



## Homöopathie

### 1 Heilprinzip der Homöopathie

Unzufrieden mit den üblichen Therapiemethoden, dem Schröpfen und den Theriaka, geheimen Mischungen, welche als Allheilmittel verkauft wurden, suchte vor 200 Jahren der norddeutsche Arzt Samuel **Hahnemann** nach spezifischen, sicheren und schnell wirkenden Heilmitteln für akute und chronische Krankheiten. Bei seinen Studien fiel ihm auf, dass ein Arzneimittel solche Krankheitszustände zu heilen vermag, welche es bei der Vergiftung auch hervorruft. Dieses Heilprinzip fasste er in die Worte: „**Ähnliches kann durch Ähnliches geheilt werden**“ und gab ihm den Namen **Homöo-Pathie** (griech.: Ähnliches – Leiden). Bsp.: „Coffea“, die Kaffeebohne, wirkt bei Nervosität und Schlaflosigkeit, die Zwiebel „Allium cepa“ bei laufender Nase. Neu war dieses Wissen eigentlich nicht:

**Indische Weise** schrieben schon im 10. Jahrhundert vor Christus, dass eine Krankheit durch Anwendung von Ähnlichem geheilt werden könne.

**Der griechische Mythos** berichtet folgendes: 'Als die Wunde des Königs Telephos, welche diesem im Zweikampf von Achilles zugefügt worden war, nicht heilen wollte, fragten die Ärzte das Orakel von Delphi um Rat. Dieses antwortete: "Was die Wunde schlug, wird sie heilen!". Die Ärzte schabten Rost vom Schwert des Achilles in die Wunde und sie heilte.'

**Im alten Testament** lässt Moses die Israeliten zum Schutz vor Giftschlangen eine aufgerichtete eiserne Schlange anschauen.

**Paracelsus** sagte um 1540: „Nie ist eine heisse Krankheit mit Kaltem, nie eine kalte mit Heissem geheilt worden.“ Er sprach von einem geistigen Heilmittel: „Nicht mit dem Gewicht, sondern ausserhalb dem Gewicht soll die Arznei administriert werden; denn wer kann den Schein der Sonne wägen,... wer wiegt den Spiritum Arcanum (= Geist des Heilmittels)? Niemand. In diesem liegt nun die Arznei und weiter in keinem Schwereren.“

**Acta sanctorum, Antwerpen**, 1658: "Die Heiligen heilen üblicherweise nicht Gegensätzliches mit Gegensätzlichem, sondern Ähnliches mit Ähnlichem."

**Hahnemann**, 1755-1843 behandelte seine Patienten in Deutschland zunehmend homöopathisch. Nach dem Tod seiner Frau heiratete er mit 80 Jahren ein zweites Mal und zog zu seiner jungen Frau nach Paris, wo seine riesige Praxis reiche Patienten aus ganz Europa anzog. Er arbeitete bis zu seinem Tod mit 88 Jahren als Arzt und entwickelte sein Therapiesystem fortwährend weiter.

**Viktor Frankl**, 1905-1997, Psychiater und Erfinder der Logotherapie: „Verhaltens- und Einstellungsänderungen bei psychisch Kranken geschehen durch Selbstdistanzierung, indem der Kranke seine Krankheitssymptome bewusst verstärkt.“

**Heilmittel:** Als Heilmittel kann jede Substanz dienen, deren Wirkung auf den gesunden Menschen bekannt ist. Die Homöopathen führten und führen deshalb Arzneimittelprüfungen durch: eine Gruppe nor-

malgesunder Prüfer nimmt ein ihnen unbekanntes Mittel (in energetischer Form) solange ein, bis sie Krankheitssymptome produzieren: durch den Mittelreiz werden diejenigen Krankheitstendenzen, welche die Prüfer mit dem geprüften Mittel gemeinsam haben, angeregt und latente Symptome kurzfristig zur Erscheinung gebracht. Die gesammelten Symptome aller Teilnehmer ergeben das „Arzneimittelbild“ der geprüften Substanz. Das Wirkungsspektrum eines homöopathischen Arzneimittels setzt sich aus dieser **Arzneimittelprüfung**, den **Vergiftungssymptomen** und den **Therapieerfahrungen** zusammen.

