Rosina Sonnenschmidt
Verdauungsorgane - der Weg zur Mitte - Mängelexemplar

Leseprobe

Verdauungsorgane - der Weg zur Mitte - Mängelexemplar
von Rosina Sonnenschmidt
Herausgeber: Narayana Verlag

https://www.narayana-verlag.de/b8298

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

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.
Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern
Tel. +49 7626 9749 700
Email info@narayana-verlag.de
https://www.narayana-verlag.de

Sonnenschmidt: Verdauungsorgane Copyright Narayana Verlag www.narayana-verlag.de

Inhaltsverzeichnis

Zur Schriftenreihe allgemein **2**

Vorwort zu diesem Band **6**

1. Die Verdauung aus ganzheitlicher Sicht **10**

1.1 Der Solarplexus – die energetische Mitte 15

1.1.1 Das Wesen der Solarplexus-Energie 19

1.2 Erde und Mitte in der chinesischen Entsprechungslehre 21

1.3 Die Elemente des Verdauungskanals 24

2. Die Verdauungsräume **26**

2.1 Die Organ-Konfliktbeziehung 29

2.2 Grundlagen zum Verständnis biologischer Konflikte 32

2.3 Die Verdauungsorgane und ihre Biokonflikte 36

3. Die ganzheitliche Lösung der Verdauungskonflikte **44**

3.1 Mundraum-Konflikte und ihre Lösung 52

3.1.1 Naturheilkundliche Behandlung des Mundraums 54

3.1.2 Naturheilkundliche Behandlung der Zahn-Themen 55

3.1.3 Zungendiagnose und homöopathische Arzneien 56

3.1.4 Homöopathische Behandlung des Mundraums 60

3.2 Speiseröhre-Konflikte und ihre Lösung 63

3.3 Magen-Konflikte und ihre Lösung 66

3.3.1 Naturheilkundliche Behandlung des Magens 70

3.3.2 Homöopathische Behandlung der Magen-Themen 74

3.4 Dünndarm-Konflikte und ihre Lösung 77

3.4.1 Naturheilkundliche Behandlung des Dünndarms 80

3.4.2 Homöopathische Behandlung der Dünndarm-Themen 81

3.5 Blinddarm-Konflikt und seine Lösung 82

3.5.1 Homöopathische Behandlung der Coecum- und Appendix-Themen 84

3.6 Dickdarm-Konflikte und ihre Lösung 86

3.6.1 Naturheilkundliche Behandlung des Dickdarms 93

3.6.2 Homöopathische Behandlung der Dickdarm-Themen 98

4. Schlussgedanken **104**

Anhang **106**

Es kam einmal ein Patient zu mir wegen Magen-Darmstörungen und eröffnete die Anamnese mit den Worten: „Tja, das ist eine lange Geschichte!“ Als ich spontan über die Doppeldeutigkeit lachen musste, hielt er inne, zog die Stirnfalten zusammen und murmelte: „Schön, dass ich Sie erheitere. Mir ist das Lachen schon lange vergangen!“ Ich erklärte ihm, was mich erheiterte, nämlich der tatsächlich lange Weg vom Mund bis zum Darmende, der von so vielen Beschwerden begleitet sein kann und die besagten „endlosen Geschichten“ erzeugt. Das konnte er nachvollziehen – intellektuell. Aber er war einstweilen noch viel zu sehr in seinen Beschwerden gefangen, als dass sein Humor hätte „fließen“ können. Als er nach ein paar Monaten intensiver Arbeit am Selbstheilungsprogramm, begleitet von Homöopathie und naturheilkundlichen Maßnahmen, geheilt war, fasste er den Heilungsprozess mit den erkenntnisreichen Worten zusammen: „Tja, nun habe ich endlich zu mir selbst gefunden. Hat wohl lange gedauert!“ Da haben wir es: Dauern, verdauen vermittelt längere Zeitverläufe ähnlich wie das Adjektiv „chronisch“ (gr. Chronos = Zeit). Die Verdauung ist in der Tat der längste Prozess der Umwandlung von der groben, dichten Materie der Nahrung zur klaren Reinheit der Lebensenergie.

Nahrung soll Energie erzeugen und nicht Energie verbrauchen!

Es lohnt sich, über diese Erkenntnis zu reflektieren. Begreift das ein moderner Therapeut, kann er/sie das Buch zuklappen und weiß, was zu tun und zu lassen ist. Wem das noch nicht so klar ist, der kann gerne weiterlesen und sich inspirieren lassen von der Mehrdeutigkeit des

der Verdauungsorgane geht es physisch und im übertragenen Sinne um das Kernthema:

Was nehme ich in den Mund?

Was lasse ich zu mir in meinen Tempel herein?

