Rajan Sankaran

Homöopathie für eine neue Welt

Leseprobe

Homöopathie für eine neue Welt

von Rajan Sankaran

Herausgeber: Narayana Verlag



Im Narayana Webshop finden Sie alle deutschen und englischen Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise.

Copyright:
Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern
Tel. +49 7626 9749 700
Email info@narayana-verlag.de
https://www.narayana-verlag.de

Narayana Verlag ist ein Verlag für Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise. Wir publizieren Werke von hochkarätigen innovativen Autoren wie Rosina Sonnenschmidt, Rajan Sankaran, George Vithoulkas, Douglas M. Borland, Jan Scholten, Frans Kusse, Massimo Mangialavori, Kate Birch, Vaikunthanath Das Kaviraj, Sandra Perko, Ulrich Welte, Patricia Le Roux, Samuel Hahnemann, Mohinder Singh Jus, Dinesh Chauhan.

Narayana Verlag veranstaltet Homöopathie Seminare. Weltweit bekannte Referenten wie Rosina Sonnenschmidt, Massimo Mangialavori, Jan Scholten, Rajan Sankaran & Louis Klein begeistern bis zu 300 Teilnehmer



Inhalt

	Danke	ix
	Präludium	xi
	Ursprünge	1
1	Stress und sein Ursprung	19
2	Die beiden Lieder	32
3	Die Ebenen	43
4	Eine Landkarte der Innenwelt	69
5	Die drei Postulate	142
6	Unsere Bewältigungsstrategien	152
7	Die Technik zum Erreichen der Tiefe	179
8	Ein Zugang übers Kritzeln: Doodles	231



9 Metaphern 249

10 Bewusste Wahrnehmung – der Weg zur Heilung 261

11 Das andere Lied und die Homöopathie 274

12 Fallstudien 277

Fallbeispiel I 278

Fallbeispiel II 292

Fallbeispiel III 312

Zusammenfassung und Ausblick 335

Einige Fragen 341

Anhang 348

Einführende Literatur 348

Nützliche Adressen 349

Abbildungsverzeichnis 350

Stichwortverzeichnis 351



3 Die Ebenen

Einmal saß ich mit meinem vierjährigen Sohn und meiner Frau beim Frühstück. Wir delektierten uns an Wassermelonen, und ich sagte: „Herrlich! So was von saftig und lecker, ein Hochgenuss." Meine Frau nickte und sagte: „Und so gesund mit all den Vitaminen und Mineralien." Mein Sohn dagegen deutete auf die Melonenstücke auf seinem Teller und sagte: „Schau, Papa, das hier ist mein Schloss. Das ist ein Frosch und das da eine Schildkröte."

Drei Menschen, drei verschiedene Erfahrungen ein und derselben Melone. Ich erlebte sie emotional mit Gefühlen aus dem Spektrum von Mögen und Nichtmögen. Das Erlebnis meiner Frau war vom kalkulierenden Verstand und von Fakten aus dem Bereich Vorteil und Nachteil geprägt. Mein Sohn schließlich erlebte die Melone von seiner Fantasie her.

Man kann sich leicht vorstellen, dass es etliche Erfahrungsebenen geben muss. Meine Forschungen haben mich zu sieben verschiedenen Ebenen geführt. Wenn wir zum Beispiel zur Bank gehen, um Geld zu überweisen, agieren wir auf der intellektuellen Ebene. Sehen wir uns einen sentimentalen Film an, befinden wir uns im Allgemeinen auf der emotionalen Erfahrungsebene. Bei einem Scince-Fiction-Film oder Historiendrama wird es eher die Erfahrungsebene der Fantasie

sein. Im Allgemeinen werden wir jedoch feststellen, dass wir uns – zumindest in bestimmten Abschnitten unseres Lebens – überwiegend auf einer dieser Ebenen bewegen und weniger auf den anderen.

DIE EBENEN	
Ebene 1	Name
Ebene 2	Tatsache
Ebene 3	Gefühl
Ebene 4	Wahnidee
Ebene 5	Empfindung
Ebene 6	Energie
Ebene 7	Die Siebte

Bevor wir auf diese Erfahrungsebenen im Einzelnen eingehen, wird es gut sein, erst einmal ein Grundverständnis zu schaffen.

DAS EBENEN-MODELL

Wie war das noch damals, als wir Malen und Zeichnen lernten? Erst zogen wir einfach Linien, dann entstanden die ersten Figuren – dreieckige, viereckige, runde Formen. Nach und nach lernten wir, Dinge aus unserer unmittelbaren Erfahrungswelt nachzumalen – Häuser, Bäume, Menschen, Tiere. Mit der Zeit bekamen die Gesichter sogar einen Ausdruck, fröhlich oder traurig. Irgendwann sollten wir dann auch Bilder aus der Fantasie malen, etwas aus der Natur oder einen Marktplatz, ein Picknick und dergleichen. Noch später lernten wir zu abstrahieren und vermochten, uns dann einfach über Formen und

Farben auszudrücken, die keinen naturalistischen Bezug mehr haben mussten. Unsere geistige, körperliche oder spirituelle Erfahrung ließ sich durch das Medium der abstrakten Kunst gestalten.

Verbinden wir das nun mit dem Stufenmodell.

- Mit unseren ersten Kritzeleien ließ sich überhaupt nichts vermitteln, es waren einfach Striche und Formen. Sie ließen sich nur ganz direkt benennen: als Strich, als Kreis und so weiter.

  Das ist die erste Ebene: Name.

- Auf der nächsten Stufe malen wir Dinge ab, was mit gegebenen Tatsachen zu tun hat. Es existieren Dinge ringsum, und wir malen oder zeichnen sie ab.

  Das ist die zweite Ebene: Tatsache.

- Auf der dritten Stufe zeichnen wir beispielsweise einen fröhlichen oder einen traurigen Menschen. Wir fügen die Adjektive hinzu, die Regungen, die Gefühle.

  Das ist die dritte Ebene: Gefühl.

- Auf der vierten Stufe kreieren wir Dinge und Situationen aus der Fantasie. Es spielt keine Rolle, ob es sie wirklich gibt oder nicht, und ob wir sie selbst erlebt haben oder nicht.

