

GÜNTHER H. HEEPEN

# DIE SANFTEN 3 DER NATURHEILKUNDE

Bach-Blüten, Homöopathie &  
Schüßler-Salze

RATGEBER GESUNDHEIT

G|U





GÜNTHER H. HEEPEN

# DIE SANFTEN 3 DER NATURHEILKUNDE

Bach-Blüten, Homöopathie &  
Schüßler-Salze

RATGEBER GESUNDHEIT



Unsere eBooks werden auf kindle paperwhite, iBooks (iPad) und tolino vision 3 HD optimiert. Auf anderen Lesegeräten bzw. in anderen Lese-Softwares und -Apps kann es zu Verschiebungen in der Darstellung von Textelementen und Tabellen kommen, die leider nicht zu vermeiden sind. Wir bitten um Ihr Verständnis.



**GÜNTHER H. HEEPEN**

ist Heilpraktiker in eigener Praxis.

»Die Natur hat jederzeit recht.«

JOHANN WOLFGANG VON GOETHE





## GANZHEITLICH HEILEN

Dieses Buch ist ein Handbuch für alle Fälle. Es begleitet Sie auf Ihrem Weg zur Gesundheit und hilft Ihnen, gesund zu bleiben. Sie erfahren alles Wichtige über die drei großen Heilverfahren, die mir besonders am Herzen liegen und die mich seit Beginn meiner Praxistätigkeit vor 25 Jahren begleiten. Es sind die Bach-Blüten des englischen Arztes Dr. Edward Bach, die Schüßler-Salze des deutschen Arztes Wilhelm Heinrich Schüßler und die zu Recht oft »königliche Therapie« genannte Homöopathie des ebenfalls deutschen Arztes Samuel Hahnemann. Die wirkungsvollen Verfahren helfen Ihnen auf sanfte Art, ob zu Hause oder unterwegs, ob bei akuten oder chronischen Beschwerden, ob beim

Gesundwerden oder Gesundbleiben – so wie sie schon Millionen Menschen geholfen haben.

Ich freue mich, meine Begeisterung für die drei großen Männer der Naturheilkunde mit Ihnen zu teilen. Sie werden vieles über deren Werdegang und die Entwicklung ihrer Therapiekonzepte erfahren. In den Praxiskapiteln finden Sie schnell zu derjenigen Auswahl an Mitteln, die genau zu Ihren aktuellen Beschwerden passt. Die in diesem Buch empfohlenen Mittel decken weitgehend alle selbst behandelbaren Erkrankungen und Beschwerden ab, mit denen wir im Leben so konfrontiert werden.

Betrachten Sie diesen Ratgeber als Ihre persönliche Hausapotheke. Ich wünsche Ihnen viel Erfolg damit. Bleiben Sie gesund!

A handwritten signature in black ink, reading "Rüdiger Heepner". The script is fluid and cursive, with the first name "Rüdiger" written in a slightly larger and more prominent style than the last name "Heepner".



## DREI SANFTE HEILVERFAHREN FÜR IHRE GESUNDHEIT

AUF EINER KLEINEN REISE IN DIE  
MEDIZINGESCHICHTE LERNEN SIE HIER EDWARD  
BACH, SAMUEL HAHNEMANN, WILHELM HEINRICH  
SCHÜSSLER UND IHRE HEILVERFAHREN KENNEN.  
WAS SIE FÜR UNS GELEISTET HABEN, IST VON  
UNSCHÄTZBAREM WERT!





## BACH-BLÜTEN: PFLANZENESSENZEN FÜR DIE SEELE

Der aus Moseley bei Birmingham in England stammende Arzt Dr. Edward Bach (1886 – 1936) vertrat die Ansicht, dass jedes körperliche Leiden eine psychische Ursache habe, und für jeden Seelenzustand sei eine seiner 38 Blütenessenzen hilfreich. Um die psychische Ursache zu ermitteln, kann man sich oftmals auch an körperlichen Symptomen orientieren: So hilft etwa die Bach-Blüte Aspen Menschen mit vagen Ängsten, die sich auch körperlich niederschlagen können in Kopfschmerzen, Zittern oder Muskelanspannung. Bach kam zu der Überzeugung, dass alle Krankheiten, von Unfällen und Infektionen abgesehen, an eine seelische Ursache gekoppelt sind. Er hatte nämlich die Beobachtung gemacht, dass seine Patienten auch körperlich gesund wurden, wenn



er mit seinen Blütenessenzen das seelische Leid behandelte.