**Materia medica:** Arzneimittelbilder werden in homöopathischen Arzneibüchern (HAB) oder (lateinisch) materiae medicae (MM) zusammengefasst.

**Repertorium:** Um die Suche nach einem passenden Mittel zu erleichtern, begann man schon auf Anraten Hahnemanns, nach Symptomen geordnete Nachschlagewerke zu erstellen, die Repertorien.

## 2 | **Gesundheit und Menschenbild**

Eine Therapie (von griechisch *terapeun* = beistehen) soll dem Kranken helfen, gesünder zu werden. Dabei stellt sich die Frage, was man unter „Gesundheit“ versteht, gibt es doch unterschiedlichste Vorstellungen:

- Sozialversicherungsrecht: „Gesundheit ist Arbeits- und **Erwerbsfähigkeit**.“
- Weltgesundheitsorganisation WHO (1948): „Gesundheit ist der Zustand völligen körperlichen, geistigen und sozialen **Wohlbefindens** und nicht nur das Freisein von Krankheit und Gebrechen.“
- Ottawa-Charta der WHO (1986): keine eigentliche Definition, sondern eine vielseitige Erklärung: Gesundheit hat zu tun mit **WOHLBEFINDEN, die Umwelt meistern können, Selbstbestimmung, Entwicklung zu einer Persönlichkeit, verantwortlichem Verhalten, einer gesunden Gesellschaft und Umgebung**.
- Schäfer, Biologe (1986): „Gesundheit ist die **erfolgreiche Überwindung von Störungen in einem biologischen System**.“ Gemäss der modernen Biologie sind lebendige Systeme charakterisiert durch **Bewusstsein und Informationsaustausch auf verschiedenen Ebenen, durch dauernde Entwicklung**, welche Raum für neue Bewusstseinsformen schafft und durch die **Möglichkeit, aus sich selbst neue, unvorhersehbare Dinge zu entwickeln**.
- Frank Nager, ehemaliger Chefarzt Kantonsspital Luzern: „Gesundheit bedeutet die Begabung, **gegensätzliche Kräfte immer wieder zu versöhnen**, sodass sie ein fruchtbares Ganzes bilden. Gesundheit bedeutet Lebenskunst und **Wandlungsfähigkeit**; sie muss immer wieder neu erkämpft und mühsam behauptet werden. Sie ist die **Frucht einer inneren Reifung** und hat mit der Fähigkeit zu tun, **trotz Leiden und Anfechtung ein sinnvolles, fruchtbares Leben zu führen, sich zu entfalten**.“

In Diskussionen im Gesundheitswesen wird über Gesundheitsvorstellungen kaum gesprochen; folgende Dogmen werden nicht hinterfragt:

- „Nur das chemisch-physikalisch Messbare ist wirklich!“ Weshalb sollen Gefühle, Gedanken, Talente, Musikstücke, Naturgesetze unwirklich sein?
- „Geist existiert nicht und kann deshalb auch nicht wirken!“ Gerade die menschliche Kultur beruht aber auf der bewussten Verwirklichung von Ideen! Auch in jedem Gespräch werden geistige Inhalte vermittelt und wir gehen davon aus, dass sie wirken; sonst brauchten wir uns ja nicht um einen Austausch zu bemühen!
- „Die Welt und der Mensch sind rein materielle, mechanische Systeme; der Mensch ist durch Umgebung und Gene bestimmt und damit unfrei!“ Im täglichen Leben rechnen wir aber mit einer gewissen Freiheit und Verantwortlichkeit des Menschen. Ein System ist aber nicht aus seinen Bestandteilen erklärbar; eine Lokomotive kann nicht aus ihren Teilen erklärt werden, sondern man muss ihren – geistigen – Plan kennen.

- „Der Mensch ist eigentlich perfekt; Unwohlsein ist die Folge einer falschen Umgebung!“ Dem widerspricht die Tatsache der Evolution, der Entwicklung der Menschheit und des einzelnen Menschen.
- „Die Welt, das Leben, der Mensch sind zufällig und damit sinnlos; langer Genuss ist einziges Lebensziel!“ Unsere Erfahrungen zeigen aber, dass Formen nicht zufällig entstehen, sondern nur, wenn eine Idee mit Kraft verwirklicht wird (z.B. das Schaffen einer Wohnung oder das Singen eines Liedes).
- „Wohlsein ist dasselbe wie Gesundheit!“ Symptomlosigkeit und Gesundheit sind aber nicht dasselbe; ein Heuschnupfenpatient ist auch im Winter - wenn symptomlos - krank.