  Das ist die vierte Ebene: Einbildung oder Wahnidee.

- Auf der nächsten Stufe haben wir gelernt zu abstrahieren, wir können geistige oder körperliche Empfindungen mitteilen sowie in Mustern und Formen Energie gestalten.

  Das sind die fünfte und die sechste Stufe: Empfindung und Energie.

Wir gehen also in diesem Lernprozess von etwas aus, was nur einen Namen hat, um schließlich zu etwas zu gelangen, was nur noch Energie und keinen Namen mehr hat.

Das Ebenen-Modell lässt sich auch auf unsere tagtägliche Erfahrung anwenden, auf unsere Tätigkeiten, unseren Umgang mit anderen, auf unsere Gedankengänge und Wahrnehmungen.

Nehmen wir als Beispiel die Betrachtung eines Berges.

- Eine Person könnte einfach den Namen (Ebene 1) wissen wollen: Mount Everest.
- Eine andere Person möchte Fakten (Ebene 2) hören, zum Beispiel wie hoch der Everest ist.
- Bei einem dritten würde der Berg Gefühle (Ebene 3) wecken, vielleicht Freude oder sogar Glück. Ein Mensch dieser Art wird sich nicht übermäßig für Fakten interessieren.
- Bei manchen wird der Berg lebhafte Vorstellungen vom Fliegen oder Himmelsvisionen auslösen. Hier sind wir auf der Stufe der Einbildungen oder Wahnideen (Ebene 4).
- Bei manchen Menschen geht die Erfahrung beim Anblick eines Berges noch tiefer und löst Körperempfindungen wie Leichtigkeit oder ein Schweben aus. Hier sind wir auf der Ebene der Empfindungen (Ebene 5).
- Und bei einigen wenigen geht die Erfahrung noch tiefer, sodass sie die Energie (Ebene 6) des Berges innerlich spüren und mitschwingen. Hier sind der Mensch, der den Berg wahrnimmt, und der wahrgenommene Berg eins. Ein Mensch, der einen Berg so erlebt, wird vielleicht einfach nur hüpfen, so „namenlos“ ist seine Erfahrung.

Die fünfte und sechste Ebene können wir gut bei Säuglingen und Kleinkindern beobachten, wenn sie auf irgendwelche äußeren Gegebenheiten reagieren. Da ist nichts von Namen, Gefühlen oder Fantasievorstellungen – ganz kleine Kinder fließen einfach mit der Energie des Augenblicks.

Diese Ebenen sind auch in jeder anderen Erfahrung wiederzufinden, ob es sich um einen Sonnenaufgang, ein Musikstück oder ein Gemälde handelt. Musik kann uns auf unterschiedlichen Ebenen ansprechen: Blues löst eher Emotionen aus, während klassische Musik tiefere Empfindungen weckt. Aus solchen Empfindungen können Fantasievorstellungen aufsteigen, aber am tiefsten bewegt uns absolute Musik, die im Allgemeinen nicht einmal einen Namen hat.

Das gleiche gilt für die Malerei. In dieser Kunstform können durchaus auch simple Fakten abgebildet werden, denken wir etwa and Porträts mit Titeln wie „His Highness the Duke of Gilberd". Gemälde können auch Emotionen transportieren, zum Beispiel das vielsagende Lächeln der Mona Lisa. Dann haben wir symbolische Kunstwerke mit Szenen, die Drachen, Dämonen oder Engel zeigen – lauter Dinge, die nicht in der Realität vorkommen und dem Bereich der Wahnideen zuzuordnen sind. Und schließlich die abstrakte Kunst mit farbigen Mustern, die ausschließlich Empfindung und Energie repräsentieren.

Aber auch auf jedem anderen menschlichen Betätigungsfeld sind die Ebenen zu erkennen, beispielsweise in Wissenschaft, Politik, Medizin und Religion oder auf dem Gebiet der zwischenmenschlichen Beziehungen.

Nehmen wir Religion: Religiöse Erfahrung kann von sehr unterschiedlicher Tiefe sein. Manche Menschen erleben Religion ihr Leben lang immer gleich, bei anderen machen die religiösen Überzeugungen und die Praxis im Laufe der Zeit eine Entwicklung durch, die über etliche Stufen gehen kann, also etwa von der Ebene des Namens bis zur Ebene der Energie. Ganz oberflächliche religiöse Erfahrung (Ebene 1, Name) besteht unter Umständen in nicht mehr, als dass man sich als Hindu, Katholik, Muslim und so weiter bezeichnet. Auch die Faktenebene ist noch relativ oberflächlich und beschränkt sich auf die vorgeschriebenen täglichen Gebete und Rituale, auf den Kirchgang oder die

Lektüre heiliger Schriften. Eine Ebene tiefer kann Religion eine emotionale Erfahrung werden, zum Beispiel mit Gefühlen von Freude, Gelassenheit, Geborgenheit – ein Gefühl, sich auf das, woran man glaubt, verlassen zu können. Wenn jemand die innere Geschichte (Wahnidee) „In der Wildnis verirrt" lebt, ist ihm Religion vielleicht das, worin er sich „gefunden" fühlt. Wieder anderen gibt Religion die Empfindung von Verbundenheit oder Zusammenhalt, von Einigkeit und Zugehörigkeit. Auf der tiefsten Ebene beziehungsweise in abstrakter Form kann Religion eine Erfahrung von reiner spiritueller Energie sein.

AUCH KRANKHEIT KANN WIE ALLES ANDERE AUF VERSCHIEDENEN EBENEN ERLEBT WERDEN:

Jemand mit einer weit fortgeschrittenen Krebserkrankung hat sein Schicksal vielleicht angenommen und erlebt keine Ängste und Befürchtungen oder Gram, nur die mit seinem Zustand verbundenen Symptome. Für ihn besteht seine Krankheitserfahrung einfach aus einem Namen und Tatsachen: Er hat Krebs (Ebene 1 und 2).