## Bachs früher Wunsch: helfen und heilen

Edward Bach soll schon in seiner Kindheit durch außergewöhnliche Empfindsamkeit und feine Intuition, durch Mitgefühl und enge Verbundenheit zur Natur aufgefallen sein. Mit 17 Jahren begann er in der Eisengießerei seines Vaters zu arbeiten. Dabei erschreckte ihn, in welchem schlechtem Zustand sich viele der Arbeiter befanden: Unterernährung, schlechte Arbeits- und Lebensbedingungen, Krankheiten. Schon in dieser Zeit soll sein Wunsch entstanden sein, Heilmittel für die Menschen zu finden, vor allem für die Armen – Arzneien, die einfach anzuwenden und für jedermann bezahlbar waren. Mit 20 Jahren begann er sein Medizinstudium. Als Arzt avancierte er schnell zum Leiter der Unfallstation einer Londoner Universitätsklinik, bevor er seine eigene Praxis eröffnete.

### Kritik an der Schulmedizin

Nach einigen Jahren praktischer Tätigkeit sah Bach die Schulmedizin zunehmend kritischer: Sie schenke dem kranken Menschen als Individuum zu wenig Beachtung, interessiere sich stattdessen vorwiegend für das erkrankte Organ oder das Symptom. Diese Medizin wollte er nicht ausüben und bewarb sich als Assistenzarzt am bakteriologischen Institut der Universität. Dort beschäftigte er sich mit der Erforschung von Bakterienstämmen und entdeckte Zusammenhänge zwischen chronischen Erkrankungen und der Vermehrung bestimmter Darmkeime.

### Ausgangspunkt vieler Krankheiten: der Darm

Während seiner Tätigkeit als Arzt und Mikrobiologe entdeckte Bach, dass die Ursache vieler chronischer

Erkrankungen eine intestinale (den Verdauungstrakt betreffende) Vergiftung aufgrund spezieller Bakterien ist. Bisher hatte man diese Vergiftung nur bei akuten Infektionen beschrieben. Bachs Verdienst war es, sie in Bezug zu hoffnungslosen klinischen Fällen zu setzen, für die keine wirksame Therapie zur Verfügung stand.

## INFO

### GEHEIMNISVOLLE KRÄFTE?

Eine drastische Wende im Leben des jungen Arztes wurde durch einen schweren Blutsturz eingeleitet. Bach fiel in ein tiefes Koma, die Kollegen diagnostizierten einen bösartigen Milztumor. Nach der Operation sagte man ihm, dass er noch drei Monate zu leben habe. Doch Bach überlebte nicht nur die drei Monate, sondern genas zusehends. Alle Verlaufsprognosen, alle Erfahrungen mit Milztumoren schienen auf den Kopf gestellt.

### ARZT IM HOMÖOPATHISCHEN KRANKENHAUS: EINE NEUE THERAPIE

Je mehr sich Bach mit den Darmbakterien beschäftigte, die er bei chronisch Kranken vorfand, desto mehr reifte seine Erkenntnis, dass die aus diesen Darmkeimen hergestellten Vakzine (Impfstoffe) wertvolle Heilmittel sind, wenn man sie nach bestimmten Regeln anwendete.

