

LESEPROBE

Weitere Informationen und Bestellmöglichkeit hier:

www.homsym.de

Rosina Sonnenschmidt

Heilkunst und Humor

Heiteres und Denkwürdiges
aus der Praxis



Verlag Homöopathie + Symbol Berlin

Inhalt

Danke!	9
Vorwort (Andreas Krüger)	10
Geleitworte zu einem inspirierenden Buch (Dr. Wolfgang Vogelsberger)	14
Lachtherapie zum Geleit (Dr. Christiane May-Ropers)	16
Kleines Lachkabinett (Dr. Christiane May-Ropers)	18
Kleine Vorgeschichte	20
Einführung ins heitere Metier	24
Naturheillachpraxis oder die lachende Homöopathie	31
Die merlineske Heilkunst	36
I. Das Heitere ist lösend – die Lösung ist heiter	41
Nix ohne Beten	44
Der innere Narr	47
Kongressgelächter	52
Göttliche Einfalt	54
Die Pendlerin	56
Gedankenpulver	57
Zwergenschule	63
Pippi	67
Gertrud, die Nährende	72
Eins, zwei, drei, Arsen	76
Wunderkinder-AG	81
Tino, der Zirkusjunge	86
Wie werde ich krank?	90
Der Raser	91
Christian, der Hänger	92
Entbindung	98
Alex, der Ara	99
Elfchen	103
Rosina – so ein Schussel!	107

2. Leben wie Gott in Frankreich – Heilen in Deutschland 111

Léonie, die Tierliebhaberin	119
Edgar	127
Télécom française	131
Pierre, der Glühwangige	136

3. Der Schatten des Lachens – Denkwürdiges aus der Praxis 141

Einladung zur Tafelrunde	145
Der Lusttag	162
Arthrose-Ex	165
Der Weißwurstkönig	168
Walter als Baby	173
Todessehnsucht	178
Aus dem Leben eines Kassenarztes...	183
Christophe	184
Frau Lachesis	188
Noch einmal Schlange, bitte!	195
Stimmen	197
Kobra, bitte!	201
Natrium-Heilung	206
Thai-Tränen	212
Eingemauerte Heilergabe	213
Ich möchte hier im Kurs sterben	218
Heilkraft zum Malen und Essen	222
Durch die Dunkelheit zum Licht	231
Das Schöne und das Böse	235
Berni	244
Thuja bringt es an den Tag	247
Phosphor-Engelchen	251
Das Wunderkindsyndrom	256
Noch mehr Indigo	262
Das Lachverbot der »Spirituellen«	266
Lichtkörperverleih	271



4. Lach-Mut in der Homöopathie 279

Humor ist, wenn man trotzdem lacht oder Die Türfalle (Dr. Herrmann)	283
Hiltrud und ihr Fisch	285
Hohes C mit Phosphor (Mechtilde Wiebelt)	289
Wahnsinn hinter der Bühne	290
Gruß aus dem Jenseits	292
Therapeutensammler	293
Arzneimittelprüfung oder Der schnelle Weg zur Demenz	300
Ilse, Bilse, keiner willse...	305
Sex und Lachen	309
Hilfe, ich bin pervers!	315
Sado – ma so, ma so	318
Mausphobie (Dr. Birgit Schmidt)	322
Schöne Dame (Belladonna)	323
Bello bellissimo	326
Gesunder Rentner (Mechtilde Wiebelt)	330
Sprücheklopfer	331
Kreativität (Dr. Birgit Schmidt)	335
Das Pulsieren der Tilla	336
Lachen tabu!	340
Perlen	350
Lehm-Homöopathie	351
Hyoscyamus im Lehm und die Kunst ihn zu kneten	353
Lycopodium im Lehm oder die Kunst zu schweigen	355
Staphisagria im Lehm oder die nachgeholte Kindheit	359
Arsen im Lehm oder die Ausgrabung	361
Lutum Felkeanum	363
Ausklang – Das ist ja das Letzte!	367

Abbildungen	373
--------------------	-----

Weiterführende Literatur	373
---------------------------------	-----

Kursangebote und Internetadressen / CDs und DVDs	377
---	-----

Vita der Autorin	378
-------------------------	-----



Hunter »Patch« Adams

Danke!

An meine wunderbaren Mitlacher und Kollegen der Heilkunst, die aus ihrem Praxisalltag ein paar Salzkörnchen zur Würze dieses Buches beitrugen:

- ☞ Tierärztin Anke Domberg für ihre wunderbaren Zeichnungen, die sie extra für dieses Buch anfertigte
- ☞ Heilpraktiker Andreas Krüger
- ☞ Dr. Wolfgang Vogelsberger
- ☞ Dr. Christiane May-Ropers
- ☞ Heilpraktikerin Mechtilde Wiebelt
- ☞ Dr. Annette Herrmann
- ☞ Dr. Birgit Schmidt
- ☞ Dr. Lutz Zieseke-Michaelis
- ☞ Dr. Lothar Hollerbach

Ein herzlicher Dank geht an David Gilmore, der den Clown aus dem Therapeuten lockt und der für dieses Buch einige Fotos zur Verfügung gestellt hat.

Unser besonderer Dank gilt dem amerikanischen Arzt Hunter »Patch« Adams, dem Vater aller therapeutischen Clowns, für das Bild auf der gegenüberliegenden Seite.

Vorwort

Andreas Krüger

*Der revolutionärste Akt, den man tun kann,
ist öffentlich glücklich zu sein*
Hunter »Patch« Adams

Buddha lacht oder Gott einen Witz erzählen

Als mich meine treue Herzensfreundin Rosina Sonnenschmidt bat, einige Worte über den Humor und seine Heilkraft zu schreiben, bemerkte ich, wie spontan ein Lächeln über mein Gesicht huschte. Ich spürte die heilende Kraft dieses Lächelns und dachte an die vielen Situationen in meinem Leben – ob im realen Leben erlebt, im Film gesehen oder gelesen – als der Humor und auch das befreiende Lachen, besonders auch für mich selbst, Heilung, Öffnung und Wandlung brachte.

Ich dachte an meinen Lehrer Zalman Schachter, der uns auf einem wunderbaren Seminar zum Thema »Gebete und dem Umgang mit Gott« einmal erzählte, es sei eine alte jüdische Tradition, in einem Gebet Gott ein paar kraftvolle Witze zu erzählen, bevor man ihn um etwas bitten würde, um ihn zu erheitern und sein Herz für die Bitten zu öffnen.

Ich fand die Idee wunderbar, dass ich als Mensch die Kraft und die Möglichkeit hätte, meinen Gott heiter zu stimmen und ihn zum Lachen zu bringen. Später, in Zeiten eigener tiefster Dunkelheit, wo ich auch meinen Gott als einen trauernden und einsamen erleben musste oder durfte, habe ich immer wieder an dieses Erlebnis gedacht und mich Gott in meiner Dunkelheit sehr nahe gefühlt. Was für ein menschlicher Gott, der mit uns leidet, mit uns unsere Einsamkeit teilt, der aber auch mit uns lacht und den wir in direktem Zwiegespräch auch belustigen dürfen. Ich habe damals während dieses Seminars Gott einen halben Tag lang Witze erzählt, mir sein Gesicht vorstellend, das er in meinen Bildern der Seele hat, hoffend auf sein Lächeln oder sein Lachen. Ja, und es gelang mir, ihn zum Lächeln und zum Lachen zu bringen und ich möchte Euch, liebe Leser, verraten, dass mein Gott über Blondenwitze besonders laut und herzlich lachte (was daran liegen mag, dass ich selber blond bin).