- Eine junge Frau mit rheumatoider Arthritis könnte dagegen unter starken Zukunftsängsten leiden. Vielleicht steht überhaupt diese Zukunftsangst im Vordergrund, mehr als die Krankheit selbst. Sie erlebt die Arthritis als Angst. Sie wird dann auch die Schmerzen und die Bewegungseinschränkung als Angst erleben. Kurzum, sie erlebt ihre Krankheit überwiegend emotional (Ebene 3).
- Eine andere junge Frau mit einem Ekzem wird vielleicht befürchten, dass man sie wegen dieses Hautflecken meiden wird. Der Juckreiz und das Abschuppen der Haut werden sie weniger plagen als die (eingebildete) Angst, man werde ihr aus dem Weg gehen. Ihre Krankheitserfahrung hat etwas Wahnhaftes (Ebene 4).

- Ein Asthmatiker wird vielleicht etwas straff Gebundenes und Beengendes in der Brust empfinden, und man wird diese Empfindung in anderen Körperzonen und auf der geistigen Ebene wiederfinden. Er erlebt seine Krankheit auf der Empfindungsebene (Ebene 5).
- Bei einem Kind, das sich immer wieder erkältet und Husten bekommt, werden wir vielleicht beobachten, dass es unaufhörlich herumrennt und in ständiger rascher Bewegung ist. Es scheint seine Erkältung und den Husten gar nicht zu bemerken. Sein Erleben und seine Lebensäußerungen sind offenbar einzig durch dieses Energiemuster bestimmt, unter dessen Einfluss es einfach rennt und rennt. Sein Erleben ist von der Ebene der Energie geprägt (Ebene 6).

Nachdem wir nun einen generellen Eindruck von den Ebenen bekommen haben, wollen wir etwas mehr in die alltäglichen Details gehen, um ein klareres Verständnis zu bekommen.

Ebene 1: Name

Auf dieser Ebene wird alles einfach als sein Name beziehungsweise als eine Zuordnung erlebt. Wir geben dem jeweiligen Ding oder Ereignis eine Identität und sortieren es in eine Schublade ein, damit es keine Identifizierungsprobleme gibt, wenn uns wieder einmal etwas begegnet, was ähnlich aussieht. Erfahrung endet auf dieser Ebene mit der Benennung oder Einordnung der jeweiligen Situation oder Person oder Sache.

Zum Beispiel: „Dies ist ein Computer." oder „Das hier ist Kate."

In der Medizin entspricht dem eine Diagnosestellung wie etwa „Das ist Asthma." oder „Hier liegt ein Fall von Depression vor." Ist die Erfahrung einmal benannt, wird die Person nicht mehr für tiefere Erfahrung aufgeschlossen sein.

Ebene 2: Tatsache

Ein wenig tiefer wird eine Situation als eine Reihe von Fakten erlebt. Ein Computer wäre dann einfach: seine Ausstattungsdetails, seine Spezifikationen, sein Preis, der Hersteller und ähnliches.

Bei Kate ist es nicht viel anders. Wenn wir nur ihre „Fakten" betrachten, haben wir Körpergröße, Gewicht, Alter, Wohnort, Beruf, Sprache und was es sonst noch an Wissbarem über sie gibt.

Auch bei einer Situation kann man sich auf die Betrachtung objektiver Fakten des Wann, Wo und Was beschränken.

Ebene 3: Gefühl

Der Wunsch, die Tatsachen über eine Person oder Situation zu kennen, entsteht jedoch in einer tieferen Schicht, auf der emotionalen Ebene. Wir möchten einen Menschen kennen und alles über ihn wissen, weil wir ihm Gefühle entgegenbringen, etwa Liebe, Argwohn oder Hass.

Eine Erfahrung auf der Faktenebene beansprucht den Verstand und das Denken, während wir uns den Fakten auf der emotionalen Ebene mehr mit dem Gefühl als mit dem Verstand zuwenden. Auf der Faktenebene beschränken wir uns auf die relevanten objektiven Details einer Situation – Wo? Wann? Was? Auch hier können Emotionen beteiligt sein, aber sie beherrschen nicht das Bild. Die emotionale Ebene ist jedoch Grundlage der Erfahrung auf der Faktenebene. Wenn es bei den Fakten um Gelddinge geht, Bankguthaben und dergleichen, kann Angst vor Armut dahinter stehen. Und bezieht sich die Faktenerfahrung auf Familie, Freunde und andere Beziehungen, können Kränkung und Enttäuschung die Grundlage sein.

Manchmal bewegt uns etwas so sehr, dass wir die objektiven Tatsachen der Situation gar nicht mehr wahrnehmen. Wir sehen etwa einen Wagen und denken: „Boah!" Der bloße Anblick schlägt uns in

seinen Bann, und wir wünschen uns nur noch, dieses Auto zu besitzen. Wir sehen uns schon als Besitzer und haben keinen Blick für die Fakten wie Preis, Ausstattung, Leistungsdaten. Wir reagieren gänzlich auf der emotionalen Ebene.

Auf dieser Erfahrungsebene bewegen wir uns die meiste Zeit, zumindest die Erwachsenen. Erwachsene sagen häufig: „Ich habe Ärger mit…", und dann folgt vielleicht der Name von jemandem in der Familie oder am Arbeitsplatz. Wir reagieren auf alles im Leben gemäß den damit verbundenen Gefühlen wie Ärger, Gereiztheit, Verwirrung. Unsere Sprechweise, unsere Reaktionen, unsere Befürchtungen – all das geht aus solchen Gefühlen hervor, und die Gefühle wiederum entspringen einer tieferen Ebene, die uns normalerweise nicht bewusst ist. Es ist die Ebene der Imagination oder Fantasie. Ein bestimmtes Gefühl in irgendeiner Situation kommt nur durch unsere Betrachtungsweise der Situation zustande. Wir sind nur bekümmert oder traurig über etwas, das wir als Verlust erleben. Und dahinter steht oft keine objektive Betrachtung, sondern ein subjektives Bild der Realität: buchstäblich Einbildung.

Gefühle entstammen also der Ebene der Einbildungen, Fantasien und Wahnideen oder ganz allgemein: der Bilder. Die bildhafte Wahrnehmung einer Situation ruft bestimmte Regungen wach. Nach meiner Erfahrung gibt es drei Grundgefühle, nämlich Ärger, Angst und Kummer mitsamt ihren Gegenteilen Gelassenheit, Geborgenheit und Freude. Alle anderen Gefühle sind Abwandlungen dieser Grundgefühle.

