzen, rheumatischen Beschwerden und Katarrhen wird Lärchensalbe äußerlich aufgetragen. Die Salbe hat eine hervorragende wundheilende, desinfizierende, schmerzlindernde, schleimlösende, wärmende und durchblutungsfördernde Wirkung.



Europäische Lärche, Larix decidua, männliche Zapfen

Paracelsus empfiehlt, "dass der Arzt beachten soll, dass der Balsam vor der Infektion, bevor der Körper vergiftet ist, verordnet werde. Er kann auch gegen Würmer mit Vorteil eingenommen werden. Denn wo der Balsam eindringt, da wächst kein Ungeziefer." III/599

Lärchenharz wird heute auch bei der Behandlung von Borrelien-Infektionen angewendet, bei der es zu einer lokalen Rötung (Erythema migrans) der Haut kommt. Terpentin hat die Wirkung zu säubern, zu zerteilen, zu erweichen und zu erwärmen.

Das Lärchenharz soll gemäß Paracelsus so zubereitet werden, "dass man es mit starkem roten Wein gut sieden lasse und es dann, bevor der Wein eingekocht ist, mit Aqua Cyclaminis (Alpenveilchendestillat, lat. Cyclamen purpurascens) versetze und in der Kälte wasche und auch in der Kälte aufhebe. Dann soll es in die Wunden geträufelt werden und diese sollen mit einem gewichsten Pflaster bedeckt werden, wie man Wunden zu verbinden pflegt. Eine Verbesserung für jede Wunde ist es aber, wenn die Hälfte Eidotter darunter geschlagen wird und wenn man dann wie früher verbindet. Wenn die Natur unnötiges Fleisch in der Wunde entstehen lässt wie einen Kropf bei einem Menschen, so gib in die erwähnte Salbe durch Essig bereiteten Alaun (lat. Alumen). Es nimmt dir alles ohne Schaden und ohne Schmerzen weg." III, 600



Paracelsus: Sämtliche Werke, Bd. III, 403-404, Anger - Verlag Eick

Sabine Anliker

links: Lokale Rötung der Haut wird normalerweise nicht so typisch wie in diesem Bild gezeigt

unten: Tamarack Lärche, Larix laricina, Volo Bog State Natural Area, Lake County, Illinois, USA.



## Rasa Shastra in der Ayurvedischen Medizin

Sabine Anliker, M.Sc. (Ayu)

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

#### 2.2 Geschichte

#### 2.2.1 Geschichtlicher Hintergrund von Rasa Shastra

Man nimmt an, dass Rasa Shastra als besonderer Zweig des Ayurveda mit wissenschaftlichen seiner Klassifizierung und Dokumentation um das 8. Jahrhundert ins Dasein trat und später ein integraler Teil des Ayurveda wurde (Savrikar, 2011). Die Entwicklung von Rasa Shastra begann allmählich, zunächst als wissenschaftliche Studie über Quecksilber und später über andere Metalle, Mineralien, Pflanzen und tierische Produkte. "Wissenschaft" oder "Wissen" von Quecksilber ist die ursprüngliche Bedeutung des Wortes "Rasa Shastra". "Rasashastra kann definiert werden als eine Wissenschaft des Studiums mineralischer und metallischer Substanzen im Hinblick auf ihre therapeutische Nützlichkeit einschließlich der Verarbeitung dieser Substanzen, um ein Medikament herzustellen" (Savrikar, 2011).

Der Ursprung des Ayurveda ist das Werk vieler Denker, Philosophen und Wissenschaftler durch die Zeitalter hindurch. Ayurveda ist das älteste überlieferte Gesundheitssystem (Galib, 2011). "Ayurveda wurde von den Veden, dem Kompendium alten indischen Wissens, abgeleitet. Auch die Atharvaveda oder "vierte Veda" (1500 - 1000 v. Chr.) beinhaltet viele medizinische Pflanzen und Konzepte aus dem Ayurveda" (WHO, 2010; Kessler, 2006; Stapelfeldt, 1997). Erst gegen Ende der vedischen Periode (1500 v. Chr. - 600 v. Chr.) setzte sich schrittweise Ayurveda als Wissenschaft durch. Konferenzen fanden statt, wo Heilige zusammenkamen und ihre Erfahrungen, die sie durch sinnliche und äußersinnliche Wahrnehmung gemacht hatten, austauschten und teilten. Diese Erfahrungen und Gespräche stellten sie in Form von Samhitas zusammen. Zwischen 600 v. Ch. und 500 n. Ch. wurden die bekannten und wichtigen Caraka Samhita, Susruta Samhita und Astanga Hrdaya veröffentlicht (Astanga Hrdayam, 2010; Gupta, 2010).

Die Caraka Samhita und Sushruta Samhita enthalten Beschreibungen über Kräuter, Metalle, Mineralien und tierische Produkte. Metalle und Mineralien wurden dem menschlichen System in feinem Pulver (bhasmas)6 von Gold, Kupfer, Koralle, Eisen, Quarz, Perlen, Katzenauge, Muscheln und Silber in 1/16 Menge" verabreicht (Caraka Samhita, 2008)<sup>7</sup> oder nur in Pastenform. Während der Periode der avurvedischen Samhitas wurden Metalle und Mineralien meistens in Verbindung mit pflanzlichen Drogen verwendet. Einige Verordnungen sind in Büchern überliefert, wie z. B.: "Der Gebrauch frischer Butter, zusammen mit dem Saft von jati (lat. Jasminum grandiflorum, [S.A.]) gemischt mit Honig oder maksika dhatu (Kupferpyrith) und mit Urin eingenommen, lindert die siebzehn Arten von kushta. Gleichermaßen sollte der Kushta-Patient den extrahierten Saft (von jati) in Kombination mit Sulphur oder survarnamaksika (Kupferpyrith) zu sich nehmen. Bei diesem Saft handelt es sich um eine ausgezeichnete Rezeptur zur Linderung jeglicher gesundheitlicher Störungen. Der Patient sollte außerdem den oben genannten Saft regelmäßig in Verbindung mit Diamant, silajatu (lat. Asphaltum, [S.A.]) oder yogaraja einnehmen; auch dies ist ein universales Heilmittel" (Caraka Samhita, 20088; Galib, 2011).

Im 3. Jahrhundert v. Ch. wurden die alchemistischen Präparate von Kautilva. bekannt als Chanakya und als Premierminister von Chandragupta weiter entwickelt. Er verfasste das Buch Arthashastra, in welchem er die Eigenschaften von Silber, Kupfer, Zinn und Eisen beschrieb und auf den alchemistischen Prozess der Goldherstellung (suvarna rasavedhaja) hinwies. Wahrscheinlich ist dieses Buch das wichtigste Werk der alten indischen Lehre und selbst heute noch eines der großen Werke weltpolitischer Literatur (Muthulekshmi, 2000) Im 8. Jahrhundert n. Ch. setzte die pharmazeutische Verarbeitung von Metallen und Mineralien ein, und Ayurveda durchlief eine wahre Revolution in der Entwicklung von Rasa Shastra. Diese Zeit wird Rasa Kala genannt. Durch den großen Buddhisten Nagarjuna, der als 'Vater des Rasa Shastra' gilt, begann die wissenschaftliche Herstellung von Quecksilber, Metallen, Mineralien und ihr Gebrauch (Savrikar, 2011). Nagarjung war ein indischer Alchemist, Philosoph, Heiliger und Begründer der Madhyamaka-Schule des Mahayana-Buddhismus. Noch verfügbare Aufzeichnungen belegen, dass er in Amravati (Andhra Pradesh, im Bezirk Guntur) um 113 n. Chr. geboren wurde, und es heißt, dass er ein übermenschliches Alter erreichte

Bei den Buddhisten galt damals der Zweig des Ayurveda, shalya tantra (Chirurgie), als eine Form von Gewalt (himsa). Die buddhistische Religion lehrte Gewaltlosigkeit (ahimsa) und neben shalya tantra (Chirurgie) verbannte sie auch die panchakarma Behandlungen (die fünf Entgiftungsprozesse – vamana = Erbrechen, virecane = Abführen, basti = Darmeinläufe, nasya = Nasenbehandlungen und raktamokshana = Aderlass, Blutentzug). Dieser Konflikt führte zu einer ernsthaften Suche nach anderen ähnlich wirksamen Optionen und Alternativen. "In dieser Zeit nahmen Ärzte sowie andere Forscher die Verantwortung auf sich, Medikamente sowohl zur Behandlung von Krankheiten, die diesen starren chirurgischen Bedingungen unterlagen, als auch für unheilbare Krankheiten zu entwickeln. Bei diesem Abenteuer zeigten sich die buddhistischen Mönche äußerst kooperativ, denn Mitgefühl für alle Lebewesen war ein wesentlicher Teil ihrer Lehre und Praxis" (Dash, 2003)9.

Nagarjuna, der bekannteste Mönch und Alchemist fand in der therapeutischen Anwendung von Quecksilber und anderen Metallen die richtige Behandlungsmethode. Er sagte: "Siddhe rase karisyami nirdaridryamagadam jagat." Das bedeutet: "Durch meine Errungenschaften. Quecksilber vollendet zu verarbeiten, werde ich die ganze Welt von Armut und Krankheit befreien" (R.R.S., 1998)<sup>10</sup>.

Nagarjuna gab sich nicht mit alchemistischem Wissen zufrieden, sondern

begann auch, Quecksilber sowie andere Metalle und Mineralien, wie rasayanas (ein Mittel, welches das ganze System stärkt und nährt) in der Heilkunst anzuwenden. Seine berühmten und wichtigen Bücher Rasendra Manaala und Kakshaputa Tantra sind noch immer erhältlich (Handa, 1994). Die innere medizinische Anwendung von Mineralien und Metallen einschließlich Quecksilber (rasa) begann in iener Zeit und mit dem Fortschritt von Rasa Shastra wurden viele neue pharmazeutische Verfahren entwickelt. Rasa Shastra war zur damaligen Zeit jedoch noch ein unabhängiger Zweig und noch nicht im Avurveda integriert (Galib. 2011: Dole. 2006 11: Joshi. 2006 12).

Im 9. Jahrhundert n. Chr. verfasste Govinda Bhagavatpada das Werk Rasa Hrdaya Tantra mit detaillierter Beschreibung der alchemistischen Zubereitung zur Gewinnung von Gold (dhatuvada oder lohasiddhi) und Herstellung von Heilmitteln für eine lange Lebensspanne und zur Behandlung von Krankheiten (dehavada oder dehasiddhi). Rasa Hrdava Tantra zusammen mit Rasarnava Tantra (11. Jh. n. Ch.) sind die authentischsten Texte, die es heute auf dem Gebiet des Rasa Shastra gibt. Im Rasarnava Tantra werden einige Methoden zur Reinigung und Veraschung verschiedener Metalle und Mineralien zusammen mit Quecksilber beschrieben. Ein weiteres wichtiges Werk über Rasa Shastra erschien im 12. Jahrhundert n. Ch. und zwar Rasa Ratnakara von Nityanath Sidha. Rasaratna Samuchchaya ist eine Zusammenstellung von Werken verschiedener früherer Gelehrter, wie der Autor (Vagbhata, Sohn des Simhagupta) selbst zu Beginn des Textes erklärte. Gemäß Dr. Ashok D. Satpute,

#### Rasa Shastra in der Ayurvedischen Medizin

Übersetzer von Rasaratna Samuchchava, Prolog, p. xi. wurde es wahrscheinlich zwischen 1300 und 1400 n. Ch. geschrieben. Für P. C. Ray, Autor des Buches "History of Hindu Chemistry" ist es eine "systematische und umfassende Abhandluna über Materia Medica. Pharmazie und Medizin", welche noch heute in Gebrauch ist (Ray, 1909).

Die Entwicklung von Rasa Shastra und die wissenschaftlichen Anstrengungen waren immer auf zwei Motiven begründet. Das erste Motiv war die Umwandlung niederer Metalle wie Kupfer, Blei, Zinn usw. in Edelmetalle wie Gold und Silber mit dem Zweck, die Armut in der Welt zu beseitigen. Dieser Vorgang galt als sehr schwierig, und viel Geduld, höheres Wissen und innere Entwicklung wurden von den Gelehrten oder Alchemisten verlangt. Nur ganz wenigen Personen gelang es, Metalle vollkommen umzuwandeln. Im Sanskrit heißt dieser Prozess dhatuvada oder lohasiddhi (die Macht erlangen, um niedere Metalle wie Zinn, Blei, Kupfer usw. in edlere Metalle wie Gold und Silber umzuwandeln. Es wird gesagt, dass dies mit Hilfe von verarbeitetem Quecksilber erreicht wird.") (R. R. S., 1998)<sup>13</sup>.

Das zweite Motiv war dehavada oder rasayana. Unter dieser Zielsetzung ging es darum, Heilmittel zu finden für mehr Kraft und Vitalität und eine lange Lebensspanne und solche zur Vermeidung und zur Heilung von Krankheiten. Um das 13. Jh. n. Ch. begannen die Gelehrten und Alchemisten, diesem Aspekt größere Aufmerksamkeit zu schenken. Sie entwickelten immer mehr Medikamente zur Vermeidung von Krankheit, Verfall und Tod. Viele neue pharmazeutische Verfahrenstechniken wie sodhana, marana, murchana, rasa-samskaras

entstanden und wurden zunehmend verfeinert. Quecksilber und metallische Erzeugnisse wurden in hoher Qualität und unterschiedlichen Kombinationen hergestellt. Damit die Metalle leichter absorbiert und assimiliert (hohe Bio-Verfügbarkeit) werden können und verträglicher für die innere Anwendung sind, wurden die Verfahren immer weiter verfeinert. Diese Heilmittel haben eine schnelle Wirkung und sind äußerst effektiv bei einer sehr kleinen Dosierung (Kumar S, 2003).

Zu dieser Zeit war die Wissenschaft des Rasa Shastra mit ihren speziellen Verfahren der Reinigung und Veraschung von Metallen und Mineralien und Rasa cikitsa auf ihrem Höhepunkt. Bis zum 15. Jahrhundert entwickelte sich das Wissen in hohem Maße weiter und ist bis zum heutigen Tag bedeutungsvoll. Zwei wertvolle alchemistische Werke dokumentieren dieses Wissen: Im 13. Jh. n. Ch. wurden Rasa prakasa sudhakara (von Yasodhara) und Rasa sara (von Govindacaraya) veröffentlicht, und im 14. Jahrhundert erschien Rasendra chintamany von Dhundhuka Nath sowie Rasendra sara sangraha von Saint Gopal Krishna. Letzteres ist eine Zusammenstellung der vorhergehenden Werke.

Im 15. Jahrhundert beschrieb Sarngadhara im Samgadhara Samhita verschiedene Aspekte des Ayurveda, klassische Rezepturen und einige Quecksilberund metallische Präparate. Rasa paddhati wurde von Bindu verfasst.