Gerade die Wirksamkeit der potenzierten Mittel weist darauf hin, dass solche Vorstellungen revidiert werden müssen.

**Damit etwas erscheinen kann, sind immer eine Idee/ein Gesetz und Energie nötig.** Niemand glaubt, man müsse nur genügend lange warten, bis sich Moleküle zufälligerweise zu einem Fahrrad zusammenfinden! Offensichtlich braucht es die Vorstellung des Konstrukteurs und die Kraft von Arbeitern, um Materie in die Form eines Velos zu bringen. Nur das Gegenteil, der Zerfall, die Auflösung einer höheren Ordnung ins weniger Geordnete geschieht von alleine.

Weshalb soll das in der Natur nicht gelten? Auch da entstehen Formen gesetzmässig (Schneeflocke, Wirbelsturm, Wellen). **Geistiges ist wirklich und wirksame Ursache jeder Erscheinung.**

Der Körper eines Lebewesens unterliegt nach dem Tod den physischen Abbauprozessen; auch im lebenden Wesen muss deshalb eine kraftvolle Idee, eine schöpferische Kraft aktiv sein, welche nicht nur das Lebewesen erhält, sondern es gegen die Wirkung der physischen Gesetze schafft und gestaltet. Hahnemann nannte diese Kraft, wie das zu seiner Zeit üblich war, **Lebenskraft**.

Tiere haben nicht nur Lebenskräfte wie die Pflanzen, sondern zusätzlich einen seelischen Ausdruck und die Möglichkeit zur bewussten Bewegung; die Menschen haben weiterhin ein Ich-Bewusstsein. **Auch Seelisches (Fühlen, Denken, Wollen) und Ich-Bewusstsein sind Ausdruck spezifischer Gesetzmässigkeiten.**

### 3 Krankheit und Heilung

**Nicht jedes Unwohlsein ist ein Symptom von Krankheit und muss therapiert werden:** Nach einer Schnittverletzung schwillt das Gewebe an, wird heiss und druckempfindlich. Diese Entzündung ist sinnvoll, um die Integrität wieder herzustellen; der Schmerz veranlasst zudem den Verletzten, sich zu schonen. Durch starken Wind oder grosse Trauer provozierte Tränen schützen die Augen, beziehungsweise sind gesunder Ausdruck einer seelischen Regung. Offensichtlich macht auch Durchfall nach einem schlechten Essen Sinn.

Hahnemann beobachtete, dass sich das Befinden Kranker nach der Unterdrückung akuter Symptome oft verschlimmerte. Man kann sich gut vorstellen, dass chronische Erkrankungen vor allem entstehen, wenn akute Abwehrprozesse (Entzündungen) nicht stattfinden können. Anthroposophische Studien haben dies bestätigt: Krebs-Patienten hatten in ihrer Vorgeschichte eindeutig weniger Fieber als andere Menschen.

Umgekehrt heilt das Auftreten einer akuten Krankheit oft ein chronisches Leiden. Auch das können wir im täglichen Leben feststellen, dass nämlich auflösende Prozesse, Krisen nötig sind, um überholte Strukturen zu verändern (z.B. Umbau einer Wohnung). Insbesondere die entzündlichen Kinderkrankheiten und Fieber sind deshalb für die menschliche Entwicklung wichtig. **Akute Krankheiten sollten deshalb begleitet, aber nicht unterdrückt werden.**

**Wohlsein und Leiden sind keine brauchbaren Kriterien zur Definition von Gesundheit und Krankheit.** Brauchbarer ist folgende Definition: **Gesund ist, wer auf seine Umgebung sinnvoll und konstruktiv reagiert.** Krank ist, wer falsch reagiert, wer sich oder seine Umgebung falsch einschätzt. So gesehen ist **Krankheit falsches Bewusstsein.**

Wenn die Ursache des Krankseins in einem falschen Bewusstsein/ inneren Programm liegt, muss die **Therapie (terapeun: griechisch "beistehen"), die Gestaltungskräfte dazu anregen, sich zu ändern.**