Gefühle sind individuell. Die ganze Welt kann ein und dieselbe Situation wahrnehmen, aber die damit verbundenen Gefühle sehen von Mensch zu Mensch sehr unterschiedlich aus. Wenn wir etwa die gegenwärtige weltweite Terrorwelle nehmen, so zeigt sich, dass manche mit starken Ängsten, andere mit Wut und wieder andere mit Gefühlen von Traurigkeit darauf reagieren. Alle Menschen sind zu

jeder Gefühlsregung fähig, aber wenn es um bestimmte Situationen geht, stellt sich heraus, dass die Reaktionen sehr individuell sind.

Ebene 4: Einbildung/Wahnidee

Gefühle stammen also bei näherer Betrachtung von bildhaften Vorstellungen oder Assoziationen ab. Unsere Augen sehen etwas Bestimmtes, aber es kommt vor, dass wir uns in der Tiefe einbilden, es sei etwas anderes – wir nehmen es dort entstellt wahr.

Zum Beispiel erleben wir Angst, wenn wir etwas Gefährliches wahrnehmen, auch wenn gar keine echte Gefahr vorliegt, sondern wir nur auf bestimmte Umstände oder Personen besonders empfindlich reagieren. Wie unbedenklich etwas auch sein mag, wenn wir



es als bedrohlich wahrnehmen, löst das eine ganze Kettenreaktion von Gefühlen, Empfindungen (auch körperlicher Art) und anderen Reaktionen aus: Die Einbildung zieht eine Angstreaktion nach sich. Und unsere individuelle Wahrnehmungsverzerrung kann ein Leben lang gleich bleiben.

Nehmen wir als Beispiel eine Schülerin, die einen bestimmten Lehrer nicht ausstehen kann (Gefühl), weil sie ihn als einen Despoten sieht, der sie nur foltern will (Wahnidee). Immer wenn sie diesen Lehrer sieht, empfindet sie im Bauch einen Schmerz „wie von einem Faustschlag". Natürlich tut der Lehrer nichts dergleichen, aber wir sehen, wie die Wahnidee hier die Gestalt einer körperlichen Empfindung annimmt.

Wenn jemand in Sklaverei lebt, ist es ganz natürlich, dass er sich unterdrückt fühlt und frei sein möchte. Aber, wenn er schließlich frei ist und trotzdem weiterhin so fühlt wie zuvor, kann mit seiner Realitätswahrnehmung etwas nicht stimmen. Wir könnten sagen, dass die Zeit der Sklaverei extrem hart und stressig für ihn war und eine geistig-seelische Prägung hinterlassen hat, die sein Leben lang so bleibt – und jetzt kann er seine Lage nicht mehr so sehen, wie sie tatsächlich ist, weil er innerlich doch immer wieder Bilder der Gefangenschaft heraufbeschwört.

Sklaverei dürfte heute kaum noch vorkommen, und wenn jemand trotzdem solch eine Wahnvorstellung hat, ist es schwer, etwas zu finden, was sie rechtfertigen könnte. Bei Wahnideen und anderen bildhaften Vorstellungen ist es aber so, dass alle Menschen einen Bezug dazu haben. Es kann einem so vorkommen, als gäbe es tief in unserem Inneren eine Datenbank mit Erinnerungen an all die unzählig vielen Erlebnisse der Menschheit seit dem Beginn ihrer Geschichte. So dürfte jeder Einzelne auf der Ebene der bildhaften Vorstellungen mit der kollektiven Psyche der Menschheit verbunden sein.

Im Unterschied zu Empfindungen (die aus allen Reichen der Natur stammen können) sind Einbildungen und Wahnideen spezifisch menschlich.

Wahnideen haben in Mythen und Märchen, in Kunst und Literatur, in Filmen und vielen anderen Ausdrucksformen menschlicher Kreativität, in denen Fantasie eine Rolle spielt, ihren Ausdruck gefunden.

mierte. Ich bat sie zu schildern, wie sie diese Situation erlebte. Sie sagte: „Seit ich mit ihm verheiratet bin, muss ich immer bei ihm sein, und jetzt versorge ich ihn eigentlich wie eine Mutter. Es zehrt an mir. (Sie weint die ganze Zeit.) Wie weit soll ich mich denn noch kreuzigen?“

Etwas später sagt sie: „Das ist mein Kampf mit mir selbst, ich fühle mich angebunden, in meiner Freiheit beschnitten. Ich fühle mich wie in der Sklaverei. Als säße ich in der Falle und bekäme keine Luft.“

Wir erkennen hier schon das tierische Lied – den Kampf zwischen zwei Kontrahenten, aber auch das Ringen im eigenen Innern.

Ich bat sie, etwas mehr über „in der Falle sitzen und keine Luft bekommen“ zu sagen. Ihre Antwort: „Ich fühle mich wie ein Vogel, der nicht frei ist. Ich kann nicht losfliegen und den Himmel sehen, was ich so gern tun würde. Ich fühle mich, als hätte man mir die Flügel gestutzt, sodass ich anderen ausgeliefert bin.“

Das entspricht recht gut der Geschichte eines Vogels, der durch die Bedürfnisse seiner Jungen gebunden ist und auf den Tag wartet, an dem seine Pflichten erfüllt sind, und er sich wieder zum Himmel aufschwingen kann.

■ Mollusken

Bei den **Mollusken** oder Weichtieren besteht die Überlebensstrategie im Rückzug in ihre Schale.

Wenn ein Mensch das Molluskenlied in sich hat, wird er sich als weich und verletzlich erleben und folglich für eine harte Schale sorgen, in die er sich zurückziehen kann. Diese Sicherheit hat allerdings



ihren Preis: Unbeweglichkeit, Ortsgebundenheit, nicht viel an der Welt da draußen teilnehmen können. Auch hier kommt die Überlebensstrategie dieser Menschen auf einer tiefen Empfindungsebene in Worten und Gesten zum Ausdruck.

Nehmen wir als Beispiel den Fall eines achtzehnjährigen Mädchens mit wiederkehrenden Kopfschmerzen.

(R: Dr. Rajan Sankaran, P: Patient, Hg: Handgeste)

R: Wo fehlt's?