Die Antwort auf diese Fragen setzt voraus, dass ich den Körper, eine kostbare Leihgabe für diese Inkarnation mit offenbar wichtigen Lebens-Aufgaben, als Tempel oder Sakralraum (an)erkenne. Er ist ein Leben lang das Fahrzeug der Seele. Je nachdem, was ich dauernd zu mir hereinlasse, kommt nach einer Leichtarbeit oder Schwerarbeit des Verarbeitens das Entsprechende hinten heraus. Was und wie etwas hinten rauskommt, entspricht in seiner Qualität dem, was oben/vorne hereinkommt. Man muss keine großartigen Sanskritwerke über eines der karmischen Gesetze von Ursache und Wirkung studieren, um dieses Gesetz jeden Tag zu begreifen. Zwischen Mund und After spielt sich das tägliche Karma ab. Ist das Muster über längere Zeit von Beschwernis gezeichnet, weil man zu oft Schwerverdauliches hereinlässt, zeigt sich das Karma (Sanskrit: Tat) in Gestalt einer chronischen Krankheit (Griechisch: Chronos = Zeit). Noch kürzer können wir den Weg vom Mund zum After, vom Aufnehmen zum Abgeben, in die Weisheit der altägyptischen Hermetik fassen: wie Oben, so Unten. Es ist unschwer zu erkennen, dass für mich die Thematik der Verdauungsorgane „handfeste“ Spiritualität bedeutet. Ich hole das Heiligtum des Organismus auf die ganz pragmatische, irdische Ebene, denn jede Krankheit, die ich selbst durchlief, lehrte mich letztlich zu fragen: Wie gehe ich mit mir um? In was gebe ich meine Energie ein?

ein? Was lasse ich los? Indem ich Antworten darauf fand, verstand ich mehr vom Heilen und von Heilungsgesetzen. Ich erkannte, dass gerade die Nahrung ein perfektes Spiegelbild des seelischen Zustandes ist und sie häufig unterbewusst für etwas steht, was gar nichts mit echtem Hunger zu tun hat. Deshalb vermittle ich den Patienten, dass wir uns zwischen der biologischen und der spirituellen Ebene bewegen. Biologisch gesehen erwarte ich von den Synergien, den Rhythmen und den perfekten Selbstheilungsprogrammen des Organismus, dass man alles verdauen kann. Das funktioniert ganz einfach nach dem Hungerprinzip, denn bei Hunger stehen alle Säfte bereit, selbst schwere Kost – physisch, emotional, mental – problemlos zu verdauen. Das heißt für mich, überlebensfähig zu sein. Dem gegenüber steht der spirituelle Anspruch, sorgsamer zu spüren, was einem gut tut, was einem Energie gibt anstatt zu nehmen – auch das physisch, emotional und mental gesehen. Zwischen diesen Polen liegt die goldene Mitte, die Verdauung und Verarbeitung von Eindrücken. Auch Nahrung ist ein Eindruck, auch Nahrung ist etwas Feinstoffliches, Geistiges. Indem ich meinen Standpunkt kläre, weise ich die Leser schon zu Beginn des Buches darauf hin, dass ich keine Diät propagiere, keine Askese, keinen Verzicht, keine bestimmte Ernährungsrichtung empfehle. Mich interessiert die übergeordnete Instanz, welches Bewusstsein welche Nahrung im umfassenden Sinne zu sich hereinnimmt und welches Bewusstsein das nicht mehr Brauchbare nach einem Verdauungs- und Verarbeitungsprozess loslässt oder auch nicht loslässt.

Verdauungsprobleme sind heute selbstver-

Zeit nimmt zu verdauen, denn dazu muss man kauen, durchkauen, zerkauen und – LOSLASSEN. Dadurch liegt vieles schwer im Magen. Es geht darum, Eindrücke zu verarbeiten, zu verdauen, umzuwandeln in Energie, in Lebensenergie. Je wertloser das ist, was an Eindrücken hereingelassen wird – Fastfood, Werbung, Lärm, Mikroben, Meinungen, Urteile – desto hungriger wird man, desto mehr breitet sich das Gefühl innerer Leere aus. In unserer Zeit der Reiz- und Informationsüberflutung gibt es fast nur noch Inputs, kaum noch Outputs, von Loslassen gar nicht zu reden – und dies, obwohl wir durchs Leben hastend dauernd Termine und Ereignisse abhaken. Aber sie sind nicht verdaut. Wer innen hohl und hungrig ist, hält alles fest, was irgendwie die Leere füllt, und schaut nicht auf die Qualität. Das Gefühl ist schal und macht einen unzufrieden. Deshalb greift man zum Äußersten, man schaltet das Gefühl ab. Dabei geht das Kostbarste verloren: die Mitte, das Zentrum, in dessen Tempel das höhere Selbst regiert und gelassen auf das herumwuselnde, immer nach Nahrung geifernde Ego schaut. Warum gelassen? Das höhere Selbst oder die innere Stimme oder der göttliche Funke – wie immer wir es benennen mögen – ist jene heilende Instanz in uns, die beizeiten eine Krankheit als Lösung „ruft". Eine passende Krankheit für das passende Problem: Verlust der Mitte, Verlust der Vernunft, Verlust des Zugangs zum höheren Selbst. Durch Krankheit gelangen wir wieder in die Ruhe. Manchmal dauert es eine Weile, bis Ruhe einkehrt, bis man sich einfach nicht mehr bewegen kann. Aber dann setzt das sinnvolle Nachdenken ein. Heilung hat begonnen, wenn die anklagende Frage schwächer wird: Warum ich, warum jetzt? Krankheitssympto-