Im Jahre 1918, inzwischen galt er als geheilt, nahm Bach eine Stelle als Arzt im homöopathischen Krankenhaus in London an – die Homöopathie des deutschen Kollegen Hahnemann faszinierte ihn. Aber trotz vieler Erfolge mit homöopathischen Mitteln schien er mit der Methode und ihrer schier unendlichen Auswahl an Mitteln unzufrieden. Er wünschte sich, mit einer begrenzten Anzahl an Mitteln auszukommen, andererseits wollte er andere Kriterien für

die Auswahl aufstellen. Hier finden wir Parallelen zu Dr. Schüßler, der ebenfalls aus der klassischen Homöopathie kam, aber nach einer »abgekürzten« Therapie suchte. Zurück zu den von Bach nachgewiesenen Darmkeimen: Diese sind an sich nicht krankheitserregend, aber bei chronisch Kranken entdeckte er besonders hohe Keimzahlen, die den Kranken belasteten. Er beschloss, die bisher in der Klinik nur in akuten Fällen eingesetzte Vakzine-Injektion bei chronisch Kranken zu testen. Zunächst intensivierte die Injektion die Symptome, danach trat eine deutliche Besserung ein.

Aufgrund präziser Stuhlanalysen war Bach im Laufe der Zeit imstande, allein durch den bakteriologischen Befund zu sagen, unter welchen Beschwerden der Patient litt.

Schließlich ließ Bach, von der Homöopathie inspiriert, die Darmvakzine potenzieren, also nach homöopathischen Regeln verschütteln und verdünnen. Damit war aus dem Vakzin eine Nosode entstanden (ein aus krankhaften Sekreten oder Geweben hergestelltes homöopathisches Mittel).

Bach schrieb: »(...) Vakzine sind wertvolle Heilmittel, wenn man sie nach den homöopathischen Regeln und unter Berücksichtigung der Reaktionen des Patienten verabfolgt und nicht, wie man es bisher zu tun pflegte, in regelmäßigen Abständen.« In der Praxis sah das so aus, dass Bach zunächst eine Gabe des Vakzins verabreichte und mit der nächsten so lange wartete, bis die eintretende Besserung zum Stillstand kam. Dies entspricht den Kriterien Hahnemanns, die dieser im »Organon« beschreibt.

## **NOSODENTHERAPIE GERÄT IN VERGESSENHEIT**

Die großartige Entdeckung Bachs war im Zuge der Erforschung neuer Therapien bald wieder vergessen. Auch Bach selbst war in zunehmendem Maße unzufrieden mit dem Verfahren. Nicht etwa, weil es ihm an Heilerfolgen



mangelte, sondern weil die Herstellung der Nosoden umständliche und komplizierte Techniken erforderte.

## Blüten für die Psyche

Bach wollte nun einfache Heilmittel schaffen und widmete sich verstärkt der Pflanzenheilkunde. Damit waren die ersten Schritte zu den Blütenessenzen, die ihn später weltberühmt machen sollten, getan. Schon bei den Darmnosoden hatte Bach auf Gemütssymptome geachtet, dies tat er nun immer eingehender. Auch seine Methode aus der Mikrobiologie, bestimmte Gemütsäußerungen ganz bestimmten Darmbakterien zuzuschreiben, wollte er ausbauen.

### Ein Schlüsselerlebnis

Anfang 1929 begann Bach mit Pflanzen zu experimentieren. Er reiste nach Wales, woher seine Familie stammte und wo er als Jugendlicher viel gewandert war. Bei seinen Spaziergängen fand er nahe einem Gebirgsbach zwei Wildblumen, die ihn faszinierten: die Gefleckte Gauklerblume (*Mimulus*) und das Drüsentragende Springkraut (*Impatiens*). Zurück in London stellte er daraus eine Arznei her, die er schwerkranken Patienten verabreichte. Verblüfft stellte er fest, dass es ihnen nach der Einnahme besser ging.

Zwei Jahre später schloss Bach sein Labor und die Praxis in London und verbrannte all seine Forschungsergebnisse. Aufgrund des Schlüsselerlebnisses mit den wildwachsenden Pflanzen wollte er sich fortan nur noch den Kräutern widmen. Er wollte weitere heilende Pflanzen entdecken und sie bestimmten Gemütszuständen zuordnen. Denn er war der Ansicht, dass körperliche Beschwerden seelischen Ursprungs sind und die Behandlung der Seele an erster Stelle steht.