Rasa Kamdhenu wurde Das im 16. Jahrhundert von Chudamani herausgegeben. In dieser Zeit arbeitete auch Paracelsus (1493 - 1541) mit diesem System und verbreitete es in Europa. "Er beschrieb die häufig auftretenden

schweren Nebenwirkungen von Quecksilber-Einreibungen im allgemeinen Gebrauch und ersetzte sie durch orale Verabreichung einer entgifteten Form des Metalls (...). Paracelsus verabreichte Blei. Antimon und Quecksilber individuell in einem verfeinerten Zustand und niederer Dosierung, damit diese Metalle speziell das angegriffene Organ erreichen. Eine genaue klinische Diagnose war für ihn eine Grundvoraussetzung. Von den anderen Ärzten wurden diese Mittel willkürlich verschrieben und von Apothekern gewissenlos ausgegeben. Die Heilwirkung war bei Paracelsus entsprechend besser oder wenigstens weniger schädigend" (Davis, 1993). Paracelsus betonte: "Alle Dinge enthalten Gift und nichts ist ohne Gift; die Dosis allein entscheidet, dass ein Ding ungiftig ist" (Paracelsus, 1993)<sup>14</sup>.

Während des 17. Jh. n. Ch. veröffentlichte Madhava ein weiteres wichtiges Werk über Rasa Shastra, Ayurveda Prakashas, und im 18. Jahrhundert erschien Yoga Ratnakar, das kombinierte Arten der Behandlung aufzeigt.

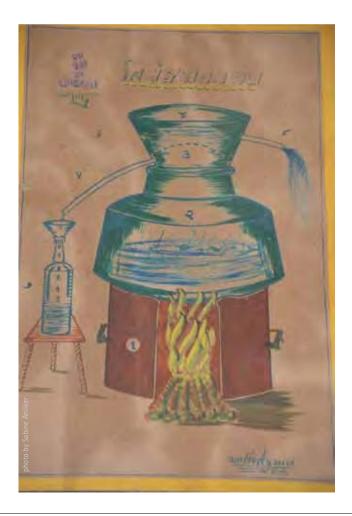
Im 20. Jahrhundert beschrieb Sadananda Sharma im Rasa Tarangini ausführlich die Herstellung mit Quecksilber und anderen Metallen und ihren Gebrauch in der Behandlung von Krankheiten.

Im Jahr 1978 wurde die erste englische Ausgabe einer ayurvedischen Arzneimittelliste Indiens (Ayurvedic Formulary of India AFI), Teil 1, vom Gesundheitsund Familienministerium, Neu Delhi, durch die indische Regierung veröffentlicht. Sie "umfasst 444 klassische ayurvedische Rezepturen, welche am häufigsten produziert und in der klinischen Praxis des Ayurveda eingesetzt werden." In Teil 2 der ayurvedischen Arzneimittelliste Indiens werden die verschiedenen Rasa-Präparate mit Quecksilber wie parapti, pishti, bashmas, rasa yoga usw. sowie mit anderen Metallen beschrieben und mit ihren Bestandteilen aufgeführt. Besonders hervorgehoben werden die Reinigungsmethoden giftiger Drogen. Die Sekretärin des Gesundheits- und Familienministeriums der indischen Regierung, Frau Malti S. Sinha, schreibt in ihrem Vorwort der 2. Ausgabe (2003): "Dieses Buch entstand unter der ständigen fachmännischen Leitung der Mitglieder des ayurvedischen Arzneibuch-Komitees durch den technischen Stab der Abteilung indischer Systeme für Medizin und Homöopathie, der mit der Arbeit des ayurvedischen

Arzneibuches vertraut ist (...). Ich hoffe, dass die zweite Ausgabe nicht nur für avurvedische Ärzte in Indien nützlich sein wird, sondern auch für die Fachleute im Ausland, wo das Interesse für Ayurveda zunehmend wächst."

Heute gibt es viele weitere Bücher über Rasa Shastra. Viele neue wissenschaftliche Konzepte wurden einbezogen, und durch den technischen Fortschritt wird Rasa Shastra zeitgemäßer und vertretbarer. Mit der weltweiten wissenschaftlichen Forschung auf dem Gebiet der Nanotechnologie und Nanomedizin hat eine neue Ära für die Rasa Shastra Medizin begonnen (Brown, 2007; Sarkar, P. K., 2010a; Paul, 2011).

... wird fortgesetzt



## Rasa Shastra in der Ayurvedischen Medizin

Name des Buches	Autor	Zeitperiode
Rasendra Mangala + Kakshaputa Tantra	Nagarjuna	ca. 8 Jh. n. Chr.
Rasa Hridaya Tantra	Govinda Bhagavatpada	9. Jh. n. Chr.
Rasarnava Tantra	Bhairavananda Yogi	11. Jh. n. Chr.
Rasendra Chudamani	Somadeva	12. Jh. n. Chr.
Rasa Sara	Govindacharya	12. Jh. n. Chr.
Rasendra Chintamani	Dhundhuka Nath	13. Jh. n. Chr.
Rasa Prakasa Sudhakara	Yosodhara Bhatta	13. Jh. n. Chr.
Rasa Ratnakara	Nitya Natha	13. Jh. n. Chr.
Rasa Ratna Samucchaya	Vagbhatta	13. Jh. n. Chr.
Rasendra Sara Sangraha	Gopal Krishna	14. Jh. n. Chr.
Rasa Paddhati	Bindu	15. Jh. n. Chr.
Sarngadhara Samhita	Sarngadhara	15. Jh. n. Chr.
Rasa Kamadhenu	Chudamani	16. Jh. n. Chr.
Ayurveda Prakasa	Madhava	17. Jh. n. Chr.
Yoga Ratnakara	unknown	18. Jh. n. Chr.
Rasa Tarangini	Sadananda Sharma	20. Jh. n. Chr.
A Text Book of Rasashastra	Dole + Paranjpe	21. Jh. n. Chr.
Rasa Shastra	Joshi Damodar	21. Jh. n. Chr.
Alchemy and Metallic Medicines in Ayurveda	Bhagwan Dash	21. Jh. n. Chr.

Diese Fachbücher geben eine Vorstellung der allmählichen Entwicklung von Rasa Shastra auf dem Gebiet der ayurvedischen Medizin (Kumar S., 2003; Singh A. K., 1985).

#### Fußnoten

- 6 bhasmas sind Metalle oder Mineralien, die durch einen Prozess der Reinigung, shodhana, gegangen sind, um die Unreinheiten und natürlichen Makel zu beseitigen. Danach wird die Droge dem Prozess des Pulverisierens oder Zermahlens (marana) ausgesetzt, wodurch sie so stark reduziert wird, dass die Mineralien oder Metalle vom Körper absorbiert werden können (Encyclopedic Dictionary of Ayurveda, 2011).
- 7 Caraka Samhita, Vol II, Chikitsasthanam, 1/13-26
- <sup>8</sup> Caraka Samhita. Vol II. Chikitsasthanam, 7/70-72
- Dash, Seite 18
- 10 Rasa Ratna Samuchchaya, 1/31
- <sup>11</sup> Dole, S. 5
- <sup>12</sup> Joshi, S. 2
- 13 Rasa Ratna Samuchchaya, Glossary of Technical Terms
- <sup>14</sup> Paracelsus 1/477

Literatur

Tübingen

Savrikar, S. (2011). Introduction to 'Rasashastra' - The latrochemistry of Ayurveda. 8(S), 66-82. Afr J Tradit Complement Altern Med. Galib, M. (2011). Therapeutic potentials of metals in ancient India: A review through Charaka Samhita. 2, Issue 2, 55-63. Journal of Ayurveda & Integrative Medicine WHO. (2010). Benchmarks for Training in Ayurveda. Switzerland: WHO Library Cataloguing-in-Publication Data Kessler, C. (2006). Wirksamkeit von Ayurveda bei chronischen Erkrankungen. Doktorarbeit der Abteilung Allgemeinmedizin der Medizinischen Hochschule Hannover. p. 26 Stapelfeldt, E. (1997). Yukti. Die Caraka Samhita und die Rationalität ihres therapeutischen Ansatzes. Magisterarbeit der Fakultät Kulturwissenschaften der Universität

Astanga Hrdayam. (2010). 7th, VIII. Chowkhamba Krishnadas Academy, Varanasi,

Gupta, S. (2010). Ayurveda – Introduction with brief history and philosophy. Paracelsus -Health & Healing magazine, Switzerland Caraka Samhita. (2008). Chaukhambha Orientalia, Varanasi, India Muthulekshmi, K. (2000). The History of Indian Chemistry. Paper presented at National Seminar of Scientific Heritage of India at the University of Calicut, Kerala, http://www. philosophy.ru/library/asiatica/indica/authors/ chemistry.html 17.12.2011,16:30 Dash, V. (2003). Alchemy and Metallic Medicines in Ayurveda. Reprint. New Delhi: Concept Publishing Company

1, Chapter 5/139. New Delhi: Meherchand Laxmandas Publications Dole, V. (2006). A Text Book of Rasashastra. Chaukhambha Sanskrit Pratishthan Joshi, D. (2006). Rasa Shastra, Chaukhambha

R.R.S. (1998). Rasa Ratna Samuchchaya.

Orientalia, Varanasi, India

Kumar S. (2003). Therapeutic Standardisation Study on Rasa Sindura. 6. Thesis for the Degree of Doctor of Medicine (Ayurveda), Department of Rasa-Shastra, Banaras Hindu University, Varanasi, India Davis, A. (1993). Paracelsus: a guincentennial assessment. 86, 653. 93 Harley Street, London, UK: Journal of the Royal Society of Medicine, http://www.ncbi.nlm.nih. gov/pmc/articles/PMC1294225/pdf/ jrsocmed00092-0045.pdf.

Paracelsus. (1993). Sämtliche Werke. Anger -Verlag Eick

Brown, I. (2007). Nanogold-pharmaceutics: (i) The use of colloidal gold to treat experimentally-induced arthritis in rat models: (ii) Characterization of the gold in Svarna bhasma, a microparticulate used in traditional Indian medicine. 40/3, 245-250. Gold Bulletin

Sarkar, P. K. (2010 a). Ayurvedic Bhasma: the most ancient application of nanomedicine. 69, 901-905. Journal of Scientific & Industrial Research

Paul, W. (2011). Blood compatibility studies of Swarna bhasma (gold bhasma), an Ayurvedic drug. 1, 14-22. International Journal of Ayurveda Research.

Singh, A. K. (1985). Studies on the Toxicity of Gandhaka Jarita Parada Preparation (Mercury Preparation) an Experimental Study. Department of Rasa-Shastra, Banaras Hindu University, India.

Kontaktadresse Sabine Anliker Ayurveda Medizin M.Sc. Naturheilärztin NVS, Homöopathie, Bioresonace Büelstrasse 17 6052 Hergsiwil, Schweiz www.ayush-naturheilzentrum.ch

## Organon

#### Die Kunst des Heilens

Dr. E. Krishnamacharya

Dr. Ekkirala Krishnamacharva (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 und die alten Weisheiten, Yoga, Astrologie, Homöopathie und spirituelle Praxis. Eines seiner wichtigsten Ziele war die Fusion von Ost und West.

#### **§166**

Indessen ist dieser Fall bei der in den neuern Zeiten vermehrten Zahl, nach ihren reinen Wirkungen gekannter Arzneien, sehr selten und seine Nachtheile, wenn er ja eintreten sollte, mindern sich, sobald eine folgende Arznei in treffender Aehnlichkeit gewählt werden kann.

Samuel Hahnemann, M.D.

Diese Schwierigkeiten werden mit der Zunahme der geprüften Mittel verringert. Sogar unter diesen Umständen muss man nicht befürchten, dass es weitreichende schlechte Auswirkungen haben wird. Wenn das später eingesetzte Mittel eine höhere Ähnlichkeit aufweist, werden frühere Wirkungen, falls es welche gab, beseitigt werden.



#### **§167**

Entstehen nämlich beim Gebrauche dieser zuerst angewendeten, unvollkommen homöopathischen Arznei, Nebenbeschwerden von einiger Bedeutung, so läßt man bei acuten Krankheiten diese erste Gabe nicht völlig auswirken und überläßt den Kranken nicht der vollen Wirkungsdauer des Mittels, sondern untersucht den nun geänderten Krankheitszustand auf's Neue und bringt den Rest der ursprünglichen Symptome mit den neu entstandenen in Verbindung, zur Aufzeichnung eines neuen Krankheitsbildes.

Samuel Hahnemann, M.D.

#### **§168**

So wird man leichter ein diesem entsprechendes Analogon den gekannten Arzneien ausfinden, dessen selbst nur einmaliger Gebrauch die Krankheit, wo nicht gänzlich vernichten, doch der Heilung um Vieles näher bringen wird. Und so fährt man, wenn auch diese Arznei zur Herstellung der Gesundheit nicht völlig hinreichen sollte, mit abermaliger Untersuchung des noch übrigen Krankheitszustandes und der Wahl einer, dafür möglichst passenden, homöopathischen Arznei fort, bis die Absicht den Kranken in den vollen Besitz der Gesunhdeit zu setzen, erreicht ist.

Samuel Hahnemann, M.D.

Bei akuten Krankheiten entstehen neue Symptome durch die Gabe von partiell geprüften Mitteln. Dann könnte die Dauer der Anwendung dieses Mittels reduziert werden. Das heißt, dass nach der Beseitigung bestimmter Symptome durch das erste und nicht perfekte Mittel einige weitere Symptome übrigbleiben. In solchen Fällen kann die Wirkung des ersten Mittels durch die Gabe eines weiteren Mittels, das eine größere Ähnlichkeit zu den noch verbliebenen Symptomen aufweist, gestoppt werden. Und wenn auch das zweite Mittel keine ausreichende Ähnlichkeit für die Beseitigung aller Symptome hat, so kann nach seiner Gabe ein drittes Mittel auf der Basis der übrigen Symptome gegeben werden und die Heilung vervollständigen.

#### **§169**

Wenn man bei der ersten Untersuchung einer Krankheit und der ersten Wahl der Arznei, finden sollte, daß der Symptomen-Inbegriff der Krankheit nicht zureichend von den Krankheits-Flementen einer einzigen Arznei gedeckt werde - eben der unzureichenden Zahl gekannter Arzneien wegen, daß aber zwei Arzneien um den Vorzug ihrer Paßlichkeit streiten, deren eine mehr für den einen, die andere mehr für den andern Theil der Zeichen der Krankheit homöopathisch paßt, so läßt sich nicht anrathen, nach Gebrauch der vorzüglichern unter den beiden Arzneien, unbesehens die andre in Gebrauch zu ziehen<sup>1)</sup>, weil die sich als zweitbeste kundgegebne Arznei, bei indeß veränderten Umständen, nicht mehr für den Rest der dann noch übria aebliebenen Symptome passen würde, in welchem Falle folglich, für den neu aufgenommenen Symptomen-Bestand ein andres, homöopathisch passenderes Arzneimittel an des zweiten Stelle zu wählen ist.

Samuel Hahnemann, M.D.

Weiter oben wurde schon erklärt, dass es möglich ist, bei einer ersten Untersuchung des Patienten kein passendes Mittel zu finden. Stellt euch vor, einige Symptome entsprechen einem Mittel, einige weitere einem anderen Mittel. Solche Mittel sollten nicht eines nach dem anderen gegeben werden. Von den zwei Mitteln sollte jenes, das eine grö-

Bere Ähnlichkeit mit der Krankheit aufweist, als erstes gegeben werden. Nach Beendigung der Heilung durch das zuerst gegebene Mittel sollte ein Mittel, das der Gesamtheit der verbliebenen Symptome entspricht, gegeben werden. Jedoch sollte das zuvor als zweitbestes Mittel gefundene nicht gegeben werden.