Vorwort zu diesem Band

Erlösung vom Abirren des Wahns, es gebe keine Naturgesetze, aus denen wir als Mensch gemacht sind, es gebe keine Zyklen und Rhythmen. Je kränker wir sind, umso triftiger gibt es in unserem Bewusstsein einen Grund, krank zu werden, damit der Wahn-Sinn aufhört. Krankheit ist ein Heilungsversuch, ein Versuch, einen aufzurütteln, dass etwas ganz und gar aus dem Rhythmus, aus der Mitte gedriftet ist. Wir stellen uns taub, blind, gefühllos. Aber die Natur in uns ist darauf ausgerichtet, Leben zu erhalten. Darum haben wir immer noch einen Rest Götterfunken in uns, der uns anregt: Lass dir helfen, hol dir Anregung, wie du dich aus dem Schlamassel rausholen, wie du dich selber heilen kannst!

Der Verlust der Mitte und die Wiedergewinnung der Mitte, der Heimat, der Erdanbindung ist nicht mehr als ein Erinnern, denn wirklich verlieren wir unseren Sitz des höheren Selbst nie! Es ist älter und weiser als das Ego. Es ist durch unser Verhalten nur eine Weile aus dem Vorderhirn-Bewusstsein geraten. Die Erinnerung an seine Mitte ist das Thema dieses Bandes. Der Heilungsweg bedeutet, Eindrücke verdauen zu lernen und Altes, Verdautes loszulassen. Das ist physiologisch die Reise vom Mund über die Speiseröhre in den Magen. Unter Zuhilfenahme des Pankreas- und Gallensaftes geht es weiter in Dünndarm und Dickdarm, bis über den unteren Mund, den Anus, das nicht mehr Brauchbare den Körper verlässt. Eine lange Reise wie eine gute Geschichte, die immer aus Anfang, Drama und Ende besteht. Eine literarisch gute Geschichte endet anders als sie angefangen hat. Das entspricht ganz der Physiologie, denn der Apfel, den wir oben im Mund zerkauen, kommt unten als Stuhl wieder heraus, bis zur Unkenntlichkeit verwandelt. In der Mitte, der Verdauung, findet der durchaus dramatische Wandlungsprozess der Verdauung statt. Dazu braucht der Körper Säfte, also Flüssiges. Das entspricht in der Geschichte den Emotionen, den Affekten.

Die Verdauungsorgane sind als Thema bestens geeignet, den Höhenflug in kosmische Gefilde der Heilkunst wieder ganz habhaft auf die Erde zu bringen, denn es geht um Nahrung und Ernährung. Mögen auch vor großem Auditorium selbsternannte „Meister“ Lichtnahrung, Prana-Nahrung, himmlisches Manna propagieren, so halte ich es mit Gautama Śakyamuni, der vollkommene Erleuchtung erlebte, nachdem er die Speise nahm, die man ihm reichte. Als verlotterter Wanderasket, als ausgehungerter Fastenkünstler wurde ihm das nicht zuteil (siehe auch weiter unten). Fasten hat seinen Platz – ohne Zweifel ein dringender Urlaub für Magen und Darm –, aber der Körper ist der Tempel, in dem Bewusstseinserweiterung und Erleuchtung stattfinden. Wir werden in diesem Band sehen, wie wichtig es ist, sich gut zu nähren, physisch, emotional, mental und spirituell.

Mit dieser Ausgabe der Schriftenreihe wünsche ich mir, das Bewusstsein der Homöopathen für dieses Thema zu sensibilisieren und über die Globuli hinaus bei Patienten eine gute Erdung und gute Ernährung im realen wie übertragenen Sinne anzustreben. Wollen wir unseren Zeitgeistkrankheiten gewachsen sein, die an negativer Kreativität und Destruktivität nichts zu wünschen übrig lassen, müssen wir wieder ganz einfach werden und ganz schlicht dort anfangen, wo diese Krankheiten ihren Anfang nehmen: im Mund, beim Essen und beim Verdauen und Loslassen von Eindrücken aller Art.

Ich hoffe, auch die Vertreter der Naturheilkunde mit diesem Band zu inspirieren, Patienten ganzheitlich zu behandeln und sich mit den homöopathischen Mitteln zu befassen. Da ich mich bemühe, immer wieder von verschiedenen Betrachtungspunkten aus das Detail im Ganzen und das Ganze im Detail zu erkennen, wünsche ich mir, dass auch diese Schrift Leser wie Kursteilnehmer für die Heilkunst begeistert.

lebenswichtig erlebten Situation. Klima von Angriff und Verteidigung, das ein Gefühl der Abwertung erzeugt. Brocken: Geld, gute Zeugnisnoten. Körpermanifestation: Aphthen, hinter denen der Konflikt steht, etwas nicht sagen oder nicht antworten zu dürfen oder zu können.