Für seine neue Therapie ließ Bach sich von drei strengen Auswahlkriterien leiten:

- Keine Verwendung giftiger Pflanzen.
- Keine Nahrungspflanzen.
- Keine primitiven Pflanzen, also nur evolutionsgeschichtlich höherentwickelte. Es sollten Pflanzen sein, »deren Entwicklungsstand entsprechend hoch oder höher ist als der des durchschnittlichen Menschen«. Denn nur sie besäßen die Kraft, unsere Schwingungen anzuheben und mit den geistigen Kräften, die Gemüt und Körper heilen, zu durchfluten. Der sehr religiöse und spirituelle Bach ließ sich dabei auch von Eingebungen leiten.



In den grünen Weiten der walisischen Hügel fand Bach zu seiner Therapie.

## **DAS ZIEL JAHRELANGER SUCHE**

Die neuen Heilmittel entsprachen endlich Bachs Vorstellungen einer menschengerechten Medizin. Sie wurden dem tief in seinem Denken verwurzelten Ursachenprinzip von Krankheiten gerecht. Bald gab es für ihn nicht mehr »die Arthrose«, »das Ekzem«, »die Gicht« oder »das Magengeschwür«, sondern nur mehr den seelischen Konflikt, den der Kranke durchlebte, oder das seelische Trauma, das er vor der Erkrankung erlitten hatte: »Dieser Konflikt ist die Wurzel von Krankheit und Unglück!«

## **Die Grundkrankheiten beheben**

Auslöser für Konflikte, die sich auf körperlicher Ebene als Krankheitssymptome äußern, sind nach Bach die folgenden Zustände: Hass, Eigenliebe, Unwissenheit, Unsicherheit, Habgier und Stolz. Er bezeichnete sie als Grundkrankheiten, als die Fehler des Menschen. Sie durch Umkehr auszumerzen und zu korrigieren, war sein Ziel. Mit den Blütenessenzen gelang es ihm, diese Störungen zu beeinflussen, die erkrankte Person wieder in Harmonie zu bringen sowie emotionale und mentale Konflikte zu lösen.

## **12 HEILER UND 26 HELFER**

Anfangs hatte Bach 12 Pflanzen als »Heiler« beschrieben, später ergänzte er sie um 26 »Helfer«. 37 der Essenzen stammen von wildwachsenden Blüten, die 38, Rock Water, wird aus frischem Quellwasser hergestellt. Zudem gibt es Nr. 39 Rescue Remedy®, die Notfalltropfen, eine Mischung von fünf Essenzen. Genaueres lesen Sie ab >.



Die entdeckten Pflanzen ordnete Bach sieben Hauptgruppen von Gemütszuständen zu:

- Angst
- Unsicherheit
- Ungenügendes Interesse an der Gegenwart
- Einsamkeit
- Überempfindlichkeit gegen äußere Einflüsse
- Mutlosigkeit und Verzweiflung
- Sorge um das Wohl anderer

## **HEILUNG BEGINNT IN DER SEELE**

Für die Auswahl der Blüte(n) für einen Patienten ließ Bach sich von seiner Wahrnehmung leiten: Der Ausdruck von Person und Psyche führte ihn zur richtigen Verordnung. Daraus geht hervor, dass sich einer bestimmten Krankheit nicht einfach eine Blüte zuordnen lässt. Dennoch lehrt die praktische Erfahrung, dass es durchaus körperliche Symptome gibt, die man ergänzend zur Auswahl heranziehen kann oder die bei bestimmten psychischen Symptomen häufig vorhanden sind. So passt etwa die Bach-Blüte Impatiens zu ungeduldigen, gehetzten und hastigen Menschen. Die Anspannung spiegelt sich körperlich wider in Muskelverspannung, Schmerzen, Krämpfen. Bach selbst beschrieb oft körperliche Beschwerden, wie im Praxisteil zu lesen, primär galt aber das psychische Erscheinungsbild. Julian Barnard, Kopf einer der Firmen, die Bach-Blüten nach den Vorgaben von Edward Bach herstellen, sagt zur Wirkweise der Blütenessenzen: »Ganz gleich, welche Erkrankung vorliegt, wir können mit den Bach-Blüten die Hauptursache des Zustands beseitigen, wenn es uns gelingt, die psychische Gleichgewichtsstörung zu ermitteln.«