P: Seit sechs Wochen bekomme ich immer wieder diese schrecklichen Kopfschmerzen. Es fängt meistens rechts an und breitet sich im Laufe des Tages einfach aus. Und manchmal habe ich einen heftig drückenden Schmerz seitlich in der Nase. Wenn der vorhanden ist, dann hat es etwas Verstopftes (Hg: drückt etwas zu einer Seite hin), und besser wird es, wenn ich das Licht ausmache. Beim Gehen und manchmal durch einen Ruck wird es schlimmer. Meine Mama hat genau die gleichen Schmerzen. Das ist es eigentlich.

R: Erzählen Sie ein bisschen mehr über den Kopfschmerz.

P: Es ist wie eine Blockierung (Hg: umschreibt mit einer Hand das rechte Auge) im Auge. Manchmal habe ich das Gefühl, es ist ein bisschen geschwollen, aber nicht rot. Aber das ganze Gebiet ist dann wie zusammengedrückt. Als ich die Prüfungen hatte, kam das viel häufiger vor. Jetzt habe ich relativ Ruhe, aber es kann mal am Abend oder zu irgendeiner Zeit vorkommen. Irgendwie weiß ich, dass das Kopfweh kommt, erst hat es so etwas Schleichendes, und dann fängt es an, Schwere.

(Autor: Lokale Empfindungen – schrecklich, heftig drückend, Blockierung. Handgeste zu Blockierung.)

R: Bitte noch etwas mehr über die Art Ihrer Kopfschmerzen.

P: Es ist kein pochender Schmerz (Hg, als hielte sie einen Ball), einfach ein Drücken, mehr oder weniger stark. An einem besonders stressigen Tag kann es schon sehr störend sein. Aber während der Prüfungen kann ich kaum sitzen und mich auf die Bücher konzentrieren. Es hat etwas Zusammendrückendes (Hg als hielte sie einen Ball in der rechten Hand). Auch mein Auge und alles, das ganze Gebiet ist wie unter starkem Druck (ähnliche Hg). Es ist kein pulsierender Schmerz; ich spüre einen Druck auf dem Auge, dieser Nasenseite und diesem ganzen Gebiet. Und wenn ich da drücke, wird es eindeutig besser.

(Autor: Weitere Empfindungen – etwas Zusammendrückendes, starker Druck.)

R: Wenn Sie „etwas Zusammendrückendes" sagen, was genau meinen Sie damit?

P: Was ich schon erklärt habe, kein pulsierender Schmerz (Hg: pulsierend), ich spüre einen Druck, diese ganze Sache, auf dem Auge und dieser Nasenseite und in diesem ganzen Bereich. Und wenn ich da drücke, wird es deutlich besser.

R: Beschreiben Sie diesen Druck noch etwas weiter.

P: Wenn ich drücke, damit es besser wird?

R: Nein, nein. Sie haben „etwas Zusammendrückendes" und „Druck" gesagt; beschreiben Sie das.

P: Mein Auge fühlt sich an, als wäre es halb offen. Vielleicht sieht es gar nicht wirklich so aus. Aber für mich fühlt sich alles wie zusammengedrückt/geschrumpft an (sie sagt das auf Hindi; Hg: schließt die geöffnete Hand). Es ist nicht wie ein pochender Schmerz oder ein pulsierender Schmerz (Hg: Hand öffnet

und schließt sich mit Nachdruck). Es geht Richtung innen (Hg: Sie greift etwas mit der Hand und zieht es zu sich her), und es wird eindeutig schlimmer, wenn ich es beachte. Ich denke aha, jetzt bekomme ich Kopfweh. Dann nimmt es zu. Aber, wie soll ich sagen, dieser ganze Bereich ist dann (Hg: Hand öffnet und schließt sich wiederholt, als würde sie etwas greifen), so fühlt es sich für mich an, wie zusammengedrückt. Mir fällt nur dieses Wort ein, um es zu beschreiben.

> *(Autor: Kein pulsierender oder pochender Schmerz [Hg]. Ein „Zusammendrücken", dazu eine Hg, „geschrumpft", „einwärts".*
>
> Die Empfindung lässt sich in Worten nicht ganz beschreiben. Wir achten in so einem Fall besser auf die Gesten als auf die Worte. Das Wort „zusammengedrückt" erfasst es nicht ganz. Man muss die Energie sehen.)

R: Sie machen da eine Handbewegung, so etwa.

P: Das ist ein (Hg: Hand schließt sich und zieht zurück) Zusammendrücken.

> *(Autor: Das ist die wichtigste Handgeste im ganzen Fall.)*

R: Beschreiben Sie diese Handbewegung noch etwas näher.

P: Es ist kein Pulsieren (Hg: Öffnen und Schließen der Hand), sondern einwärts (Hg: schließt die Hand und zieht sie zurück). Viele haben ja diese pochenden Kopfschmerzen, dieses tak, tak, tak da drinnen. Nein, so ist das gar nicht. Einfach Schmerz. Jetzt gerade ist es auch so. Dieser Bereich hier, es tut einfach weh. Ich bin schon richtig daran gewöhnt, so lange habe ich das schon. Mir fällt kein Wort dafür ein. Eben jetzt ist der Schmerz da, wenn auch schwach, aber es tut einfach weh. Ich wüsste nicht, wie ich

das beschreiben soll. Das ist ein ganz unangenehmes Gefühl, und im Laufe des Tages nimmt es immer weiter zu, bis es richtig wehtut. Schmerz, ja, ich kann es nur so nennen. Es tut richtig weh.

R: Sagen Sie etwas zu dieser Handbewegung. Machen Sie es noch einmal.

P: Es ist (wieder diese Hg: die Hand schließt sich und wird zurückgezogen).

R: Ja. Ich hätte gern, dass Sie das beschreiben. Denken Sie im Moment mal nicht an den Schmerz. Beschreiben Sie einfach diese Bewegung.

P: Das (Hg: schließt die Hand und zieht sie zurück) ist die ganze Sache. Manche sagen, dass sie hämmerndes (Hg: hämmernd) Kopfweh haben. So ist das bei mir nicht. Irgendwer will mir nicht erlauben, diesen Teil zu benutzen. Es ist ...