Entwicklung wird hauptsächlich durch zwei Prinzipien stimuliert: Nachahmung und Leiden. Die Homöopathie arbeitet mit dem zweiten Prinzip. **In der Konfrontation mit einem homöopathischen Mittel, einer ähnlichen Idee kann die Gestaltungskraft sich wie in einem Spiegel erkennen und nachhaltig ändern.**

Ist die Ähnlichkeit zwischen Patient und Mittel gering, finden nur geringe oder kurzfristige Veränderungen statt. Bei akutem Heuschnupfen bringt ein auf Grund der lokalen Symptome gewähltes Mittel oft Linderung. Eine dauerhafte Heilung erfordert aber eine Veränderung auf einer grundlegenden Ebene. Dann sind die Persönlichkeit des Patienten, seine seelischen Verhaltensweisen, die bisherige Krankheitsgeschichte und die Krankheiten der Vorfahren für die Mittelwahl Ausschlag gebend.

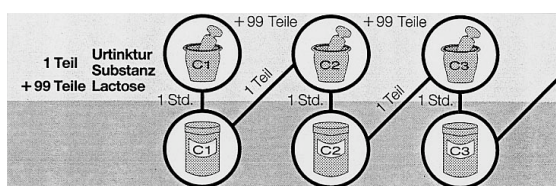
Werden nur Symptome neutralisiert oder äussere Reize gemieden, ändert sich das falsche Programm nicht: der Mensch bleibt krank.

#### 4 | Potenzierte Mittel

Zur Zeit Hahnemanns breitete sich die aus Amerika eingeschleppte Syphilis aus. Die hohen zur Behandlung verwendeten Quecksilber-Dosen führten zu massiven Vergiftungserscheinungen. Bei seinen Versuchen, ungiftige Heilmittel herzustellen, entdeckte Hahnemann, dass die Wirkkraft von nach dem Ähnlichkeitsprinzip ausgewählten Arzneimitteln erstaunlicherweise zunahm, wenn er diese verdünnte und rhythmisch schüttelte oder mit Milchzucker verrieb. Hahnemann nannte sie daher "Potenzen". Die Mittel wirkten sogar, wenn gar keine Substanz mehr vorhanden war. Verdünnte er nur, ohne zu rhythmisieren, verschwand die Wirkung des Arzneimittels. Offenbar **verstärkt die Rhythmisierung einer Substanz beim Schütteln oder Reiben ihre Wirkkraft.**

Tatsächlich wussten schon die Eingeweihten der altägyptischen Mysterien (Hermes Trismegistos), dass das Wesen eines Dinges, die fünfte Essenz, Quintessenz durch Verdünnen aus dem materiellen Kontext gelöst werden kann. Solches Wissen wurde in alchemistischen und Freimaurerkreisen weitergegeben; das Verständnis ging allerdings weitgehend verloren.

**Ausgangssubstanzen** für homöopathische Arzneimittel können anorganisch (Gold, Kochsalz), organisch (Petrol, Impfstoffe, Medikamente, Bakterien), pflanzlich (Arnica, Augentrost), tierisch (Hundemilch, Ameise), menschlich (Eiter, Hormone) und immateriell (Röntgenstrahlen) sein.



**Potenzen:** Wird beim Potenzieren im Verhältnis 1:10 verdünnt, bezeichnet man die Potenz mit dem Buchstaben D (lateinisch decem = zehn). Potenzen, die 1:100 verdünnt wurden, werden mit C (lat. centum = hundert) bezeichnet, 1:50'000 mit Q (lat. quintagintamila) oder fälschlicherweise LM (lat. L fünfzig, M tausend). Die Zahl hinter dem Buchstaben (z.B. D3, C200, Q18) bezeichnet die Anzahl der Potenzierungsschritte. **Mit jedem Potenzierungsschritt (Verdünnen und Rhythmisieren) wird offenbar die Idee des Mittels prägnanter.**

**Niedrige Potenzen** passen daher offenbar zu einer wenig differenzierten Pathologie auf Organebene (z.B. Mariendistel, Artischocke, Enzian, Löwenzahn bei Leberproblemen). Sie wirken auch materiell und müssen daher manchmal in beträchtlichen Dosen eingenommen werden. Auch der Ort der Applikation kann von

Bedeutung sein (z.B. Salben, Nasentropfen). Gemäss anthroposophischen Vorstellungen wirken sie vor allem auf Stoffwechselprozesse.

