

**Hans Peter Kjer**

Arzt für Allgemeinmedizin - Homöopathie  
Immenstädter Str. 13a, 87527 Sonthofen  
[www.hanspeterkjer.de](http://www.hanspeterkjer.de)



## Newsletter N<sup>o</sup> 19

November 2012

Liebe Patienten, Freunde und Interessenten,

viele Patienten stellen die Frage nach der Ursache ihrer Beschwerden bzw. Krankheiten und reimen sich selbst alle möglichen Erklärungen dafür zusammen. – „Sie müssen abnehmen“ ...bzw. „...mehr Sport treiben“ sagt der Arzt und sitzt damit am längeren Hebel, da sein Patient das doch nicht schafft. Da *kann* ja keine Therapie helfen – er/sie nimmt einfach nicht ab... Manche geben ihren Lebensumstände die Schuld an der Krankheit oder empfinden sie als Strafe Gottes. Im alltäglichen Medizinbetrieb wird unumwunden zugegeben, dass man die Ursache der meisten Krankheiten gar nicht kennt. Die Therapie beschränkt sich dann auch im wesentlichen darauf, sie zu „managen“. Dass Krankheit im Geist bzw. im Gemüt beginnt, daran denken die Wenigsten, obwohl eigentlich klar sein dürfte, dass der Geist den Körper regiert. Aber als Arzt wird man manchmal schon scheel angesehen, wenn man jemanden mit einem schmerzenden Knie oder häufigen Infekten danach fragt, ob ihn irgendetwas besonders beschäftigt oder belastet.

Dass die Bach-Blüentherapie und die Hildegard-Heilkunde in unserer Praxis einen so hohen Stellenwert einnehmen, ist vor allem darin begründet, dass wir mit Hilfe dieser beiden Behandlungsmethoden einen Zugang zu den *Ursachen* der Krankheiten haben und dass sie dadurch in vielen Fällen einer Heilung zugeführt werden können. Allerdings sind dem auch Grenzen gesetzt: Manche Krankheiten sind so komplex und verschachtelt, dass es schwer fällt, bis zu ihrem Kern vorzudringen, oder die Schäden an den körperlichen Strukturen sind nicht mehr rückbildungsfähig. Außerdem ist oft fraglich, ob der Patient sich auf ein Gespräch über seelische Probleme überhaupt einlassen will oder kann.

Auf die psychosomatischen Zusammenhänge gibt uns schon die Sprache deutliche Hinweise, z.B.: Man frisst seinen Ärger in sich hinein (Magenprobleme); man weiß nicht mehr, wo einem der Kopf steht (Kreislaufstörungen, Schwindel); man nimmt sich zu viel zu Herzen (Herzschwäche); man steht unter Druck (Bluthochdruck); man kann Konflikte nicht verdauen (Verstopfung, Durchfall); es ist einem eine Laus über die Leber gelaufen (Depression); man kann einen bestimmten Menschen „nicht mehr riechen“ (Allergie) usw..

Hildegard von Bingen hat die seelischen Störungen unter den Begriff „Laster“ zusammengefasst, welche den Menschen von Gott entfernen und sein inneres Gleichgewicht stören, und besonders Traurigkeit und Zorn können ihr zufolge schwere Gesundheitsstörungen hervorrufen (z.B. Leber- und Lungenkrankheiten, Rheuma usw.). Nun hat der Begriff „Laster“ in unserem heutigen Sprachgebrauch einen so moralisierenden Beigeschmack, dass er sich kaum dazu eignet, charakterliche Fehlhaltungen und negative Einstellungen von Patienten damit zu umschreiben. Aber dennoch handelt es sich dabei um „Belastungen“, die das Verhalten eines Menschen, seine zwischenmenschlichen Beziehungen und damit auch seinen Gesundheitszustand beeinflussen. Während bei manchen Lastern ihr destruktivi-

ver Einfluss unschwer erkennbar ist (z.B. Gottlosigkeit, Zorn, Hochmut, Herzenshärte, Streitsucht, Ungerechtigkeit), würde man bei anderen eher dazu tendieren, sie nicht allzu tragisch zu nehmen, zumal sie von Vielen für normale Zustände gehalten werden. Wer käme schon auf die Idee, die „Weltliebe“, die „Ausgelassenheit“ oder die „Sorge um das Irdische“ als problematische Einstellung anzusehen?