Original in Telugu von Dr. E. Krishnamacharya, englische Übersetzung von Dr. K.S. Sastry.

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

## Die seelenbezogene Astrologie und ihre Aspekte

Alan Oken



Alan Oken, geb. 1944 in New York City, studierte an der New York University Romanische Sprachen und Linguistik. Er hält Vorlesungen in sieben Sprachen, er veröffentlichte Dutzende Bücher u. a. Soul-Centered Astrology, Rulers of the Horoscope und Alan Oken's Complete Astrology. Er schrieb Hunderte Artikel für das Dell Horoscope Magazine sowie für viele andere nationale und internationale Zeitschriften.

"Ohne mit der Seele verbunden zu sein und schließlich Seele zu werden, ist es nicht möglich, unsere göttliche Natur zu erreichen oder sich zu vervollkommnen. Treten wir in Kontakt mit unserer Seele, werden eins mit ihrem Licht und wachsen als Seele, enthüllen sich Mysterien vor unseren sich öffnenden Augen. Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft werden unser sein.

> "The Hidden Glories of the Inner Man" Torkom Saraydarian

Einer der wichtigsten Faktoren, um ein Geburtshoroskop, sowohl von der Seelen- als auch von der Persönlichkeitsebene richtig lesen zu können, ist ein eingehendes Verständnis der interplanetarischen Beziehungen. Deshalb ist ein umfassendes Studium der astrologischen Aspekte für das Erkennen und die Auslegung eines Geburtshoroskopes wesentlich. Aspekte konditionieren und modifizieren (bedingen, festlegen, ändern) die Verschmelzung der planetarischen Energien. In der seelenbezogenen Astrologie werden dieselben Hauptaspekte, wie sie im traditionellen Zweig dieser Wissenschaft zu finden sind, genutzt. Diese sind: die Konjunktion (Abweichungsgrade 0-10), das Sextil (60 Grad), das Quadrat (90 Grad), das Trigon (120 Grad) und die Opposition (180 Grad). Den Quinkunx (150 Grad) betrachte ich auch als einen Hauptaspekt, da er ein machtvoller Hinweis auf ein bestehendes Ungleichgewicht im Energiefeld zweier Planeten ist, das im Laufe eines Lebens reguliert werden muss. Der damit verbundene Integrationsprozess wird sicherlich einen nicht geringen Anteil an Herausforderungen mit sich bringen.

Was den Orbit dieser Aspekte angeht, so kann man zunächst den gleichen Orbit nehmen, wie dies normalerweise in der exoterischen Astrologie getan wird. jedenfalls um festzustellen, ob gewisse Aspekte in Kraft getreten sind. Dieser Orbit beträgt 8 Grad für Konjunktion, Quadrat, Trigon und Opposition, bzw. 2 Grad für Sextil und Quinkunx. Diese Entfernungen mögen um 1 Grad erweitert werden, wenn einer der Planeten die Sonne oder der Mond ist. Es gibt also zwei Voraussetzungen, welche uns erlauben, die Himmelskörper ein bisschen weiter zu expandieren. Diese sind:

#### 1. Übertragung des Lichts:

Wenn sich zwei Aspekte innerhalb des traditionellen Orbit befinden und ein weiterer nicht, so ist es erlaubt, in diesem Fall den Orbit zu erweitern, um diesen dritten Aspekt mit einzubeziehen. Liegt z. B. Mars bei 23° Stier und Venus bei 25° Steinbock, so ist dieses Trigon sehr eng. Angenommen, Saturn befindet sich bei 16° Jungfrau, würde er ein Trigon zu Mars bilden (7° Grad vom Genauigkeitspunkt), wäre aber zu weit entfernt, um ein "legales" Trigon zur Venus zu bilden. Aber durch die Übertragung des Lichts können wir den Orbit um 1° ausdehnen, so dass die drei Planeten ein großes Trigon bilden.

#### 2. Regentschaft:

Was die Beziehung von Venus und Saturn noch enger macht, ist, wenn sich Venus im Zeichen des Saturns, dem Steinbock, aufhält. Dies wird "Verwandtschaft durch Regentschaft" genannt und gibt die zweite Möglichkeit, den Orbit zu erweitern. Das Gesetzt der Regentschaft ist ein wesentlicher Faktor für die Abgrenzung der Aspekte. Dies tritt immer in Kraft, wenn ein Planet zu einem anderen einen Aspekt bildet, der sich in seinem eigenen Zeichen befindet. Dann können wir den Orbit erweitern. Dennoch sollte der Aspekt keinesfalls 10%-15% des Standardorbits überschreiten (oder 1-1,5 Grad im Fall eines Hauptaspektes, mit Ausnahme des Sextils und des Quinkunx, die beide um nicht mehr als um 0.5.-1.00 Grad erweitert werden sollten).

In der seelenbezogenen Astrologie ist das Thema der Aspekte und der planetarischen Herrscher sehr wichtig und muss näher erläutert zu werden. In der esoterischen Astrologie möchten wir wissen, ob ein Planet neben seiner exoterischen Bedeutung auch eine esoterische Bedeutung hat. Wir sind alle vertraut mit der traditionellen Einteilung (Mars beherrscht den Widder, Venus den Stiert, etc.). Ich habe die esoterischen Regenten der Zeichen bereits in früheren Artikeln erwähnt. Um dies kurz zu rekapitulieren, sollte folgende Zuordnung beachtet werden: Widder-Merkur, Stier-Vulkan, Zwilling-Venus, Krebs-Neptune, Löwe -Sonne, Jungfrau-Mond, Waage-Uranus, Skorpion-Mars, Schütze-Erde, Steinbock-Saturn, Wassermann-Jupiter und Fische-Pluto. Sollte ein Planet gleichzeitig mit einem esoterischen und einem exoterischen Herrscher einen Aspekt bilden, ist dies ein Hinweis darauf, dass eine sehr enge Beziehung zwischen Seele und Persönlichkeit, in Bezug auf die Energie des betreffenden Planeten und seines Strahls, besteht. Gleiches gilt, wenn sich in einem Geburtshoroskop Venus im Wassermann befindet und ein Trigon zu Jupiter und ein Sextil zu Uranus bilden. In einem solchen Fall könnte man sagen, dass die Venus-Energien der betreffenden Person sowohl auf der Seelenebene als auch auf der Persönlichkeitsebene harmonisch miteinander in Verbindung stehen und im Leben zum Ausdruck kommen. Oben Genanntes ist besonders wichtig, wenn es um den Herrscher des aufsteigenden Zeichens geht. Ein sehr kritischer Punkt in der seelenzentrierten Astrologie ist es, die Aufgabe einer Inkarnation festzustellen. Dieser Vorgang ist sehr verbunden mit dem Herrscher des aufsteigenden Zeichens. Wenn in einem Horoskop der Aszendent in der Jungfrau liegt, ist es sehr wichtig, sowohl den esoterischen als auch den exoterischen Herrscher zu betrachten. Es gibt sechs Punkte, auf die wir achten sollten:

#### 1. Verbindung mit einem Sextil oder einem Trigon

Eine Verbindung mit einem Sextil oder einem Trigon weist auf eine Inkarnation hin, in der der Zweck der Seele mit den Aktivitäten des niederen Selbst fusioniert und sich möglicherweise leicht und selbstverständlich entwickelt. Ich sage möglicherweise, da die Fähigkeit, das höhere und das niedere Selbst auf einander auszurichten, nur durch sehr

#### Die seelenbezogene Astrologie und ihre Äspekte

harte Arbeit erreicht werden kann. Man muss sich nur selbst fragen.

#### 2. Verbindung mit einem Quadrat, Opposition oder Quinkunx

Eine Verbindung mit einem Quadrat, Opposition oder Quinkunx weist weder auf eine kosmische Bestrafung noch auf eine Person mit geringer spiritueller Fähigkeit hin. Vielmehr sehen wir in diesem Fall eine Inkarnation, in welcher eine Beziehung zwischen Seele und Persönlichkeit besteht oder erreicht werden kann, aber nur unter großen Schwierigkeiten. Ein Grund für diesen Zustand liegt darin, dass besonders die Opposition zwischen zwei Regenten zu einem größeren Gewahrsein der Beziehung zwischen dem niederen und dem höherem Selbst führt. Deshalb sollen aewisse richtunasweisende Entscheidungen im Leben getroffen werden

#### 3. Verbindung mit einer Konjunktion

Durch die Verbindung mit einer Konjunktion entsteht ein intensives Verlangen, Seele und Persönlichkeit miteinander zu integrieren und zu verschmelzen. Wenn Planeten- und Zeichenbedingungen diese Konjunktion unterstützen, kann man davon ausgehen, dass die Möglichkeit geboten wird, den Zweck der Seele in dieser gegenwärtigen Inkarnation zum Ausdruck zu bringen.

#### 4. Ohne Verbindung mit irgendeinem Hauptaspekt

Ohne Verbindung mit irgendeinem Hauptaspekt zeigt ein Leben, in dem der Pfad der Verschmelzung mit bewusster Anstrengung durchgeführt werden muss. Dies mag zu einer erhöhten persönlichen und spirituellen Verantwortung führen und stimuliert eine Person dazu, einen großen Schritt auf dem spirituellen Pfad vorwärts zu gehen.

#### 5. Der esoterische und exoterische planetarische Herrscher ist derselbe

(kein interplanetarischer Aspekt ist deshalb möglich)

Dies trifft zu bei Löwe, Skorpion und Steinbock, Diese Zeichen haben (Anm. exoterisch und esoterisch) den gleichen Regenten, so dass die Beziehung des Regenten zu dem regierenden Planeten (Anm. des Zeichens, in dem sie stehen) sehr wesentlich ist. Wenn z. B Steinbock aufsteigt und daher Saturn auf beiden Ebenen der Regent ist und Saturn im Geburtshoroskop in der Waage steht, dann würde Venus zum Regenten auf der exoterischen Ebene und Uranus würde diese Position auf der Seelenebene besetzen. Man würde Venus in den Häusern, in den Zeichen und in dem Aspekt überprüfen, um weitere Hinweise über den Ausdruck der Persönlichkeit zu erhalten. In derselben Weise muss Uranus überprüft werden. um mehr über die Natur der Seele zu ermitteln. Schließlich schaut man die Wechselwirkung zwischen Venus und Uranus an, um mehr Information über die Ausrichtung der Persönlichkeit zur Seele zu erhalten. Man schaut nach, ob entweder Venus oder Uranus (oder beide) einen Aspekt zu Saturn haben. Diese Verbindungen werden sehr aussagekräftig sein. Man kann damit arbeiten und mit ihnen experimentieren und sehen, was das eigene Wissen und die Intuition enthüllen wird.

#### 6. Der esoterische Herrscher ist erhöht

Unser Beispiel hier soll das Sternzeichen Jungfrau sein. Ihr esoterischer Regent ist der Mond. Sollte im Geburtshoroskop der Mond in der Jungfrau sein, mit dem Aszendenten in der Jungfrau ( oder Krebs aufsteigend mit Neptun in diesem Zeichen), dann ist es eine Inkarnation, in der das Potential für den Ausdruck der Seele sehr stark ist. Es spielt keine Rolle, in welchem Zeichen oder in welcher Planetenkombination diese Zusammenhänge geschehen. Es ist die Richtung, die Orientierung gibt und unser Willen, anderen zu dienen, was maßgebend für das innere Wachstum ist.

Die oben genannten Beziehungen sind essenziell in der seelenzentrierten Astrologie und sind korrekt anzuwenden. Der Astrologie muss eine transzendierte Perspektive entwickeln, um sich mit relativer Leichtigkeit zwischen der Seelen- und der Persönlichkeitsebene hin und her bewegen zu können. Diese "Leichtigkeit" kommt durch drei Faktoren: ein profundes Wissen der traditionellen, exoterischen Astrologie, eine Orientierung zur esoterischen Astrologie, das Einbeziehen der Arbeiten des tibetischen Meisters und seiner Studenten sowie durch die notwendige persönliche und spirituelle Arbeit, die zu einer sorgfältigen Entwicklung der eigenen Intuition führen.

Lasst uns nun in allen Einzelheiten die 6 Hauptaspekte von der Perspektive der Strahlen aus betrachten.

#### 1. Die Konjunktion

Dies ist die intensivste Interaktion zwischen Planeten. Es ist ein Aspekt, der eine starke Wirkung auf die Umstän-

de des Hauses hat, in dem er steht. Die Konjunktion trägt die Energie des ersten Strahles. Daher weist sie immer auf das Ende der Beziehungen zwischen den in Frage kommenden Planeten hin, oder auf den Beginn bzw. das Ende eines Zyklus. Deshalb ist die Konjunktion gleichermaßen Träger für den Schöpfer und für den Zerstörer. In ihrem höchsten Ausdruck agiert sie, um die Energien und die Strahlenqualitäten der betreffenden Planeten zu synthetisieren, und um neues Potenzial für die Inkarnation hervorzubringen. In dieser Hinsicht mag die Konjunktion auch einige der synthetisierenden Qualitäten des 7. Strahls enthalten.

#### 2. Die Opposition

Die Opposition repräsentiert sowohl die Aktivität des 4. Strahls, des Strahls der Harmonie durch Konflikt, als auch des 6. Strahls, dem Strahl der Hingabe. Der Zweck dieses Strahls und der Aspekte ist, mehr Bewusstsein hervorzubringen, einschließlich besserer Beziehungen zwischen den in Frage kommenden Planeten (und den Positionen der Häuser). Dieser Aspekt trägt eine gewisse Dualität in sich, da die Energien von zwei widerstreitenden Planetenoppositionen wie auf einer Wippe hin und her schwingen. Die Opposition wird besonders kraftvoll bzw. disharmonisch sein, wenn einer oder beide Planeten vom 6. Strahl sind. (Neptun oder Mars). Denn dies ist der Strahl, der uns für unsere verwurzelten Überzeugungen und Prinzipien eintreten lässt. Solch eine planetarische Konstellation mag z. B. auf eine fortwährende Auseinandersetzung unserer tiefsten und dennoch widersprüchlichen Ideale hinweisen, so dass auf diesem Gebiet eine Regulierung

#### Die seelenbezogene Astrologie und ihre Aspekte

notwendig ist. Danach ist es möglich, einschließender und harmonischer miteinander zu leben.

#### 3. Das Quadrat

Dieser Aspekt weist auf die Kristallisierung von Energien in einer dicht konkretisierten Gedankenform hin, die Gewohnheiten, Emotionen und physische Gedankenmuster enthält. Solch eine Situation erlaubt es dem Bewusstsein nicht, sich frei und fließend zu bewegen (besonders wenn es ein Quadrat in dem festen Zeichen ist). Dies ist ein anderer Aspekt des 4. Strahls. Der "Konflikt" besteht in der Anhaftung an individuelle vergangene, karmische Muster. Dies verlangt definitiv nach einer Loslösung durch Transformation. Letzteres ist die primäre Definition des 4. Strahls, die Art und Weise, wie er Harmonie erzeugt. Gleichzeitig sagt dies etwas über die Natur des herrschenden Zeichens dieses Strahls, dem Skorpion, aus.