R: Nur diese Bewegung. Machen Sie das noch einmal.

P: (Hg: Hand schließt sich und zieht rückwärts) Zusammendrücken.

(Autor: Wir haben bislang eine Handgeste, die das Energiemuster erkennen lässt. Das „Hämmern" gehört insofern auch zur Geschichte, als sie es von sich aus verneint. Mit dem Hämmern ist eine Handgeste verbunden, und sie sagt: „Irgendwer will mir nicht erlauben, diesen Teil zu benutzen." Jemand tut ihr etwas. Das gibt uns einen Hinweis in Richtung Tierreich.

Wenn die Energie sichtbar wird, kommt es darauf an, die Person von ihrer Beschwerde, in diesem Fall dem Kopfschmerz, abzubringen und auf die Empfindung einzugehen. Dazu knüpfen wir bei etwas an, das die Energie zeigt, bei einer Geste oder einem Wort. Und hier verlassen wir den Boden des Vertrauten

und lassen uns mit dem Patienten auf das völlig Unbekannte ein. Was dann kommt, kann abwegig, albern oder völlig unsinnig wirken. Wir müssen uns darauf einlassen – in dem Vertrauen, dass es wirklich das ist, worauf es ankommt. Dieses Vertrauen zu entwickeln kann eine Weile dauern.)

R: Ja, sagen Sie etwas über diese Bewegung. Nur diese Handbewegung.

P: Wie gesagt, es ist wie ein (gleiche Hg) Zusammendrücken. Alles wird nach innen komprimiert, und dann komme ich da nicht mehr hin. Alles (gleiche Hg) einwärts. Komprimiert und wie zugesperrt. Und dann lässt es mich einfach nicht mehr ... ich kann es dann nicht benutzen.

(Autor: Wenn wir anhand der Handgeste das Energiemuster erkunden, werden wir zur Empfindung geführt, und die gibt uns Hinweise auf das Naturreich, die Unterabteilung und schließlich die konkrete Ausgangssubstanz, die das andere Lied unseres Patienten repräsentiert. Im vorliegenden Fall bestehen diese Hinweise in den Ausdrücken „zusammengedrückt", „geschrumpft", „einwärts", „zugesperrt" und „ich komme da nicht mehr hin".)

R: Sie machen das sehr gut. Vielleicht müssen wir einfach noch besser verstehen, wie Sie das erleben. Machen Sie sich bitte keine Gedanken, wie das klingt, was Sie sagen. Wie Sie es bisher gemacht haben, ist es völlig in Ordnung. Ich frage nicht nach, weil Ihre Antwort falsch war. Aber mit dem Nachfragen kann ich Sie immer noch ein bisschen besser verstehen.

P: Da fällt mir ein Stein vom Herzen.

(Autor: Zuspruch ist notwendig, wenn es anfängt, unsinnig zu werden.)

R: Also bitte noch etwas mehr über diese Handbewegung.

P: Was kann ich da noch sagen?

R: Einfach beschreiben. Machen Sie die Handbewegung noch einmal, und dann beschreiben Sie sie. Machen Sie die Bewegung.

(Autor: Wir fragen nicht, was die Handbewegung bedeutet oder an was die Patientin durch sie erinnert wird. Wir sind nicht auf Interpretation aus, sondern auf eine schlichte Beschreibung.)

P: (Wieder die gleiche Hg).

R: Was ihnen dazu einfällt, erzählen Sie.

P: Ich zeige damit doch einfach, wie das mit dem Kopfweh ist.

R: Lassen Sie das Kopfweh mal weg, vergessen Sie „Zusammendrücken", vergessen Sie „Druck", vergessen Sie das alles. Einfach diese Bewegung – erzählen Sie mir, was Ihnen dazu einfällt, egal was.

(Autor: Das hilft unserem Patienten, sich von den gewohnten Beschreibungen zu lösen und näher an die Empfindung heranzukommen.)

P: Es ist ein (Hg) Einziehen (Hg).

R: Sagen Sie etwas über „einziehen".

P: Wie, wenn es (Hg) gezogen wird und dann irgendwie in (Hg) etwas Abgeschlossenes geht und man nicht mehr drankommt. Es ist einfach so, wie soll ich das erklären?

(Autor: Hier spricht sie jetzt nicht mehr von „Zusammendrücken" oder „nicht hämmernd", sondern bringt eine neue Empfindung ins Spiel: „einziehen". Wenn wir verschiedene Empfindungen haben, deren Zusammenhang nicht zu erken-

nen ist, liegt darin ein Hinweis auf das Tierreich. Beim Tier sind die Empfindungen nicht Abwandlungen einer Grundempfindung, sondern bilden einen Prozess, einen Handlungsablauf. Die Empfindungen reihen sich zu einer Geschichte.

Einziehen, schrumpfen, zusammenziehen, abgeschlossen. Wir brauchen nur bei irgendeiner Phase dieses Ablaufs anzusetzen, dann werden wir schließlich die ganze Abfolge vor uns haben. Wir fragen nach „gezogen", und sie erzählt von einziehen, abgeschlossen, man kommt nicht dran. Das ist eine Phase der ganzen Abfolge, und wir können jetzt fragen, was davor oder danach war: Was führte zu „eingezogen, abgeschlossen und nicht drankommen" oder was folgte daraus? Dann kommt die ganze Geschichte des bestimmten Tiers, das wir suchen, zum Vorschein.)

R: Sie machen das ganz wunderbar. Jetzt sagen Sie mir noch etwas mehr über „einziehen, geht in etwas Abgeschlossenes, man kommt nicht mehr dran". Beschreiben Sie es einfach.

(Autor: Wir benutzen genau das, was sie sagt, und heben auch nichts hervor, was sie nicht besonders betont hat.)

P: Im Hinblick auf den Kopfschmerz?

R: Nein, Kopfschmerz spielt jetzt keine Rolle.

P: Okay.

R: Einfach nur: „eingezogen, geht in etwas Abgeschlossenes, ich komme nicht mehr dran".

P: Als würde es sich auf etwas Abstraktes beziehen?

R: Was Ihnen dazu einfällt.