In meinen Gedanken zur Heilkraft des Humors und zur Heilkraft des Lachens dachte ich auch an einen der bewegendsten Filme, den ich je in meinem Leben gesehen habe: »Patch Adams«, der Begründer der Lachtherapie – gespielt von einem wunderbaren Robin Williams. Ich erlebte in diesem Film einen Arzt, der, nachdem er selbst die tiefsten Täler der Seele durchwandert hatte, es als tiefe Initiation begriff, dass es wohl das Höchste unseres Heilerseins sei, lachend Hoffnung und Optimismus in die Seelen unserer Mitmenschen zu bringen.

Dieser Film ist bis heute ein Muss für alle meine Heilerschüler und auch immer wieder für mich – bis jetzt habe ich ihn bestimmt ein halbes Dutzend mal gesehen. Eine wunderbare Erinnerung an die heilende Kraft des Humors.

Patch Adams hat uns vorgelebt und gelehrt, wie unverzichtbar das Lachen, das Lächeln und der Humor überhaupt für unser Heilsein ist. Er hat uns gezeigt, dass selbst in Zeiten tiefster seelischer Abgründe und dunkelsten Dunkels es das Lächeln eines Schmetterlings sein kann, das uns die Kraft gibt, weiterzuleben und weiterzulachen. Heute erklärt uns die klinische Psychiatrie, dass Lachen und Lächeln zur vermehrten Ausschüttung unseres Glückshormons Serotonin führen, wie umgekehrt ein chronisch nörgelndes und faltiges Dreinschauen zu einem Versiegen dieses Glückshormons führen kann. Ob es der indische Lach-Yoga ist oder die Lachmeditation der großen Seele Osho – sie alle wussten um die heilende Kraft des Lachens, um das Lachen als Sonne unserer Seele. Wer regelmäßig zu lachen vermag, kann seine Johanniskraut-Dosis schnell halbieren. Das erste, was unser Patient oft zeigt und woran wir erkennen, dass es wieder Hoffnung gibt, ist ein erstes Lächeln nach langen Wochen depressiver Dunkelheit. Was gibt es Schlimmeres, als wenn ein Patient sagt, er habe sein Lachen verloren! Was gibt es Schöneres als ein erstes Lächeln! Noch heute erinnere ich mich an das erste Lächeln meiner Töchter nach ihrer Geburt. Bis heute gibt es nichts, was mich glücklicher gemacht hat.

Auf meinen vielen Reisen in die Länder meiner Seele, zum Beispiel in den Garten der Erlösung auf dem Berg des Erwachens, durfte ich des öfteren dem erhabenen Buddha begegnen. Die ergreifendsten Momente dieser Begegnung waren gar nicht so sehr, was er tat und was er mich lehrte, sondern es war sein weltenererschütterndes Lachen, das ich jedes



Mal hören durfte. Erlache die Freiheit und zerlache das Leid. Das ist die Essenz meiner Buddha-Reisen. Nicht umsonst sagt schon der große Konfuzius: Lächeln erzeugt Lächeln.

Zur heilenden Kraft des Humors und zur Freiheit schaffenden Kraft des Lachens möchte ich zum Schluss noch eine Geschichte erzählen, die ich in meiner Lieblings-Phantasy-Buchserie über Thomas Covenant, den Zweifler¹, gelesen habe. Thomas Covenant, ein leprakranker Skeptiker, wird in eine Parallelwelt versetzt, um diese zu retten. Über mehrere Bände wird ein erbarmungsloser Kampf zwischen den Kräften der Liebe und den Kräften des Dunkels, die ihre oberste Manifestation in der Gestalt eines Lord Fouls, eines Oberdämonen oder Oberteufels finden, beschrieben. Der letzte Kampf findet zwischen ihm und dem besagten Covenant in der Burg des Dämonen statt, indem beide mit ihrer ganzen Magie aufeinander losgehen und Covenant dem Dämon seinen ganzen Hass und seine ganze Verzweiflung entgegen schleudert. Doch statt ihn zu eliminieren, wird der Dämon durch diesen Hass und die magischen Angriffe immer stärker. Statt den Dämon zu besiegen, nährt Covenants Hass ihn eher noch – und an diesem Kampf droht diese Welt zu zerbrechen.

Als alles verloren scheint und die wildeste Magie nicht ausreicht, um das Dunkel zu vernichten, geschieht die Wende. Ein Gefährte Covenants, der Riese Salzherz Schaumfolger, selbst tödlich verwundet, fängt auf einmal und scheinbar aus heiterem Himmel an zu lachen. Vielleicht aus Einsicht in die Irrationalität seines Versuches, den Dämon durch Magie und Hass zu besiegen, fällt dann auch Covenant in das Lachen des Riesen ein und es entzieht dem Dämon spontan seine Energie. Nach kurzer Zeit des heilenden Lachens passiert das, was Hass und Magie vorher nie erreichen konnten: der Dämon erlischt. Eine kleine fantastische Geschichte über die heilende Kraft des Lachens.

Lachen ist heilender und befreiender als alles, was wir sonst noch an Medien des Heilens und der Befreiung zur Hand haben.

Rosina Sonnenschmidt – Du Sonnenschein unserer Seelen. Dir sei Dank dafür, dass Du uns, wie in jedem Deiner Bücher, wieder einmal erinnert hast an das, was Heil bewirkt und dieses Mal an das Heil des Humors.

¹ Info zu Thomas Covenant Chronik (6 Bände) über: www.zvab.com

Dieses Buch ist eine Pflichtlektüre für mich, meine Schüler und meine Patienten.

In tiefer Dankbarkeit für dieses Buch – Glück auf und ein herzhaftes Lachen.

Dein Andreas – singt für die Kranken – tanzt mit den Riesen.
Der Buddha lacht

*Wenn der Kampf verloren scheint
Das Dunkel übermächtig wird
Und die Dämonen anfangen unsere Seelen zu fressen
Dann sehen wir Dein Bild
Du – der Du alles erlebt hast
Alles erlitten hast, alles erliebt hast
Und wir sehen Dein Lächeln
Und wir hören Dein Lachen
Und wir wissen alles ist gut
Lachen der Stille
Lächeln der Leere
Aoum mani padme hum
Der Buddha lacht*

Andreas Krüger – gesungen am 14. Januar 2004

Geleitworte zu einem inspirierenden Buch

Dr. Wolfgang Vogelsberger



Abb. 1 Dr. med. Wolfgang Vogelsberger

»Humor ist die beste Medizin.« »Lachen macht gesund.« Wir alle kennen diese Sprüche. Doch wo befinden sich Humor und Lachen in unserer Medizin?

Mein Professor fragte uns als Studenten nach einem Unterricht am Krankenbett, ob der Patient eigentlich gelacht hätte. Als wir erstaunt verneinten, mussten wir kehrt machen und das Versäumte nachholen, nämlich den Patienten irgendwie zum Lachen bringen. Zum Glück gelang es uns und wir durften in der Folgezeit nicht nur gemeinsam mit diesem Patienten lachen, sondern auch mit vielen anderen. Nach kurzer Zeit war auf dem Schild der »Schmerzambulanz« der Justus-von-Liebig-Universität Gießen das erste »m« überklebt. Eine sinnvolle Reaktion auf das alte »Primum nil nocere!« (Das erste ist, nicht zu schaden).

Lachen, das bringt Loslassen, Ableiten, Entspannen, Öffnen und sogar Entgiften. Wer keinen gesunden Humor mehr besitzt, dem fehlen diese Gaben. Wenn die Humores – die körpereigenen Säfte – frei fließen, herrscht heitere Gelassenheit. Jetzt wird *Kairos*, der »günstige Augenblick«, möglich, in dem durch Sensitivität und Medialität die inneren

Stimmen von Therapeut und Patient hörbar werden. So entsteht ein Energiefeld für Patient und Therapeut, mit einem befreienden Lachen Herz und Hirn für wohlthuende Gedanken und Bilder frei zu machen. Humor befreit den Instinkt und setzt Impulse frei für die gemeinsame therapeutische Arbeit.