#### 4. Das Trigon

Der 3. Strahl ist sehr wirksam, wenn sich planetarische Energien durch das Trigon ausdrücken. Das Trigon enthüllt eine große potentielle Kreativität, die dem Wesen der betroffenen Planeten entspricht. Es birgt großes Potential für einen harmonischen Fortbestand und ein müheloses Zusammenleben in sich. Der Astrologe sollte darauf achten, welche Chakren durch die Planeten in dem Trigon vertreten werden, da diese Bereiche im Leben eine harmonische Entsprechung haben.

#### 5. Das Sextil

Dieser Aspekt regelt die Energien des 5. Strahls. Er verteilt die Energien der Planeten auf eine spezifischere Art als das Trigon, welches fließender und weitreichender in der Anwendung ist. Genauso wie das Trigon und das Sextil verwandte Aspekte sind, so ist dies mit dem 5. und dem 3 Strahl Beide arbeiten mit der Äußerung mentaler Energien in den verschiedenen Erscheinungsbildern. "Dem Gedanken folgt Energie". Die Kraft von Venus (Herrscher des 5. Strahls), die verschiedene Kräfte harmonisiert und vermischt, kommt in dieser planetarischen Verbindung zu Tage.

#### 6. Quinkunx

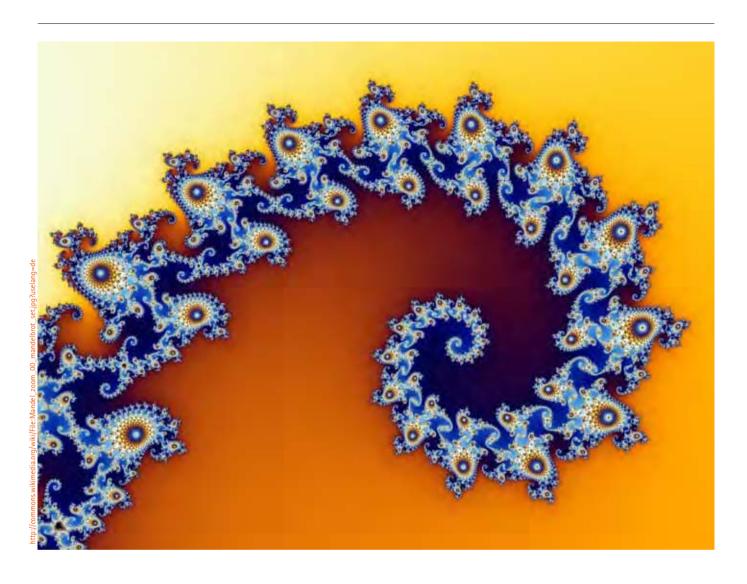
Die aufreibende Qualität dieses Aspekts ruft den 4. Strahl hervor. Das Quinkunx ist ein wichtiger Aspekt, wenn Angleichung und Neuausrichtung gefragt sind. In dem Verlangen, einen neuen Ausdruck für die bestehende unharmonische Verbindung zwischen den in Frage kommenden Planeten zu finden, beteiligt sich das Quinkunx mit den Qualitäten des 7. Strahls und des Uranus. (Der Initiator eines neuen Archetyps)

Der Einfluss des 2. Strahls zeigt sich allen Aspekten. Wie die geometrischen Winkel selber, dient er der Verschmelzung und Vermischung. Der 2. Strahl wird "das kosmische Verlangen zu vereinigen" genannt. Es ist der Strahl des Bewusstseins an sich und Bewusstsein ist Liebe und Liebe ist Bewusstsein.

Der Leser ist herzlich eingeladen, die Facetten der seelenbezogenen Astrologie entweder in dem Buch des Autors unter demselben Titel – nachzulesen oder in den verschiedenen Texten von Alice A. Bailey und des tibetischen Meisters D. K.. Besonders empfehlen würde ich die Bände der "Esoterischen Psychologie".

... wird fortgesetzt

Kontaktadresse www.alanoken.com



Teilansicht einer Mandelbrot-Unterlage, hergestellt von Wolfgang Beyer mit dem Programm Ultra Fractal 3.

"Elektronik ist Wassermann-Aktivität. Auch das Heilen hat die Tendenz, elektronisch zu sein."

Dr. K. Parvathi Kumar

## Okkultes Heilen XCI

Dr. K. Parvathi Kumar

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

Bei der Erhaltung der Gesundheit nimmt das Öl einen wichtigen Platz ein. Wer seinen Kopf regelmäßig und sanft mit Öl massiert, kann Kopfschmerzen, Haarausfall, Kahlköpfigkeit und dem Ergrauen der Haare entgegenwirken. Im Ayurveda gilt Sesamöl als das beste Öl für die Kopf- und Körpermassage. Durch regelmäßige Verwendung des Öls werden Kopf und Stirn gestärkt, die Haare bleiben tief verwurzelt, die Sinnesorgane arbeiten einwandfrei und die Gesichtshaut wird strahlend. Das Auftragen von Öl auf dem Kopf ermöglicht tiefen Schlaf. Es ist sehr vorteilhaft, ausreichend Öl auf dem Körper und dem Kopf einzureiben. Träufelt man regelmäßig ein paar Öltropfen in die Ohren, verhindert dies den Verlust des Gehörs und Schwerhörigkeit. Außerdem beugt es dem Kinnbackenkrampf und dem Schiefhals vor.

Regelmäßiges Einölen des Körpers heilt trockene Haut und macht sie weich, glatt und fest. Solch eine gesunde Haut hält Krankheiten fern. Ausreichende Anwendung von Öl auf dem Kopf und dem Körper sowie sanfte Massagen beheben häufig auftretende körperliche Erschöpfung. Außerdem arbeiten die

Sinnesorgane besser. Wenn es um die Gesundheit geht, kommt der Ölmassage ein besonders wichtiger Platz zu. Ein Körper, der regelmäßige Ölmassagen erhält, heilt Verletzungen schneller aus, die Psyche bleibt ausgeglichen, die Schlaffheit des Gewebes lässt nach und der Körper wird anmutig. Sogar der Alterungsprozess wird verhindert. Regelmäßiges Einreiben der Füße mit Öl schützt vor Erschöpfung. Die Füße zart und weich zu halten bringt viele Vorteile, die an den gesamten Körper übermittelt werden, da es in den Füßen sensible Punkte gibt, die die Aktivität im ganzen Körper stimulieren können. Sogar das Augenlicht verbessert sich durch regelmäßiges Einmassieren der Füße mit Öl. Zudem wird verhindert, dass die Füße und Fußsohlen Risse bekommen.

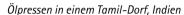
Ein Ölbad beseitigt schlechte Gerüche und heilt Schwere, Benommenheit, Hautjucken usw. Es entfernt Schmutz und unangenehmen Hautgeruch.

Gurgeln mit Öl kräftigt Rachen und Kiefer. Es optimiert die Tiefe der Stimmlage, verringert die Schlaffheit des Gesichts, reinigt den Mund und stellt den Geschmack am Essen wieder her. Wenn man einmal pro Woche mit Öl gurgelt, hat man nicht unter Trockenheit der Kehle zu leiden. Die Lippen bekommen keine Risse, Lippenstifte und Lippenbalsame werden überflüssig. Gurgeln mit Öl beugt sogar Zahnschmerzen vor. Zähne und Gaumen werden kräftiger und können besser kauen. Die Zunge bleibt sauber, und der Mund riecht nicht. Sanftes Einreiben der Augenlider und der Haut rund um die Augen mit Öl bringt die Augen zum Leuchten und schenkt klare Sehkraft. Zur allgemeinen Stärkung der Gesundheit werden

wöchentliche Ölbäder empfohlen. In der Astrologie wird das Öl dem Samstag und somit auch dem Planeten Saturn zugeordnet. Daher werden seit Urzeiten Ölbäder für den Samstag empfohlen. Man reibt den ganzen Körper mit Öl ein und massiert ihn sanft. Nach einer solchen Massage sollte man wenigstens eine Stunde warten, bevor man sich abduscht. In dieser Zeit wird das Öl von

der Haut aufgenommen. Anschließend kann man duschen und dabei natürliche Seife verwenden.

Öl wird auch für die Ernährung empfohlen. Zwei Esslöffel Öl sollten täglich mit der Nahrung aufgenommen werden. Im Osten ist allgemein bekannt, dass Öl qutes Cholesterin und mitgekochtes Öl schlechtes Cholesterin gibt.





## Paradigmenwechsel in eine neue Medizin

Dr. med. Klaus-Dieter Platsch



Klaus-Dieter Platsch ist Internist. Arzt für Chinesische Medizin und Psychotherapeut Als Dozent der Deutschen-Ärztegesellschaft für Akupunktur unterrichtet er im Rahmen von Seminaren und Vorträgen in Deutschland, Österreich, Schweiz und den USA. Er ist Direktor des Instituts für Integrale Medizin und Autor mehrerer Bücher über Chinesische Medizin und ganzheitliches Heilen. Nach 20 Jahren geistigen Trainings steht er heute für eine freie und unabhängige Spiritualität, die weit über jede spirituelle Tradition hinausaeht.

Heilung geschieht jenseits von Methoden und therapeutischen Interventionen. Das heilende Feld – in Analogie zum Quantenfeld - wirkt als unbegrenzte Ressource, als ein Meer aller Möglichkeiten, aus dem heraus sich grundlegende Heilungsprozesse gestalten können. Dazu ist es notwendig, das gängige materielle Paradigma zu überschreiten, um jenseits der gewohnten Subjekt-Objekt-Trennung die Einheit allen Lebens wieder erfahren zu können, was bereits wesentlich zum Heilungsgeschehen beiträgt. Heilung bezieht alle Seinsebenen des Menschen mit ein – Physis, Psyche und transpersonales Sein. Ganzheitlich arbeitende ÄrztInnen und TherapeutInnen umfassen dieses Spektrum. Eine zukunftsweisende neue Medizin wird notwendigerweise neue heilsame Bilder, einen neuen heilsamen Umgang mit Krankheit und Heilung und die Entwicklung heilsamer innerer Haltungen in Verbindung mit dem höchsten Bewusstsein und in tiefsten Bezug zur Quelle des Lebens erschaffen.

#### Eine Heilungsgeschichte

Kurt Peipe hatte Darmkrebs. Zwei Jahre versuchte er "alternativ" ohne invasive schulmedizinische Maßnahmen auszukommen. Als er doch ins Krankenhaus musste, operierten ihn die Ärzte und machten den Bauch, der schon voller Metastasen war, gleich wieder zu. "Wir können nichts mehr für Sie machen. Kommen Sie wieder, wenn die Schmerzen zu groß werden."

Kurt Peipe hatte einen Lebenstraum. Er wollte schon immer zu Fuß nach Rom pilgern. So fuhr er an die deutsch-dänische Grenze und machte sich auf den Weg - 3500 Kilometer nach Rom: schwer krank, über sechzig, mit starken Schmerzen im Bauch und in den Knochen, bei geringster Belastung schon kurzatmig, da er durch den Krebs blutarm war. Er schulterte fünfunddreißig Kilo Gepäck und zwang sich, Tag für Tag seinen Weg zu gehen. Anfangs war es die Hölle. Jede Nacht fragte er, wo er sein Zelt aufstellen könnte und fand viel Hilfsbereitschaft. Als er nach vielen Wochen letztlich in Rom ankam, fühlte er sich so fit wie noch nie in seinem Leben. Der Krebst hatte sich vollständig zurückgezogen und ist bis heute nicht wiedergekehrt. Seine Pilgerreise wurde bekannt. Ich las davon zuerst in der Zeitung. Später ist sein Buch über die Reise erschienen. (Peipe & Seul, 2008)

Welche Kräfte sind da am Wirken, wenn ein Finalstadium eines metastasierenden Krebses wieder ganz ausheilt? Was für ein Lebenswille, was für eine Kraft eines Traumes, einer Vision ist hier am Wirken? Was heilt?

#### Der Körper und das materielle Konzept

Die konventionelle Schulmedizin wie auch die gesamte Newton-cartesianische Wissenschaft folgen dem Konzept solider, grobstofflicher Materie. Im Wesentlichen besteht Materie, also auch unser Körper, aus "leerem" Raum - jedenfalls Raum ohne Materie. Wenn wir uns vorstellen, die Materie ihres ganzen Körpers so zu verdichten, dass kein Raum mehr zwischen den atomaren Teilchen existiert, wie groß wären wir dann? Wir könnten uns nicht einmal mehr mit bloßen Augen erkennen, so wenig Masse besitzen wir. Wir müssten ein Elektronenmikroskop benutzen, um die gesamte Masse unseres Körpers erkennen zu können. Von unserer Körpermasse aus betrachtet, sind wir weniger als ein Stäubchen. Die Partikel - Neutronen, Protonen und Elektronen - haben im Verhältnis so viel Raum zwischen sich, wie Weltenraum zwischen den Sternen. Zwischen diesen Partikeln wirken außerordentlich starke Anziehungs- und Abstoßungskräfte. Und der Raum dazwischen ist nicht wirklich leer, sondern voller immaterieller Informationen. Das Universum besteht im Wesentlichen aus diesem grenzenlosen Raum, angefüllt mit unendlich vielen Informationen, (Haisch, Rueda & Puthoff, 1994)

Unser Gehirn dekodiert diese Informationen und die Kräfte zwischen den Partikeln und kreiert daraus ein scheinbar solides, konsistentes Bild, z.B. das eines Körpers (Chopra, 1999). Eigentlich dürften wir vom Standpunkt der Materie so gut wie nichts wahrnehmen, denn da ist so gut wie nichts vorhanden.

Und trotzdem fühlt sich unser Körper fest und undurchdringlich an. Wir kön-

nen ja nicht durch den Körper hindurch greifen, als wären wir ätherische Geister. Dass wir das nicht können, liegt an den starken Abstoßungskräften durch die an den Außenseiten kreisenden Flektronen.

Die Schönheit, die wir im Menschen und in unserer Schöpfung erkennen, ist auf der Ebene der Physik nichts weiter als grenzenloser Raum, in dem Informationen und Kräfte wirken. Dass diese Informationen in unserem Bewusstsein all diese Schönheit erschaffen, ist ein kaum fassbares Wunder der Schöpfung.

#### Die Quantenphysik

Die Quantenphysik bietet hilfreiche Modelle zur Erklärung des materieleeren Raumes und der darin enthaltenen Information. Sie spricht von Quantenfeldern jenseits der Materie. Das Universum wird als überwiegend materiefreier Raum betrachtet, der mit unendlich vielen Informationen angefüllt ist. Informationen sind Wellenfunktionen. die mathematisch beschrieben werden können. Um uns ein Bild zu machen: Stellen wir uns Wellen auf dem Wasser vor und werfen einen Stein ins Wasser. dann werden sich Wellen kreuzen. Zwei Wellen, die sich kreuzen, werden Interferenzen genannt. Sie sind das, was bewirkt. Etwas kommt durch Interferenz in Raum und Zeit, in seine duale Existenz. (Warnke, 1999; Dürr, 2005).

Informationen wirken über Änderung von Kräften im Quantenfeld, die auf Materie wirken.

