



"Im Fluss des Lebens sein bedeutet, getragen zu werden und an seiner Fülle teilzuhaben."

Hanspeter Ruch

Liebe Leserin, lieber Leser

Das Jahr 2018 neigt sich allmählich dem Ende zu. Die herbstlichen Sonnentage vor dem Wintereinbruch hatten die gewohnten Temperaturen dieser Jahreszeit weit über das Übliche steigen lassen. Einerseits haben wir alle den verlängerten Spätsommer genossen, andererseits hat er uns vielleicht auch nachdenklich gestimmt und verunsichert. Wir fühlen uns in der Regel wohler, wenn unser Leben im vertrauten Rhythmus verläuft.

Im Fluss – im sogenannten Flow – **zu sein** heisst jedoch nicht, dass immer alles nach dem gleichen Schema verläuft. Ein fliessendes Gewässer hat Kurven, Felsen, Stromschnellen oder tiefe Wasserniveaus. Diese Widerstände und Hindernisse umfliesst und überwindet das Wasser, um weiterzukommen. Sind wir im Fluss des Lebens, gehören auch «Unebenheiten» dazu. Es gilt, mit offenen Augen auf sie zuzugehen. Denn diese Unebenheiten fordern uns heraus, bieten Entwicklungschancen und machen unser Leben reich. Das Gefühl, vom «Fluss des Lebens» getragen zu werden, kommt mit dem achtsamen Vertrauen und der Erfahrung, den Herausforderungen des Alltags gewachsen zu sein

Die **Therapieangebote des Hof Ratell** zielen insbesondere darauf, in diesen Herausforderungen einen Sinn zu erkennen und ihnen aktiv zu begegnen. So können Strategien entwickelt werden, um mit stressauslösenden Faktoren konstruktiv und kompetent umzugehen.

Am Samstag, 27. Oktober, hat das Team Hof Ratell zum **Tag der offenen Türe** eingeladen. Die Praxisräumlichkeiten im bald 250 Jahre alten Haus konnten besichtigt und Gespräche mit den Therapeutinnen und Therapeuten geführt werden. Wir haben uns über die Besucherschaft sehr gefreut und so planen wir auch nächstes Jahr, unsere Türen wieder zu öffnen.



Peter Gisler, kantonal approbierter Naturheilpraktiker und Homöopath, praktiziert seit bald einem Jahr im Hof Ratell. Grund genug, dass er in diesem Newsletter die klassische Homöopathie vorstellt. Unten finden Sie seine interessanten Ausführungen zu seiner Therapiemethode.

Nun wünschen wir Ihnen allen eine gefreute und besinnliche Adventszeit sowie einen gesunden, herzerwärmenden Winter.

Ihr Team Hof Ratell

Peter Gisler
Sandra Perret
Kathrin Ambühl
Thomas Good



Faszination Homöopathie

Themenüberblick

1. Mein Weg zur Homöopathie
2. Drei Aussagen über Homöopathie
3. Homöopathische Mittel sind potenziert. Was heisst das?
4. Homöopathie ist Wissenschaft und Kunst
5. Fallbeispiel mit detaillierten Auszügen aus der Befunderhebung und den Folgebeurteilungen
6. Apropos „Alarmlämpli“
7. Die Heilrichtungen nach den Heringschen Regeln
8. Weitere wichtige Grundsätze der Homöopathischen Behandlung

Sehr geehrte Leserinnen, sehr geehrte Leser

Nach bald zwanzig Jahren praktischer Arbeit mit Homöopathie und weit über zwanzig Jahren Erfahrung am eigenen Körper überrascht mich die Homöopathie immer wieder von Neuem.

Viele positive Wirkungen durfte ich erleben, aber auch Negatives hat sich zu Beginn dieser Zeit zugetragen.

1. Mein Weg zur Homöopathie



Als ich mich das erste Mal homöopathisch behandeln liess, wusste ich überhaupt nichts darüber. Mein damaliger Homöopath gab mir zur Behandlung meines Heuschnupfens nicht ein Mittel, sondern deren zwei. Ich musste diese wöchentlich in aufsteigender Potenz (siehe unten) einnehmen. Nach ca. drei Wochen entwickelte sich im oberen Bereich der Brust ein extremer Schmerz. Ich arbeitete damals im Spital als Physiotherapeut und konnte ein Röntgenbild machen lassen. Darauf sah man sehr deutlich eine starke Lungenentzündung. Der Homöopath und der Arzt empfahlen mir Antibiotika, was ich ablehnte.