Gaumen: Den Nahrungsbrocken schon gefasst haben, aber nicht schlucken können. Modernes Beispiel: Ganz sicher zugesagter Gewinn entpuppt sich als Betrug.

Mund- und Zungenschleimhaut: Jemand wird zu einer Diät gezwungen, die er nicht in den Mund nehmen will. Manifestation: Aphthen.

Oberer Rachenraum: Man bekommt den Brocken nicht zu fassen wie zum Beispiel Nahrung, Mutterbrust, Job, Geld, Besitz, Spielzeug und Süßigkeiten bei Kindern.

SPEICHELDRÜSEN

Ohrspeicheldrüsen: Einspeichelkonflikt: etwas nicht einspeicheln können, wollen, dürfen. Wegen zu großen Hungers etwas Garstiges essen müssen wie zum Beispiel Kinder im Kindergarten oder daheim oder Kriegsgefangene. Physische Manifestationen: Mumps, Speichelstein.

Unterzungendrüsen: Brocken-Verlustkonflikt. Der Brocken war kurzfristig zwischen den Zähnen, man musste ihn aber unfreiwillig wieder abgeben. Etwas nicht einspeicheln können, wollen, dürfen.

SPEISERÖHRE

Den Brocken nicht schlucken wollen, müssen, aber nicht können, wie zum Beispiel eine strenge Diät. Physische Manifestation: Reflux, Schluckstörungen, aber auch Krebs, wenn es sich um etwas Abscheuliches handelt (Beispiel: Frau muss zusehen, wie ihr Mann die Tochter sexuell missbraucht).

Es gelangt also etwas in den Körper, was man eigentlich nicht aufnehmen will, weil man es inakzeptabel und abstoßend findet.

MAGEN

Den Magen können wir noch nach außen umkehren und uns erbrechen, im Darm müssen wir verdauen. Das Erbrechen steht für Ärger im Revier. Ein Brocken ist zu hart oder zu groß und kann nicht verdaut werden.

Die ständige Magen-Übersäuerung sagt aus, dass sich jemand ständig Aggressionen von außen ausgesetzt fühlt.

Die schleimhautproduzierenden Zellen (entodermal) betreffend:

- Den geschluckten Brocken nicht verdauen können.
- Ärger mit Familienangehörigen wegen Erbschaft.
- Es liegt etwas im Magen.
- Aktien-Kursverfall.
- Zu Unrecht nicht geleistete Rentenzahlung.
- Grenzstreitigkeit mit dem Nachbarn – Gastritis.
- Frau betrügt den Mann – Magengeschwür, Magenkolik, Ulcus duodeni.

Sind Mageneingang und Magenausgang betroffen (ektodermal), handelt es sich um einen Konflikt, im eigenen Revier etwas nicht akzeptieren zu können, einen Widerspruch nicht dulden zu können.

Je nach Schweregrad manifestiert sich Magenkrebs.

Krankheiten zu tun. Angesichts dieser großen Aufgabe halte ich es für Energieverschwendung, auf Meinungen oder Glaubenssätze Rücksicht zu nehmen, die ohnehin nur dem Ego-Bewusstsein entstammen.

In der Bearbeitung biologischer Konflikte herrscht deshalb Einfachheit und Ökonomie. Erst müssen ein paar grundlegende physische Änderungen in Gang kommen, ehe man sich dem detaillierten Konflikt zuwenden kann. Es leuchtet ein, dass wir deshalb zunächst den Umgang mit der Nahrung angehen, ehe wir den „Brocken" im übertragenen Sinne anschauen. Ich bespreche jetzt die einzelnen Biokonflikte und ihre Organmanifestationen und lege dar, welche Lösungen, Maßnahmen und Behandlungen sich hierbei bewährt haben.