## **EIN NEUES KRANKHEITSVERSTÄNDNIS**

Dr. Bach ermittelte als Ursache organischer Leiden eine Disharmonie zwischen Seele und Persönlichkeit und beschrieb sie als Wurzel von Krankheiten. Den Stolz nannte

er die Frucht von Arroganz und Starrheit im Denken: »Stolz wird Krankheiten erzeugen, die Starrheit und Steifheit im Körper mit sich bringen«. Schmerz ist Folge von Grausamkeit, und Nervenkrankheiten sind Folgen des Sich-nach-innen-Wendens durch zu viel Selbstverliebtheit. Das Herz als Quell des Lebens und der Liebe neigt zu Beschwerden, wenn die Liebe zum Mitmenschen nicht recht entfaltet oder falsch gebraucht wird.

Bachs Krankheitsverständnis unterscheidet sich vom bekannten Ursache-und-Wirkung-Prinzip der etablierten Medizin. Seine Gedanken sind für die Mehrheit der Naturwissenschaftler nicht nachvollziehbar. Dem kann man die Heilungsquote der Blütenessenzen entgegenhalten, die Howard und Ramsell vom englischen Bach Centre in Mount Vernon mit 75 Prozent angeben.

## **BEREIT ZUR VERÄNDERUNG**

Damit die Blütenessenzen ihre heilenden Wirkungen entfalten können, ist es wichtig, dass der kranke Mensch zu Veränderungen bereit ist. Das kann auch bedeuten, Gewohnheiten zu überdenken sowie eine notwendige ärztliche Therapie anzunehmen. Die Bach-Blüten sollen bei den Veränderungen als Stütze angenommen werden. Je aufnahmebereiter ein Mensch dafür ist, desto tiefer ist die Wirkung der Mittel. Die Blütenessenzen als Arzneien nach dem »Lichtschalterprinzip« zu sehen, ist dagegen falsch. Sie helfen uns, Schwächen und Fehler zu erkennen und auszumerzen; aber den entscheidenden Schritt müssen wir selbst tun.

---

Es ist nicht die Krankheit, die von Bedeutung ist,  
sondern der Patient.

DR. EDWARD BACH

---

So nannte Bach seine Arzneien ein Korrektiv und schrieb:  
»Wenn die Lektion verstanden und der Fehler beseitigt ist,  
brauchen wir das Korrektiv nicht mehr. Wir müssen immer  
daran denken, dass Leiden an sich wohltätig ist, indem es  
uns darauf hinweist, wenn wir falsche Wege beschreiten.«





## HOMÖOPATHIE: NATURSUBSTANZEN IN »HOCHFORM«

Die vom Arzt Dr. Christian Friedrich Samuel Hahnemann (1755 – 1843) aus Meißen begründete Homöopathie ist ein tiefgreifendes und individuelles Heilverfahren, das nicht nur die Beschwerden des Menschen, sondern auch seine Person, seine Eigenarten und Auffälligkeiten erfasst und diese in die Suche nach dem passenden Heilmittel einfließen lässt. Die »Königin der Naturheilkunde« mit ihren nahezu 1 000 Mitteln hilft uns, Alltagsbeschwerden ebenso wie chronische Erkrankungen erfolgreich zu behandeln, außerdem ist sie einsetzbar bei seltenen oder sehr vielseitigen Beschwerden. Die homöopathische Behandlung kann eine Therapie der ganzen Person, ihrer Eigenheiten und Symptome sein. Sie leistet aber auch schnelle Hilfe in akuten Fällen. Ihre Basis

ist die sogenannte Ähnlichkeitsregel: »Ähnliches möge mit Ähnlichem geheilt werden.«