Gerade dort, wo Gegensätze aufeinander prallen, gewinnt das Heiter-Spielerische Kraft für die Lösung eines Problems, eines Konfliktes. Lachen berührt und rührt. So kann sich Schwäche in Stärke wandeln.

Humor ist eine der Brücken zwischen Bewusstsein und Unterbewusstsein. Er hilft uns, den Zusammenhang zwischen dem unterbewussten Fühlen und Ahnen und der körperlichen Befindlichkeit zu schaffen.

Hier ist immer wieder auch das provokative Vorgehen eines Narren notwendig.

Es sind die eindrucksvollen Bei-Spiele aus der Praxis, die dem Leser das Herz öffnen und so dieses Buch so wertvoll machen. Das therapeutische Vorgehen von Rosina Sonnenschmidt vereint spielerische Struktur und strukturiertes Spiel auf dem Boden intuitiver Kreativität. Es wird deutlich, dass in jedem Menschen ein innerer Clown schlummert, der auch gar keinen besonderen Aufwachraum braucht. Durch das Lachen finden Patienten und Therapeuten aus ihrer Atemlosigkeit in den Atem zurück. So findet ein Erwachen im Sinne des »Erkenne dich selbst« statt. Der Blick wird frei für das größere Ganze und das eigene Lebensproblem erlangt einen anderen Stellenwert.

In Rosina Sonnenschmidt vereinen sich die Möglichkeiten von Kunst, Lebenskunst und Heilkunst. Eine neue Heilkunde auf der Basis von Achtsamkeit, Klarheit, Wahrheit, gepaart mit Mut und Liebe, wird die Erfahrungen dieses Buches integrieren.

Dem neuen Werk dieser Mahnerin zur Umkehr sei eine rasche Verbreitung besonders unter den »Heilbefugten« gegönnt.

Dr. med. Wolfgang Vogelsberger

Freiburg, im drückend heißen Juli 2003

Lachtherapie zum Geleit

Dr. Christiane May-Ropers



Abb. 2 Dr. med. Christine May-Ropers

Vorsicht – Lachen ist eine ansteckende Krankheit!

Lachen überwindet Barrieren und schafft einen Raum, in dem Menschen sich treffen und gemeinsam seine heilende Kraft erleben können.

Was bewirkt Lachen?

Lachen regt den Herzschlag und Blutkreislauf an, trainiert verschiedene Muskeln, stimuliert eine Menge Nerven und vertieft sowohl die Ein- als auch die Ausatmung.

Lachen massiert das Zwerchfell. Innere Organe, die Lunge und das Herz sowie alle vom Herzen ausgehenden Gefäße können einen größeren Spielraum erhalten. Der wechselnde innerkörperliche Druck beim Lachen erleichtert verschiedenen Organen wie der Lunge, der Leber, dem Herzen, der Bauchspeicheldrüse und den Nieren ihre Funktion.

Dabei lassen Muskelverspannungen nach und die Tiefenentspannung baut Stresssymptome ab. Der Blutdruck reguliert sich (steigt bzw. fällt) – ein ausgeglichener Blutkreislauf führt dem Körper neue Energie zu. Beim Lachen werden Endorphine freigesetzt, die schmerzlindernde

Fähigkeiten haben (Endorphine sind vom Körper produzierte chemische Verbindungen, die ähnlich wie Opium wirken.). Vor allem aber stärkt Lachen das Immunsystem, also die Abwehrkräfte unseres Körpers.

In unserer Klinik (*Nowo-Balance-Klinik* Bruneck) boten wir von 1985 bis 1995 Lachtherapie für unsere Patienten an, mit großem Erfolg, wobei die Patienten oft zunächst gar nicht begeistert waren, wie im folgenden Beispiel:

Patientin: »Wie??? Ich soll zur Lachtherapie gehen? – Was soll ich da? – Nein, das kann ich nicht.«

Dr. May: »Aber Frau Müller, Sie werden sehen, da sind lauter nette Menschen beisammen und ob sie lachen oder nicht, ist völlig egal. Und die Übungen werden Ihnen gut tun.«

Patientin: »Nein, so auf Kommando lachen, obwohl einem gar nicht so zumute ist, das kann ich nicht.«

Dr. May: »Also, bitte tun Sie's für mich, gehen Sie einmal hin und schauen Sie sich's an. Wenn's Ihnen nicht gefällt, brauchen Sie nicht mehr hinzugehen.«

So oder so ähnlich liefen die Motivationsgespräche meistens ab, wenn die Patienten auf ihrem Therapieplan »Lachtherapie« stehen hatten. Es war gar nicht so einfach, vorwiegend alte, oft von Schmerzen geplagte und häufig auch noch unbewegliche Menschen überhaupt zu bewegen, sich die Sache einmal anzusehen. Doch einmal dabei, war jeder Patient schnell begeistert. Unsere Ärzte hörten oft das Gejohle und Gelächter und wunderten sich, wie das möglich sei.

Mit viel Bewegung, Tiefatemübungen und Singen brachte unsere *Nowo-Balance-* und Lachtherapeutin Traudl diese Menschen in Schwung.

Lachtherapie bedeutet vor allem Flexibilität und Kommunikation mit der Gruppe, denn einer Gruppe ein Lachen oder Lächeln zu entlocken, erfordert jedes Mal eine neue Dramaturgie, eine neue Inszenierung. Wenn sich der Energiestau dann in Lachen auflöst, fließt für alle in der Gruppe enorme Energie – Heilenergie.

Kleines Lachkabinett

Einige Übungen zur Anregung des Lachens

Dr. Christiane May-Ropers

Die folgenden Übungen sind zum einen aus unserem eigenen Repertoire oder wir haben sie zum anderen bei verschiedenen Workshops kennen gelernt, wie zum Beispiel bei meinem verehrten Meister Patch Adams oder bei David Gilmore. Lassen Sie sich inspirieren, denn sicher haben Sie selbst noch viele weitere Ideen.

1. Grimassen schneiden

Das lockert die verkrampte Gesichtsmuskulatur und man kann es auch vor dem Spiegel machen. Machen Sie Bewegungen wie:

- ☞ Kaugummi kauen
- ☞ »Ba, Ba Ba,...« (Dabei den Unterkiefer locker fallen lassen)
- ☞ Augen rollen oder schielen
- ☞ Die Zunge rausstrecken und gleichzeitig an den Ohrläppchen ziehen
- ☞ Schnute
- ☞ breites Froschmaul
- ☞ Nase rümpfen
- ☞ Stirne runzeln

2. Laut (am besten im Stehen), mit beiden Händen Bauch ganz tief unten halten

- ☞ Ha, Ha, Ha...
- ☞ Ho, Ho, Ho...
- ☞ Hi, Hi, Hi...
- ☞ He, He , He...
- ☞ Hu, Hu, Hu... Ha
- ☞ Ha, He, Hi, Ho, Hu...

Dabei einmal tiefe und einmal ganz hohe Töne. Bewegungen dazu, z.B. zu einzelnen Mitspielern gehen und mit Lachen herausfordern

3. Lachen mit geschlossenem Mund

4. Verschiedenes tierisches Lachen

Löwenlachen, Bärenlachen, Hundelachen, Hasenlachen, Papageienlachen, Mäuselachen, Krokodils-lachen...