Damals gab es die relativ neue SHI Homöopathie Schule (mein späterer Ausbildungsort) mit angegliederter Homöopathiepraxis von Mohinder Singh Jus. Per Telefon konnte ich der homöopathischen Assistentin meinen Fall schildern und danach das richtige Mittel einnehmen. Meine Symptome verschwanden innerhalb von 24 Stunden und mein Allgemeinzustand verbesserte sich schon innert weniger Stunden.

Ein zweites Röntgenbild fünf Tage nach der Mitteleinnahme zeigte kaum mehr Entzündungszeichen, und ich konnte wieder arbeiten.

Anhand dieses Beispiels habe ich erlebt, wie potent diese kleinen Globuli sein können. Zuerst das Produzieren einer massiven Lungenentzündung durch Nichteinhalten der homöopathischen Gesetze, danach die schnelle, schonende Heilung mit einer einzigen Gabe des richtigen Mittels. Dieses Erlebnis gab mir das Vertrauen in die Homöopathie.

Homöopathie ist eine alte Wissenschaft. Sie wurde von Samuel Hahnemann Ende des 18. Jahrhunderts entdeckt und während Jahren von ihm weiterentwickelt. Die Gesetzmässigkeiten von damals sind auch heute noch die Grundlage der Verschreibungen.

Die Tatsache, dass eine Heilmethode über Jahrhunderte in sich stimmig bleibt, hat mich sehr fasziniert.

2. Drei Aussagen über Homöopathie

«Nützt's nüd, so schadt's nüd!»

Erklärung

Diese Aussage wird über Homöopathie oft gemacht. Anhand des oben beschriebenen Beispiels sehen Sie, dass diese Aussage unwahr und sehr gefährlich ist!

«Alles Placebo»

1. Ein Placebo (lat. „ich werde gefallen“) ist ein Arzneimittel, das keinen Arzneistoff enthält und somit auch keine pharmakologische Wirkung hat. (Wikipedia)

Erklärung

Tatsächlich enthält ein homöopathisches Mittel keinen chemischen Arzneistoff.

Homöopathische Mittel sind dynamisiert, d.h. sie enthalten Energie.

Homöopathische Mittel enthalten eine Information.

2. Die Wirkung von Placebos wird mit psychosozialen Mechanismen erklärt. Die Wirksamkeit vieler alternativmedizinischer Verfahren wie z. B. Homöopathie wird auf den Placeboeffekt zurückgeführt. (Wikipedia)

Erklärung

Diese Aussage ist falsch, weil eine homöopathische Wirkung bei Komapatienten, bei Säuglingen, bei Tieren und sogar bei Pflanzen definitiv feststellbar ist.

«Nichts drin – deshalb keine Wirkung»

Erklärung

Die homöopathischen Mittel werden aus pflanzlichen, mineralischen, tierischen Produkten oder aus Krankheitsprodukten hergestellt.

Gewisse Substanzen erhalten erst durch die Potenzierung eine homöopathisch- arzneiliche Wirkung, andere wiederum wirken anders in homöopathischer Form als in der Urform. Eine Erklärung ist schwierig. Heute weiss man aber, dass die Nanotechnologie ähnlich wirkt: Die Wirkung einer Ausgangssubstanz wird durch die extreme Verkleinerung völlig verändert.



3. Homöopathische Mittel sind potenziert. Was heisst das?

Genau vorgeschriebenes Procedere des Potenzierens:

Die Ausgangssubstanz, z.B. Schwefelstein, wird mit Milchzucker verrieben.

C- Potenzen

1 Teil mit 99 Teilen Milchzucker 1 Stunde im Mörser verrieben (= C1)

Davon 1 Teil wieder mit 99 Teilen 1 Stunde verrieben (=C2), und das Gleiche noch einmal für eine Stunde (=C3).

Davon wird 1 Teil mit 99 Teilen Alkohol verdünnt und verschüttelt (=C4).

Diese Verdünnungsschritte werden fortgeführt.

