



**KOMMENTAR**

Bernd Martinschitz

**Energiequellen und ihre Zukunftsmusik**

Ki, Chi, Prana, Orgon oder Pneuma sind Begriffe verschiedenster Kulturen, welche allesamt die Energie umschreiben. Was aber ist dieses Ki, und wo entsteht es?

Es beginnt im menschlichen Leben bei der Befruchtung einer Eizelle. Dieses Ki wird in den Nieren gespeichert und als Ursprungsenergie bezeichnet – es enthält sozusagen unseren genetischen Code.

Zwei andere Formen der Energie werden aus Speise und Sauerstoff gewonnen und als Nahrungs- bzw. Atemenergie umschrieben. Diese Energien werden im Körper gespeichert und über die Meridiane zu den Organen, Nerven oder Muskeln transportiert. Die vierte Quelle, aus welcher der Mensch seine Energie bezieht, scheint unerschöpflich. Wie eine Pflanze Kraft aus der Sonne bezieht, so nährt sich der Mensch an dieser universalen Energie. Sie durchdringt den gesamten Raum, belebt und verbindet alles. In der Wissenschaft wird diese Form als Bioplasma bezeichnet und könnte in einer fortgeschrittenen Forschung, wenn alle unsere herkömmlichen Ressourcen verbraucht sind, als zukünftige Energiequelle dienen. Der Mensch nimmt dieses Bioplasma über die Energiezentren, die Chakren, auf. Mehr darüber aber in den kommenden Ausgaben der „Auszeit“. Nächste Woche erfahren wir, dass Energie – gleich der Elektrizität – aus negativer und positiver Schwingung besteht. Diese zwei Gegensätze sind uns als Yin und Yang geläufig.

Bernd Martinschitz arbeitet in selbständiger Praxis als Shiatsu-Praktiker und Lehrer für Yoga und Meditation.

bernd.martinschitz@gmx.at

# Heilung durch die

Durch Homöopathietropfen oder Globolikügelchen gesunden? Was viele noch immer als völlig unwirksam abtun, wird seit 200 Jahren erfolgreich angewendet. Sensationelle Ergebnisse gibt es auch in der Veterinärmedizin.

VON BETINA GERMANN

Die Homöopathie ist eine weitverbreitete alternativmedizinische Heilmethode, die bereits um 1800 vom deutschen Arzt Samuel Hahnemann begründet wurde. Dr. Monika Kumnig, Expertein auf dem Gebiet der Homöopathie, beschreibt die Behandlung als „ganzheitliche Heilmethode, die davon ausgeht, dass alles, was uns fehlt in der Natur zu finden ist. Dies können sowohl pflanzliche, tierische als auch mineralische Arzneien sein.“ Diese „Stoffe“ werden dann aufbereitet, sprich verdünnt und verschüttelt, damit man die eventuell enthaltenen Giftstoffe herausbekommt. Danach wird ihre Information auf Globuli oder in kleine Wasserpipetten „gespeichert“.

Angewendet werden kann die Homöopathie bei beinahe jedem Wehwechen oder auch schwererer Erkrankung. „Bei einer diagnostizierten ernsthaften Erkrankung sind homöopathische Substanzen ausschließlich zusätzlich zur Schulmedizin einzunehmen“, stellt Kumnig klar. Niemand soll die Hoffnung auf den alleinigen Erfolg der Alternativmedizin gelegt werden. Bei der Vielzahl der in der Natur vorhandenen Heilmittel wird zur Gesundung nach dem Gleichheitsprinzip vor-