5. Sich auf den Rücken legen, Beine in die Luft wie ein Käfer und versuchen zu lachen

6. Übung zu zweit:

Zwei Partner stehen oder sitzen sich gegenüber. Es wird abwechselnd gezählt: Partner A »Eins«, Partner B »Zwei«, Partner A »Drei«, Partner B »Eins«, Partner A »Zwei«, Partner B »Drei« usw. Jetzt denkt sich Partner A für die Zahl »Eins« eine Grimasse aus, z.B. »Zunge rausstrecken«.

Nun wird wieder gezählt, doch dieses Mal streckt man anstelle »Eins« zu sagen, die Zunge heraus. In der nächsten Runde gibt Partner B einen Ersatz für die Zahl »Zwei« vor, z.B. »Stöhnen«. Anstatt zu zählen geht's jetzt also: Partner A »Zunge rausstrecken«, Partner B »Stöhnen«, Partner A »Drei« sagen, Partner B »Zunge rausstrecken« usw. In der nächsten Runde eine weitere Steigerung für die Position »Drei«... usw.

7. Zwei Teilnehmer sitzen sich gegenüber. Der eine erzählt fünf Minuten lang *ohne zu unterbrechen* nur Gutes, Lustiges und Schönes aus seinem Leben. Der andere hört mit intensiver Anteilnahme zu, ebenfalls *ohne ihn zu unterbrechen* oder Kommentare abzugeben. Dann wechseln!

8. Lachwettbewerb

Wer kann die anderen am besten zum Mitlachen bewegen?

Kleine Vorgeschichte



Abb. 3 Die Autorin als junger Clown

Wer meine Arbeit kennt, dürfte nicht sehr erstaunt sein, dass ich ein Buch über den Humor und seine enorme Heilkraft schreibe. Viele Menschen glauben, mein Leben habe einfach so heiter und schwerelos mit mir ins jetzige Alter und ständig auf Glückswolke Nr. 47 getanzt. Das stimmt einerseits, doch andererseits auch wieder nicht, denn ich habe wahrscheinlich genau so viele Täler des Leidens durchlaufen wie jeder andere auch. Zum Glück bekam ich allerdings schon ein gehöriges Potenzial Humor mit in die Wiege. Demzufolge verhielt ich mich schon als Kind, sehr zum Leidwesen meiner Lehrer, reichlich komödiantisch und malte mich dauernd als Clown oder dummer August an, persiflierte die Leute und ihre Verhaltensweisen und bescherte dadurch meinen (armen) Eltern alle halbe Jahre mit roter Nase einen »Blauen Brief«. Gramgebeugt folgte mein Vater jedes Halbjahr der Aufforderung, zur

Klassenlehrerin zu kommen und sich anzuhören, was ich alles schon wieder an Unfug getrieben hatte. Er zweifelte an der Effektivität seiner Erziehung. Eine clowneske Schülerin, die ständig neue Streiche ausheckte, passte einfach nicht in das Bild eines Mädchengymnasiums und führte meine Lehrer zu dem simplen Schluss, dass ich wohl deshalb Rosina hieß, weil ich statt grauer Zellen nur Rosinen im Kopf hätte. Was die Lehrer damals nicht wussten: Ich wurde just an dem Tag geboren, als meine Großmutter Rosina an Krebs starb, erhobenen Hauptes, lächelnd und ihren Segen einem Kind gebend, das gerade auf dem Absprung in unsere Dimension war. Was meine Lehrer auch nicht wussten: Mein unbotmäßiges Verhalten entsprang wohl einfach dem unbewussten Heilungsbedürfnis, etwas Spaß und Licht in das graue Leben von uns Schülerinnen zu bringen. Dazu muss man wissen, dass in unserer Klasse etliche Mädchen von ihren Vätern, Müttern oder auch beiden regelmäßig grün und blau geschlagen wurden. Weinen war unter unserer Würde, doch ich werde die Qual in ihren Gesichtern und ihre geschundenen Leiber niemals vergessen. Es gab für mich deshalb nichts Schöneres, als wenn sie mal lächelten oder sogar lachten. So stellte ich allen möglichen Blödsinn an, verkleidete mich und ahmte besonders gerne die Lehrer nach – was naturgemäß nicht gerade auf ihre Anerkennung stieß.

Kein Lehrer in den fünfziger und sechziger Jahren zitierte damals die Eltern in die Schule, weil sie ihre Kinder verhauten. So waren wir Kinder und Jugendliche auf Selbsthilfe angewiesen. Ich ließ mich als Klassenkasper trotz katastrophaler Noten nicht von meinen Streichen und anderen Kapriolen abbringen. Mein Französischlehrer war wohl der einzige, der einen Sinn darin erkannte: Wenn sie komödiantisch sein darf, lernt sie wenigstens fleißig. Also erlaubte er mir, dass ich Grammatik, Texte oder Gedichte vor der Klasse schauspielerisch darstellen durfte. Tatsächlich hob das dann auch meine Französisch-Note. Schon während der Schulzeit konnte ich mich nicht entscheiden, ob ich zuerst einen anständigen Brotberuf erlernen sollte oder besser gleich zum Zirkus gehen. Dem eindringlichen Rat meiner Eltern folgend ging ich dann doch den Weg des »Das eine tun und das andere nicht lassen«, was bedeutete, mich zunächst einem Musik- und dann einem wissenschaftlichen Studium hinzugeben und zeitgleich im Kefka-Theater von Milan Sladek meinem Hobby, der Pantomime, zu frönen. Dieses Theater war für meine heutige Heilkunst die beste Schule, denn der berühmte



Sladek trainierte uns intensiv genauestens die menschliche Natur zu studieren – in allen Lebenslagen, in allen Gesellschaftsschichten und an allen Plätzen, wo Menschen wirken. Fünf Jahre lang geschah dies, gemäß der Pantomimenkunst, schweigend – eine exzellente Sinnesschulung und Disziplin: nicht reden, sondern tun. Milan war ganz sicher, dass ich bei seinem Theater bleiben würde, doch mein Karma wollte noch ein paar andere Mäander absolviert wissen. Und da ich mit einem unerschütterlichen Gottvertrauen gesegnet bin, ging ich einige Wege, deren Sinn ich immer erst später verstand. Was ich in jenen Jahrzehnten sozusagen von der Pike auf lernte: Lächeln und Lachen sind Ambrosia für die menschliche Seele. So setze ich meine komödiantischen Gene, wenn ich sie schon von *dem da oben* geschenkt bekommen habe, auch gerne in der Heilkunst ein, um damit die Gebeugten und vom Schicksal Geschlagenen etwas aufzurichten und zum Lächeln zu bringen.

Für mich selbst war mein humoreskes Potenzial geradezu überlebensnotwendig, da ich sowohl schwere Krankheiten als auch ebensolche Lebenskrisen erlebte. Ich ging damit jedoch selten hausieren, weshalb meine Mitmenschen meist meinten, ich sei nur vom Glück auserwählt und stets auf Rosen gebettet. In gewisser Weise bin ich das auch, weil mich keine Krise meiner grundsätzlichen Lebensbejahung berauben konnte. Es begegneten mir auch immer wieder andere Menschen, die schon unvorstellbares Leid erduldet und dennoch einen sagenhaften Mutterwitz behalten hatten. Sie waren meine Vorbilder, das Leben so zu nehmen, wie es kommt. Ob meine Großmutter, meine Mutter, meine Onkel oder viele Freunde – ich empfinde vor ihnen, deren Leid ich nicht hätte tragen mögen und die dennoch stets zu einem Lächeln bereit waren, größte Hochachtung. Von ihnen habe ich etwas gelernt, was ich nur behelfsmäßig als Lebenskunst bezeichnen kann, was in Wirklichkeit etwas viel Erhabeneres ist und wofür ich jeden Tag dankbar bin.