**Hohe Potenzen** präsentieren die Idee ausgeprägter und müssen daher genauer zur kranken Person passen. Da sie nur Information enthalten, dürfte der Ort ihrer Applikation am Menschen kaum von Bedeutung sein. Sie wirken wahrscheinlich auch über die Haut; Kügelchen für Fremde sollten deshalb nicht berührt werden. Die pro Dosis eingenommene Menge ist eher unwichtig (drei Kügelchen enthalten nicht mehr Information als eines, genauso wie eine oder drei gleiche Schallplatten denselben Informationsgehalt haben). Hahnemann beobachtete allerdings, dass zu grosse Dosen Probleme machten und schlug deshalb vor, die jeweils kleinstmögliche Menge einzunehmen (1 Kügelchen von der Grösse eines Mohnsamens). Manchmal liess er seine Patienten sogar nur an den Potenzen riechen (die Information in die Aura bringen?). Hohe Potenzen werden selten wiederholt. Sie wirken gemäss anthroposophischer Erkenntnis hauptsächlich auf Nerven-Sinnes-Prozesse.

**Potenzhöhe und Einnahmefrequenz:** Die Ausgangsstoffe der Potenzen waren nicht immer identisch; auch führten verschiedene Herstellungsmethoden zu unterschiedlichen Mittelwirkungen. Homöopathen machten deshalb unterschiedliche Erfahrungen und setzen Potenzen auch unterschiedlich ein. Die Wirkungsdauer einer Arzneimittelgabe hängt davon ab, wie gut das Mittel zum Patienten passt und wie stark seine Reaktionskräfte sind. Hohe Potenzen bewirken tendenziell nachhaltigere Reaktionen als niedere.

**Feste/Flüssige Mittel:** Um eine schnelle, sichere und nachhaltige Heilung zu erreichen arbeitete Hahnemann Zeit seines Lebens daran, die Wirksamkeit der Potenzen zu verbessern. Gemäss seinen Erfahrungen kann der Heilprozess gestört werden, wenn ein Mittel repetiert wird, solange es noch wirkt. Um die Heilung trotzdem beschleunigen zu können, gab er bei weiteren Einnahmen jeweils eine andere Potenz und entwickelte schliesslich die flüssigen Q-Potenzen. Sie werden vor jeder Einnahme vom Patienten weiterpotenziert und können oft eingenommen werden.

**Antidotierung:** Materielle Substanzen können einander stören, beziehungsweise inaktivieren. Bei materiellen Dosen und niedrigen Potenzen muss das berücksichtigt werden. Bei hohen immateriellen Potenzen sind Interaktionen hingegen nicht zu erwarten.

Wenn ein Patient auf ein Mittel zu stark reagiert, kann hingegen eine andere Potenz oder ein ähnliches Mittel Beruhigung bringen.

Hahnemann war der Meinung, dass die Wirkung von Potenzen durch gewisse materielle Substanzen gestört würde und verbot deshalb seinen Patienten den Kontakt mit einer ganzen Reihe von Substanzen. Obwohl ich das bezweifle, sollte man sicherheitshalber zum Essen einige Minuten Abstand einhalten, potenzierte Mittel nicht mit einem Metalllöffel berühren und während der homöopathischen Behandlung auf Kampfersalben verzichten.

**Haltbarkeit:** Die zum Verdünnen verwendeten Substanzen (Milchzucker, Wasser) dienen – wie eine Schallplatte oder CD – nur als Informationsträger und haben keine Eigenwirkung. Flüssige Potenzen können auf Zuckerkügelchen aufgesprüht oder durch Alkoholzugabe haltbar gemacht werden. Solange die Träger-substanz stabil bleibt, geht die Information offenbar nicht verloren. Allerdings ist unklar, ob grosse Hitze, elektromagnetische Felder und Strahlen die Potenzen, insbesondere die flüssigen Mittel, beeinflussen. Es existieren keine Studien, weil es - noch - kein System zur Qualitätsbestimmung eines Mittels gibt. Einzig in der Therapie zeigt sich, ob eine bestimmte Potenz eine Wirkung induzieren kann oder nicht. Es ist deshalb unlogisch, dass Hochpotenzen neuerdings mit Verfalldaten versehen werden müssen.