Um es klar auszusprechen. Der Leib existiert und funktioniert aufgrund von Informationen, die ihn erschaffen und steuern. Information in diesem Sinne bedeutet "in Form und Gestalt bringen". Ein Beispiel: Wie ist es eigentlich möglich, dass wir so etwas Simples, wie einen Arm heben, machen können? Was geschieht da? Um einen Arm zu heben. müssen sich bestimmte Muskeln kontrahieren Dazu müssen Muskel- und Nervenmembranen für bestimmte Elektrolyte durchgängig werden, um einen elektrischen Impuls auszulösen. Dazu müssen sich Membran-Tore öffnen, was durch die Veränderung der Form und Gestalt von Membran-Proteinen (Eiweiße) geschieht. Soweit kann es die Materieorientierte Medizin, die bis zur atomaren Ebene gehen kann, beschreiben.

Was aber bewirkt, dass sich die Molekularstrukturen verändern? Hier kann das Modell der Quantenphysik weitere Antworten geben. Für die Änderung der Molekularstrukturen sind bestimmte Kraft- und Zeitphänomene an den Proteinen notwendig. Für diese Kraft- und Zeit-Operationen müssen Spins (Drehkräfte im subatomaren Bereich) ihre Eigenschaften ändern. Damit sich die Spins ändern, müssen Informationen fließen. Informationen, die Interferenz verursachen. Also mindestens zwei, die sich kreuzen. Eine Kanalkaskade dieser Informationsquellen ist Wille/Geist/ Psyche/Bewusstsein, die nicht lokalisierbar sind. (Warnke, 2009) Diese neuen Interferenzmuster, die durch das Heben des Armes entstehen, tauchen in unserem Bewusstsein auf. Unser Gehirn ist ein geniales Instrument, das diese Muster dekodieren kann und sie uns als sichtbare Armbewegung aufscheinen lässt. Erst jetzt sehen wir, dass sich der Arm bewegt. Dieses Aufscheinen findet seine Entsprechung dort, wo die spirituellen Traditionen die Objekte der Welt als Erscheinungen oder Erscheinungsformen bezeichnen, wofür wir heute

## Paradigmen-wechsel in eine neue Medizin

tatsächlich auch wissenschaftliche Modelle wie die Quantenphysik haben.

Die Veränderung auf der Ebene von Masse könnten wir gar nicht erkennen, denn sie ist immer weniger als ein Staubkörnchen. Alles, was wir wahrnehmen können, ist die Dekodierung von Informationen durch unser Gehirn. Nach all dem wird ersichtlich, dass Heilwirkungen in der organischen Medizin nur sekundär durch die Wirkung von Stoff auf Stoff zustande kommen, über Botenstoffe und Rezeptoren, lonenkanäle und Nervensynapsen usw. Das, was primär im Hintergrund wirkt, ist Interferenz von Information in einem überwiegend materiefreien Raum. in dem die Dimensionen von Zeit und Raum aufgehoben sind. Aus dieser Ebene heraus erklären sich z. B. Phänomene wie Telepathie, Fernheilung und die Wirkungen des heilenden Gebets, die inzwischen vielfach belegt worden sind. (Levin, 2001).

Geschmack vom Ganzen. Bücher auf Anfrage, Norderstedt.

Haisch, B., Rueda, A., Puthoff, H.E. (1994): Inertia as a zero-point-field Lorentz force. Physical Review A, 49.2.

Laotse: Tao Te King, Kap. 63. Tonn, W.Y. (Hrsg.) 1959. Manesse, Zürich.

Levin, J. (2001): God, Faith and Health -Exploring the Spirituality-Healing Connection. John Wiley & Sons, New York

Kontaktadresse Dr. med. Klaus-Dieter Platsch Traunsteiner Str. 11 D - 83093 Bad Endorf info@drplatsch.de www.drplatsch.de

... wird fortgesetzt

Was heilt \* Zschrift. Transpersonale Psychologie 1/2010 \* Dr. K.-D. Platsch, 83125 Eggstätt \* r Binsack, C., Liebsch, H., Raabe, K., Sachs, C. (2009): Der Placeboeffekt - Glaube als Medizin? http://www.wdr.de/tv/quarks/global/pdf/Q\_ Placebo.pdf Chopra, D. (1999): Vortrag: Quantenbewusstsein. Uroboros-Verlag, Bern, http://www.uroboros.ch Dürr, H.P. (2005): Naturwissenschaft und

Spiritualität, in Platsch, K.-D. (Hrsq.): Bewusstsein und Transformation - ein

Literaturverzeichnis



"Nöte helfen uns, die Wunderwerke und Heilkraft der Natur zu erkennen, im Gestirn, in den Steinen, Perlen, Korallen, Blumen, Wurzeln, Kräutern, Samen, im Holz, in der Rinde, in den Früchten, Erzen und anderen Dingen."

> Quelle: Dr. Aschner, Bernhard: Paracelsus, Sämtliche Werke, Band IV, vgl. Seite 133

## Iss was gscheit's!

Dr. Hans Heinrich Rhyner

"Kein Mensch weiss, warum Schokola-



Dr. Hans Heinrich Rhyner, geb. 1951 in der Schweiz, ist anerkannter Ayurveda Experte und Pionier der ersten Stunde sowohl im Ursprungsland Indien wie in Europa. Er lebte und praktizierte über 20 Jahre Ayurveda und Yoga in Indien. In Bangalore erhielt er ein Doktorat als Alternativmediziner und in Philosophie. Er ließ 64 bewährte ayurvedische Heilmittel registrieren. Er ist Vizepräsident des Schweizer Verbandes (VSAMT), Präsident des Österreichischen Dachverbandes veda (ÖDA) und langjähriges Mitglied im Naturärzte Verband Schweiz (NVS).

de den einen dick macht und dem anderen nichts anhaben kann" zitiert ein Spiegelautor (Der Spiegel, 40/2004) in seinem Leitartikel über dicke Kinder. Schlecht recherchiert oder einfach ignorant, lautet mein Kommentar! Die moderne Wissenschaft steht vor einem Rätsel. In Forschungsarbeiten hat sie festgestellt, wie viele Fette in der Kindernahrung von 10- bis 14-jährigen zu finden sind, dass diese Altersgruppe viel zu viel Fleisch und Wurst aber kaum Obst und Gemüse isst und sich wenig bewegt. Auch Erwachsenen geht es nicht viel besser. Frappierend ist aber, dass die Dickleibigkeit in Deutschland immer früher zum gesundheitlichen Risikofaktor wird. Und dann eben diese unverschämte Ungerechtigkeit: der Eine wird dick, der Andere nicht! Das raubt einem doch von vornherein jegliche Motivation.

Dem ist natürlich nicht so. In der Ernährungslehre der Ayurveda finden wir Erklärungen für das unterschiedliche Reagieren des Körpers auf Nahrung und Umwelteinflüsse. Nahrung mit sü-Bem Geschmack besitzt zweifelsfrei die höchsten Anteile vom Erde- und Wasserelement und damit die stärkste gewebeaufbauende Wirkung. Beide Elemente wirken kühlend und schwer, also grundsätzlich antagonistische Eigenschaften zu Feuer (Stoffwechsel) und Wind (geistige und körperliche Aktivität). Ein Ungleichgewicht kann deshalb sehr schnell entstehen, wenn

- a) die Nahrung sehr schwer ist und Fette sind nun mal die am schwersten verdaulichen Nahrungsbestandteile
- b) mehr Nahrung als verträglich aufgenommen wird, selbst wenn diese gesunde Eigenschaften besitzen sollte
- c) gegessen wird, bevor die Verdauung der letzten Mahlzeit abgeschlossen ist, was in der Regel zwischen 3 bis 4 Stunden dauert
- d) ohne wirklichen Appetit (= echter Hunger) gegessen wird
- e) kalte Getränke und Speisen (Eis) unmittelbar nach dem Essen konsumiert werden
- f) das Essen mehrheitlich aus kalten Speisen besteht
- g) nicht miteinander kompatible Nahrungsmittel verzehrt werden, z. B. Milch und saure Früchte oder Fisch und Sahne
- h) die Sinne durch entsprechende Atmosphäre oder durch die Nahrung selbst (Geruch, Aussehen) nicht genügend stimuliert werden und dadurch die entsprechenden Verdauungssäfte nicht oder nicht genügend produziert werden
- i) die Speisen nicht frisch sind, d.h. aufgewärmt, vorgekocht, tief gefroren oder anderweitig vorbehandelt wurden
- j) die Nahrungsmittel industriell verfälscht sind, wie z. B. das Homogenisieren der Milch, das aus einem natürlichen Lebensmittel für den

- Körper ein künstliches macht, oder künstliche Süßstoffe und unzählige erlaubte und unerlaubte Zusatzstoffe
- k) sich bereits Schlackenstoffe (Ama) im Körper befinden
- bei geringer körperlicher Aktivität oder zu viel Schlaf der Stoffwechsel nur reduziert funktioniert
- m) bei Krankheit, Übergewicht oder in der Rekonvaleszenz

Damit hätten wir schon mal 13 wichtige Gründe, die dick machen. Und hier sei die wichtigste Regel noch einmal explizit dargelegt: Je schwächer der Stoffwechsel (Agni), desto mehr führt die Nahrung zu Gewichtvermehrung. Aber kommen wir zurück zur geliebten und gehassten Schokolade. Als Schweizer bin ich da ja etwas vorbelastet und gebe offen zu Protokoll, dass ich, wenn ich in Zürich bin, nicht versäumen werde, mir ein paar frische Truffes beim stadtbekannten Confiseur zu besorgen. Diese wertvollen Delikatessen halten auch wenn gekühlt - nur ein paar Tage. Der Schokoriegel am Kiosk aber übersteht unbeschadet den ganzen Sommer. Wie schafft er dieses Kunststück? - Ganz einfach, er schmeckt zwar wie Schokolade, hat aber sonst kaum mehr was mit dem natürlichen Ausgangsprodukt zu tun. Viele der Inhaltsstoffe oder ihre hohe Dosierung verstärken das Suchtverhalten und so kommen die Konsumenten schwer von ihrer ungesunden Nascherei los. Neben dem veränderten sozialen Umfeld, das aktive



#### Iss was qscheit's!

Bewegung fast überflüssig zu machen scheint, liegen die anderen Faktoren einerseits beim Nahrungsmittel selbst und andererseits beim Zustand der Verdauungskapazität. Es bieten sich vier erfolgsversprechende Ansätze:

- 1. natürliche und frisch zubereitete Nahrungsmittel
- 2. appetitfördernde Maßnahmen (z. B. Gewürze, Wärme, Warten auf den Hunger, etc.)
- 3. vermehrte und gezielte körperliche und geistige Aktivität
- 4. Verbesserung der psychischen Immunität, die einen erfolgsversprechenden Umgang mit Abhängigkeiten und Stress bewirkt

her also der Frischanteil in der Nahrung ist, umso entwickelter wird auch das Bewusstsein der Esser und so wird es ein Leichtes, krank und unglücklich machende Gewohnheiten aufzugeben. Kontaktadresse Praxis für Avurvedische Medizin Hauptstr. 45 CH-9053 Teufen Sternen AR Schweiz Ayurveda Rhyner Kaiserstr. 67-69 A-1070 Wien

zu aggressivem Verhalten gegenüber

sich selbst und anderen führen. Völlerei und Speisen, die sehr alt sind, wie z. B.

Konserven, Wurstwaren, Trockenfleisch,

etc. oder extrem fettig und schwer sind, vermehren Tamas und bewirken

Schwermut, Lethargie, Demenz, Je hö-

Das letzte Thema (Punkt 4) wird in der Ernährungswissenschaft grundsätzlich nicht debattiert, nämlich die direkten Auswirkungen von Nahrungsmitteln auf die Psyche. Ayurveda hat auch hierzu ein eigenständiges Erklärungsmodell geschaffen, nämlich das der "psychologischen Faktoren" (Das Prinzip Sattva steht für positive Schwingungen, welche die Psychoimmunität verstärken. Rajas und Tamas - wenn im Übermaß genossen - reduzieren dagegen die psychische Immunität). Nahrungsmittel, die einen hohen Sattva Gehalt besitzen. sind die meisten Getreide, süße Früchte und Gemüse, die über der Erde wachsen sowie tierische Produkte wie Milch. Butter, Ghee und Honig. Typische Lebensmittel mit hohem Rajas Anteil sind Muskelfleisch und Meeresfrüchte oder Gemüse wie Chili, Knoblauch, Früchte wie Ananas und Milchprodukte wie gereifter Käse und natürlich Alkohol. Sie haben eine starke leidenschaftliche Wirkung und können im Übermaß

Österreich Tel. +43-(0)1-40 555 87 www.ayurveda-rhyner.com info@ayurveda-rhyner.com

# Die hermetischen Gesetze in der Pflanzenwelt

Dr. M. Dane



Dr. rer. nat., Michaela Dane, geb. 1963 in Düsseldorf. Stipendium des DAAD für die Universität Alicante. 1989 heiratet sie den Arzt Dr. Miguel Corty und gründet mit ihm die erste naturmedizinische Praxis an der Costa Blanca. Danach folgten eine vierjährige Ausbildung in Homöopathie und Spagyrik. Seit 2002 spezialisierte sie sich auf Paracelsusmedizin und Alchemie. Seminartätigkeiten in Spanien und Deutschland.

Viele Methoden und Mittel sind in der Naturmedizin bekannt, aber sicherlich kann kein Zweifel darin bestehen, dass das Hauptgewicht aller Mittel auf den Heilpflanzen liegt.

Über sie wissen wir anscheinend am meisten, schließlich wurden Heilkräuter schon zu Zeiten der Ägypter klassifiziert, verwendet wurden sie mit Sicherheit seit Anbeginn der Menschheit. Pflanzen begleiten den Menschen also schon so lange, dass sich die Spur im Dunkeln verliert. Sie waren Jahrhunderte fast das Einzige, das der Mensch einer akuten oder chronischen Krankheit entgegenzusetzen hatte. Entsprechend wichtig waren die Kenntnisse über sie. Leider ist der unmittelbare Kontakt zu ihnen im letzten Jahrthundert fast abgerissen. Als die Pharmazie anfing, Wirkstoffe zu isolieren oder zu synthetisieren wurden die Pflanzen vom Lebewesen zu einem Wirkstoffproduzenten herabgewürdigt, dessen Nützlichkeit sich nach Aufschlüsseln der chemischen Struktur überlebt hat. Kaum ein Arzt kennt die Pflanze, deren Wirkstoffe er verschreibt, oft genug wissen noch nicht einmal die Homöopathen, wer sich hinter den auswendig gelernten Namen wie Pulsatilla oder Lycopodium verbirgt.

Inzwischen dürfte aber dem Letzten klar geworden sein, dass wir ohne die Pflanze als Ganzes nicht so gut klar kommen. Die isolierten Wirkstoffe und oft genug auch chemisch veränderten Teile erweisen sich nämlich als so toxisch, dass ihr Schaden oft größer als der Nutzen ist. Ein schönes Beispiel ist das Aspirin. Die Salicylsäure ist ein sehr effizientes Schmerzmittel, hat aber leider die Eigenschaft, Blutungen auszulösen und oft auch schlimme Magenschmerzen. Verwendet man hingegen den Ursprungshersteller als "Weidenrindenextrakt", gibt es keine Nebenwirkungen. Die Gesamtheit der Inhalts-



Gelbe Rinde

stoffe sorgt dafür, dass der Mensch die Heilpflanze gefahrlos verwenden kann. Jeden Tag werden neue Pflanzen mit neuen Anwendungsmöglichkeiten entdeckt, oft genug aus den entferntesten Regionen dieser Erde.