Dieses Geschenk, das mir in die Wiege gelegt wurde und mich zu einem lebensfähigen Menschen machte, möchte ich mit anderen teilen, denn nichts kann mich so begeistern wie die menschliche Natur mit all ihren Licht- und Schattenseiten. Ich bin froh sagen zu können, dass ich die menschliche Spezies liebe und ich bin dem Schöpfer dankbar, dass er des Knetens der Pflanzen- und Tierwelt müde wurde und seinem inneren kleinen Teufelchen folgte, ein paar Zweibeiner zu modellieren, ihnen dann die Freiheit des Geistes einzuhauchen und ein paar Jahrmillionen

zuzuschauen, was sie mit ihrem Hirn und Geist anstellen. Sicher ist dabei viel Schlimmes, aber doch auch viel Wunderbares heraus-gekommen. Was ich an unserer Spezies so liebe, ist die ständige Wahlmöglichkeit, das eigene Bewusstsein zu erweitern, erfinderisch zu sein und dabei lächeln, dichten, malen, singen oder tanzen zu können.

Da ich meine Lebensfreude auch Menschen verdanke, die längst gestorben sind, ist es mir eine Ehre sie posthum hier und da durch eine kleine Begebenheit zu Wort kommen zu lassen.



Abb. 4 Die Autorin im Kefka-Theater

Naturheillachpraxis oder die lachende Homöopathie

*Ein Einrichtungsgegenstand meiner Praxis ist bei Kindern sehr beliebt,
nämlich das Aquarium. Ein Kind kam herein, blickte auf das Aquarium,
zeigte auf die Fische und rief begeistert:
»Guck' mal, die fliegen!«*

Dr. med. Birgit Schmidt

Für wen habe ich dieses Buch geschrieben?

Natürlich für jeden, der seinen Humor noch nicht verloren hat oder gerade im Begriff ist, ihn zu reanimieren oder sogar zu exhumieren. Natürlich auch für jeden, der schon immer gerne lacht und eine feste Liaison mit Mademoiselle Heiterkeit eingegangen ist. Dieses Buch soll auch ein Beitrag zur Synergie in der Heilkunst sein, indem hier nämlich Heilpraktiker und Ärzte gleichermaßen zu Wort kommen.

Wenn schon gemeinsam gelacht wird, wird dies vielleicht in die Hallen der Heiligen Inquisition der deutschen Ärztekammer dringen, die es immer noch nötig haben, eine offizielle Zusammenarbeit zwischen Vertretern beider Berufsstände zu verbieten. Jenes ist besonders deshalb unsinnig, weil Verbote zumeist aus Misstrauen und Angst um Pfründe und Erfolge entstehen und nicht aus Logik. Welch eine Entmündigung gestandener Mediziner, ihnen vorzuschreiben, mit wem sie kooperieren dürfen! Welch eine Arroganz gegenüber den Heilpraktikern, die die Naturheilkunde in den letzten 50 Jahren maßgeblich vorangebracht haben! Nun gut, ich will jetzt nicht ins Lamentieren verfallen und ich kann nur hoffen, dass das Licht der Heiterkeit in die Trutzburg derer dringt, die es noch nötig haben solche Verbote auszusprechen. Ganz lösungsorientiert, wie es unserer ganzheitlichen Arbeit entspricht, soll sich das auch hier widerspiegeln, indem sowohl Heilpraktiker als auch Ärzte die verschiedenen Themen hier und da durch kleine Beiträge, Geleitworte oder Aphorismen schmücken und bereichern. Dieses Buch ist in gewissem Sinne auch ein homöopathisches Buch, da ich nebenbei in den verschiedenen Abschnitten unsere Materia Medica durchstreife

und die wichtigsten Arznejpersönlichkeiten vorstellen möchte, die mit »Lachen« zu tun haben. Kaum jemand von uns wird ein Homöopathikum allein aufgrund von Lachsymptomen verordnen, da scheinen andere Zipperlein und Krankheitszeichen meist wichtiger zu sein. Doch finde ich es als auditiv veranlagter Mensch besonders spannend, einen Patienten mit dem Ohr genau so intensiv wahrzunehmen wie mit dem Auge. Dabei fällt mir auf, ob, wie, wann und warum jemand lacht oder auch nicht lacht.

Die Homöopathie hat auch für diese relativ kleine Rubrik rund ums Lachen einige recht interessante Hinweise, die mir immer wieder Spaß machen und mir dazu verhelfen, die Hauptroute der Mittelfindung zu bekräftigen oder zu bestätigen. Die homöopathischen Anamnesen sind darin unschlagbar, weil Lautäußerungen, Sprache oder Gestik, kurz, das gesamte menschliche Verhaltens- und Ausdrucksrepertoire eines Patienten unmittelbar erfahrbar wird.

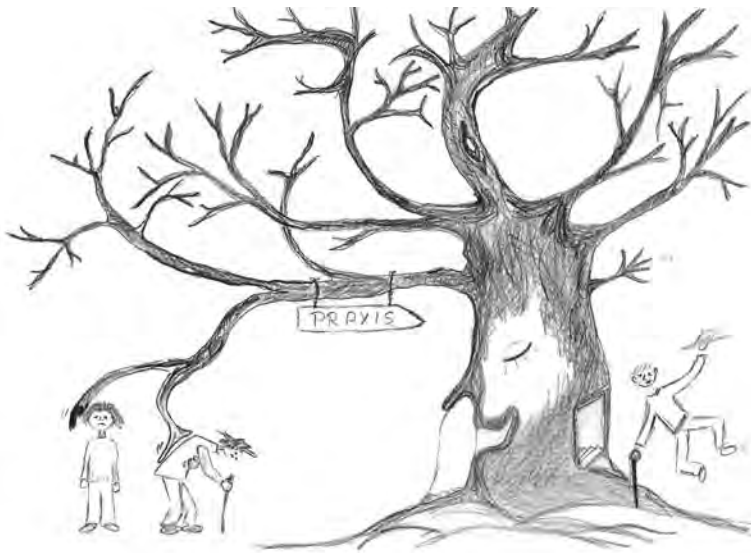


Abb. 5 Heilende Verwandlung

Schauen wir doch einmal, was das Repertorium zu bieten hat:

Personen,...

☞ ...bei denen beim Lachen alles schlechter wird – egal, ob sie angelacht werden oder von Lachenden umgeben sind. Da möchte ich nicht in der Nähe sein. Solche Miesepeter in einen Sack stecken und *Stramonium*, *Ignatia* oder *Cannabis* reinstreuen. Eines von ihnen trifft mit Sicherheit.

☞ ...die nie lachen. Champion ist *Arsen*. Die zweite Medaille geht an *Natrium*.

☞ ...die ausgerechnet dann lachen, wenn es gar nichts zu lachen gibt und den Ernst einer Situation nicht erkennen. Ein Begräbnis, ein wissenschaftlicher Vortrag oder ein armer Mensch stolpert auf der Straße und sein Tascheninhalt ergießt sich auf den Bürgersteig. Da können *Anacardium*, *Natrium* und *Lycopodium* nicht an sich halten und müssen lachen. Komische Leute! Schadenfreude ist ihre schönste Freude.

☞ ...die andauernd und über alles lachen. Das kann einem ganz schön auf den Senkel gehen. Hier muss ein *Nux moschata*-Dauertropf her. Dazu am besten noch Muskatnuss ins Essen geben, damit er wenigstens mal das in sich hineinbekommt ohne zu lachen.

☞ ...die Angst haben zu lachen. Das ist ganz was Vornehmes. Deshalb *Platinum* oder *Arsen* verordnen.