Tabelle 1 Themen der Verdauungsorgane und Homöopathie

	Organ	Keimblatt/ Miasma	Seele	Biokonflikt	Körpermanifestation	Mikroben	Homöopathie
1a	Zahnschmelz	Ektoderm Sykose	Du	Beiß-Hemmung: Jemanden nicht beißen können, weil er zu stark ist. Jemanden nicht beißen wollen, weil er tabuisiert ist.	Zahnschmelzkaries	Viren, Zellaufbau	Ars, Ant-t, Bufo, Calc, Cann-i, Carc, Cham, Coff, Hecla, Hyos, Lyss, Psor, Sulph,
1b	Zahnbein	Mesoderm Psora	Wir	Selbstwerteinbruch wegen Beißhemmung. Kein Widerspruch gegen den Älteren. Kleiner Hund muss leiden, dass ein größerer Hund seinen Knochen raubt.	Dentinkaries Zahnschmerzen	Bakterien, Zellauf- und Abbau	Ars, Ant-t, Bufo, Calc, Cann-i, Carc, Croc, Cupr, Cupr-act, Hura, Hyos, Lach, Lil-t, Lyc, Med, Nat-m, Nit-ac, Op, Phos, Phyt, Podo, Sec, Stram, Tarent
1c	Gaumen und Schleimhaut	Entoderm Syphilinie	Ich	Brocken schon gefasst, kann aber nicht schlucken, weil er verloren geht. Sicher zugesagter Gewinn geht verloren.	Soor	Pilze, Mykobakterien, Zellabbau	Aeth, Ant-c, Ars, Bapt, Borx, Calc, Carc, Chlorpr, Hydr, Lac-c, Lyc, Med, Merc, Mucor-r, Nat-m, Nux-v, Penic, Sil, Streptom, Sul-ac, Thuj
1d	Mund- und Zungenschleimhaut	Entoderm Syphilinie	Ich	Jemand wird gezwungen, etwas in den Mund zu tun, was er absolut nicht will (Diät, Tüte bei Autokontrolle).	Aphthen	Pilze, Mykobakterien, Zellabbau	Aeth, Amlg, Ant-c, Ars, Bapt, Bism-met, Calc-i, Camph, Carc, Chlorpr, Hydr, Lac-c, Lyc, Med, Merc, Moni, Mur-ac, Nat-m, Nit-ac, Plb, Sil, Staph, Syph, Thuj, Uran-n, X-ray

- Kauen Sie nach dem Essen eine Prise der Mischung aus ganzem Kümmel, Fenchel, Anis, Kardamom, Kalmus und Süßholzwurzel. Das regt die Verdauung an und reguliert die Speichelproduktion.
- Halten Sie mindestens acht Mal pro Tag inne und prüfen Sie, wo Ihre Zunge ist. Sie klebt meistens oben am Gaumen. Legen Sie bewusst die Zunge auf den Mundboden und entspannen Sie die Kiefergelenke, sodass die Mundhöhle frei ist und der Atem frei strömen kann. Sie werden merken, wenn die Zunge oben ist, sind Bauch und Rücken verspannt und der Atem flach. Sobald Sie die Zunge absenken, entspannt sich der Körper und sinkt der Atemschwerpunkt nach unten in den Bauch. Das ist die innere Haltung des „ICH BIN". Ist die Zunge oben am Gaumen, ist das die Botschaft an den Körper, sich anzuspannen zur Haltung des „ICH WILL". Beides hat seine Berechtigung. Doch sind wir meistens in der spannungsgeladenen Haltung des Wollens und zu wenig im Sein. Die Übung hilft zudem, das dauernde Kauen auf den Zähnen, das Zähneknirschen und die Spannung im Kiefergelenk zu unterlassen.

Ich möchte jedem Therapeuten raten, sich den Zustand des Zahnfleisches, der Zähne, Zunge und der Mundhöhle anzuschauen bzw. vom Patienten zeigen zu lassen. Es ist dem Heilpraktiker zwar verboten, im Mund eines Patienten zu „hantieren", aber Schauen ist erlaubt. Dazu braucht man nur die hier vorgestellten Konflikte zu verinnerlichen und ein paar grundsätzliche Zusammenhänge der Zungendiagnose begreifen. Sicher ist das eine Heilkunst für sich und ist diagnostisch ausbaubar. Doch reichen ein paar zentrale Kenntnisse, die mir seit Jahren eine wertvolle Hilfe waren und sind. Da die Befunde des Mundraums sehr genau mit homöopathischen Arzneien zu behandeln sind, möchte ich die Zungendiagnose im folgenden Kapitel besprechen.

3.1.3 Zungendiagnose und homöopathische Arzneien

Es ist gibt verschiedene Arten der Zungendiagnose, sodass nicht hundertprozentig festzulegen ist, wo genau die Reflexzonen der Organe liegen. Jeder Therapeut muss sich für ein Konzept der Zungenbetrachtung entscheiden und sich nicht beirren lassen, dass es andere Konzepte gibt.

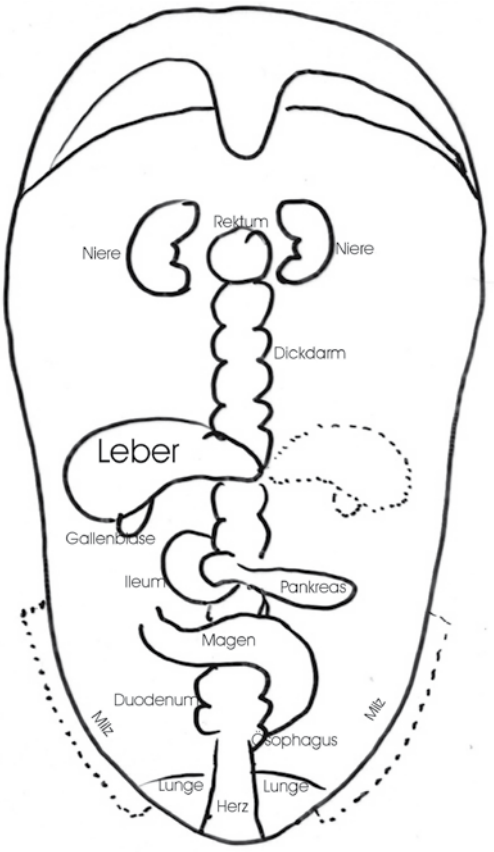

Abb. 18: Zungen-Reflexzonen

Die älteste Form der Zungendiagnose bietet die Chinesische Medizin im Verbund mit Pulsdiagnose und Kräuterkunde. Ich habe sie als Grundlage meiner Zungendiagnose gewählt und um einige Details ergänzt, die sich in der Praxis als zusätzliche diagnostische Hilfe zur miasmatischen Behandlung bewährt haben.

