

Natürliche Alternativen in Diagnose und Therapie

Meckern kann jeder, besser machen oder Alternativen vorschlagen fällt oft schwerer. Ich will mich da nicht drücken und das ist auch recht einfach. Denn die natürliche Medizin hat eine lange, auf Erfahrung beruhende, Tradition und hat sich über Jahrhunderte bewährt. Naturheilkunde setzt sich aus den Worten Natur – natürlich- naturbelassen – der Natur entnommen, Heil – helfen und heilen und Kunde- Lehre- Kenntnis- Wissenschaft zusammen. Kurz die wissenschaftliche Nutzung der Natur und Naturgesetze zum helfen und heilen. Unsere „Altvorderen“ hatten das Wissen und die Erkenntnis, dass sich die Gesetze der Natur nicht umgehen oder verbiegen lassen, sie wussten das Ursache und Wirkung sich bedingen und das alles seine Zeit und seinen Platz hat. Sie haben sich nicht dagegen gewehrt, das Krankheit auch einen Sinn hat, z.B. sich eine Erholungspause zu gönnen, Zeit zur Besinnung und zur inneren Einkehr zu haben. In unserer heutigen hektischen Zeit undenkbar. Die Maschine muss perfekt funktionieren und erholen kann sie sich im Urlaub. Es ist eine alte Weisheit das diese Maschine aber aus Körper, Geist und Seele besteht und das diese drei miteinander vernetzt sind und interagieren, spricht sich wechselseitig beeinflussen.

Alternativen

Die einfachste Variante ist, dass sich Zeit genommen wird um diese „Dreifaltigkeit“ in ihrem komplexen Miteinander verstehen zu können. Erst aus dem Zusammenhang des Verstehens ergeben sich meist die einfachsten, natürlichsten und dann auch kostengünstigsten Behandlungen. Weil eben das „Übel“ an der Wurzel gepackt werden kann. Der englische Arzt und Homöopath Dr. Edward Bach sagte: „Krankheit entsteht dann, wenn der Weg des Natürlichen verlassen wird, ein Weg der nie hätte verlassen werden sollen und dürfen“! Wie nah leben, arbeiten und handeln wir Menschen noch nach den Naturgesetzen? Interpretieren wir die biblische Weisheit „der Mensch möge sich die Welt untertan machen“ wirklich richtig, wenn wir sie Kraft unserer geistigen Fähigkeiten verstümmeln und vergewaltigen, ihre vorgegeben Rhythmen missachten? Versteht sich der Behandler als Helfer, Heiler und auch Seelsorger und nicht als Halbgott in weiß, eröffnen sich die vielfältigsten Möglichkeiten der wahren Ursache auf den Grund gehen zu können. Das ausführliche Gespräch ist dabei erster und wichtiger Schritt. Aus dem so gewonnenen Wissen und Anhaltspunkten lassen sich entsprechende Untersuchungen ableiten. Welcher Behandler vertraut heute aber noch auf seine 5 oder gar 6 Sinne. Sehen, hören, riechen, schmecken, tasten können plus einem gesunden Maß an Intuition und verknüpftem (nicht verknottetem) Denken sind ein weiterer Schritt in die richtige Richtung. In der Praxis heißt das ganz

einfach, welche Untersuchungen können denn ohne technischen Aufwand sofort durchgeführt werden, um mehr Klarheit in den „Fall“ zu bringen. Alte Künste die früher das Handwerkzeug eines jeden Landarztes waren. Er benutzte nicht nur das Gespräch und seine Sinne, er war auch über die persönlichen Lebensumstände und die Familie informiert. Die Augen anschauen (**Irisdiagnose**), Form, Farbe, Feuchtigkeit, Beläge, Risse der Zunge (**Zungendiagnostik**), der Haut, Fingernägel, wurden genauso bewertet wie Farbe, Menge, Geruch, Sediment des Urins oder des Schweißes. Die **Antlitzdiagnose** war weit verbreitet. Die Chinesen nutzen seit eh und je solche simplen Möglichkeiten. Der Puls ist für Behandler, die nach chinesischem Vorbild und Ausbildung arbeiten, eine große Fundgrube der Ursachenforschung. Allerdings ist die **Pulsdiagnose** hier schon eine Kunst, denn es wird nicht nur die Pulsfrequenz ertastet und gezählt, sondern auch die verschiedensten Qualitäten. Abschreckend ist oft das nicht ein Puls „genommen“ wird sondern gleich 12! Für jede der Hauptenergieleitbahnen ein Puls. Jeder Puls kann mindestens 10 verschiedene Qualitäten haben, macht nach Adam Riese (war kein Chinese) mindestens 120 zu unterscheidende Pulse. Das will gelernt, geübt und beherrscht werden. Zusätzlich zur Augen-, Antlitz-, Zungen- und Harnschau. Das äußere Erscheinungsbild eines Menschen kann aber noch viel mehr „erzählen“. Wie ein Mensch steht, geht, sitzt oder liegt kann allein schon Bänder sprechen. Sogar auf die Psyche und Gefühle lässt sich mitunter schließen. Den Kopf eingezogen, der Brustkorb eingesunken, schlaff und ohne Kraft zeigt sich uns so oft ein niedergedrückter Mensch, nach traurigen Erlebnissen oder Lebenssituationen. Dauert dieser Zustand zu lange wird er auch die Statik der Person verändern. **Die Statik** ist jedem Häuslebauer gut bekannt, aber auch Kinder müssen sie (intuitiv) beherrschen, sonst kippt der Bauklotzturm um. Ein wenig bekanntes Wissen ist, dass eine unsichtbare Kraft in jedem Augenblick auf uns einwirkt und uns „formt“, die Schwerkraft. Sie ist ein Naturgesetz und der Mensch konnte sich nur auf seine Hinterbeine aufrichten, weil er sich ihr anpasste. Viele Beschwerden des Bewegungsapparates sind eine Folge von Verstößen gegen das **Gesetz der Schwerkraft**. Sitzt uns etwas im Nacken, hat man sich zu viel (Aufgaben) aufgeladen oder eine Verletzung mit Schonhaltung erlitten, kommt der Körper aus dem Lot (der Schwerkraftlinie zum Erdmittelpunkt), Bewegungen werden schwerer. Der Körper muss sich mühen um verschobene Körpersegmente gegeneinander auszubalancieren. Dazu benutzt er meist Muskelanspannung. Die überforderten Muskeln verkürzen sich, verkleben und auch die Muskelhüllen verdicken sich, was zu einer zusätzlichen Verkürzung führt. Dieser Kampf kann auf Dauer nicht gewonnen werden! Man spürt es einfach, dass eine unsichtbare Kraft uns nach unten zieht. Ach wie bequem und entspannt ist doch der