gehten. „Ähnliches wird durch Ähnliches geheilt. Es wird demnach zu jener Substanz gegriffen, an der der Erkrankte leidet“, erklärt Kumnig. Der Patient bekommt das auserwählte Mittel in möglichst niedriger Dosis und in einer bestimmten „potenzierten“ Form. Zudem ist die Methode ganzheitlich zu sehen. „Wir behandeln nicht nur die Mandelentzündung, sondern auch die Ursache, warum jemand daran erkrankt ist“, klärt die Expertein auf. Durch intensive Gespräche soll herausgefunden werden, was hinter der Erkrankung steckt. Anwendung findet die Homöopathie auch bei Tieren. Studien mit brustkrebsoperierten Hunden belegen: Homöopathisch nachbehandelte Hunde überleben länger und zeigen weniger nachwachsende Tumore. Jetzt denkt man in manchen Ländern sogar daran, Herdentiere wie Schweine oder Rinder homöopathisch zu behandeln, um sie gegen Seuchen resistenter zu machen. Der oft von Kritikern der alternativen Heilmittel gemarterte Begriff des Placeboeffektes ist somit entkräftet, und auch Kumnig bestätigt: „Es wurden vielversprechende Versuche mit Kaulquappen gemacht – und auch bei denen gibt es keinen Placeboeffekt.“

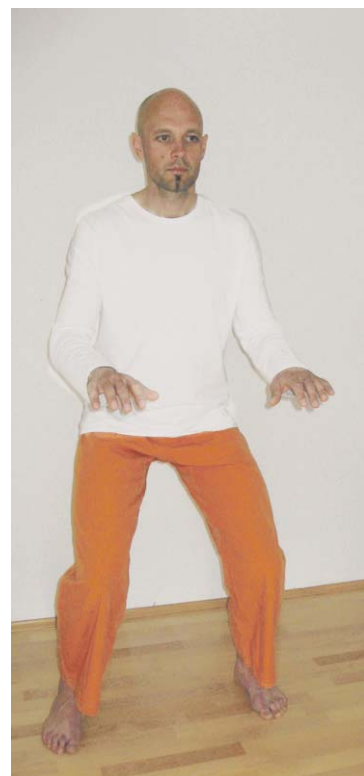
**Energetische Übung – Der Reiter**

Diese Übung kommt aus dem Qi Gong und dient dazu Energie aufzunehmen und das eigene Energieniveau zu steigern. Die Stellung ähnelt der eines Reiters. Durch diese Übung werden die beiden Hauptmeridiane (Energie-

leitbahnen) geöffnet und gereinigt. Sie befinden sich an der Körpervorderseite und der -rückseite. Nach regelmäßigem Üben über mehrere Wochen spürt man, dass zuerst die Hände und dann der ganze Körper warm wer-

den. Ein strömendes Gefühl stellt sich ein, das man als typisches Energiegefühl bezeichnen kann. Ki wird dadurch über die Handzentren aufgenommen. Es ist wichtig, in der Stellung locker und entspannt zu bleiben.

■ Wir stehen in einem lockeren, schulterbreiten Stand. Die Knie sind gebeugt, die Füße stehen fest auf dem Boden. Die Arme hängen locker. Aus dieser Haltung beugen wir nun leicht die Beine, sitzen langsam hinter und führen gleichzeitig die Unterarme in eine waagrechte Haltung. Die Handflächen bleiben dabei nach unten gerichtet, die Finger sind entspannt. Kopf und Blick sind geradeaus gerichtet. Diese Stellung ist eine statische Übung – die Haltung wird also nicht verändert und so lange wie möglich gehalten, mindestens zehn Minuten. Anfangs ist empfohlen, nicht zu tief zu sitzen, obwohl diese Position wirkungsvoller ist. Die Übung wird beendet, indem die Unterarme gesenkt und die Knie zur Ausgangsposition gestreckt werden.