## Hahnemann: ein Revolutionär der Medizin

Der Begründer der Homöopathie war nicht nur ein bedeutender Arzt, sondern auch ein berühmter Chemiker und Pharmazeut. Als Schüler war er durch besondere Begabung aufgefallen. Sein Vater wollte zunächst, dass er eine kaufmännische Lehre abschloss, doch schließlich durfte er bis zum 20. Lebensjahr die Schule St. Afra in Meissen besuchen, wo bis heute außergewöhnlich begabte Schüler gefördert werden. Anschließend zog er nach Leipzig zum Medizinstudium. Sein Brot verdiente er als Übersetzer. Er war arm, arbeitete Tag und Nacht, hatte kaum Kontakt zu Kommilitonen. Seine wenigen Bekannten berichteten, dass er sich täglich draußen bewegte, »als Ausgleich für die Stubenhockerei«, wie er sagte. Dies behielt er bis ins hohe Alter bei, und auch als Familienvater bestand er auf dem täglichen gemeinsamen Spaziergang.

Heute hier, morgen dort

Nach zwei Jahren verließ Hahnemann Leipzig, da er vom Studium enttäuscht war. Es vermittelte aus seiner Sicht nur graue Theorie und ermöglichte ihm keinen Kontakt zu Patienten. Er setzte sein Studium in Wien fort und konnte nun an den Visiten des Professors am Krankenbett teilnehmen.

Kurze Zeit später wurde er vom Statthalter von Siebenbürgen engagiert, dessen Bibliothek und Münzsammlung zu ordnen und der Familie als Hausarzt zur Verfügung zu stehen. Er begleitete den Statthalter bei Reisen und studierte dabei die Krankheiten der Menschen. In dieser Zeit erkrankte er selbst an Malaria – man nimmt an, dass der Ursprung seines Heilverfahrens bereits hier zu

finden ist, wie Sie auf der nächsten Seite lesen. Wieder genesen, aber noch von den Folgen der Erkrankung belastet, zog er nach einem Jahr nach Erlangen, wo er sein Studium nun abschloss und 1779 promovierte.

## **EIGENE PRAXISTÄTIGKEIT**

Als junger Arzt siedelte Hahnemann nach Hettstedt im Harz über und eröffnete eine bescheidene Praxis mit kleiner Ausstattung an medizinischem Instrumentarium. Nach kurzer Zeit wurde ihm klar, dass er dort zu wenige Patienten erreichte. Er wechselte wiederum den Wohnsitz und wurde in Dessau sesshaft, wo er auch heiratete. Kurze Zeit später nahm er in der Stadt Gommern im heutigen Sachsen-Anhalt eine Stelle mit gutem Gehalt als Kreisarzt an, um den Unterhalt seiner Familie zu sichern. Seine neue Stelle bot ihm auch genug Zeit, sich mit seinem Lieblingsthema, der Chemie, zu beschäftigen. Insgesamt war Gommern jedoch eine Enttäuschung. Hahnemann wurde wenig als Physikus in Anspruch genommen und machte sich daran, medizinische Werke und auch Belletristik aus dem Englischen und Französischen zu übersetzen.

## **KRITIK AN DER MEDIZIN**

Hahnemann kritisierte die Begeisterung der Mediziner für drastische Ausleitungsverfahren wie Brechkuren, Einläufe, Aderlasse, Schröpfen und Blutegel, deren Anwendung oft übertrieben wurde, mit schlimmen Folgen für die Kranken. Auch in der Tragödie »Faust« von Hahnemanns Zeitgenossen Johann Wolfgang von Goethe findet sich eine Kritik an der Aderlass-Manie.

Hahnemann zog es bald mit seiner Familie nach Dresden. Dort konnte er in den Krankenhäusern der Stadt arbeiten und forschen und widmete sich auch der Schriftstellerei. Im Jahr 1792 zog die Familie mit ihren nunmehr drei Kindern in einen Leipziger Vorort und lebte dort in einfachsten Verhältnissen. Nachts schrieb und übersetzte Hahnemann



bei Kerzenlicht, tagsüber half er im Haus. Er verfasste Aufsätze über gesunde Lebensführung, Abhärtung, Luft und Licht und forderte den Bau von Krankenhäusern sowie die Desinfektion von Wohnungen und – seiner Zeit weit voraus – sauberes Trinkwasser.