P: Ich weiß nicht, aber für mich ist es so, als würde da etwas zurückgehalten (wieder die Hg) oder sich entziehen. Deshalb

komme ich nicht mehr dran. Und meine Geste ist dieses Zurückhalten und Einbehalten.

R: Was ist mit diesem „zurückhalten"? Sie sagen: „als würde da etwas zurückgehalten oder sich entziehen". Schildern Sie das einfach noch ein bisschen näher.

P: Wie bei... was kann ich da noch weiter erklären?

R: Diese Geste kann Ihnen dabei helfen. Das ist wie zurückhalten, einbehalten. Ich möchte dieses „komme nicht dran" verstehen. Ich versuche mich heranzutasten.

P: Es ist wie... (gleiche Hg). Wissen Sie was, „in eine Schale zurückgezogen" passt am besten.

> *(Autor: Zurückhalten ist also „einbehalten", „in eine Schale zurückgezogen". Die Empfindungen sind: zusammengedrückt, geschrumpft, einziehen, einbehalten, abgeschlossen. Sie sind Reaktion auf etwas heftig Drückendes.)*

R: Beschreiben Sie mir dieses „in eine Schale zurückgezogen".

P: Wenn etwas nach innen geht, wenn ein Lebewesen sich in eine Schale zurückzieht, kommt man nicht mehr an es heran. Es ist unerreichbar. Genauso ist das hier. Es ist einfach (die gleiche Hg) zurückgehalten, weg.

> *(Autor: Der hauptsächliche Überlebensreflex des Wesens zeigt an, in welcher Unterklasse des Tierreichs wir uns befinden. In diesem Fall: Mollusken.*
> *„Zurückgehalten" ist aber nur ein Teil des ganzen Ablaufs. Es nimmt eine Bedrohung wahr, also zieht es sich zurück und macht sich unerreichbar. Wenn wir nach dem Lebewesen fragen, zielen wir auf den ganzen Prozess und nicht nur einen Teil.)*

R: Erzählen Sie von diesem Lebewesen, das in eine Schale geht.

P: Mehr weiß ich nicht. Ich habe alles gesagt.

R: Irgendetwas, was Ihnen zu „Ein Lebewesen geht in eine Schale“ einfällt. Beschreiben Sie das Lebewesen, schildern Sie die Erfahrung, oder was Ihnen gerade einfällt.

P: Ich bin wohl schon immer introvertiert gewesen. Das heißt, ich habe auch so einen kleine (Hg: schließt die Hand) Schale. Also, wie bei allen Introvertierten, sie sind einfach... nicht, dass ich ungern unter Leuten wäre, aber es gibt bestimmte Leute, mit denen ich besonders gern zu tun habe, die wie ich sind. So kann man das sagen. Es ist nicht so, dass ich in einer Menschenmenge untergehen würde. Ich suche mir dann einfach die Richtigen und fertig. Mit den übrigen habe ich nicht so gern zu tun. Und wenn ich Jemanden überhaupt nicht mag, dann gehe ich eben auch in meine Schale und bin sehr still und reserviert.

(Autor: Wenn wir zum Ursprung ihres anderen Liedes kommen und nach der Schale fragen, erkennt die Patientin es plötzlich in ihrem Leben. Sie sagt: „Ich habe eine Schale; ich bin introvertiert.“ Wir wollten herausfinden, wozu die Schale dient, beziehungsweise worin die Bedrohung besteht, und das ist der Punkt, an dem sich das Ganze auf sie als Person ausweitet. Jetzt ist es nicht mehr mein Kopfschmerz, sondern ich bin es. Das Lokale wird global. Das ist in vielen Fällen der Wendepunkt: Das Lokale weitet sich zum Globalen aus, und das lokale Geschehen erweist sich als bezeichnend für die ganze Person. Die Essenz der Kopfschmerzen ist die Essenz ihres ganzen Wesens. Was für einen Teil gilt, gilt für das Ganze, und an dieser Stelle haben wir das Zentrum des Kreises erreicht. Bis dahin haben wir noch keine Gewissheit. Die Beschreibung der Beschwerde muss mit der Beschreibung meines Wesens identisch sein – solange das nicht der Fall ist, haben wir das Zen-

trum des Kreises noch nicht erreicht. Es ist wie mit der DNA, die in allen Zellen des Körpers gleich ist. Deshalb kann man den Faden bei einer homöopathischen Anamnese irgendwo aufnehmen und wird doch schließlich zum Gesamtbild kommen.)

Verständnis des Falls

Die Patientin erlebt den Kopfschmerz als schrecklich, heftig drückend, Blockierung. Zu Blockierung gehört eine Handgeste. Dann benutzt sie den Ausdruck „Zusammendrücken", aber die begleitende Handgeste zeigt eine Bewegung. Tiere bewegen sich, und eine bewegte Handgeste gibt einen Hinweis. Sie verwendet die Ausdrücke „geschrumpft" und „einwärts". Etwas geht nach innen, und man erreicht es nicht mehr.

Die in der Hauptbeschwerde liegende Empfindung ist die zentrale Empfindung für den ganzen Fall. Wir bekommen durch die Handgesten einen Eindruck vom Energiemuster. Von hier aus können wir zur Empfindung kommen, die uns Hinweise auf das Naturreich, die Untergruppe und schließlich das bestimmte Lebewesen gibt.

„Etwas verweigert mir den Zugang zu diesem Teil." Hier zeigt sich nun, dass *jemand ihr etwas antut*, und das ist ein deutlicher Hinweis auf das Tierreich. Hier fängt es auch an, unsinnig zu werden, sodass die Patienten jetzt die Versicherung benötigt, dass sie ihre Sache gut macht.

An dieser Stelle fordere ich sie auf, von Kopfweh und allem anderen einmal abzusehen. Dadurch fällt es ihr leichter, sich auf ihre Handgesten und Empfindungen einzulassen.

Etwas „zieht einwärts", sagt sie. Damit haben wir nach „geschrumpft", „Zusammendrücken" und „Blockie-

rung“ eine weitere Empfindung, und auch diese Vielfalt der Empfindungen deutet auf das Tierreich hin.