Ich habe die Zeichnung so angelegt, dass man bequem zwischen einem vorderen, mittleren und hinteren Zungenteil unterscheiden kann und die Organe leichter erkennt bzw. lokalisiert. Die gestrichelten Partien rechts und links neben dem vorderen Zungenteil kennzeichnen den Bereich, wo bei den meisten Menschen Eindrücke der Backenzähne zu sehen sind, was auf eine Milzschwäche hinweist. Wie wir uns erinnern, gehört zum Erdelement der chinesischen Medizin seit ihrem Kontakt mit der westlichen Medizin der Yin-Meridian Milz/Pankreas als Partner zum Yang-Meridian Magen. Eine schwache Milz weist nicht nur auf eine Blut- und Immunschwäche, sondern auch auf eine gestörte Mundflora. Das geschwächte Pankreas ist eine der Ursachen für Karies. Vor 40 Jahren, als ich selber schwer erkrankt war und naturheilkundlich behandelt wurde, erfuhr ich diese Zusammenhänge bereits von einem ganzheitlich praktizierenden Zahnarzt.

Wenn wir in die Zungendiagnose einsteigen, brauchen wir eine Vorlage[6], in die wir alle Wahrnehmungen eintragen. Die Vorgehensweise ist einfach: Zuerst betrachten wir die Zunge als Ganzes. Wie ist der Gesamteindruck? Einen grundsätzlichen Bezug zur Zunge haben die homöopathischen Schlangen-Arzneien: *Lachesis, Crotalus horridus, Crotalus cascavella, Naja tripudians, Bothrops lanceolatus.*

Die Allgemeinerscheinungen habe ich in der folgenden Tabelle zusammengestellt:

6 Die Abbildung ist im Anhang auf S. 112 noch einmal im Großformat vorhanden und kann kopiert werden.

Tabelle 2 Allgemeiner Zungenbefund und Homöopathie

Allgemeinbefund	Arzneien
Zunge ist dick weiß belegt, unsauber, macht einen schmierigen Eindruck.	Ant-c, Bell, Bry, Merc, Puls
Zunge ist auffallend breit.	Cas-s
Landkartenzunge	Nat-m
Die ganze Zunge ist rissig und stark gefurcht.	Ars, Arum-t, Bapt, Carb-v, Fl-ac, Nit-ac, Phos, Zinc
Die ganze Zunge ist unnatürlich rot.	Apis, Arum-t, Bell, Lach, Phyt, Pyrog
Es zeigen sich Zahneindrücke an einer oder an beiden Seiten.	Adren, Caust, Chel, Cean, Hydr, Lac-c, Lyss, Merc, Phos, Podo, Pyrog
Zunge kann nicht herausgestreckt werden.	Cocc, Kali-bi, Phyt
Zunge kann nicht flach liegen bleiben, sondern klebt sofort wieder am Gaumen.	Kali-p, Nux-m
Zunge ist geschwollen.	Ant-c, Bry, Nux-v, Vac

Linkshänder links. Lebt die Mutter nicht mehr, sollte sie hinter dem Übenden stehen, da sich sinnbildlich das Ahnenfeld hinter einem Lebenden befindet.

Bei allen genannten Übungen kommt der Magenpatient ins Erleben, in einen Wandlungsprozess. Chronische Krankheiten münden immer in eine Unversöhnlichkeit mit sich und den anderen. Die Heilung chronischer Krankheiten bedarf immer der Versöhnung mit sich und den anderen. Doch reicht nicht allein die Vorstellung davon, jemand muss es ganzkörperlich erleben. Nur so löst sich der psychisch-mentale Konflikt und lernt der Körper blitzartig, dass die biologischen Lösungsversuche durch Magensymptome überflüssig werden.