☞ ...die in Lachen ausbrechen, sobald man sie anschaut. Das hat verständlicherweise etwas Heiteres, wenn das Gegenüber wie ein Clown aussieht. Aber ansonsten ist das eher nervig. Am besten *Lycopodium* hineinfüllen. Dann kann derjenige seine Augen wieder geradeaus richten.

☞ ...die nur im Bett lachen. Ich finde, das ist ein fantastisches Symptom! Das macht mir *Agaricus* so sympathisch. Wenn *Agaricus* dann im Bett liegt, steigt sein Teufelsbruder *Sulphur* dazu, denn der lacht beim Einschlafen.

Im Traum kommt dann noch *Lycopodium* vorbei. Kurz nach dem Wachwerden lacht *Lycopodium* noch mal, dann kommt der Ernst des Lebens. Am späteren Tag lacht wenigstens *Agaricus* dann noch über sein eigenes Tun.

☞ ...die lachen, wenn man eine bestimmte Stelle an der Wirbelsäule berührt. Das klingt nach einem Automaten – auf Knopfdruck lachen. Auch das kann *Agaricus*!

- ☞ ...die beim Lachen ausnehmend dämlich aussehen. Das kann schon mal passieren, wenn einem die Flasche mit *Nux moschata* oder *Tarantula* ausgegangen ist.
- ☞ ...die nur in sich hinein lachen. Mit *Sulphur* finden wir den kleinen Fiesen, der sich über einen lustig macht und sich dabei ins Fäustchen lacht.
- ☞ ...die irre lachen und sich dabei auch wie irrsinnig bewegen. Das ist ganz einfach: *Hyoscyamus* – immer wenn's irre wird.
- ☞ ...die ausgerechnet dann lachen, wenn sie am stärksten enttäuscht wurden. Das ist nun wieder kompliziert und klingt zunächst nach der Enttäuschungsmeisterin Ignatia, ist es jedoch meist nicht. Es ist wieder *Hyoscyamus*.
- ☞ ...die lachen, wenn sie gekitzelt werden. Das ist ja eigentlich völlig normal. Wer lacht da nicht? Aber dass der strenge *Stramonium*-Typ sich überhaupt kitzeln lässt und dann noch lacht, das ist bemerkenswert.
- ☞ ...die lachen, wenn der Zorn verbraucht ist. So gehört es sich! Und so was steht als Krankheitssymptom im Repertorium! Versteh einer den *Borax*!
- ☞ ...die abwechselnd lachen und weinen. Das kennen wir von *Pulsatilla*.
- ☞ ...die nur dann lachen, wenn man sie ausschimpft. Das finde ich irgendwie komisch. Kann man sich bei *Barium* und *Graphites* gut vorstellen.
- ☞ ...die so lange lachen, bis sie blau anlaufen. Das klingt gefährlich und da muss *Cannabis indica* her. Wenn das auch nicht greift, hilft vielleicht *Cannabis sativa*.
- ☞ ...die lachen können ohne sich zu freuen. Diesen Immer-Lächler kennen wir: *Lycopodium Bonaparte*!
- ☞ ...die abwechselnd grimmig, höhnisch, explosionsartig, unkontrolliert nervös, spöttisch und/oder hysterisch lachen. Für das alles bitte einmal *Belladonna*!
- ☞ ...die anstelle eines Wutanfalls einen Lachkrampf bekommen. Da wird's einem richtig unheimlich. Besser sofort *Stramonium* verabreichen.
- ☞ ...die immer *nach* einer anderen Aktivität lachen, entweder gleich nach dem Essen oder nach dem Gähnen oder nach dem Einschlafen. Wieder mal *Agaricus* mit seinen komischen Symptomen. Beim Stichwort »Essen« taucht aber auch *Pulsatilla* am Horizont auf.

- ☞ ...bei denen beim Lachen Tränen fließen. Völlig klar: Hier ist *Pulsatilla* der Champion, den 2. und 3. Platz belegen *Staphisagria* und *Causticum*.
- ☞ ...die ausgerechnet dann lachen, wenn sie eigentlich total schwach sind. Das klingt nach Kompensation und Vortäuschung falscher Tatsachen: *Conium*.
- ☞ ...die kein Mensch verstehen kann, weil sie vor lauter Lachen nicht mehr erzählen können, warum sie lachen. Das kann natürlich nicht gut gehen, besonders dann nicht, wenn man ewig auf die Pointe eines Witzes warten muss. Deshalb *Aurum* und *Belladonna* bereit halten.
- ☞ ...die bei einem Schreck lachen anstatt zu schreien. Das gehört wieder in die Hexenküche von *Hyoscyamus*.
- ☞ ...die im Klimakterium lachen. Das klingt ordentlich: bis 50 ernst, danach lacht die Frau. *Cuprum* ist hier ein guter Energieleiter.

Christian, der Hänger

Hämobaddi isch des, wo wirkt und nix drin is.

Schwäbische Definition



Abb. 16 Der Hänger

Mit Jugendlichen erlebe ich immer wieder spaßige Situationen, auch wenn sie zunächst einmal überhaupt nicht den Anschein von etwas Spaßigem haben. Da kommen Eltern mit ihrem vierzehnjährigen Sohn wegen schlechter Konzentration, schlechten Schulnoten, schlechter Haut und schlechtem Schlaf – mir wurde schon selber ganz schlecht von den vielen schlechten Symptomen. Während die Mutter seine Mängel hierarchisch geordnet vorträgt und der Vater lustlos, mit hängenden Schultern und verkniffenem Mund die dickbäuchigen Glücksgötter auf meinem Tisch beäugt, sitzt Sohn Christian so schlaff im Sessel, als könne er nie wieder aufstehen. Ich sehe ein deutliches Energiegefälle zwischen der aufrecht sitzenden Mutter, dem misstrauischen Vater und dem Sohn, der mit weit vorgeschobenem Becken, eingesunkenem Brustkorb, halb



offenem Mund, mit dicker Kassenbrille und einem zu Tode gelangweilten Gesichtsausdruck in dem Sessel hängt.

Ich beginne die Anamnese und frage Christian:

»Sag du doch mal, wie es dir geht.«

Schaut weg. »Hmpf.«

»Wie darf ich die Antwort verstehen?«

Die Mutter: »Christian, nun gib doch der Frau Doktor mal Antwort. Wie sitzt du überhaupt schon wieder rum...«

»Lassen Sie nur, Frau W. Ich würde mich gerne mit Christian selber unterhalten. Also, was sind deine Beschwerden?«

Christian zuckt nur gelangweilt die Schultern und schaut weg.

»Sollen die Eltern raus gehen?«

»Nö.«

»Aha, jetzt kommt ja was aus deinem Mund. Können wir jetzt loslegen?«

Christian schaut mich fragend an.

»Ja, es geht hier um dich. Also, schieß los, die Klagemauer ist eröffnet. Jammere, klage, schimpfe, sag was du willst. Hier ist alles erlaubt. Je mehr du meckerst, um so besser.«

Christian schaut mich mit offenem Mund an, als käme ich vom Mars.
»Öhh, mmh, fff.«

»Willst du nicht reden?«

Christian zuckt nur mit den Schultern.

Okay! Ich höre auf zu fragen, lümmele mich in meinen Sessel und schaue an die Decke. Es vergehen drei unendliche Minuten. Die Eltern rutschen unruhig in ihren Sesseln herum. Christian starrt mich an wie das siebente Weltwunder und ist über die Situation sichtlich verwirrt. Ich sage mir: Ich halte so lange durch, bis hier etwas passiert! Es gehen fünf Minuten ins Land, da wollen die Eltern gerade etwas sagen, als Christian sich kerzengerade zur vollen Größe aufrichtet.