### Ein Trugschluss als Startschuss

In seiner Leipziger Zeit übersetzte Hahnemann die »Materia medica« des schottischen Mediziners und Chemikers William Cullen ins Deutsche. Dieser Text sollte seinem Leben und seiner Arbeit einen neuen Wendepunkt geben: Cullen schrieb nämlich, die Rinde des südamerikanischen Chinarindenbaums wirke bei der Behandlung der Malaria, indem sie den Magen stärke. Diese Begründung für die Heilwirkung der Chinarinde überzeugte Hahnemann nicht, und so kam es zu seinem berühmten Selbstversuch: Er nahm eine ordentliche Dosis Chinarinde und stellte fest, dass er Fieber bekam, ähnlich dem Wechselfieber (Malaria).

---

Das war nicht das erste Mal in der Geschichte der Medizin, dass ein falscher Schluss zu fruchtbaren Konsequenzen führte.

### PROF. HANS RITTER (HAHNEMANN-BIOGRAF)

---

Hahnemann kannte die Malaria gut, er hatte sie schließlich selbst durchgemacht. In seiner Erlanger Zeit hatte er die Chinarinde kennengelernt, als er einen schweren Malariaanfall damit behandelte. Aufgrund der Erfahrung aus seinem Selbstversuch kam Hahnemann zu dem Schluss: Die Chinarinde wirkt bei Malaria, weil sie beim Gesunden eine ähnliche Erkrankung auslöst.

Heute wissen wir freilich, dass vielmehr das Chinin in der Chinarinde schädigend auf die Malaria-Plasmodien (einzellige Parasiten) wirkt.

## **BERÜHMTE VORLÄUFER**

Hahnemann hatte schon früher beobachtet, dass sich eine chronische Erkrankung manchmal besserte, wenn eine akute dazukam. Sein Chinarinde-Versuch führte ihn indes, wie wir heute wissen, zu einem Trugschluss – allerdings letztlich auch zur Entwicklung einer fantastischen Therapie. Seine Theorie, dass ein Mittel, das bestimmte Symptome hervorruft, eine ähnliche Krankheit heilen kann, vertraten übrigens schon vor ihm große Ärzte wie Paracelsus (1493 – 1541) und Hippokrates von Kos (460 v. Chr. bis 377 v. Chr.) und andere. Hahnemann kannte ihre Arbeiten zum Teil und schrieb auch darüber in seinem grundlegenden Werk »Organon der Heilkunst«.

## **Auf verschlungenen Wegen zur Erkenntnis**

Die Familie ernähren und neue Erkenntnisse gewinnen – beides war für Samuel Hahnemann der Antrieb für noch viele weitere Ortswechsel. Zusätzlich hatte er auch oft Streit, besonders häufig mit Apothekern, welchen seine Vielseitigkeit als Arzt und Chemiker beziehungsweise Pharmazeut nicht geheuer war. So führte der Weg der Familie Hahnemann weiter nach Gotha, wo er als menschenfreundlicher Arzt in einer »Irrenanstalt« neue Wege beschreiten sollte. Weitere Stationen waren Braunschweig, Hamburg, Dessau, Pyrmont (heute Bad Pyrmont) und Wolfenbüttel. Er soll in seinem Leben über 30-mal umgezogen sein. In diesen Jahren hatte er ein viel beachtetes Apothekenlexikon geschrieben und nahm Kontakt mit dem berühmten Arzt Christoph Wilhelm Hufeland (1762 – 1836) auf. Dieser gab ihm die Möglichkeit,

in seinem »Journal der praktischen Heilkunde« zu publizieren.

### »SIMILIA SIMILIBUS CURENTUR«

Intensiv beschäftigte sich Hahnemann weiter mit dem Gedanken, dass Ähnliches durch Ähnliches geheilt werden könne. Das bedeutet, dass für die Behandlung eines Kranken eine Arznei benötigt wird, die beim Gesunden ähnliche Beschwerden auslöst. Die tatsächliche Erkrankung wird also laut der Ähnlichkeitsregel durch eine künstlich erzeugte überlagert, was die Selbstheilungskräfte des Körpers auf den Plan ruft.