Fernsehessel oder auch die Couch. Leider wirken diese Muskel-, Sehnen- und Fascienverkürzungen nicht nur in der Muskulatur, sondern setzen sich tief ins Innere des Körpers fort. Sie zwingen auch das Zwerchfell und die inneren Organe in eine Zwangshaltung, die innere wie auch äußerliche Bewegungen einschränken. Man kann nicht mehr so richtig tief und frei durchatmen. Wenn man sich verdreht dann zieht es gewaltig in der Flanke oder im Nacken und auch das Hüftgelenk knackt immer häufiger, nicht nur beim Treppensteigen. Der Ischias meldet sich auch immer häufiger zu Wort. Ein geübter Blick kann sofort die Abweichungen von den senkrechten und waagerechten Lotlinien und Achsen erkennen. Ein Statiker wüsste sofort das hier etwas nicht stimmt, ein Haus Risse bekommen wird oder gar einzustürzen droht. Leider sind Untersucher und auch Orthopäden keine Statiker. Das Behandlungszimmer ist oft viel zu klein, um aus etwas Entfernung den Körper als Gesamtheit wahrzunehmen. Und die Zeit einen geschulten Blick zu trainieren, der ja auch nicht im Studium gelehrt wurde, fehlt bei einer 2 bis 5 Minuten Medizin grundsätzlich. Schmerztabletten helfen auch, meist kurzfristig, bis zur nächsten Überlastung. Ein Behandlung der Ursache ist das leider nicht. Eine solche Fehlstatik, die den Kampf mit der Schwerkraft anzeigt, muss schon mit der Hand therapiert werden. Zusätzlich gibt es garantiert auch Hausaufgaben, denn alte Haltungsmuster und Bewegungsgewohnheiten müssen geändert werden, wenn eine neue Aufrichtung „geschehen“ soll. Der Kampf gegen die Schwerkraft sich dann in ein miteinander wandelt, zu einer Leichtigkeit von Bewegungen.

- Reflexzonen Diagnose und Therapie
Verknüpfungen Füße, Ohr, etc.
 - Laborwerte Verbindungen, Physiologie
HLb-Test, Dunkelfeld-Mikroskopie
Ernährungsgewohnheiten, Blutgruppendiät, Nahrungsergänzungen, Vitamine, Mineralien, frische einheimische Biokost.
- Bewegung: „Sport ist Mord“, radfahren, schwimmen wandern, spazieren gehen, Qi Gong, Tai Chi, Energie bewegen lernen, Yoga, Feldenkrais,
- Der Sinn von Nebenwirkungen, auch sich informieren kann Nebenwirkungen haben. Eine mögliche davon ist, dass man sich um neue und gesündere Alternativen zur Unterstützung seiner Gesundheit kümmert. Eine andere ist eine gesündere Lebensweise und die muss heute erst erlernt werden. Viele gesunde Dinge die Großmutter und Großvater noch wussten oder selbstverständlich taten (weil es mitunter gar keine ungesunden Alternativen gab) sind heute in Vergessenheit geraten. Es gibt aber auch „Spezialisten“ auf dem Gebiet der sanften Medizin.
- Es klingt mitunter wie Zauberei, aber ist wirklich alles Gold was glänzt, in der modernen Medizin?

Guido Rettig, Heilpraktiker