**Placebo?** Eine positive Einstellung trägt sicher - wie bei jeder Therapie - zum Heilerfolg bei. Wahrscheinlich hat auch das Patient-Therapeuten-Verhältnis einen wesentlichen Einfluss auf den Therapieerfolg. Potenzierte Mittel wirken jedoch auch bei bewusstlosen Patienten, Kleinkindern und Tieren.

**Unfälle und akute Symptome:** Oft reichen die lokalen Symptome für eine Mittelwahl aus. So treten nach einer Muskelquetschung bei fast allen Leuten dieselben Symptome auf und "Arnica" wirkt meist schnell und gut. Eine Selbstbehandlung ist - bei Kenntnis der Grundlagen der Homöopathie - oft mit guten Resultaten verbunden.

**Chronische Krankheiten:** Verschwindet ein Symptom trotz erfolgreicher Behandlung nicht oder nur kurzzeitig oder taucht es regelmässig wieder auf, führte die bisherige Therapie offensichtlich nicht zur Heilung. In einem solchen chronischen Fall müssen Mittel gesucht werden, die besser zur ganzen Person und zum Krankheitsprozess passen. Dies erfordert meistens eine längere Behandlung durch einen Therapeuten. Auch wenn eine Heilung nicht möglich ist, können homöopathische Mittel noch unterstützend wirken.

Passt ein Mittel schlecht, findet keine Reaktion statt. Bei langdauernder Einnahme eines Mittels können allerdings Symptome provoziert werden (siehe Arzneimittelprüfung). Wir Homöopathen betrachten deshalb die längere unkontrollierte Einnahme von potenzierten Mitteln als gefährlich.

**Eines oder mehrere Mittel?** Um 1900 sagte der erfolgreiche Londoner Homöopath Compton-Burnett, zur Behandlung gravierender chronischer Krankheiten sei nicht eines, sondern normalerweise eine ganze Folge von homöopathisch gewählten Mitteln nötig. Er gab nacheinander Mittel, die oft auf verschiedene Bereiche wirken: auf das Individuum, ein spezifisches Organ, einen spezifischen Krankheitsprozess oder Auslöser.

Wie lange ein Mensch auf eine bestimmte Mittel-Idee reagiert, ist schlecht bestimmbar; ein klares Trennen von Mittelwirkungen ist daher kaum möglich. Zudem ist jedes Krankheitssymptom das Resultat unterschiedlicher Wirkkräfte. Es scheint mir deshalb durchaus sinnvoll, eine Krankheit von verschiedenen Seiten gleichzeitig anzugehen, sei das mit homöopathischen Mitteln, welche auf unterschiedliche Ebenen einwirken oder durch Einbezug anderer Therapien.

Hahnemann lehnte allerdings die gleichzeitige Gabe mehrerer Mittel ab; aus wissenschaftlichen Überlegungen - weil nämlich so die Wirkung einer einzelnen Massnahme nicht mehr eindeutig bestimmt werden kann - und wohl auch aus seinen Erfahrungen mit den damals üblichen unspezifischen Theriakä.

**Erstverschlimmerung:** Nach der Mitteleinnahme können sich Symptome kurzzeitig verschlimmern. Diese Reaktion kann für eine Heilung notwendig sein und darf nicht unterdrückt werden. Eine weitere Stimulation ist dann allerdings kontraproduktiv und die Einnahme von flüssigen Q-Potenzen sollte ausgesetzt werden. Bei Unklarheit muss das weitere Vorgehen mit dem Therapeuten besprochen werden.

**Heilverlauf:** Im Heilprozess verschwinden periphere Symptome erst, wenn die grundsätzlichen Prozesse korrigiert sind. Hering, ein bedeutender amerikanischer Homöopath, formulierte deshalb: "Bei der Heilung verschwinden die Symptome oft von innen nach aussen, vom Kopf zu den Extremitäten und in umgekehrter Reihenfolge ihres Erscheinens." Erscheinen deshalb während der homöopathischen Behandlung bei einer generellen Besserung frühere Leiden wieder, ist das meist ein gutes Zeichen.