Es ist sicherlich an der Zeit, einen neuen Ansatz im Umgang mit den Pflanzen zu entwickeln, der ganzheitlich und logisch ist. Hierzu liefern die hermetischen Gesetze einen ausgezeichneten Zugang zur Materie.

"Wie oben so unten", heißt der berühmte Satz vom Makrokosmos / Mikrokosmos. Er begründet die Signaturen-

### Die hermetischen Gesetze in der Pflanzenwelt

lehre, wonach die Materie durch die Himmelskörper geprägt oder genauer gezeichnet wird. Die Pflanzen tragen also die Signatur eines der sieben Himmelskörper.



Der gelbe Strahlenkranz zeigt ganz deutlich die Zugehörigkeit zur Sonne



Taumelkälberkopf

Fraktale



Die zarten weißen Blüten fangen die Mondenergien ein wie kosmische Antennen

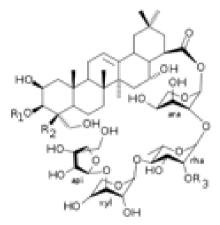


Dabei finden wir, dass sich gleiche Muster immer wieder wiederholen. Heute nennt man dies Fraktale. Solche Fraktale werden durch die Chaosmathematik beschrieben, welche in Bildern die Ursprungsformen des Lebens zeigt, nämlich Spirale und Kreise.



Gleichzeitig gilt: wie außen so innen. Hierbei finden wir dann einen inneren Zusammenhang zwischen äußerer Gestalt der Pflanze, Form und Farbe der Pollen sowie Form und Art der wichtigsten Inhaltstoffe. Ein Beispiel:

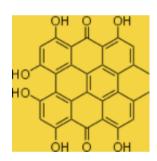




Die Venuspflanze: Rote Lichtnelke mit Pollen und Triterpensaponin

in den Früchten der Palmen, so weisen die Alcaloide der Saturnpflanzen die komplexesten Strukturen auf, die wir im sekundären Pflanzenstoffwechsel überhaupt kennen. Da sie so schwer abzubauen sind, sind sie auch unverdünnt hochqiftiq, in potenzierter spagyrischer oder homöopatischer Form dagegen hochwirksame Wirkstoffe.





Sonnenpflanze Hypericum mit dem kugelförmigen energiereichen Hypericin

Wenn man das tut, was Paracelsus immer empfohlen hat, nämlich genau hinsehen, dann kann man schon erkennen, welcher Natur eine Pflanze ist und welches Leiden sie heilen kann. Die Komplexität der biochemischen Inhaltsstoffe nimmt hierbei von Sonne bis Saturn stetig zu. Finden wir in Sonnenfrüchten als wichtigste Komponente Vitamin C wie z. B. in Zitrusfrüchten und einfache Fettsäuren wie z. B. das Palmitin



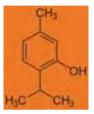
Mondkraut Angelica wie eine kosmische Antenne mit dem langgestreckten Cumarin: Umbelliferon



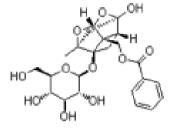
## Die hermetischen Gesetze in der Pflanzenwelt





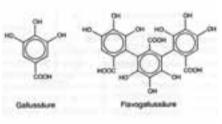


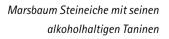
Kleine Merkurlippenblüte des Thymians mit dem monocyclischen Terpen: Thymol



Pfingstrose mit seinem komplizierten Saponin: Paeoniflorin



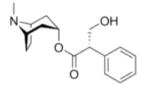






Jupiterpflanze Löwenzahn und seinem hormonartigen Steroiden





Die Saturnpflanze Bilsenkraut und sein asymetrisches stickstoffhaltiges gefährliches Alacaloid: Hyoscamin

Die Indikationen entsprechen dem Sonnensysthem im Menschen. Sonnenpflanzen sind für die Sonnenleiden Herz und Nerven zuständig, Mondpflanzen für die Geschlechtsorgane, Merkur für die Atemwege, Mars für Verdauung und Blutgefäße, Venus für Niere, Blase und Haut, Jupiter für Leber und Stoffwechsel und schließlich Saturn für Knochen, Haare, Zähne aber auch für die Geisteskraft. So kann man auch Kräutermischungen zusammenstellen, die wie früher die Universalheilmittel, alle Signaturen auf einmal abdeckten und als "Arcanum" wirken können.

Kontaktadresse Dr. Michaela Dane C/ Dr. Brotons 28, Ground floor C&D 03560 El Campello (Alicante)Spanien



Das Sonnensysthem im Menchen mit passenden Heilpflanzen

drdane@clinicapraxis.net www.michaela-dane.com www.institutoalmac.com

# Homöopathie bei Hashimotothyreoditis

Heike Dahl



Heike Dahl, seit 1997 Homöopathiestudium an verschiedenen Schulen und bei verschiedenen Lehrern/innen. Seit 2003 Heilpraktikerin in eigener Praxis in Berlin. Supervision, div. Arbeitsgruppen und Seminare seit 2008. Schwerpunkte: schwere Pathologien, Kinderhomöopathie, klassische Homöopathie.

Die Autoimmunthyreoiditis (AIT) (Hashimoto) tritt besonders häufig bei Frauen auf. Dabei wird das Schilddrüsengewebe von körpereigenen Antikörpern zerstört. Hashimoto gilt schulmedizinisch wegen seiner vielfältigen Symptome als schwierig zu diagnostizieren und nicht heilbar. Doch ganzheitliche sowie homöopathische Unterstützung, Begleitung und Behandlung ist möglich.

#### Die Symptome der Hashimoto **Thyreoditis**

Die Hashimoto-Thyreoditis gilt wegen ihrer vielfältigen Symptome (mit ihren verschiedenen Symptomenbildern und Gesichtern) als Clown der Schilddrüsenerkrankungen.

Vor allem zu Beginn der Erkrankung können sich Schilddrüsenüberfunktionssymptome zeigen, da durch die Zerstörung des Schilddrüsengewebes Schilddrüsenhormone freigesetzt werden. Die Symptome der Schilddrüsenüberfunktion zeigen sich vor allem als:

- Hitzewallungen, Hitzegefühle,
- Pulsbeschleunigung,
- Übererregung, Ruhelosigkeit,
- Herzklopfen,

- Gewichtsabnahme trotz vermehrten Hungers,
- Zittern.
- Durchfälle und
- Schlafstörungen,
- gestörte Sexualität (Libido),
- Leistungsabfall,
- Haarausfall....

Später treten vor allem Symptome einer Schilddrüsenunterfunktion (Hypothyreose) auf.

#### Diese sind:

- Depressionen bzw. depressive Verstimmungen
- Lethargie,
- Gewichtszunahme (auch trotz wenigem Essens)
- Verstopfung,
- leichtes Frieren,
- Leistungsminderung,
- vermehrtes Schlafbedürfnis.
- unklare Muskel und Gelenkschmerzen.
- Haarausfall, spröde Haare,
- trockene Haut
- wiederholte Infekte (z. B. rezidivierende Sinusiten),
- Sterilität (vergeblicher Kinderwunsch).
- Störung im Sexualbereich (weniger Verlangen),
- gestörte Menstruation,
- verminderte Eisenwerte und/oder erhöhte Cholesterinwerte.

Oft bestehen jedoch Symptome der Über- sowie der Unterfunktion gleichzeitig und erschweren somit eine Diagnose.

#### Die Diagnostik der Hashimoto **Thyreoditis**

Im Blut lassen sich die Hashimoto typischen Abwehrstoffe finden. (TAK, MAK, TRAK) Relevant sind außerdem: TSH, T3, T4 wobei ein Normalwert dieser Hormone eine Hashimotothyreoditis nicht ausschließt. Sonographisch (im Ultraschall) können Entzündungen oder evtl. Zerstörungsprozesse festgestellt werden. Eine Biopsie dient zur Absicherung der Diagnose. Im Infiltrat finden sich unter anderem Lymphozyten und Lymphfollikel.

#### Ursachen eines Hashimoto

Die Hashimototyreoditis ist die häufigste Autoimmunerkrankung. Sie betrifft deutlich mehr Frauen als Männer, wobei man auch von einer erblichen Disposition ausgeht. Vor allem in hormonellen Umstellungsphasen, wie der Pubertät, der Schwangerschaft, nach der Entbindung und in den Wechseljahren tritt die Hashimototyreoditis vermehrt auf.

Aber auch in Stress- und Belastungssituationen kann sich der Körper gegen sich selbst richten und eigenes Gewebe angreifen.

Es wird außerdem diskutiert, dass Rauchen und ein Zuviel an Jod das Erkrankungsrisiko erhöht.

### Hashimoto ist eine Autoimmunerkrankung

Wie bei fast allen Autoimmunkrankheiten liegt wahrscheinlich eine genetische Empfänglichkeit vor, auf bestimmte Erreger fehl zu reagieren. Durch Stress und weitere ungünstige äußere Faktoren kann das Immunsystem aus der Balance geraten und sich gegen die eigenen Zellen richten.

Bis heute gibt es konventionell keine wirksamen Heilungsansätze bei Hashimoto. Schulmedizinisch kann durch Immunsuppressiva versucht werden das Immunsystem zu unterdrücken und somit das weitere Fortschreiten der Autoaggression zu vermindern. Bisher sind jedoch keine wirklichen Erfolge ersicht-

#### Konventionelle Therapie

Medikamente, die die Schilddrüsenhormonproduktion vermindern/unterdrücken, heißen Thyreostatika. Diese werden eingesetzt, wenn zu viel Hormone (bei einer Überfunktion) gebildet werden. Als häufige Nebenwirkungen sind Hautausschläge und Juckreiz aufgeführt. Weniger häufig treten Kopfschmerzen und Magen-Darmprobleme auf. Anfangs sollten alle 2-4 Wochen T3/fT4/TSH sowie die weißen Blutkörperchen im Blut untersucht werden. Es gibt verschiedene Medikamente, die schulmedizinisch bei einer Schilddrüsenunterfunktion eingesetzt werden. Die bekanntesten sind L-Thyroxin®, und Euthyrox®. Werden diese Medikamente überdosiert, kann es zu Symptomen einer Überfunktion kommen (sie oben)

#### Was kann die Homöopathie für Hashimotokranke tun?

Zur Unterstützung und Begleitung können homöopathische Medikamente die Nebenwirkungen der schulmedizinischen Medikamente verringern sowie deren Aufnahme im Organismus erhöhen, so dass diese optimaler wirken. Anhand von Blut - und Sonografiekontrolluntersuchungen sollte im Behandlungsverlauf kontrolliert werden, ob einer Besserung der Symptomatik auch eine Verbesserung der Stoffwechsellage zu Grunde liegt und ob die Dosierung der Schilddrüsenmedikation unter ärztlicher Aufsicht reduziert werden kann. In der ganzheitlichen Therapie wird versucht eine auslösende Ursache des Autoimmunprozesses zu eruieren. Kann

ein konkreter Grund gefunden werden, ist es möglich eine homöopathische Arznei mit einem causalen Zusammenhang zu verordnen.

Außerdem sollte der Frage nachgegangen werden, welche Lebenseinstellungen und Verhaltensmuster zur Aufrechterhaltung des Krankheitsprozesses fortbestehen und welche Möglichkeiten es gibt, diese zu verringern. Hier können homöopathische Arzneien gezielt zur Unterstützung eingesetzt werden, so dass die Chance besteht, den Autoimmunprozess zu stoppen und noch vorhandenes Gewebe in seiner optimalen Funktion zu fördern.

Schilddrüsen- und Autoimmunerkrankungen zählen zu den chronischen Krankheiten, die fast nie von alleine ausheilen. Eine Selbstbehandlung ist nicht zu empfehlen. Auch die sorglose Einnahme von Homöopathika oder anderen "natürlichen" Alternativen kann dem Organismus schaden. Selbst bei einem/r erfahrenem/n Therapeuten/ in sollte eine längere Behandlungszeit eingeplant werden.

Kontaktadresse Heike Dahl Heilpraktikerin Praxis am Ostkreuz Böcklinstr. 6 10245 Berlin Tel.: 030 / 420 88 074 info@homoeopathie-berlin.info http://www.homoeopathie-berlin.info http://www.heike-dahl.de

# Stressabbau in unserer schnelllebigen Zeit

#### Doc Childre Founder of HeartMath®



Dieser Artikel ist für Jede/Jeden, die/der unter Stress leidet in diesen schnell sich wandelnden Zeiten, aufgrund der kaskadenartigen Auswirkungen von Finanzkrise, zunehmenden Naturkatastrophen, anhaltenden Kriegen, oder aus anderen Gründen.

Die Finanzkrise markiert eine bemerkenswerte Wende in der Spirale des globalen Wandels. Auf der ganzen Welt sind wir dazu aufgefordert, uns von dem Streben nach Eigengewinn auf Kosten anderer abzuwenden, und auf eine vom Herzen ausgehende und ausgewogene Lebensweise mit Fürsorge für die Gesamtheit umzustellen.

In den vergangenen Jahren, als die Währung das Rückgrat des Friedens, des Glücks und der persönlichen Erfüllung zu bilden schien, wurden die meisten globalen Systeme von Gier ergriffen. Systeme und Gesellschaften haben sich weit von einer vom Herzen ausgehenden Lebensweise und von den Grundwerten der Kooperation, Fairness und Sorge für andere und die Gesamtheit entfernt. Das was falsch herum war, wird nun wieder richtig herum gedreht. Leider verursacht das Wieder-Ins-Gleichgewicht-Kommen der Gesellschaft starke wirtschaftliche Schwankungen und Stress, der uns alle betrifft. Es ist offensichtlich, dass die Stabilisierung der Finanzwelt nicht im Handumdrehen vor sich gehen wird, sondern eher über einen längeren Zeitraum. Jeder Versuch, den die Entscheidungsträger machen, um dem Ziel näher zu kommen, bringt uns dem Zeitpunkt näher, wo Reiche, Mittelstand und Arme wieder zu Kräften kommen können.

Mit Mitgefühl stelle ich fest, dass dies Einigen wesentlich schwerer fällt als Anderen. Während einer Krise gibt es mehrere Gefühlsstufen für die Betroffenen: z. B. Schock, Wut, Schuldzuweisung, Verzweiflung, Trauer, und andere. Der Prozess ist sehr schmerzhaft und es ist dennoch hilfreich, die Schockreaktion aus unserem Kopf, Emotionen, und dem Nervensystem auszuräumen.

Nach dieser Phase ist es für das Herz einfacher, sich wieder zu öffnen. Mit eigener Anstrengung können Menschen ihre Fähigkeiten zur Bewältigung wieder aufbauen und dann mehr Klarheit und Vertrauen gewinnen, um Fortschritte zu machen. Wegen unterschiedlicher Ausgangssituationen und individueller Unterschiede wird der Erholungsprozess nicht für alle gleich sein. Aber seien Sie sich gewiss, dass Sie letztendlich eine psychologische Kehrtwende erreichen können, und dass Ihre Fähigkeit, effektiv zu handeln, zunimmt - insbesondere wenn Sie diesen Prozess zusammen mit anderen durchmachen.