3.3.1 Naturheilkundliche Behandlung des Magens

Lange bevor die Neurologie die Konflikte der Organe in den keimblattbezogenen Gehirnteilen nachweisen konnte, gab es schon seit Jahrhunderten Ärzte und Heiler, die ganzheitlich wahrnahmen und behandelten. Die Naturheilkunde wird immer wie das fünfte Rad am Wagen behandelt, aber sie ist im Autoritätsverhältnis so etwas wie die Urgroßmutter für den Urenkel. Wir mit unserer modernen Forschungstechnik sind im Wesentlichen damit beschäftigt, das zu bestätigen, was altes Wissen ist. Das ist zweifellos ehrenwert, hat aber weder die Heilkunde, also die Kunde vom HEILEN, sonderlich vorwärts gebracht, noch hat sie das Maß der chronischen Erkrankungen mildern helfen. Ihr großes Verdienst ist die minutiöse Diagnose. Wir kennen heute bis in den kleinsten Organabschnitt hinein den Konflikt. Nur mit den Lösungsideen hapert es, denn, wenn es auch eine weise Erkenntnis ist, dass der Geist die Materie erschafft, dass Denken die Wirklichkeit erzeugt, so ist das kein rein mentaler Vorgang, sondern ein leiblicher, emotionaler und mentaler. Der leibliche Aspekt wird gerne vergessen oder großzügig übersehen, denn er bedeutet ja das Ablassen von krankmachenden Gewohnheiten, von liebgewonnenen Glaubenssätzen und von spektakulären Heilmethoden. Heilen ist immer einfach und heiter, aber durchaus nicht leicht, denn alles Einfache ist von höchster Spiritualität. Wir sind deshalb gut beraten, der Natur-Heilkunde ihren rechtmäßigen Platz einzuräumen, und er beginnt mit dem, was in den Mund gelangt und von dort in den Magen.

> *Ärgernisse fallen zumeist in den Einflussbereich des Mondes. Durch unzureichende Widerspiegelungsfähigkeit vermag der Betreffende nur begrenzt zu reagieren. Die Seele kann gewissermaßen nicht verdauen, was ihr vorgesetzt wird. Die Reaktion auf verschiedene Eindrücke ist nur unzulänglich … ein Mensch mit Magenbeschwerden ist schnell verärgert und akzeptiert die Umstände viel weniger als normalerweise. Ein solcher Mensch vermag sich nur schwer in der Gemeinschaft zu behaupten; er ist psychisch labil und hat einen schwachen Magen. Wenn zu wenig „Mondeinfluss" vorhanden ist, lässt auch die Magensaftproduktion zu wünschen übrig …*
>
> *Ein schwacher Magen hängt so gut wie immer mit dem Wunsch zusammen, wieder Kind sein zu dürfen. Daher müssen wir versuchen, den Magen mit Mitteln zu stärken, die die Magensaftproduktion*

normalisieren. Sauerkrautsaft (frisch aus dem Fass) und Grapefruitsaft eignen sich besonders dazu.

Jaap Huibers,
Kräuter für die Verdauung

In den fünfziger und sechziger Jahren war es noch üblich, dass wir Schulkinder in Metzgereien frühmorgens für 20 Pfennige eine Handvoll frisches Sauerkraut bekamen, das wir auf dem Weg aßen und Wetten abschlossen, wie lange man einen Bissen kauen kann, bis er ganz süß schmeckt. Man sage nicht, das sei Armenkost oder sei für die heutigen Schulkinder zu altmodisch. Es käme auf einen Versuch an. In jedem Falle kann ich bestätigen, dass wir morgens nicht todmüde und lustlos im Gymnasium herumhingen und eine sehr gute Verdauung hatten. Das Wissen um die Vorverdauung vermittelte uns eine gesundheitsbewusste Biologielehrerin, der wir zunächst nicht glaubten, dass etwas Saures sich in Süßes verwandeln konnte. Also spornte sie unseren Wettkampfgeist an, indem sie uns die Idee gab: Wer am längsten kaut und als erster das Süße schmeckt, ist Sieger. Spiele dürfen auch einfach und kreativ sein. Unser Musiklehrer gab uns die Idee, auf dem Schulweg rhythmisch zu gehen und entsprechende Kanons zu singen. Auch das taten wir bis ins „hohe" Teenageralter, weil wir merkten, dass es ein Wohlgefühl erzeugt trotz der kleinen und großen Kümmernisse, die Kinder und Jugendliche bewegen. Auch unsere moderne Jugend ist offen für solche einfachen Anregungen. Wir Erwachsenen müssen sie nur vermitteln und selber ihre Sinnhaftigkeit erfahren haben.

Der *rote Grapefruitsaft* ist besonders heilsam, um einen desolaten Magen wieder ins Lot zu bringen. *Spinatsaft* ist ideal für den gesamten Verdauungstrakt vom Magen über den Dünndarm bis zum Dickdarm. Er baut die Schleimhäute wieder auf und behebt selbst hartnäckige Verstopfung. Ein wenig bekanntes und äußerst wirksames Heilmittel ist *Kopfsalatsaft*. Am besten bereitet man einen „Magentrunk" mit 3 Teilen Karottensaft, ½ Teil Spinatblättern und ½ Teil Kopfsalatblättern. Das Blut wird dünnflüssiger, die Schleimhaut vom Mund bis zum After erneuert und durch den hohen Magnesiumanteil des Kopfsalates geschieht eine deutliche Vitalisierung des Gesamtbefindens.