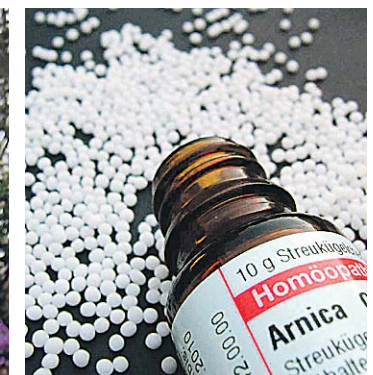
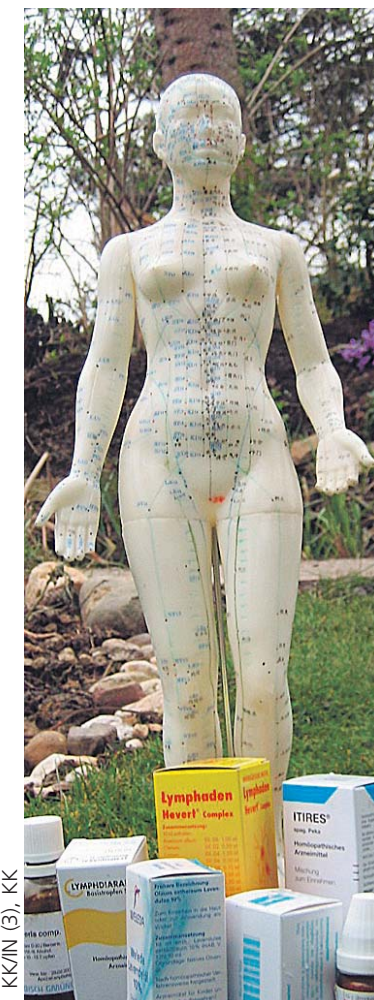
# Kraft der Mutter Natur

intensive Gespräche soll herausgefunden werden, was hinter der Erkrankung steckt. Anwendung findet die Homöopathie auch bei Tieren. Studien mit brustkrebsoperierten Hunden belegen: Homöopathisch nachbehandelte Hunde überleben länger und zeigen weniger nachwachsende Tumore. Jetzt denkt man in manchen Ländern sogar daran, Herdentiere wie Schweine oder Rinder homöopathisch zu behandeln, um sie gegen Seuchen resistenter zu machen. Der oft von Kritikern der alternativen Heilmittel gemarterte Begriff des Placeboeffektes ist somit entkräftet, und auch Kumnig bestätigt: „Es wurden vielversprechende Versuche mit Kaulquappen gemacht – und auch bei denen gibt es keinen Placeboeffekt.“

Bei Kaulquappen gibt es keinen Placeboeffekt. Somit ist die homöopathische Wirkung bewiesen. Dr. Monika Kumnig

**Auszug: Homöopathen**

- Dr. Günter Mattitsch, PLZ 9020, 0463/24160.
- Dr. Sieglinde Sorschag, PLZ 9020, 0463/515655.
- Dr. Edith Defner, PLZ 9020, 0463/210012.
- Dr. Monika Kumnig, PLZ 9500, 04242/318618.
- Dr. Michael Hajek, PLZ 9500, 0664/8742909.
- Dr. Martin Odrei, PLZ 9500, 04242/23944.
- Dr. Sabine Lepuschitz, PLZ 9500, 04242/318618.
- Dr. Gerda Jeskowiak-Haslinger, PLZ 9560, 04276/4310.
- Dr. Rainer Ziebart-Schroth, PLZ 9800, 04782/2555.
- Dr. Irene Harrer, PLZ 9620, 04282/2770.
- Dr. Hans Pöschl, PLZ 9620, 04282/2201.
- Dr. Walter Homolar, PLZ 9754, 04717/277.
- Dr. Gerda Tomantschger, PLZ 9623, 04283/2262.
- Dr. Maria Ache, PLZ 9300, 04212/6242.



Die Homöopathie ist eine ganzheitliche Heilmethode. Die Anwendung erfolgt über Tropfen oder auch Globolikügelchen. Auch in der Tiermedizin wurden mit dieser Methode sensationelle Erfolge gefeiert. Dr. Monika Kumnig (r.) ist eine Expertein auf diesem Gebiet.



Anzeige

**BIS € 1000 GESUNDEN BONUS**

**Ihre Gesundheit ist uns viel wert!**

Nähere Informationen finden Sie unter [www.wuestenrot.at](http://www.wuestenrot.at)

**wuestenrot**

Wozu hat man Freunde