Oft verwendete Potenzen sind C30, C200, C1000, C10'000, C50'000, C100'000

D- Potenzen: 1 : 10 Verdünnungsschritte

Q- Potenzen: 1 : 50'000 Verdünnungsschritte

Durch diese Technik werden die Mittel immer energiereicher. Das ist notwendig, da die Homöopathie auf der energetischen Ebene einen Impuls setzen will. Wir sprechen von Aktivierung und Normalisierung der Lebenskraft. Jedes gesunde Leben hat eine natürlich schwingende Lebenskraft, die das Gleichgewicht im Menschen aufrechterhält. Wird dieses Gleichgewicht durch äussere Faktoren gestört, reagiert der Geist und der Körper. Je nach Störung findet zuerst im Geist und später im Körper eine Veränderung statt. Es kann aber auch umgekehrt sein.

4. Homöopathie ist Wissenschaft und Kunst

Wissenschaftlich ist die Homöopathie aus folgenden Gründen: Hahnemann hat herausgefunden, dass ein homöopathisches Mittel bei einem Kranken genau jene Symptome heilen kann, die dieses Mittel vorher bei gesunden Probanden provoziert hat (Arzneimittelprüfung). Der Genesungsprozess hat nach genau definierten Regeln stattzufinden (Heringsche Regeln).

Kunst ist das Finden von Auslösern, das richtige Interpretieren der Symptome, den Menschen verstehen und kennenlernen, sein Inneres zu erspüren, sein Potential, aber auch seine unbewussten, versteckten Irritationszonen zu finden. Dies erfordert eine intensive Auseinandersetzung zwischen dem Patienten und dem Homöopathen und macht jede Behandlung zu einem speziellen Erlebnis.

Damit Sie vielleicht etwas besser verstehen, was ich damit meine, möchte ich ihnen einen Fall vorstellen, den ich mit der Methode **Predictive Homoeopathy** analysiert habe. Die Angaben sind aus Datenschutzgründen teilweise verändert.

- **Predictive Homoeopathy:** nach Prafull Vijayakar, weiterentwickelte Klassische Homöopathie

5. Fallbeispiel mit detaillierten Auszügen aus der Befunderhebung und den Folgebeurteilungen

Eine Frau, ca. 35 Jahre alt, kommt wegen Schmerzen in der rechten Brust in meine Praxis. Sie ist Mutter eines dreijährigen Jungen. Die Schmerzen bestehen seit ca. 4 Monaten, sind unabhängig von der Menstruation, seit zwei Wochen sind Verhärtungen tastbar. Sie hat Angst vor Brustkrebs.

Auf die Frage nach einem Auslöser sagt sie, dass sie weder die Brust verletzt habe, noch sonst etwas passiert sei.

Es stellt sich heraus, dass sie Linkshänderin ist. Da die rechte Brust bei einer Linkshänderin Bezug auf ein Ereignis mit dem Kind oder dem Zuhause haben kann, frage ich nach einem Ereignis in diesem Umfeld (Mind of Pathology). Sie erzählt, dass der Sohn vor 6 Monaten mit einem starken Infekt ins Spital eingeliefert werden musste und sie sehr grosse Angst gehabt hatte, dass er sterben könnte. Ihr Ehemann fand, dass ihre Angst übertrieben sei. Beim Tastbefund stelle ich fest, dass die Milchgänge betroffen sind und nicht die Drüsen. Das bedeutet übersetzt, dass ein Problem mit Entreissen dahinterstecken könnte (Mind of Pathology). Als ich sie darauf anspreche, beginnt sie zu weinen, weil sie auch heute noch zusammenschreckt, wenn ihr Sohn heftig weint. Sie hat immer noch Angst, dass er wieder ins Spital muss. Da sie eine stille Person ist, hat sie mit niemandem über ihre Angst gesprochen.

- **Mind of Pathology:** Zusammenhang zwischen Ereignis und betroffenem Organ, nach Vijayakar

Dieser Zusammenhang hilft oft, die Ursache der Symptomentwicklung zu finden. In diesem Fall finde ich eine Überempfindlichkeit, eine zu grosse Angst, dass ihrem Kind etwas Schlimmes passieren könnte.

Sie war schon als Kind sehr ängstlich, zurückhaltend, strebsam. Sie wollte ihre Eltern, die sehr streng waren, nicht enttäuschen, da sie sehr empfindlich auf Kritik reagierte und hat im Haushalt schon früh Verantwortung übernommen. Sie war schon immer sehr mitfühlend und hat sich für andere kämpferisch eingesetzt. Sie liebt es zu tanzen (Vorlieben und Eigenheiten der Patientin sind sehr wichtig).