Die „*Schlemmerei*“ z.B. gilt heutzutage als Ausdruck eines gehobenen Lebensstil, und so gibt es selbst bei den Discountern inzwischen herausragende Delikatessen und Spitzenweine. Da fühlt sich der „kleine Mann“ gleich als etwas Besseres, wenn er einen „Brunello di Montalcino“ in seinem Einkaufswagen hat. Ein „Gourmet“ zeichnet sich dadurch aus, dass er einen besonders feinen Geschmack hat, und darum sind auserlesene Dinge für ihn gerade gut genug. Und dann gibt es zu besonderen Gelegenheiten „Candle-Light-Diners“, „Fünf-Gänge-Menüs“ und die beliebten kalten Buffets, die dermaßen üppig sind, dass die Tische fast darunter zusammenbrechen. Dementsprechend werden auch alle möglichen Nahrungsmittel mit aussagekräftigen Attributen versehen, wie z.B. „Schlemmer-Joghurt“, „Schlemmer-Pfanne“ usw.. Man schlemmt sich also genussvoll durch das Leben. Interessant ist, dass vom „Zipperlein“ vergangener Jahrhunderte, auf hochdeutsch „Gicht“, ausschließlich Reiche betroffen waren, die sich genügend Fleisch und Wein leisten konnten und diesen Genüssen natürlich auch nicht abgeneigt waren. Heutzutage kann man sogar täglich bei McDonalds schlemmen, wobei für mich immer wieder schleierhaft ist, wie man in so einen Doppel- oder Dreifachdecker hineinbeißen kann, ohne eine Kieferklemme zu bekommen. Außer mit Gicht kann man dann nach einigen Jahrzehnten des Genusses vielleicht noch mit Arterienverkalkung und Diabetes rechnen.

Auch die „*Vergnügungssucht*“ treibt bisweilen recht interessante Blüten. Man denke nur an die riesigen Hallen, in denen man z.B. in der Lüneburger Heide im Sommer Ski fahren kann oder an das ständig zunehmende Angebot an luxuriösen Kreuzfahrten. Oder an die gigantischen Vergnügungsparks, in denen Kinder für teures Geld mit Eindrücken und Reizen, die sie kaum verarbeiten können, geradezu überschüttet werden, so dass sie am Ende eines solchen Tages mit den Nerven völlig fertig sind – wie auch der Rest der Familie. Oder ausufernde Computerspiele, welche die Aktivität der Kinder über Stunden und Tage lahmlegen. Da braucht man sich eigentlich nicht zu wundern, wenn sie Abhängigkeiten entwickeln oder unter ADHS, Konzentrationsproblemen und Schlafstörungen leiden. Man verstehe das nicht in dem Sinne, dass Vergnügungen, Freude und Spaß nicht erlaubt seien. Wenn man darauf achtet, bei allem, was man tut, das rechte Maß einzuhalten, dann ist natürlich auch gegen den Besuch eines Freizeitparks oder ein sinnvolles Computerspiel nichts einzuwenden. Aber wie oft wird dieses rechte Maß heillos überschritten...

Die „*Wollust*“, bzw. Geilheit sind Neigungen, derer sich vermutlich niemand freiwillig beizichtigen würde. „Erotik“ klingt da viel seriöser und gehört für viele einfach zum gepflegten Lifestyle hinzu. Da die Sexualität wohl den stärksten menschlichen Trieb darstellt, ist ihr der Mensch spätestens seit der Pubertät in mehr oder weniger starkem Ausmaß ausgesetzt und damit ein lohnendes Objekt für kommerzielle Interessen, welche die entsprechenden Bedürfnisse scheinbar befriedigen. So sind vor allem im Internet entsprechende Angebote überreichlich vorhanden und selbst für Kinder und Jugendliche mit einfachen Mausclicks zu erreichen. Es reicht aber auch schon, nach Mitternacht fernzusehen, um mit pornographischer Werbung bedrängt zu werden – ein Hinweis darauf, dass sogar letztere offenbar zur Normalität gehört. Die Auswirkungen der Sexualität reichen bis in die Politik und in kirchliche Institutionen hinein, und die in den vergangenen Jahren aufgedeckten Missbrauchsfälle sprechen für sich. Die Homosexualität steigt bis in die höchsten Gesellschaftsschichten und Staatsämter auf und ist so verbreitet, dass man sich fragen muss, was das eigentlich ausdrückt. Das *einzige* Problem für die Betroffenen scheint jedoch lediglich in der „Intoleranz“ der Gesellschaft zu bestehen und damit in der Frage, ob sie sich

mit ihrer Neigung „outen“ oder nicht. Also auch nur eine Facette moderner Normalität? Dagegen sprechen die aus einer fehlgeleiteten oder ausufernden Sexualität resultierenden Krankheiten wie Tripper, Syphilis, Hepatitis B und Aids.