Er schaut jetzt schräg auf mich herunter. Ich frage: »Na, wie gefällt dir meine Haltung? Tolle Energie, was?«



Christian lächelt verlegen. Während ich mich auch wieder aufrichte, sage ich: »Na, kapiert? Also, schieß los, sonst ist die Sitzung hier beendet.«

»Ähh, ja, ich...ähh...mmh, fff.«

Nun wird es mir langsam zu dumm. Ich schalte meine Hellsinne ein und betrachte den Knaben von einer anderen Warte aus. Da taucht in mir innerlich das Wort »Vater« über dem Kopf des Jungen auf. Es geht also um den Vater.

»Christian, soll der Vater rausgehen?«

»Nee, der kann hier bleiben.«

Die Mutter: »Ja, es gibt da ein Problem mit meinem Ex-Mann. Christian will nicht mehr zu ihm, aber sein Vater will ihn regelmäßig sehen. Christian benimmt sich dort flegelhaft und aggressiv.«

Christian zischt seine Mutter, verärgert wie eine aufgescheuchte Viper, an, fletscht die Zähne und durchbohrt sie mit Stilett-Augen. Da tauchen vor meinem geistigen Auge schon mal ein paar Heilmittel auf: Vipera berus, Staphisagria, Bufo...

»Also, Christian, was ist nun? Können wir endlich mit der Anamnese beginnen?«

»Amnäse, Amnäse. I will koi Amnäse!«

»Gut. Dann sind wir fertig für heute. Überleg dir in Ruhe, was du willst und komm dann wieder. Du kannst mich auch anrufen, dann machen wir einen neuen Termin aus.«

Ich stehe auf und ermuntere die Herrschaften, ebenfalls aufzustehen.

Der Vater: »Ja, wie, was? War das alles?«

»Ja. Christian ist alt genug. Er kann mich anrufen, wenn er bereit ist.«

Der Vater: »Ja, soll das heißen, die Sitzung ist zu Ende?«

»Sie sagen es. Kein Gespräch mit Christian, keine Therapie. Ganz einfach.«

Die Mutter ist vor lauter Staunen verstummt. Christian schaut seine Eltern hilfesuchend an, doch ich reiche ihm die Hand und sage nur: »So, dann auf ein anderes Mal, Wiedersehen.«



Die drei gehen langsam und zögernd in Richtung Ausgang und warten immer noch darauf, dass ich etwas sage oder tue. Aber ich halte durch. »Also dann, auf Wiedersehen!«

Christian reicht mir eine Hand, die sich wie ein aufgeweichtes Brötchen anfühlt, sein Mund steht weiterhin offen. Dann dringt offenbar ein Gedanke durch sein erschlafenes Hirn: »*Des mit der Amnäse, isch des Hämobaddi?*«

»So weit sind wir noch gar nicht gekommen, du mochtest ja nichts sagen, dann kann ich auch keine Anamnese erheben.«

»*Grieg i jez koi Middel?*« (Bekomme ich jetzt kein Mittel?)

»Noi.«

»*Schad.*«

»Ja, vielleicht schade, aber vielleicht brauchst du ja gar kein Mittel. Vielleicht bist du ja ganz in Ordnung.«

Christian, der sozusagen zwischen Tür und Angel die Sprache wieder gefunden hat, schaut mich argwöhnisch an. »*Moinense des?*«

»Ich weiß es nicht. Also dann, alles Gute und Tschüss!«

Die Drei nuscheln was von »Ade« und schlurfen davon. Ich fühle mich nach diesem Besuch völlig schlapp und ausgelaugt. Als ich mir gerade einen Grüntee koche, klingelt das Telefon. Zu meinem Erstaunen ist Christian am Apparat: »*Des mit der Anmäs hän i mir überlegt.*« – Pause – »Heißt das, du willst noch mal kommen?«

»*Ja, ohne die Zwoi.*«

Ich kann es nicht fassen. Christian kommt zurück, setzt sich sogar einigermaßen ordentlich in den Sessel und ich erhebe eine ausführliche Anamnese, bei der schließlich Barium carbonicum C1000 herauskommt.

»So, dann hätten wir das Mittel. Danke, dass du so toll mitgearbeitet hast.«

Christian schaut mich an, zieht einen Mundwinkel nach oben wie zu einem Lachen. »*Des mit der Amnäs, des is fei a Gschäft, gell?*«

(Das mit der Anamnese, das ist eine ziemliche Arbeit, nicht wahr?)



»Ja, muss man schon üben, stimmt. Macht aber auch Spaß, wenn man sich unterhält und den Menschen besser versteht, der Probleme hat.«

»*Un was macht jez des Middel?*«

»Es macht dich durchlässiger, dass du nicht mehr so rumhängst und gibt dir mehr Energie.«

»*Die Kügele?*«

»Ja, da ist viel Kraft drin.«

»*Ach! Un was sin des für Kügele?*«

»Zucker! Einfacher Zucker mit einer Information.«

»*A wa!*« (Ach was! Schwäbischer Ausdruck des Erstaunens)

»Ja.«

»*Un wi kommt jez die Infomazion do druff?*«

»Mental.«

»*A wa!*«

»Ja, toll was?«

»*Ja, un wie kommt jez die Infomazion in mi nei?*« (in mich hinein)

»Mund auf, Kügele nei.«

»*Un denn, was bassiert denn?*«

»Die Information kommt bei dir an. Guck mal hier, das schöne Kristallbild.« Ich zeige ihm ein Bild von Emoto³. »So was passiert auch mit deinem Blut und den anderen Flüssigkeiten. Wenn die Information in dich reinkommt, entstehen auch solche schönen Bilder in deinem Blut, in der Lymphe und im Gehirnwasser.

Und das bewirkt die positive Veränderung.«

Christian starrt gebannt und mit offenem Mund durch seine Kassenbrille, die er zum hundertsten Male von der Nasenspitze nach oben schiebt auf das Bild.

»*Geil!*«

³ Masaru Emoto: Wasserkristallbilder



»Ja, das kann man so sehen.«

Nach diesem ersten Kontakt macht Christian seine Entwicklung langsam, aber sicher.

Er wirkt nach zwei Monaten Barium wie ausgewechselt und ist viel präsenter, netter und aufgeschlossener. Der Junge lehrte mich auch wieder, die Wirkung von Homöopathie möglichst unkompliziert zu erklären.



Hiltrud und ihr Fisch

*Es gibt nichts,
was es nicht gibt!*

Feststellung nach einem langen Praxistag

Es ist allgemein bekannt, dass unter Musikern viele »spinnerte Typen« sind und das besonders unter den hohen Stimmlagen der Sänger, über deren Dummheit viel gewitzelt wird. Man sagt zum Beispiel: »Je höher die Stimme, desto bescheidener der Kopf, weil durch die vielen hohen Cs das Hirn zu sehr durchgeschüttelt wird.« Das ist natürlich maßlos übertrieben, aber dennoch: Bisweilen fragte ich mich, ob einige Kollegen ihren Schädel nur haben, um das Stroh nicht mit den Händen tragen zu müssen? Da Bühnenkünstler ein recht buntes und unkonventionelles Völkchen sind, erlebt man denn auch so manche komische Situation. Aber ein Erlebnis hat sich mir besonders eingeprägt:

Eine Mezzosopranistin meldete sich am Telefon zur Behandlung an und berichtete von ständiger Übelkeit. Sie kam – eine herb dreinblickende Dame und so selbstbewusst, wie ich mir eine Sepia-Persönlichkeit vorstellte. Ich fragte, was denn ihr Problem sei, und es entspann sich folgender Dialog:

»Mein Problem? Ja, ich hasse Schubert-Lieder.«

»Müssen Sie die denn singen?«

»Ja, ich habe ein Konzertangebot und mir wird schlecht, wenn ich nur dran denke.«

»Vor Aufregung?«

Entrüstet: »Nein! Ich kann den Schubert nicht ab, dieses romantische Gesäusel, nein, furchtbar. Außerdem, ich hasse Fisch.«

»Wie? Fisch, was hat denn Schubert mit Fisch zu tun?«

Die Sängerin schaut mich mitleidig an und sagt von oben herab: »Noch nie was von der Forelle gehört?«



Ich musste in mich hineinlachen, denn »Die Forelle« hatte ich selber unzählige Male im Konzert gesungen, aber die Dame hatte ja keine Ahnung, dass ich sozusagen »vom Fach« war.