Während der Schwangerschaft hatte sie auch immer Angst, dass es zu einer Fehlgeburt kommen könnte. Eine zweite Schwangerschaft ist bis jetzt nicht gelungen, was sie momentan auch immer wieder belastet. Durch die Verhärtungen in der Brust wird die Angst nach Krebs aktiviert. Diese Angst erscheint immer wieder, da eine Grossmutter an Brustkrebs erkrankt war. Ihr Vater hat Diabetes mellitus Typ 2 (Auszüge aus der Familienanamnese, die für Mittelwahl wichtig sind).

Ihr Appetit ist gut. Sie hat grosses Verlangen nach Schokolade, grossen Durst auf kalte Getränke, kalter Milch, Abneigung gegen Eier, Kaffee, Suppe. Oft Verstopfung.

Der Schlaf ist schlecht, seit ihr Sohn im Spital war. Deshalb ist allgemein eine grosse Müdigkeit während des Tages spürbar, besser draussen, schlimmer am Meer.

Diese Patientin bekommt von mir Carcinosinum LM1 1x pro Tag 1 Woche.

Follow up nach 8 Tagen:

Meine Patientin fühlte sich nach dem Gespräch etwas ruhiger, da sie über ihre Probleme sprechen konnte. Nach zwei Tagen war der Schlaf ruhiger, sie erwachte nur zwei- statt fünfmal, konnte aber schneller wieder einschlafen. Sonst hat sie nichts gespürt. Als ich nach den Schmerzen in der Brust frage, fällt ihr auf, dass sie in den letzten Tagen wieder ihre geliebte Bauchlage einnehmen konnte. Das war vor dem Mittel seit vielen Wochen unangenehm. Ich frage sie, ob ihr Ehemann noch etwas bemerkt hätte. Sie erwähnt nun, dass sie mit ihm ein gutes Gespräch führen konnte, weil sie sich oft nicht ernstgenommen gefühlt hatte. Die Angst um ihren Sohn und die Krebsangst seien noch gleich. Das Mittel kann sie weiterhin täglich 3 Wochen einnehmen.

Follow up nach 4 Wochen:

Die Verhärtungen in der Brust sind nicht mehr tastbar, der Schmerz weg. Sie sei etwas liebedlicher geworden im Haushalt. Was sie sehr störe, sei der Lippenherpes, der seit 1 Woche aktiv wäre. Sie hätte sogar 38° Fieber für einen Tag gehabt. Auf die Frage nach ihren Ängsten sagt sie, dass sie ruhiger sei und nicht mehr ständig um ihren Sohn Angst habe.

Ich empfehle ihr die Pflege der Lippe mit Sesamöl und die weitere Einnahme des Mittels 3x pro Woche, bis es fertig ist.

Follow up nach 3 Monaten:

Herpes an den Lippen erscheint immer wieder kurz, immer weniger oft und ist mit Öl gut zu pflegen. Allgemein fühlt sie sich fitter, am Morgen ausgeruhter. Sie hat oft Diskussionen mit ihrem Ehemann, weil sie mehr Zeit für sich haben möchte und eine Arbeitsstelle suchen möchte. Der Kinderwunsch ist immer noch vorhanden, aber sie könne sich auch ein Leben nur mit einem Kind vorstellen. Sie fühlt sich gelassener und nimmt das Leben momentan etwas leichter. Das Mittel sei seit ca. 2 Wochen fertig. Seit einigen Tagen sei die Verstopfung wieder vermehrt vorhanden. Sie erhält Carcinosinum LM2 2x pro Woche 6 Wochen oder bis zu einer Verschlimmerung der Symptome.

Follow up nach 6 Monaten:

Sie hat das Mittel nach telefonischer Rücksprache mit mir vor zwei Wochen gestoppt, da sie wieder vermehrt Ängste um ihren Sohn hatte. Das hat sich seither wieder beruhigt und der Herpes sei momentan auch nicht mehr aufgetaucht. Sie fühlt sich wohl, könne sich bei einer Firma vorstellen gehen. Sie sei nur etwas beunruhigt, weil die Menstruation seit zwei Wochen einsetzen sollte und Warzen an den Zehen gekommen seien, was sie aus der Kindheit kennt.

Ich warte mit einer weiteren Mittelgabe.

Ich höre nichts mehr von ihr, erhalte aber nach einigen Monaten eine Geburtsanzeige mit dem Kommentar, dass sie ihre zweite Schwangerschaft angstfrei genießen konnte.