Einige der erwähnten Laster tauchen auch in den Betrachtungen von Dr. Edward Bach über die Entstehung von Krankheiten auf. Er schreibt: *„Die Wissenschaft in den letzten zweitausend Jahren hat Krankheit als einen materiellen Faktor betrachtet, der durch materielle Mittel eliminiert werden kann: Solches ist natürlich völlig falsch. Krankheit des Körpers, wie wir sie kennen, ist ein Resultat, ein Endprodukt, ein letztes Stadium von etwas, das viel tiefer wurzelt. Krankheit entspringt oberhalb der körperlich-materiellen Ebene, näher der mentalen. Sie ist ganz das Resultat eines Konflikts zwischen unserem geistigen und dem sterblichen Selbst. Solange Harmonie zwischen diesen beiden Aspekten herrscht, sind wir vollkommen gesund; aber wenn es zu Dissonanzen kommt, folgt daraus das, was uns als Krankheit bekannt ist... Die eigentlichen Krankheiten des Menschen sind Charakterschwächen wie Stolz, Hass, Egoismus, Unwissenheit, Unsicherheit und Habgier.“*

Nach Dr. Bach lässt der *„Stolz, der Arroganz und Starrheit ist“*, jene Krankheiten entstehen, die Starrheit und Steifheit des Körpers hervorrufen. Grausamkeit führt zu Schmerzen, *„wobei der Patient durch das eigene Leiden lernt, es nicht anderen zuzufügen...“*; Hass zu *„Einsamkeit, gewalttätigem unkontrolliertem Charakter, nervlicher Belastung des Gemüts und hysterischen Ausbrüchen“*; exzessive Eigenliebe zu Neurosen und Neurasthenie (Nervenschwäche, Erschöpfung, Ermüdung); Unwissen und Mangel an Weisheit zu *„Schwächung von Sehkraft und Gehör“*; Unsicherheit zu *„Störungen, die die Bewegung und Koordination beeinflussen“*; Habgier zu Süchten usw..

Hier finden wir eine Reduktion des Krankheitsgeschehens auf das Wesentliche, aber manchem wird das ein bisschen zu simpel erscheinen. Die meisten Menschen können sich beim besten Willen nicht vorstellen, dass Nackenverspannungen, Gelenkschmerzen, Hautausschläge, Kopfschmerzen, Infektionen oder Hausstauballergie etwas mit ihrer innerlichen Befindlichkeit und ihrem Charakter zu tun haben und ziehen daher eine „materialistische“ Behandlungsweise vor, weil sie ihnen sicherer erscheint – und weil sie auch nicht ans „Eingemachte“ geht. Die Zusammenhänge, so einfach sie sind, werden jedoch durch die Praxis unter Beweis gestellt: Interessanterweise ist in der Bach-Blüentherapie der *einzigste Ansatzpunkt* für die Zusammenstellung der Arzneien sowie ihre Zielrichtung die *seelische Befindlichkeit* des Patienten, wohingegen die *Diagnose* nur für das praktische Vorgehen von Bedeutung ist, z.B. was an zusätzlichen Maßnahmen durchgeführt werden muss. Und im Verlauf der Therapie kann man dann die erstaunliche Beobachtung machen, dass durch die Anwendung dieser allein auf den Gemütszustand einwirkenden pflanzlichen Heilmittel körperliche Krankheiten wie Rheuma, Neurodermitis und Allergien zur Ausheilung kommen, im Idealfall sogar ohne die Verabreichung zusätzlicher Arzneien.

Dr. Bach geht sogar noch einen Schritt weiter, indem er den eigentlichen Heilungsvorgang auf der Ebene ansiedelt, auf der er tatsächlich stattfindet, auf der göttlichen. Auch das ist den meisten Menschen nicht bewusst. Aber schon das Wort „Heilung“, welches mit den Begriffen „heilig“ (zu Gott gehörig) und „Heiligung“ (Rückführung in die Gemeinschaft mit Gott) in enger Beziehung steht, gibt uns den entsprechenden Hinweis.