»Also, Forelle. Wo ist das Problem?«

»Ich lebe vegetarisch und lehne jedes Fleisch ab, auch Fisch!«

»Aha! Und was hat das nun mit Schubert zu tun?«

»Ich bitte Sie! Haben Sie nie das Lied gehört? Das ist doch total brutal! Dieser Fischer, dieser Macho. Schließlich wird die Forelle gefangen und getötet. Das kann ich nicht akzeptieren.«

Ich war stumm vor Staunen. Solch eine Assoziationskette erschien mir so absurd, dass ich beinahe laut herausgelacht hätte.

»Frau H., das Naheliegendste ist dann doch wohl, dass Sie das Konzert nicht annehmen, oder?«

»Ja, so einfach ist das nicht. Klar, ich kann das Angebot ablehnen. Da ist aber mehr, ich hasse diesen Schubert, der so ein Macho-Stück geschrieben hat. So was kann man doch nicht auf der Bühne singen!«

»Haben Sie das Franz Schubert mal deutlich gesagt?«

Nun schaute mich die Sängerin fassungslos an. »Der ist doch tot!«

»Ja und? Deshalb können Sie ihm doch mal sagen, was Sie von seiner Forelle halten. Sie könnten sogar eine systemische Aufstellung zu diesem Thema machen und sehen, was dahinter steht.«

»Sie meinen so eine Familienaufstellung? Ja, davon habe ich gehört. Und Sie meinen, mein Problem könnte man aufstellen?«

»Ja, das meine ich. Als Bühnenkünstlerin ist es nicht Ihre Aufgabe, dem Publikum Ihre persönliche Meinung über Fische, Schubert, Machos oder Vegetarismus mitzuteilen. Ihre Aufgabe ist doch wohl, sich und die Zuhörer durch die Musik zu erheben, ja, zu transformieren. Sie sind doch schließlich Profi-Sängerin. Wenn Sie nach den Texten gingen, könnten Sie 90% der Literatur vergessen.«

»Ja, da haben Sie weiß Gott recht! Dieses ganze negative Zeug, auch bei Bach und Mozart. Furchtbar.«



»Sagen Sie mal, warum konzertieren Sie eigentlich, wenn das alles so furchtbar ist?«

»Tja, das frage ich mich auch langsam, obwohl ich ganz gut im Geschäft bin.«

»Finden Sie das nicht ein bisschen undankbar, so hasserfüllt von der Musik zu sprechen?«

»Ach, kommen Sie mir nicht mit der Tränendrüse...«

Die Sängerin wird sichtlich ungehalten und erscheint innerlich wie festgefahren. Ich schlage ihr vor, dass wir bei Gelegenheit eine systemische Aufstellung zum Thema »Forelle von Schubert« machen und dabei das Heilmittel aufstellen.

Gesagt, getan. Während eines Kurses fanden sich genügend Leute für die Aufgabe. Auf dem Feld standen die Patientin, Franz Schubert, das Kunstlied »Die Forelle« und ihr Ex-Freund, von dem zuvor keine Rede war, der ihr jetzt aber wichtig war. Als alle ihren Platz gefunden hatten und ich die Stellvertreter fragte, wie sie sich fühlten und ob sie etwas an ihrer Position verändern möchten, sagte Franz Schubert äußerst ärgerlich: »Mit der will ich nichts zu tun haben, die ist meiner Musik nicht würdig!« Dabei wies er mit dem Finger auf die Sängerin und wandte sich stolz ab. Der Stellvertreter für Schubert hatte keinen blassen Schimmer von Musik, geschweige denn von Schubert. Die Stellvertreterin für die Patientin selbst antwortete ihm spontan und sagte: »Du alter Chauvi mit deinem romantischen Gedusel!« Die »Forelle« lachte und sagte: »Was regt ihr euch denn auf? Ich fühle mich prima!« Da stieg »Hiltrud« noch mehr die Galle hoch und sie zeterte ihren ganzen Frust von der Seele. Keiner wollte nachgeben. Auch der Ex-Freund geriet in Rage und sagte zu »Hiltrud«: »Du hast immer nur Probleme gehabt und dabei willst du doch bloß das eine!« »Hiltrud« schaute ihn hasserfüllt an und die echte Hiltrud sprang von ihrem Stuhl auf. Bühne live! In wenigen Minuten war alles sehr klar, das systemische Feld war bei jedem stark aktiviert. Da wählte ich eine Person als »Arzneimittel«, flüsterte ihr »Sepia LM30« ins linke Ohr und bat sie, sich schweigend hinter »Hiltrud« zu stellen. »Hiltrud« tat erst noch ein wenig spröde, aber sichtlich erleichtert lehnte sie sich dann an ihr Heilmittel. Auch die anderen entspannten sich schlagartig. Als ich Hiltrud ins Feld bat und aufforderte, ihre Stellvertreterin



zu berühren, summt sie die Melodie von der Schubertschen Forelle. Die »Forelle« schaute vergnügt in die Runde und Schubert wandte sich der Sängerin mit der Bemerkung zu: »Na bitte, geht doch!«

Hiltrud nahm Sepia auch ein und machte eine große Wandlung durch. Ihre Stimme veränderte sich positiv und wurde weicher. Ihr Atem ging tiefer und insgesamt kam sie mehr in ihre Mitte.

Als wir nach Abschluss dieser Sitzung noch beisammen saßen, amüsierten wir uns noch weiter darüber, dass Hiltrud als Profisängerin keine Lust auf Fisch hatte und deshalb die Forelle abgelehnt hatte. Es dauerte noch eine Weile, dann musste auch sie schmunzeln – für Sepia ein Riesenschritt in der Erlösung des inneren Narren an der Seelentafel!



Vita der Autorin

Dr. phil. Rosina Sonnenschmidt, Heilpraktikerin

- ⇒ 1979 Promotion in Musikethnologie, Indologie, Ägyptologie
- ⇒ 1981-1998 Konzertsängerin des Sephira-Ensembles, CDs, Filme, Konzerttätigkeit
- ⇒ 1986-1994 Privatstudium in Homöopathie mit dem Schwerpunkt der Miasmen
- ⇒ 1984-1999 Medial- und Heilerschulung bei Margaret Pearson, Mary Duffy, Ray Williamson, Chris Batchelor, Tom Johanson in England und Deutschland
- ⇒ Seit 1995 zusammen mit Harald Knauss Leitung der eigenen Medial- und Heilerschulung
- ⇒ Seit 1999 Naturheilpraxis
- ⇒ 2006 und 2009 Einladung zur Kaiserlichen Homöopathiengesellschaft nach Tokyo
- ⇒ 2009 Ernennung zum Ehrenmitglied der Kaiserlichen Homöopathiengesellschaft Japans
- ⇒ 2010 Ehrung in London von der Holistischen Japanischen Homöopathie-Gesellschaft für die Verdienste, japanische Homöopathen in „Organ, Konflikt, Heilung“ auszubilden.
- ⇒ Autorin vieler erfolgreicher Fachbücher zum Thema Heilkunst