

## Auch Krankheit folgt Gesetzen

Eine Einführung in die Ganzheitsmedizin  
Dr. med. Reckewegs

Unser Organismus ist ein fließendes System, alles bewegt sich, wenn auch unbemerkt. Wer vermag schon z.B. den Stoffwechsel seiner Zellen wahrzunehmen? Wie alles was fließt, kann auch dieses sensible Gleichgewicht aus der Balance geraten.

Hier erkannte Dr. Reckeweg den eigentlichen Ursprung allen Übels. So alt wie die Menschheit, so alt ist auch die Auseinandersetzung des Körpers mit äußeren und inneren Einflüssen. Sie reichen von angenehm über wohlthuend, kräftigend und heilend auf der einen Seite, aber auch von Verstimmungen und Unwohlsein auslösend bis zu krankmachender und sogar tödlicher Wirkung. Unser Wortschatz hält viele gleichnishaft Redewendungen bereit, die bestimmte Einflüsse und ihre Auswirkungen treffend beschreiben. Nicht nur verdorbene Nahrung kann auf den Magen schlagen, sondern auch Stress und Gefühle. Das Herz kann in die Hose rutschen, etwas anderes an die Nieren gehen oder auch Kopfzerbrechen bereiten. Unser tägliches Leben hält eine große Palette von Einflüssen bereit, derer wir uns meist nicht bewusst sind. Von der Reinheit der Luft kann besonders in Großstädten keine Rede mehr sein.

Und auch die Qualität des Grundnahrungsmittels Wasser ist sehr oft bedenklich. Von den Ausdünstungen von Fußbodenbelägen, Stoffen und Kopiergeräten mag ich genauso wenig berichten, wie von der Chemie in unserem „täglichen Brot“ und Nahrungsmitteln. Über die Einflüsse von Medikamenten und med. Eingriffen habe ich bereits im Balance Heft 6/2006 berichtet. Und unser Körper muss all das verarbeiten und verkraften. Kann und schafft er das nicht mehr, zeigt er uns dies in seiner ganz individuellen Körpersprache. Diese Sprache die anfangs als Symptome bezeichnet wird, bevor sie dann bei einem nicht wahrnehmen wollen erst zu kleineren und später ernsteren Krankheiten wird.

Die diesem Prinzip zu grunde liegenden Gesetzmäßigkeiten erkannt, erforscht und der Nachwelt schriftlich dargelegt zu haben, ist der große Verdienst Dr. med. Hans-Heinrich Reckewegs. Wie aber sehen diese Gesetze genau aus? Unser Körper geht mit all diesen, vor allem ungesunden, Belastungen mit Bedacht und innerer Weisheit um. Jedes Gift (Toxin) löst im Körper eine gesunde Abwehrreaktion aus. Ist das Gift eher unspezifisch und von weniger aggressiven oder gefährlicher Natur, ist auch die Abwehrreaktion mehr von allgemeiner Natur. Zum Beispiel wird Staub durch simples Niesen oder Husten wieder aus den Atemwegen herausbefördert, die natürlichen Wege des Verdauungsweges nach oben oder unten muss

ich nicht näher beschreiben, die kennt ein jeder, so denke ich. Je spezifischer und gefährlicher ein Gift, desto konkreter und heftiger reagiert auch der Körper. Fieber in all seiner Bandbreite ist dafür ein treffendes Beispiel. Die individuelle Ausgangslage, die sich unter anderem aus den ererbten Anlagen, dem Alter, bereits angesammelten Giften und der seelischen Verfassung zusammensetzt entscheidet, wie erfolgreich und effizient der Körper bei der Ausscheidung der Gifte arbeiten kann. Dr. Reckeweg fand ein natürliches Reaktionsschema das in 6 Phasen abläuft. Diese Phasen bauen aufeinander auf und sollte eine Phase zur Regulation und Ausscheidung nicht ausreichen, wird die nächste Phase aktiviert. Dabei arbeitet der Körper sehr effizient und ist immer bemüht mit möglichst wenig Aufwand und körperlicher Belastung den größtmöglichen Erfolg zu gewährleisten.

### Die 1. Phase – die Ausscheidungs- oder Exkretionsphase

Hier nutzt der Körper natürliche Wege der Ausscheidung, um den Alltagsbelastungen gerecht zu werden. Die Wege und Flüssigkeiten die sich dem Körper hier anbieten sind der Schweiß, der Speichel, der Talg, die Galle, der Urin, der Stuhlgang, die Menstruation und der Fließschnupfen. Ist aber die Tätigkeit dieser Drüsen und Organe auf Grund eines großen Ansturms an Ausscheidungsstoffen und Giften überlastet, muss der Körper in die 2. Phase übergehen.

### Die 2. Phase – Die Reaktions- oder Antwortphase

Der Körper wechselt nun von den natürlichen zu krankhaften Ausscheidungen über. Typische Ausdrucksformen des Körpers das er diesen Übergang vollzogen hat, sind alle Formen von Entzündungen. Medizinisch sind das alle Symptome und Erkrankungen die auf -itis enden. Erkennen lassen sie sich an ihren charakteristischen Zeichen von Röte, Schwellung, Schmerz, eingeschränkter Funktion und Überwärmung (Hitze) des betreffenden Gewebes oder Organs.

Dabei müssen nicht alle Zeichen äußerlich erkennbar sein. Wohl bekannte Erkrankungen diese Phase reichen vom Sonnenbrand der Haut über die Bindehautentzündung des Auges, Entzündungen des Magens (Gastritis), des Darmes (Colitis), der Mandeln (Tonsillitis), der Nasennebenhöhlen (Sinusitis), des Blinddarmfortsatzes (Appendizitis), der Leber (Hepatitis), der Bronchien (Bronchitis), der Lunge (Pneumonie) bis zu den Gelenken (z. B. Gicht und Arthritis). Der tiefe Sinn und die innere Logik des Körpers sind leicht nach zu vollziehen. Er produziert ein inneres Feuer (Hitze, Rötung) um Gifte in einer Müllver-

brennungsanlage zu verbrennen.

Dies sollte ein einleuchtender Grund sein, mit Fieber senkenden Mitteln und Maßnahmen sparsam und wohlüberlegt umzugehen, schließlich drosseln Sie damit die Temperatur in der Müllverbrennungsanlage. Zurück bleiben dann unverbrannter Müll und schlecht ausscheidbare „Schlacken“, die den Körper weiterhin belasten.

Damit die Spannung erhalten bleibt, lesen Sie im nächsten Heft, wie es richtig kritisch für unseren Körper wird und wie Sie eventuell „die Uhr zurückdrehen“ können!

Heilpraktiker Guido Rettig

Quellen und Literaturempfehlung:

Dr. med. Hans – Heinrich Reckeweg  
Homotoxikologie (Ganzheitsschau einer Synthese der Medizin)