Biologische Entwicklung ist meist sprunghaft; deshalb verläuft - auch bei guter Therapie - der Heilprozess kaum geradlinig; einzelne Symptome können noch lange Zeit bestehen bleiben. Wie sich eine Pathologie über längere Zeit entwickelt hat, braucht auch die Heilung Zeit (interessant ist der Vergleich mit den Prinzipien der Entwicklungshilfe, siehe Helvetas Homepage).

Mit fortschreitender Heilung sollte der Patient auf vorher nötige Krücken (Medikamente) verzichten können.

## 6 Umwelt

**Ernährung:** Im Menschen gibt es mehr Darmbakterien als Körperzellen. Antibiotika und falsche Ernährung schädigen die Darmflora und können zum Wachstum pathogener Keime führen, dadurch zu mangelhafter Resorption von Nährstoffen und Bildung von Giftstoffen: es zeigen sich dann unspezifische Krankheitsbilder.

Süssigkeiten, tierisches Eiweiss und Fett sollten zurückhaltend konsumiert werden.

Genetische oder technische Manipulationen der Lebensmittel können zu Unverträglichkeiten führen (z.B. hoher Glutengehalt im Weizen, technische Manipulation der Milch). Convenient Food enthält fragwürdige Zusatzstoffe, die auf die Dauer Schädigungen hervorrufen können. Auch ist kaum zu erwarten, dass gestresste Pflanzen und Tiere, welche mit Wachstumsförderern, Antibiotika, Insektiziden und Pestiziden behandelt wurden, gute Lebensmittel liefern. Sinnvollerweise konsumieren Sie deshalb saisongerechte, frische und schonend zubereitete Lebensmittel aus biologischer Produktion.

Nahrungsmittel sollten vollwertig sein und bewusst gegessen werden: „Gut gekaut ist halb verdaut!“

**Dass Strahlen, Lärm, Umweltgifte, Hektik und psychische Probleme** den Menschen belasten und vermieden werden sollten, ist klar.

Die Erfahrungen der Homöopathen weisen auch darauf hin, dass **Impfungen** - insbesondere in den ersten Lebensjahren - das Immunsystem nachhaltig schädigen und, dass die **Unterdrückung fieberhafter Krankheiten** (Fieber, Kinderkrankheiten) der körperlichen und geistigen Entwicklung schadet.

Jede Therapie basiert auf einem spezifischen Menschen- und Gesundheitsverständnis. Im Gesundheitswesen wird heute aber die freie Wahl des Welt- und Menschenbildes eingeschränkt: es entscheiden Politiker und Krankenkassen darüber, was Krankheit, welches die richtige Therapie, wann jemand gesund und somit nicht mehr therapiebedürftig sei. So wird der Mensch entmündigt und in seiner Entwicklung und Bewusstwerdung behindert.

## 7 Wissenschaftlichkeit

**Dass potenzierte nicht-materielle Mittel eine Wirkung haben, ist nicht nur in der Therapie sichtbar, sondern wurde auch durch wissenschaftliche Studien bewiesen.** Eine Zusammenstellung finden Sie auf meiner Homepage [www.homoeobern.ch](http://www.homoeobern.ch). Wer die Homöopathie trotz der Resultate einwandfrei durchgeführter Studien ablehnt, weil er sie nicht erklären kann (wie das in der renommierten Wissenschaftszeitung NATURE geschehen ist) oder weil sie nicht in sein Konzept passen, handelt unwissenschaftlich. Die Unerklärbarkeit von Phänomenen müsste im Gegenteil zur weiteren Erforschung des Geistigen und des Lebendigen anregen. Geistiges und Lebendiges können allerdings nicht mit mechanischen, physikalischen oder chemischen Methoden untersucht werden; sie haben eigene Gesetzmässigkeiten und benötigen deshalb auch spezifische Forschungsmethoden. Dann allerdings sind Erkenntnismöglichkeiten und Wissenschaft auch im Geistigen und Lebendigen möglich. Für das Lebendige hatte schon ein Zeitgenosse Hahnemanns, Goethe, eine Untersuchungsmethode entwickelt; leider werden seine Forschungen heute nicht wahrgenommen, sondern man versucht immer noch, Ganzes durch Analyse seiner Teile zu erklären (z.B. den Menschen durch seine Gene).

April 2006