## INFO

### DIE ÄHNLICHKEITSREGEL

»Man ahme die Natur nach, welche zuweilen eine chronische Krankheit durch eine hinzukommende heilt, und wende in der zu heilenden (vorzüglich chronischen) Krankheit dasjenige Mittel an, welches eine andere, möglichst ähnliche, künstliche Krankheit zu erregen im Stande ist, und jene wird geheilt werden, Similia similibus curentur.« (S. Hahnemann)

### Suche nach geeigneten Mitteln

Die von Hahnemann 1796 formulierte Ähnlichkeitsregel gilt als die Geburtsstunde der Homöopathie (altgr. hómoios = gleichartig, ähnlich, páthos = Leiden). Sein nächstes Ziel war nun, möglichst viele Arzneien an gesunden Menschen zu testen, um möglichst viele »ähnliche Krankheiten« zu erzeugen und so Heilmittel zu finden. Dafür musste oft seine inzwischen achtköpfige Familie herhalten. Hahnemann tat etwas, das man so in der Medizin bisher nicht kannte: Er experimentierte. So fand er nach und nach mehr Heilmittel,

die er bei Kranken einsetzte. Ganz streng seinem Grundsatz verordnete er immer nur ein Heilmittel – und wehe einer seiner Schüler setzte zwei oder mehr homöopathische Mittel gleichzeitig ein!

## **KEIN KRANKER IST WIE DER ANDERE**

Im Lauf seiner Versuche stellte Hahnemann fest, dass bei chronischen Krankheiten nicht einfach immer das gleiche Mittel eingesetzt werden durfte. Für jeden Kranken müsse das spezifische Mittel gefunden werden. In seiner Praxis legte er größten Wert auf die ausführliche Anamnese, die Aufnahme der Krankengeschichte. Er wollte von allen Beschwerden und Auffälligkeiten des Patienten erfahren, um das richtige Mittel zu finden. Die schulmedizinische Diagnose, die Bezeichnung der Krankheit, war für ihn wertlos, wichtig waren die Eigentümlichkeiten des Erkrankten und die begleitenden Umstände der Erkrankung. Mit ihrer Kenntnis konnte er das Simile (das den Beschwerden möglichst ähnliche Mittel) finden: »Nach Auffindung aller vorhandenen bemerkbaren Zeichen der Krankheiten hat der Arzt die Krankheit selbst gefunden, hat er den völligen zu ihrer Heilung notwendigen Begriff ... Die Genugtuung, die ich von diesem Verfahren habe, würde ich mit keinem der gerühmtesten Erdengüter vertauschen.« Hahnemann vertrat die Ansicht, dass immer nur eine Krankheit vorhanden sein kann. Bei der Mittelwahl berücksichtigte er auch Beschwerden, die durch schulmedizinische Behandlung verdrängt oder erzeugt wurden. Ein Beispiel: Da Hautausschläge eine Ausscheidungsmaßnahme des Körpers seien, würde die äußerliche Behandlung lediglich die Krankheit ins Körperinnere verschieben.





Ein Selbstversuch mit der Rinde des Chinarindenbaums gab den Startschuss.

## Verbreitung und Weiterentwicklung der Homöopathie

Im Jahr 1810 wurde Hahnemanns Hauptwerk »Organon der Heilkunst« in Dresden gedruckt. Darin beschrieb er seine Beobachtungen, gab Anweisungen zur Anamnese und Behandlung. Das »Organon« (vom griechischen Wort für »Werkzeug«) wird als Bibel der Homöopathie bezeichnet, es enthält alle ihre Regeln in 271 Paragraphen. Der Paragraph Nr. 1 beschreibt den übergeordneten Grundgedanken der Behandlungsmethode: »Der Arzt hat kein höheres Ziel, als kranke Menschen gesund zu machen, was man heilen nennt.«