Karottensaft bildet die Basis vieler Saftkompositionen, die magenstärkend sind. Besonders bei Magengeschwüren haben sich folgende Saftmischungen bewährt:

300 g Karotten + 100 g Rote Bete + 100 g Gurke

200 g Karotten + 100 g Weißkohl

200 g Karotten + 50 g Weißkohl + 50 g Kopfsalat

300 g Karotten + 100 g Spinat

200 g Karotten + 100 g Sellerie (Knolle oder Stangen)

Die Säfte sollten frisch gepresst und löffelweise gut eingespeichelt werden. Sie sind selbst bei schwerster Kachexie ein Aufbaumittel erster Wahl, denn sie enthalten alle Vitamine, Spurenelemente und Enzyme und werden schnell verdaut.

Es gibt auch Magenbeschwerden, die auf einer Magensaftüberproduktion beruhen. In diesem Fall tritt häufig Heißhunger auf. Psychisch erlebt dieser Mensch dies als einen Mangel an zu verarbeitenden Eindrücken. Es ist der Typ, der stets sensationslüstern und dabei gefühlsbetont ist. Vom astrologischen Standpunkt aus beruht dies auf einem disharmonischen

Eine Darmsanierung muss nicht teuer und aufwendig sein. Eine alte Methode ist der Einsatz von reiner Seife aus Olivenöl. Die sogenannten „Seifenpillen" werden heute noch von Hand hergestellt, indem Seife mit Kräutern und etwas Dinkelmehl zu kleinen Pillen verarbeitet wird[10]. Die Darmkur währt drei Wochen und wird folgendermaßen durchgeführt:

- Morgens nach dem Aufstehen nehmen Sie nüchtern eine Seifenpille mit einem Glas warmen Wassers.
- 15 – 30 Minuten später nehmen Sie ein paar Fäden Agar-Agar (weiße Alge), kauen sie und schlucken sie herunter.
- Zusätzlich nehmen Sie eine Gabe Agar-Agar C40[11].
- Frühstücken Sie und wählen Sie für drei Wochen Frischkost (Obstsalat, Frischkornbrei).
- Kauen Sie gründlich jeden Bissen und denken Sie daran, dass dies Ihrem Darm zugute kommt.
- Nehmen Sie vor dem Mittag- und Abendessen einen halben Teelöffel voll Heilerde eigener Wahl.
- Nehmen Sie vor dem Schlafengehen 1 Esslöffel voll Mineralöl[12] (Petrolatum).

Die Alge Agar-Agar und das Mineralöl wird vom menschlichen Verdauungssystem nicht „verstanden" und fungiert daher als Entschlackungshilfe. Beide werden nicht verdaut, sondern binden Stoffwechselabfallprodukte an sich und scheiden sie aus.

10 Bezugsquelle siehe im Anhang
11 Bezugsquelle siehe im Anhang
12 Bezugsquelle siehe im Anhang

3.6.2 Homöopathische Behandlung der Dickdarm-Themen

Die häufigste psychosomatische Dickdarmerkrankung verdient besondere Beachtung, weil sie typische hausgemachte Probleme unserer Zeit widerspiegelt: die Colitis ulcerosa. Miasmatisch gesehen reicht sie von der Psora bis „hinunter" in die Syphilinie. Gerade diese Krankheit zeigt, wie lohnend es ist, gleich zu Beginn Körperzeichen, hier Blut im Stuhl, sofort zu hinterfragen. Tritt Blut = Lebenssaft zusammen mit dem Abfallprodukt = Stuhl zutage, offenbart sich darin die Vermischung von Themen des Selbstwertes, der zwischenmenschlichen Beziehung, der Familie usw. mit einer durch besondere Lebensumstände verursachten Orientierungslosigkeit. Jemand weiß plötzlich nicht mehr, wohin sie/er gehört. Der Verlust von Eigenautorität im Beruf oder in Familienverhältnissen ist im Gange. Alles dies sind Lebenssituationen, in die jeder geraten kann und die typisch für viele Menschen unserer Zeit sind, weil wir dazu neigen, die Sicherheit im Außen, in äußeren Lebensverhältnissen zu suchen.

Cynodon dactylon, das „Fingergras" oder Bermuda-Gras, ist das Mittel erster Wahl im Frühstadium der Colitis ulcerosa (Blut im Stuhl, leichte Krämpfe). Die heilt sogar vollständig ohne Rückfall aus, wenn sofort der Konflikt angeschaut und gelöst wird. Es muss gar nicht erst zu syphilitischen Symptomen = geschwürigen Darmwandschädigungen mit blutig-schleimigen Durchfällen kommen, die ja erst durch die Wiederholung der Entzündung entstehen. Meist entwickelt sich zusätzlich ein Autoimmungeschehen, das karzinogene Ausmaße annimmt, denn jetzt geht die

Rosina Sonnenschmidt

Verdauungsorgane - der Weg zur Mitte - Mängelexemplar

Band 3: Schriftenreihe Organ - Konflikt - Heilung

Mit Homöopathie, Naturheilkunde und Übungen

120 Seiten, geb.
erschienen 2009

bestellen

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