Bemerkungen zu diesem Fall

Hier habe ich das genau zutreffende Mittel gefunden. Das ist nicht immer von Anfang an möglich. Manchmal kommt man mit jedem Mittel in tiefere Schichten und kann auf diese Weise das Original, seinen positiven Kern im Innern befreien. Dadurch wird der Mensch mit der Zeit immer stabiler und gelassener, er kann besser für sich einstehen. So braucht der Körper weniger «Alarmlämpchen» zu aktivieren, d.h. weniger Symptome, weniger Krankheiten sind nötig.

6. Apropos „Alarmlämpchen“

Was macht der Autofahrer, wenn im Auto das Öllämpchen aufleuchtet? Nimmt er den Hammer hervor, um das Lämpchen zu zerstören, damit er in aller Ruhe weiterfahren kann?

Natürlich nicht!!

Der Homöopath (hoffentlich) auch nicht!

7. Die Heilrichtungen nach den Heringschen Regeln

Die Heilung hat in der Homöopathie nach genauen Regeln, den Heringschen Regeln, stattzufinden:

Von innen nach aussen

Von oben nach unten

Von wichtigen Organen zu weniger wichtigen Organen

Von neueren Symptomen zu älteren Symptomen

Wie Sie in den Follow ups oben gelesen haben, wurde der Schlaf zuerst besser. Sie wurde ruhiger (das Innere, das Gemüt), danach besserte sich die Brust (das neuste Symptom), dann wehrt sie sich mehr für sich, ist weniger perfekt, sie wird selbstsicherer. Dadurch nimmt die Angst ab (das Beachten der eigenen Persönlichkeit entwickelt sich), die Verdauung wird auch besser, gleichzeitig reagiert die Haut mit altem Symptom Herpes (äusserste Schicht reagiert, altes Symptom kommt hoch). Dann wird sie fitter und unternehmungslustiger, sie kann die momentane Situation besser annehmen. Plötzlich werden die Ängste wieder schlimmer (ev. genug Mittel im Körper), was nach Absetzen wieder weg geht. Neu sind Warzen an den Füssen (zuunterst am Körper, altes Symptom). Der Körper und die Seele sind bereit für eine weitere Schwangerschaft.

Wenn die Heringschen Regeln in einer Behandlung nicht beachtet werden, entsteht eine Reise der Krankheit. Was zuerst an der Haut, funktionell gestört ist, verschiebt sich ins Innere auf immer wichtigere Organe, die Struktur verändert sich, wenn die Symptome durch die Behandlung weggezaubert werden.

Zum Beispiel führt eine Neurodermitis äusserlich behandelt oft zu Asthma. Das Asthma mit Spray behandelt führt oft zu Gelenk- oder Herzproblemen. Diese Reise versucht die klassische Homöopathie umzukehren oder zu verhindern.

8. Weitere wichtige Grundsätze der Homöopathischen Behandlung

Individualität: jeder Patient bekommt das für ihn spezifische Mittel

Kleinstmögliche Dosis: nur 1 Mittel, es wird selten wiederholt (Ausnahme Q-Potenzen)

Similia similibus curentur: d.h. Ähnliches wird mit Ähnlichem geheilt.

homoiios (griech.) = ähnlich

Arzneimittelprüfung: gesammelte Symptome, die ein Mittel bei Gesunden hervorbringt

Diese vier Grundsätze sind auch von grosser Wichtigkeit. Es würde den Rahmen unseres «Gesundheitsblattes» sprengen, näher darauf einzugehen. Deshalb biete ich ab und zu auch Vorträge an, um interessierten Menschen einen noch tieferen Einblick in die Homöopathie zu geben. So bleibt dies eine kleine, unvollständige Einführung in die Behandlungsmethode Klassische Homöopathie.

Ich hoffe, dass ich etwas zu Ihrem besseren Verständnis beitragen und Ihr Interesse für diese tolle Behandlungsmethode wecken konnte.

Wenn Sie weitere Fragen haben, stehe ich Ihnen jederzeit gerne zur Verfügung.

Falls Sie diese kurz gehaltenen Infobriefe nicht wünschen, können Sie sie hier mit einem Klick jederzeit abbestellen.

Ansonsten freuen wir uns auch auf Ihre konstruktive Rückmeldung oder Weiterempfehlung.