Dr. Bach: *„Durch die Gnade Gottes ist offenbart worden, dass es Ihm gefallen hat, allen, die leiden, eine Heilung ihrer Drangsal zu geben. Diese Heilungen sind in gewissen Heilpflanzen, -blumen und -bäumen der Natur zu finden. Darüber hinaus hat es Ihm gefallen, diese Heilmittel den Menschen direkt zu geben, denn sie sind so einfach, dass die Menschen ihre eigene Medizin selbst finden und zubereiten und sich damit selbst oder gegenseitig in ihrer Not heilen können. Da die Menschen gesund werden, sind die Blumen des Feldes, die sie heilen, ein Geschenk der Natur, eine Gabe Gottes; so führen sie zurück zu*

*einem Glauben an die Liebe, die Barmherzigkeit, und das zärtliche Mitgefühl und die allmächtige Kraft des Allerhöchsten."*

*„Der Arzt von morgen wird erkennen, dass er selbst keine Kraft zu heilen besitzt, sondern dass das Wissen, den Kranken Weisung zu geben, und die Kraft der Heilung, ihren Schmerz zu lindern, durch ihn geschickt werden kann... Er wird verstehen, dass Gesundheit – wie das Leben – von Gott kommt, und von Gott allein. Er wird begreifen, dass er und die Arzneien, die er gebraucht, bloße Instrumente, Mittler im göttlichen Plan sind, die helfen, den Leidenden auf den Weg des göttlichen Gesetzes zurückzuholen."*

Genau an diesem Punkt begegnen sich die Bach-Blüthenherapie und die Hildegard-Heilkunde. Während das Werk Hildegards von Bingen darin besteht, die Stellung des Menschen in der Welt und seine wechselseitige Beziehung zu Gott herauszustellen und damit den Menschen in die göttliche Ordnung zurückzuführen, wird dieses Ziel in der Bach-Blüthenherapie mehr auf *indirektem* Wege erreicht, indem Glaubenshindernisse wie Zweifel, Egoismus, Herrschsucht und Hader ausgeräumt werden. So haben wir in zahlreichen Fällen gesehen, wie Patienten im Laufe der Therapie für religiöse Gedankengänge aufgeschlossener wurden und eine Beziehung zu Gott fanden – und wie gerade das dann häufig den entscheidenden Schritt in Richtung Heilung ausmachte.

So ergänzen sich diese beiden Heilmethoden auf optimale Weise. Wenn Menschen mit ihren Charakterschwächen und Gefühlen nicht zurechtkommen oder wirklich in den Fängen eines Lasters gefangen sind, wenn ihnen aufgrund von Unglauben oder Zweifeln die geistlichen Heilmittel Beichte, Buße (= Umkehr) und Fasten verschlossen sind oder dieser Weg nicht zu einer Auflösung der inneren Problematik führt, dann haben wir in den Bach-Blüthenessenzen einfach anzuwendende Heilmittel, die sie wieder ins innere Gleichgewicht führen und ihren Geist darüber hinaus für die Rückbesinnung auf Gott öffnen. Für den Fall körperlicher Belastungen und stärkerer Beschwerden finden wir in der Hildegard-Heilkunde zahlreiche Arzneien tierischen, pflanzlichen und mineralischen Ursprungs, welche die Heilung begünstigen oder vervollständigen. Ihre Empfehlungen für eine sinnvolle Ernährung und ausleitende Verfahren (Schröpfen, Aderlass, Fasten) und ihre Hinweise auf eine vernünftige Lebensordnung tragen darüber hinaus erheblich zur Gesunderhaltung bei.

Das Wesentliche, um gesund zu bleiben oder geheilt zu werden, um das eigene Leben zu bewältigen und auch den eigenen Tod nicht als Ende, sondern als Hinübergehen zu empfinden, ist somit die Ausrichtung des Menschen auf Gott, auf die Rückbindung an seinen Schöpfer und ein Leben unter Seinem Schutz und Seiner Führung. Die kommende Adventszeit könnte, wenn sie richtig verstanden wird, dazu beitragen, ein Bewusstsein dafür zu entwickeln, dass unser Herrgott viel mehr die Beziehung zu uns sucht, als wir zu Ihm, und dass wir in Seinen Händen, in Seiner Gegenwart gut aufgehoben sind. Das wünsche ich Ihnen/Euch allen von ganzem Herzen.

Mit vorweihnachtlichen Grüßen,  
Ihr / Euer Hans Peter Kjer

## **TERMINE UND AKTIVITÄTEN IN UNSERER PRAXIS** (Details auf unserer Homepage)

**Aderlass:** 29.11. – 4.12.2012

**Oberallgäuer Hildegard-Treff:** [2012](#) 20.11. [2013](#) 15.1. / 26.2. / 26.3. / 30.4. / 11.6. / 23.7. **Hildegard-Basiskurs:** Noch Plätze frei !! Termine später

**Fastenseminar für Anfänger:** 4.3.-8.3.2013