

## **Vorwort “Die verborgenen Krankmacher”**

### **EINLEITUNG ZUM INHALT DES BUCHES**

In diesem Buch beschreibe ich die Erfahrungen mit Selbsttherapien, die mir nützlich waren, um wieder gesund zu werden. Sehr viele Maßnahmen nutze ich heute noch, um gesund zu bleiben. Der Vorteil dieser Methoden ist, daß sie alle parallel zu den herkömmlichen medizinischen Behandlungen praktiziert werden können, was nicht ausschließen soll, daß der Arzt zu Rate gezogen werden sollte. “Aus Erfahrung wird man klug”, heißt es. Deshalb habe ich im Laufe der Zeit sehr viel Informationsmaterial gesammelt über die unterschiedlichsten Möglichkeiten, die verschiedensten Krankheiten zu verhindern oder natürlich zu heilen.

Die Suche nach biologischen Heilmethoden, nach Selbsthilfe wurde zu meiner Freizeitbeschäftigung. Trotz meines Wissens und des Versuchs, auf eine weitgehend gesunde Lebensweise zu achten, konnte ich nicht ausschließen, daß mir das Schicksal eines Tages doch noch seine Schläge erteilen würde. Diese Ansammlung von Informationen käme mir dann vielleicht auch zugute.

Genauer gesagt:

Ich habe das Buch in erster Linie für mich selbst geschrieben, aber mit dem Ziel, damit auch anderen Menschen helfen zu können.

Ich besuchte Tagungen, Seminare und Vorträge über Mensch, Natur und Naturheilkunde. Das ließ mich die Natur wieder entdecken. Im Laufe der Zeit hatte ich Interessantes und teilweise Faszinierendes erfahren. Die Hilfen aus der Natur waren für mich als Techniker nicht immer zu erklären. Nie war es unlogisch, aber oft schwer nachvollziehbar. Vielleicht fand ich deshalb viele dieser Methoden so reizvoll. Sie hatten etwas Prickelndes an sich, und wenn sie helfen könnten, warum sollte man sie bei Bedarf nicht ausprobieren? Die Menschen, die ich bei diesen Seminaren traf, hatten oft über eigenes Leid nachdenken müssen. Auch sie waren – aus der Not heraus – meistens sehr kritisch gegenüber vielen herkömmlichen Heilsystemen geworden. Ärzte, Heilpraktiker, Physiker und Interessierte aller Berufsgruppen finden sich bei solchen Seminaren zusammen. Viele Ärzte hatten festgestellt, daß die derzeitigen Methoden der Schulmedizin zu oft versagen, und suchten in einer anderen Richtung nach möglichen Lösungen. Einige hatten ihren Beruf zu ihrer Lebensaufgabe gemacht und teilweise in eine Art Privatforschung umgesetzt. Oft waren sie auch über eigene Krankheiten zum Nachdenken gekommen.

Zu diesen Tagungen kommen auch Leute, die zwar nie ein Semester studiert haben, die aber über ihre langjährigen Beobachtungen und Selbsterfahrungen interessante Erkenntnisse mitteilen können. Oftmals befinden sich da Menschen mit sogenannten übernatürlichen Begabungen, die zwar mit jeglicher Art von anerkannter Wissenschaft “nichts am Hut” haben, die jedoch eindeutige Erfolge nachweisen können. Ihre Erkenntnisse sind in ihrer Wirkung oft wertvoller als das sture Wissen eines langjährigen Studiums. Die dort teilnahmen, waren zumeist sehr interessante Menschen. Einige konnten in Sachen Mensch und Natur von Dingen berichten, die an die Grenzen des heutigen Wissens stoßen. Auch ich hatte durch den Zwang der Krankheit lernen müssen, Arroganz und “Scheuklappen” abzulegen. Dadurch nimmt man vieles

intensiver wahr und erhält die Möglichkeit, seinen Blickwinkel und sein Wissen zu erweitern.

Die Naturheilkunde ist ein sehr umfangreiches und unerschöpfliches Thema. Die Vernetzung der Möglichkeiten ist fast unendlich wie die Natur selbst. Ihre Erkundung verlangt viel Freizeitopfer, Weitblick, die Wahrnehmung von Intuitionen sowie ein gesundes Selbstvertrauen. Die Natur schenkt uns Leben

und Gesundheit. Sie nimmt die Gesundheit und das Leben häufig zu früh und oftmals qualvoll zurück, wenn wir mit ihr nicht im Einklang leben. Fast immer gibt uns die Natur die Gesundheit wieder, wenn wir rechtzeitig gelernt haben, unseren Körper als Naturprodukt zu respektieren und ihn an entsprechende natürliche Rhythmen anzupassen. Ich gewann immer mehr die Überzeugung, daß gegen jede Art von Erkrankung "ein Kraut" gewachsen sei, auch wenn dieses Kraut und seine Anwendungsweise leider noch unbekannt sind. Meine neuen Interessen machten mich hellhörig für alles, was Krankheiten, Heilungen und die Erfahrungen dazu betraf.

Es fiel mir auf, daß das Thema Gesundheit die Menschen im allgemeinen sehr beschäftigt und häufig in Gesprächen wieder auftaucht. Viele Methoden der etablierten Schulmedizin werden im allgemeinen, aufgrund von negativen Erfahrungen, angezweifelt. Es sind nicht zuletzt die fließbandartigen Behandlungen, der radikale Einsatz von Penizillin, Cortison und Co., sondern auch der Mangel an Wirksamkeit dieser Methoden und das weitere Absinken des Gesundheitszustandes, was zum Nachdenken führt.

Durch ihre bleibenden Leiden entschließen sich immer mehr Menschen zur Selbsthilfe vorwiegend natürlicher Art. Die eigenen Gesetze der Natur sind für den modernen Menschen kaum fassbar. Solche Bemerkungen wie: "Es ist wissenschaftlich nicht nachgewiesen", konnte ich nicht mehr ernstnehmen. Vielmehr dachte ich, daß der Autor eines solchen Ausspruches wahrscheinlich noch nie ernsthaft krank war.

Hier möchte ich meine persönlichen Erfahrungen und Meinungen zu den verschiedensten Themen mitteilen. Ich spreche auch Umweltprobleme an, die mich bedrücken und die direkt oder indirekt einen Einfluß auf die Gesundheit der Menschen haben. Ich möchte hiermit auf keinen Fall behaupten, Patentlösungen für jedermann liefern zu können. Vielmehr möchte ich, über meine persönliche Art die Dinge zu sehen, vermitteln, daß es mit einfachen Methoden möglich ist, die Gesundheit weitgehend zu schützen. Das hat mir seit Jahren zu einer zufriedenstellenden Gesundheit verholfen. Viele der zitierten Beispiele beziehen sich auf Erfahrungen durch Gespräche, sei es mit Kunden, in geselliger Runde, bei Feierlichkeiten und so weiter. Die Angaben unter "Bekanntes" können daher etwas auffallend sein. Wichtig bei einem Beispiel soll nicht dessen Herkunft sein, sondern der Inhalt und deren Entwicklung. Ich habe nichts erfunden, sondern nur über Jahre sehr viele Informationen gesammelt.