#### Machen Sie eine Kehrtwende

Wenn eine ernste Krise heraufzieht, so wie in dem derzeitigen ökonomischen Umbruch, der so viele Menschen betrifft, ist unsere Stress-Toleranz bald erschöpft, wegen des anfänglichen

Doc Childre ist der Gründer des Institute of HeartMath, eine gemeinnützige Gesellschaft für Forschung und Ausbildung. Für viele Jahre hat sich das Institute of HeartMath der Forschung und Bestätigung der Bedeutung der Verbindung von Herz und Verstand in Verbindung mit intuitiver Entwicklung und persönlichem Wachstum gewidmet. Die Forschung des Institutes über Stress. Intuition und emotionaler Physiologie wurde in, durch Fachleuten überprüften, wissenschaftlichen Fachzeitschriften veröffentlicht, und weltweit auf wissenschaftlichen Konferenzen präsentiert. HeartMath Lernmittel für Stressabbau und emotionales Management werden von Firmen, der Regierung, dem Militär, Krankenhäusern, Kliniken und Schulen angewendet.

Schocks und der verletzten Gefühle. Bald stellen sich Ohnmachts- und Überwältigungsgefühle ein, was unsere Fähigkeit des klugen Umgangs mit der Situation weiter beeinträchtigt. Es ist iedoch vollkommen verständlich, wieso wir diese Gefühle haben.

Anfänglich kann es hilfreich sein, solche Gefühle zu empfinden, seinem Ärger Luft zu machen und den Druck zu vermindern. Wir brauchen Zeit, um unseren Schock, Trauer, und Ärger wahrzunehmen, oder um uns still in Ungestörtheit auf uns selbst und unsere eigenen Schmerzen zu besinnen. Nach dieser Anfangsphase, wie lange sie auch immer dauert, müssen wir uns auf Gedanken der Selbst-Fürsorge und der eigenen Gesundheit zurückbesinnen. Dann können wir mit einigen einfachen Anstrengungen dem Stress entgegensteuern, was wiederum die Bewältigung der Probleme wesentlich einfacher machen wird. Anfänglich mag das schwer erscheinen, dennoch können die einfachen Vorschläge aus diesem Heft Ihnen helfen, um mit Ihrem inneren Quell von Stärke und Selbstsicherheit wieder in Verbindung zu treten.

Auch wenn wir finanzielle Not und Ängste nicht plötzlich verschwinden lassen können, so können wir dennoch einfache Schritte unternehmen, um unseren wiederkehrenden Stress in Schach zu halten, Angst abzubauen, und unsere Fähigkeit zu einem weniger gestressten Zustand aufrechtzuerhalten. Wenn wir unseren Stress, wo wir können, reduzieren, dann wird das Stärke und Klarheit schaffen, um besser mit den schwierigen Zeiten umzugehen.

Auch wenn unsere Situation "so ist, wie sie ist", können wir eine psychologische Wende in uns selbst vornehmen, so dass

unsere Belastung keine zunehmend negativen Auswirkungen auf die Gesundheit hat. Wir können eine ganze Menge Stress abbauen indem wir eine "Einstellung der Anpassung" annehmen und akzeptieren was ist, bis wir unsere Bewältigungsfähigkeit wieder gefunden haben. Das wird das Auslaugen unserer Energie verringern und uns helfen, klar zu denken, um Hilfe für uns und unsere Familien zu finden.

Bei zunehmendem Stress ist es oft schwierig, auf die Hinweise zu hören, die in der Situation am hilfreichsten wären. Aus diesem Grund werde ich einige Punkte, die helfen können, in diesem Artikel wiederholt vortragen.

Es folgen einige Übungen zur Bewältigung von Stress und um unser System neu einzustellen, so dass wir uns trotz des allgegenwärtigen Wandels dennoch vorwärts bewegen können.

#### 1. Kommunikation und Umgang mit Anderen pflegen

Teilen Sie Ihre Gefühle einem oder einer Gruppe von Leuten mit, die eine ähnliche Erfahrung gemacht haben. Dadurch nehmen Sie eine soziale Einstellung in Bezug auf andere ein, und bieten emotionalen Beistand an. Das hilft Ihnen insbesondere Ihr Herz wieder zu öffnen. und das gibt Ihnen Stärke und emotionales Gleichgewicht. Selbst wenn Sie gemeinsam lachen oder weinen, spüren Sie oft eine durchaus merkbare Erleichterung.

Wenn Menschen sich treffen, um sich gegenseitig zu unterstützen, vervielfacht sich die Gruppenenergie, und das kommt der Einzelperson zu nutzen. Es ist allgemein bekannt, dass eine Zusammenarbeit in einer Gruppe helfen

kann, Inspiration zu finden für effektive Lösungen für anstehende Probleme. Wenn sich Menschen nicht nur im Kopf befinden, sondern auch im Herzen sind, dann hilft diese Gruppenenergie, den Mut des Einzelnen zu heben, und das wiederum hilft gegen Stress und Angst. In Ihrer Umgebung können Sie oft kleine oder größere Gruppen von Menschen finden, mit ähnlichen Problemen. Einige Leute mögen Widerstand empfinden gegen zu viel "Gruppen-gefühl", aber in Krisen und Stress-Zeiten würde ich Ihnen empfehlen, das nochmal zu überdenken. Oft kann das akutem Stress, und somit einem Gesundheitsrisiko, vorbeugen. Auf Dauer wird es einfacher für Sie sein, wenn Sie diese Erfahrung machen. Interaktive Gruppen, Blogs, und hilfreiche Dienste finden Sie auch im Internet.

#### 2. Sich dem Herzgefühl wieder öffnen

Wenn das Herz sich öffnet, können Selbstsicherheit und Zuversicht zurückkehren. Seien Sie geduldig mit dem Prozess und vor allem mit sich selbst! Es ist normal, dass sich am Anfang einer Krise unser Herz verschließt, ganz speziell während der Schock- und Wut-Phase. Aber wenn unser Verstand zu lange ohne die "Weisheit des Herzens" arbeitet, dann wird er überladen von Verlustgefühlen, und unser System kommt zum Stillstand aus Ärger, wegen Angst-Projektionen und aus Verzweiflung. Es ist verständlich, dass man diese Gefühle empfindet, aber es ist wirklich wichtig, soweit wie möglich, sich wieder der Herz-Verbindung mit anderen Menschen zu öffnen.

Ein guter Weg, sein Herz wieder zu öffnen, ist Freundlichkeit und einfühlsame

### Stressabbau in unserer schnelllebigen Zeit

Unterstützung füreinander, oder ehrenamtliche Arbeit für Menschen in Not. sogar wenn wir selbst in Not sind. Jeder kleine Akt aus Mitgefühl macht einen großen Unterschied. Das ist einer der schnellsten Wege, um Halt wiederzugewinnen, und um den Stress, der Ihre Gesundheit beeinflussen kann, wieder in den Griff zu bekommen. Die Forschung hat bewiesen, dass Fürsorge und Mitgefühl Neurochemikalien freisetzen, die unser System wieder ins Gleichgewicht bringen. Sorge und Unsicherheit erhöhen Stress, selbst wenn Sie der Meinung sind, dass Sie guten Grund zum Sich-Sorgen haben. Eine ganze Menge Stress kann durch Fürsorge und Interaktion mit anderen reduziert werden. Wenn Sie gesundheitlich nicht in der Lage sind, auf andere Menschen zuzugehen, können Sie dennoch davon profitieren, Anderen ehrliche Gedanken und Gefühle zu schicken. Falls Sie Ihr Haus nicht verlassen können, versuchen Sie. Besucher einzuladen, um über Gefühle zu sprechen, und um den Emotionsdruck zu entlasten. Wenn auch das nicht möglich ist, dann versuchen Sie wenigstens, mit Anderen per Telefon und Computer zu kommunizieren.

#### 3. Üben Sie sich in Dankbarkeit und Wertschätzung

Eine hilfreiche Übung zum Stressabbau und um wieder in ein emotionales Gleichgewicht zu kommen ist es, sich jeden Tag eine "Auszeit" zu nehmen, um an jemanden echte Gefühle der Wertschätzung zu schicken - sei es an Kinder, Haustiere, Familienmitglieder oder wem auch immer Sie Gefühle der Wertschätzung entgegenbringen können. Es ist wichtig, dass die Wertschätzung von Herzen kommt (mit einem Herzgefühl, nicht nur mit kopfgesteuerten Gedanken), weil nur das die biochemischen Systeme des Körpers aktiviert und somit hilft, Stress abzubauen und unsere Psyche zu stabilisieren. Wenn unser Mut am Boden liegt, erweist sich die Übung der Wertschätzung und Dankbarkeit als hilfreich. Dann können wir wieder Hoffnung schöpfen aus der Fülle unseres Herzens. um zielführende Schritte unternehmen zu können.

#### 4. Reduzierung des Dramas

Hier ist ein weiterer effektiver Schritt gegen Energieverlust und Angst:

Dramatisieren sie nichts, gerade nichts in einer schweren Zeit. Wenn sich unsere Gedanken ständig um Schuldzuweisung drehen, um Ärger, Trübsinn und um Untergangsszenarien, die wir in die Zukunft projektieren, dann wächst unser Drama an, und es macht "Schwer-Zu-Ertragendes" noch schwieriger. Wenn man Drama zu einer bestehenden Situation hinzufügt, dann wird unsere intuitive Einsicht gehemmt, die wir doch dringend benötigen, um erfolgreich Herausforderungen zu überstehen.

Beginnen Sie Ihre Übung, nicht zusätzlich Drama hinzuzufügen, wenn Sie anderen von Ihrer Lage erzählen. Wenn wir anderen unsere Gefühle ehrlich vom Herz aus mitteilen, dann ist es weniger wahrscheinlich, dass wir uns wiederholen und die Probleme übertrieben darstellen. Damit besteht die Tendenz, nüchterne Unterstützung zu ermutigen und auf mögliche Lösungen zu fokussieren. Natürlich wird es etwas Drama geben, wenn Sie anderen Ihre Gefühle mitteilen, und das ist ok. insbesondere während der ersten Phase der Krise. Aber wenn Sie andauernd

übertriebenes Drama mit sich herumtragen, dann werden Sie möglichen Lösungen gegenüber nicht offen sein, da andauernde Gefühlsstürme den Gedanken und Gefühlen Energie entziehen, und Sie werden sich schlechter fühlen nach so einem Gespräch. Üben Sie sich also darin, die Lage nüchtern darzustellen, aber haben Sie Geduld mit sich und anderen, wenn dennoch Gefühle hochschlagen. Die Menschen handeln so aut, wie sie es eben können bis sie sich wieder stabilisiert haben und sicherer fühlen. Bewahren Sie sich Ihr Mitgefühl in allen zwischenmenschlichen Begegnungen.

Weitere Vorschläge, um Dramaszenarien zu reduzieren:

Wenn Sie sich dabei ertappen, wie Sie sich innerlich im Kreise drehen mit übertriebener Sorge und angstreichen Projektionen, oder wenn Sie im Gespräch mit anderen Ihre eigene Lage dramatisieren, dann erinnern Sie sich daran: "Übertriebene Emotionen können nichts mehr lösen, was bereits passiert ist, mein Übertreiben kann die Situation nur verschlimmern." Dann machen Sie einen ernstgemeinten Versuch, Gedanken, Gefühle und Unterhaltungen mit zielgerichteten neuen Ideen wieder auf die Spur zu bringen. Lassen Sie zu, dass Sie nicht in der Lage sind, alle internen Dramaszenarien und Ängste sofort abzustellen. Aber Sie können dennoch mit dieser Übung effektiv Ihren Energieverlust durch Stress reduzieren. Wenn wir kontinuierlich verstärkt Ärger, Angst und Furcht durch unsere mentalen- und emotionalen Systeme produzieren, steigt das Cortison und Adrenalin in unserem Körper. Wenn so ein Zustand lange anhält, kann das eine Vielzahl von Gesundheitsproblemen auslösen und damit neues mentales und emotionales Ungleichgewicht heraufbeschwören. Weniger Drama reduziert den Stress und kann somit späteren Gesundheitsproblemen vorbeugen. Die Energie, die Sie hier sparen, wird Ihnen helfen, um wieder zurück ins Gleichgewicht zu kommen, für Klarheit und eine positive Ausrichtung.

Verurteilen Sie sich nicht selbst für Rückfälle! Es ist OK. Es passiert jedem. Besinnen Sie sich darauf, sich wieder in Ihrer Herz-Verbindung zu üben, und machen Sie einfach weiter. Jede Anstrengung, ob klein oder groß, hilft wirklich. Die Anstrengungen werden auf Dauer einfacher, wenn Sie den Nutzen sehen.



#### 5. Steuern Sie Ihre Reaktionen auf die Nachrichten

In dieser Zeit der ökonomischen und globalen Unsicherheit, ist es wichtig, dass wir nicht unseren Stress verstär-

ken, indem wir uns das Schlimmste ausmalen, während wir die Nachrichten angucken. Deshalb ist es wichtig, den Nachrichten in einem neutralen Zustand zuzuhören. Neutral zu sein heißt. nicht zu schnell auf einen Beitrag zu reagieren, nicht voreilig Schlüsse zu ziehen, ohne die vollständige Information zu haben. Hüten Sie sich vor der Versuchung, schlechte Neuigkeiten zu dramatisieren oder vollkommen davon eingenommen zu sein. Behalten Sie ruhig Ihre Ansicht dazu, aber machen Sie sich bewusst, wie viel negatives Drama Sie jedem Vorfall und jeder Enttäuschung während einer Nachrichtensendung zuordnen. Die Nachrichten sind ein täglicher Beitrag zu unserem Stress! Üben Sie sich darin, für den Rest des Tages neutral in Bezug auf die Nachrichten zu sein, und vermeiden Sie, zu viel emotionale Energie in schon bekannte Probleme zu investieren. Es besteht ein Unterschied darin, ob wir ein Problem bewerten oder es übertrieben in unseren Gedanken herumwälzen. Das führt dazu, dass unsere Energie ausgelaugt wird und unser Ärger, unsere Angst und unsere Furcht intensiver werden. Wenn Sie sich in "neutral" üben, werden Sie schon sehen, ob Sie sich produktiv mit einem Problem beschäftigen, oder ob Sie von einem Problem eingenommen werden. Es ist OK, wenn Sie Ihre Meinungen und Ansichten beibehalten, aber es ist dennoch wichtig, dass Sie Ihre emotionalen Reaktionen im Griff haben, um nicht vom Stress überwältiat zu werden.

Wenn Sie unter extremem Stress und Angst leiden, kann es helfen, wenn Sie die Zeit, die Sie mit Nachrichten verbringen, verringern. Viele Leute meiden die Nachrichten, weil Sie gar nicht

### Stressabbau in unserer schnelllebigen Zeit

wissen wollen, was passiert ist, und haben dennoch Angst, die Nachrichten zu verpassen, weil sie dann nicht informiert sind, was als nächstes ansteht. Wenn Sie von Angst und Depression betroffen sind, kann es Ihnen helfen, wenn Sie gelegentlich die Menge der Nachrichten reduzieren, um die Intensität von Furcht und Angst in diesen Zeiten zu reduzieren. Es ist die Intensität, die Furcht und Angst manchmal unerträglich machen. Probieren Sie doch einmal aus, ob weniger Nachrichten Ihnen genauso helfen, wie vielen anderen, die an einem hohen Grad von Angstzuständen leiden? Angesichts Ihrer Stress-Last und der Empfindlichkeit Ihrer emotionalen Natur, müssen Sie eine Entscheidung treffen, wie weit Sie sich den Medien aussetzen wollen. Es geht darum, Ihre Öffnung gegenüber den Medien auf Ihre eigene Situation abzustimmen. Wir sollten nicht die Medien verurteilen, da wir selber dafür verantwortlich sind, was wir anschauen und was für Auswirkungen es auf uns hat.