Wenn wir uns jetzt ganz auf die Aktion konzentrieren, kommt erfahrungsgemäß der gesamte Prozess zum Vorschein. Wir fragen also nach „gezogen“, und sie sagt, dass etwas geschlossen ist und einwärts gezogen wird. Das ist Teil einer Abfolge, und um das Gesamtbild zu bekommen, müssen wir noch wissen, was vorher war und was folgt; was führte zu diesem Einziehen und Schließen? Sie bezeichnet es als ein „Zurückhalten“, „in eine Schale gehen“. In der Schale fügen sich alle Empfindungen zu einem Ganzen.

Die vorrangige Überlebensreaktion weist auf eine Untergruppe des bereits bestimmten Tierreichs hin, in diesem Fall Mollusken, die Weichtiere.

Was hat es mit der Schale auf sich? Auf welche Bedrohung hin musste sie sich diese Schale zulegen? Sie sagt (in einem hier nicht wiedergegebenen Teil des Gesprächs), dass sie Niemandem trauen kann. Das ist ein Gefühl und kann uns als Ausgangspunkt für unser Forschen nach Wahnideen und Empfindungen dienen.

Hier ein kurzer Eindruck vom Verlauf dieses Teils des Gesprächs:

Was würde passieren, wenn Sie vertrauen? „Man hört und liest so viel über Mord, Raub, Vergewaltigung und zerstörte Beziehungen.“ Worauf reagieren Sie besonders empfindlich? „Vertrauensbruch.“ Daran würde sie „zerbrechen“. Ein wichtiges Wort, weil es nicht spezifisch menschlich ist. Zerbrechen ist etwas, das plötzlich geschieht.

In einer Schale erlebt man sich als beengt.

Es ist ein unüberschaubares Durcheinander, eine klebrige Situation. Etwas hat dich, und du hängst da fest, gefangen.

Gefangen, fixiert in einer klebrigen Situation – lauter nicht spezifisch menschliche Dinge, unlogisch, sonderbar und sehr individuell.

Ängste als Kind? Klaustrophobie, die Wände rücken von allen Seiten näher. Sie beschreibt es als Austernschale.

Weshalb ziehen Sie sich zurück? Besser unterdrückt man gleich alles, als dass man vertraut, und einem dann übel mitgespielt wird. Sie hat etwas von einer Auster. Austern sind zweischalig und sitzen fest.

WORAN MAN DAS MINERALISCHE LIED ERKENNT

Die Grundthematik des Mineralreichs ist Strukturbildung, Strukturerhalt und Strukturverlust.

Der Grundzug des Mineralreiches ist durch die beiden Ausdrücke „Struktur“ und „Ordnung“ gekennzeichnet. Diese beiden Merkmale kommen der naturwissenschaftlichen Erforschung dieses Naturreichs sehr entgegen. Hier geht es in vielerlei Hinsicht geordnet und überschaubar zu, was uns zum Beispiel ermöglicht, sämtliche Elemente in einer „Periodensystem“ genannten Tabelle exakt darzustellen. Die Chemie ist aufgrund dieser Ordnung im Reich der Elemente und ihrer Verbindungen eine exakte Wissenschaft. Das Periodensystem erzählt uns die Geschichte der Strukturbildung vom Wasserstoff, dem in seiner Atomstruktur einfachsten Element, über schwerere Elemente

■ Das Spiel, das dem Aktionsmuster des unmöglichen Typs entspricht

Für einen Menschen mit diesem Weltbild und Reaktionsmuster kommt nur ein Spiel infrage, bei dem er von vornherein keinerlei Aussicht auf Erfolg hat. Man stelle sich einen durchschnittlichen Schachspieler vor, der es mit dem allerneuesten Schachcomputer aufnimmt. Da besteht keinerlei Hoffnung, der ungünstige Ausgang ist sicher.

TYPEN UND SCHLÜSSELBEGRIFFE

Der Panik-Typ	**Der Krisen-Typ**	**Der mögliche Typ**	**Der zweifelnde Typ**	**Der verfolgte Typ**
Akut Plötzlich Heftig Panik Gefahr Reflex Flucht Hilflos Entsetzen Wahnsinn Säugling Schreck Beunruhigung Sturm Instinktiv	Krise Intensiv Sinken Sich erholen Kind Intensives kurzes Bemühen Subakute Notsituation Heimweh Heftiges Ringen Kritische Phase Kollaps Geborgenheit finden Ungeduld Fordernd	Anstrengung Erfolg Optimistisch Kampf Möglich Hoffnungsvoll Zuversicht Behaglich Erreichbar	Versuchen Aufgeben Hinnehmen wechselt mit Anstrengung Gereizt Unbehagen	Festgefahren Unverhoffter Angriff Verfolgt Unglückselig Anfallsartig Verächtlich Ungehorsam Kampf Zuversicht Möglich Migräne Periodizität Schikaniert Behindert Blockiert Gequält Gehemmt Hoffnungsvoll Erreichbar Behaglich

TYPEN UND SCHLÜSSELBEGRIFFE				
Der fixierte Typ	**Der chaotische Typ**	**Der klaustrophobische Typ**	**Der isolierte Typ**	**Der unmögliche Typ**
Fixiert Vertuschen Schuld Verbergen Verschwiegen Warzen Neurose Fixierte Schwäche Ausweichen Annehmen Mittleres Lebensalter	Kontrolle Perfektion Penibel Übersteigt die Kräfte Übermenschlich Krebs Große Erwartung Chaos Ordnung Mehr leisten, als man kann Kontrollverlust Selbst-beherrschung	Hektisch Fieberhaft aktiv Erstickend In der Falle Umzingelt Veränderung Freiheit Bedrängnis Wunsch nach Veränderung	Abscheu Verachtung Isolation Verstümmelung Tiefe Hoffnungs-losigkeit Große Beklemmung Schmutzig Gejagt Verzweiflung Ausgestoßen Sadismus Widerwille Ekel Eingeschränkt Verworfen Ausgeschlossen	Zerstörung Totschlag Selbstmord Total Unmöglich Verzweiflung Psychose Verwüstung

Rajan Sankaran

Homöopathie für eine neue Welt

Entdecke dein anderes Lied

384 Seiten, geb.
erscheint 2023

Jetzt kaufen



Mehr Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise www.narayana-verlag.de