#### 6. Gebet oder Meditation

Gebet oder Meditation kann eine Neuausrichtung der eigenen Einstellung vereinfachen, wenn Sie dabei auf Ihr Herz hören, und sich um einen ausgeglichenen und objektiven Zustand bemühen. Mitgefühl für sich selbst und andere auszustrahlen, und Dankbarkeit zu fühlen, ist schon eine Art Gebet oder Meditation. Es hilft, wenn die Gedanken sich beruhigen, und es kann Ihnen neue Einsichten ermöglichen, für Hoffnung und eine neue Ausrichtung. Es ist wissenschaftlich bewiesen, dass die Ausstrahlung von Mitgefühl und Anerkennung an andere oder in bestimmten Situationen eine positive

Foto eines Mannes mit Blick auf einen Sonnenaufgang; East River, Downtown New York City. Dies ist eine meditative Praxis, bei der man für eine kurze Zeit bei Sonnenauf/untergang direkt in die Sonne blickt..



Auswirkung auf den Hormonhaushalt und das Immunsystem hat. Alles was das Immunsystem stärkt oder eine Belastung verringert, ist die Übung wert, insbesondere bei lang anhaltendem Stress. Dankbarkeit, Fürsorge und Mitgefühl auszustrahlen, hilft auch dem Nervensystem und dem Herzrhythmus. Das wiederum bringt unsere Emotionen und unseren Intellekt ins Gleichgewicht und kann somit nützlich sein bei Depression und Angstzuständen.

Welcher Religion Sie auch angehören mögen, es bringt sicher etwas, wenn man sie in diesen Zeiten wirklich anwendet und praktiziert. Gebet oder Meditation anzuwenden, kann Hoffnung wiederherstellen und Zuversicht steigern. Sobald die Hoffnung wieder da ist, kommt die Zuversicht auch allmählich zurück. Wir können alle zu unserer Quelle von Kraft und Stärke durch unser Herz in Verbindung treten. Es ist verständlich, dass Stress und Krisen uns gelegentlich von unseren Herzgefühlen trennen. Diese Verbindung kann wieder hergestellt werden! Viele Leute machen immer wieder schmerzhafte Erfahrungen. Ich habe es geschafft, und auch Sie können es schaffen, durch wirkliches Engagement und durch Selbstdisziplin den Kontakt zu Ihrem Herzen, zu Ihrer Quelle von Kraft und Lebensfreude wieder aufzubauen. Für mich war der wichtigste Schritt aus meiner persönlichen Krise, mein Herz wieder zu öffnen durch tief empfundene Fürsorge, Mitgefühl, und Wertschätzung für andere. Das zündete den Funken für die allmähliche Rückkehr meiner Selbstsicherheit – das war der größte Teil, um einen Fortschritt zu machen und mein Leben neu zu gestalten.

#### 7. Das "Herz-Atmen", um Stress und Angst zu reduzieren.

Üben Sie sich im Atmen, während Sie sich vorstellen, wie der Atem durch Ihr Herz, oder die Mitte Ihres Brustkorbes ein- und ausströmt. Stellen Sie sich vor. wie Sie Ihr System langsam wieder auftanken, indem Sie Ruhe und Ausgewogenheit einatmen (als ob Sie ein gefühlsstärkendes Tonikum atmen würden, um den größten Schmerz zu lindern). Es kann helfen, wenn Sie sich daran erinnern, sich gelegentlich auf den Prozess zu fokussieren und den Prozess ernst zu nehmen. Der Schlüssel dieser Übung ist, dass Sie ein echtes Gefühl der Ruhe und der Entspannung fühlen (oder ein anderes positives Gefühl, ie nach Ihrer Wahl). So können Sie z. B. eine Haltung der Ruhe und Ausgewogenheit einnehmen, oder durch die Atmung Gefühle der Wertschätzung und des Verstehens austauschen. Wenn Sie die Übung verinnerlicht haben, können Sie diese Atmung anwenden an einem stillen Ort, während Sie zu Fuß gehen, joggen oder sogar in einer Unterhaltung. Die Übung ist besonders hilfreich bei Angst, Ärger oder Niedergeschlagenheit.

Das "Herz-Atmen" wird von Ärzten, Krankenschwestern und Krankenhäusern weltweit unterrichtet. Die Atmung ist besonders wertvoll während einer Krise oder immer, wenn Sie Ärger, Angst, oder eine Gefühlsüberlastung empfinden. Nachdem Sie das "Herz-Atmen" eine Zeit lang geübt haben, werden Sie in der Lage sein, stresserzeugende Einstellungen schneller zu ändern und Ihre Basis-Stresstoleranz zu nullen.

© Copyright 2008, Doc Childre. HeartMath ist eine eingetragene Handelsmarke des Institute of HeartMath 14700 West Park Avenue Boulder Creek, Calif. 95006 www.heartmath.org Das Institute of HeartMath ist eine gemeinnützige Gesellschaft 501(c)(3) und Ausbildungs-Organisation.

Doc Childre ist der Mitautor der folgenden Bücher:

The HeartMath Solution, Transformina Anxiety. Transforming Anger, Transforming Depression und The HeartMath Approach to Managing Hypertension.

In dem VAK Verlag GmbH sind folgende deutsche Ausgaben verfasst Stressfrei mit Herzintelligenz: Gelassen und voller Energie in fünf Schritten Die Herz-Intelligenz-Methode: Grundlagen, Anwendungen, Perspektiven Die Herz-Intelligenz entdecken: Das Sofortprogramm in fünf Schritten Verwandle Deine Wut: Innere Ausgeglichenheit durch Herzintelligenz Vom Chaos zur Kohärenz: Herzintelligenz in Unternehmen

... wird fortgesetzt

### Heilsteine

#### **Tigerauge**

Das große Lexikon der Heilsteine, Düfte und Kräuter

Die Überlieferungen des Tigerauges reichen sehr weit in die Geschichte zurück. "So ehrten die Araber und die Griechen das Tigerauge als Stein, welcher seinem Träger lustig mache und ihm die Sinne schärfe. Er bewahre vor kriminellen Einflüssen, stärke Freundschaften und bewahre vor falschen Freunden." Als Schutz- und Heilstein erfreut sich Tigerauge auch heute noch zunehmender Beliebtheit.

Geschichtliche Überlieferung:

Das Große Lexikon der Heilsteine. Düfte und Kräuter ist nicht das Werk eines Autors, sondern eine aemeinschaftliche Errunaenschaft vieler Autoren und erfahrener Menschen weltweit, die sich über Jahrzehnte um die Erkenntnisse heilender Steine bemüht haben. Es spiegelt demnach keine vorangegangene Literatur wieder, Farbe: worauf in einem Quellenverzeichnis hingewiesen werden könnte, sondern die tatsächlichen Erfahrungen unzähliger geheilter Menschen,

dieses Buches sind.



Goldig, seidig schimmernder Glanz

#### Chemische Zusammensetzung: SiO<sub>2</sub>

#### Geologie:

Tigerauge erhält durch zersetzte Krokydolith-Ablagerungen seine charakteristischen Eigenschaften. Es gehört in die Gruppe der Quarze und hat die Härte 7. Durch Fasern von Hornblende, welche alle in eine Richtung auskristallisiert sind, erhält das Tigerauge den für ihn so typischen Katzenaugeneffekt. Tigerauge wird auch als Umwandlungsprodukt von Falkenauge bezeichnet. Es wird in Südafrika, Westaustralien und den USA gefunden.

#### Heilwirkungen auf den Körper:

Tigerauge hat sehr heilende Eigenschaften auf den Kopf. Es heilt Migräne, starke Kopfschmerzen, und kräftigt das Kleinhirn, welches für die Koordination der Bewegungen unseres Körpers verantwortlich ist. Es kräftigt aber auch das Bewegungszentrum des vegetativen Nervensystems (Sonnengeflecht). Tigerauge hilft bei Geisteskrankheiten, wie z. B. Schizophrenie, Epilepsie und Paranoia. Krampfanfälle, Bewusstseinsverlust, Größenwahn und Verfolgungswahn können besonders gut mit Tigerauge geheilt werden. Aber auch Nervenerkrankungen, wie z. B. Nervenentzündungen und Nervenverkalkungen (Neuralgien und Neuritis) können durch Tigerauge ebenso wie die Sehnenscheidenentzündung gelindert und gut geheilt werden. Besonders starke Eigenschaften hat Tigerauge jedoch auch auf die Knochen und die Gelenke. Es hilft bei Knochenverdickungen, welche schmerzhafte Veränderungen unseres Knochenbaus hervorrufen. Hierunter fallen z. B. krankhafte Vergrößerungen des Schädels und des Schienbeins. Knocheneiterungen, welche bei Kindern beobachtet werden, oder die Scheuermann'sche Krankheit bei

Mit freundlicher Genehmigung entnommen aus dem Buch Das Große Lexikon der Heilsteine, Düfte und Kräuter".

deren Bemühungen um die Kräfte der heilenden Steine die wahren Quellen

Methusalem Verlags-Gesellschaft mbH. D - 89231 Neu-Ulm Jugendlichen (Buckelbildung) werden durch Tragen von Tigerauge oder durch Tigeraugewasser gelindert und geheilt. Verbiegungen der Wirbelsäule und Schädigungen der Bandscheiben, welche z. B. häufig durch das Autofahren verursacht werden, oder Hexenschuss können ebenfalls durch Tigerauge gelindert werden, wie auch Gelenkrheumatismus. Wirbelsäulenrheumatismus und Kniegelenksentzündungen. Tigerauge stabilisiert den Stoffwechsel und stärkt das größte Stoffwechselorgan, die Leber. Es heilt Leberzirrhose und Hepatitis. Asthmatische Zuckungen und durch Allergien hervorgerufene Verkrampfungen und Atemnot können durch Tigeraugeketten oder Anhänger gut gelindert und geheilt werden.

#### Heilwirkungen auf die Psyche:

Das Tigerauge verleiht mehr Sicherheit und ein natürliches Misstrauen im Umgang mit finanziellen Angelegenheiten. Es verleiht Kraft bei Kaufabschlüssen und fordert aber auch wenn nötig eine Bedenkzeit. Das "über den Tisch ziehen" ist mit Menschen, welche Tigerauge als Schutzstein bei sich tragen, kaum mehr möglich. Tigerauge verleiht seinem Träger aber auch mehr familiäre Wärme, Geborgenheit und Ausgeglichenheit und steigert ganz besonders bei Kindern Aufnahmefähigkeit, Aufmerksamkeit und Lernbereitschaft. Materielles Imponiergehabe, welches häufig Menschen in einen moralischen Strudel treibt, kann mit Tigerauge wieder regeneriert werden. Hierunter fallen z. B., dass sich Menschen nur gut fühlen, wenn Sie die teuerste Kleidung und andere Luxus-Marken-Produkte besitzen. Bei Prüfungen, schulischen Aufgaben oder Führerscheinprüfungen empfiehlt

es sich, Tigerauge zur Aktivierung der Denkfähigkeit und als Konzentrationsstein bei sich zu tragen.

#### Sternzeichen:

Jungfrau, 24. August bis 23. September

#### Chakra:

Tigerauge entfaltet seine kräftigen Schwingungen für die Meditation am besten durch das Auflegen auf das Sonnengeflecht oder den Solarplexus. Er dringt sehr tief in uns ein und harmonisiert unsere Bedürfnisse. Er ordnet aber auch unsere Gedanken und Wünsche und verhilft uns aus Situationen, welche uns in ein bestimmtes Klischee drücken sollen. Minderwertigkeitsgefühle und Geltungswahn, welche sich häufig in unbezahlbarem Luxus ausleben, den man finanziell kaum verkraftet, können mit Hilfe vom Tigerauge wieder in mehr Selbstbewusstsein und Selbstwertgefühl verwandelt werden. Tigerauge bereitet einen individuellen und selbständigeren Lebensweg.

# Wie erhalte ich Tigerauge und wie pflege ich dieses?

Tigerauge ist erhältlich als Rohstein, Trommelstein, Handschmeichler, Kugel, Pyramide, Kette, Anhänger, Donuts und vielen phantasievollen Formen für Halsreifen und Lederband. Tigerauge sollte ein bis zweimal im Monat unter fließendem, lauwarmem Wasser entladen und gereinigt werden. Nach dem Entladen empfiehlt es sich, Tigerauge für zwei bis drei Stunden an der Sonne oder einer Bergkristall-Gruppe aufzuladen. Ketten sollten ein- bis zweimal im Monat über Nacht in einer trockenen Schale mit Hämatit-Trommelsteinen entladen werden.

### lmpressum

PARACELSUS – Health & Healing (Gesundheit & Heilen) 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 Formen des Heilens 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 und Kristalle mit heilender Wirkung, Farbtherapie, Klangtherapie, alte "Großmutter-Rezepte", spirituelle Therapien einschließlich der Heilung durch Meditation.

#### Chefredaktion:

Prof. Dr. K. Parvathi Kumar, Indien

#### Chef-Koordination:

Sabine Anliker, Ayurveda Medizin M.Sc., Naturärztin NVS, Schweiz

#### Redaktion:

Prof. Dr. K. Parvathi Kumar, Indien · Sabine Anliker, Ayurveda Medizin M.Sc., Naturärztin NVS, Schweiz Dr. med. Josep Parés, Spanien ·

#### Kontakt:

- Redaktion und Inserate: Paracelsus-Center, Büelstrasse 17, CH-6052 Hergiswil
   Tel.: +41-(0)41-630 19 07
   e-mail: info@paracelsus-center.ch
   www.paracelsus-center.ch
- Abonnements und Rechnungen: e-mail: sb.anliker@bluewin.ch
- Bildmaterial: e-mail: anna.beutler@gmx.ch

#### Bankkonto:

Schweiz

UBS-Bank Einsiedeln 80-2-2 Paracelsus-Center Konto Nr. 216-514422.01V IBAN-Code: CH32 0021 6216 5144 2201 V Swift-Code: UBSWCHZH80A

Deutschland

Paracelsus-Center, Konto Nr. 758368-464 Postbank Dortmund BLZ: 440 100 46 IBAN DE 98440100460758368464 SWIFT/BIC: PBNKDEFF

Abonnementpreise (einschl. Versandkosten und MwSt.):

1 Jahr: 84,00 Euro 2 Jahre: 160,00 Euro

Erscheinungsweise: monatlich

Kündigungsfrist: Ein Monat vor Ende der Abo-Dauer, ansonsten automatische Verlängerung um ein weiteres Jahr.

Einzelheft: 10,00 Euro

ISSN 1660-4466; Druck und Copyright: Paracelsus-Center

Die in der Zeitschrift enthaltenen Artikel drücken die Ansichten der Autoren aus. 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.

P SYNTHESIS BETWEEN

THE EAST AND WEST