



Integrieren statt vermeiden

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

in der chinesischen Kultur spielt das Strategem, also die klug eingesetzte List, eine wichtige Rolle im gesellschaftlichen Zusammenleben. Die Chinesen gehen sogar so weit, für die Worte *List* und *Weisheit* dasselbe Schriftzeichen zu benutzen. Eines der wichtigsten chinesischen Strategeme lautet: „Wer den Feind umarmt, macht ihn bewegungsunfähig.“ Was auf den ersten Blick paradox zu sein scheint, erweist sich auf den zweiten als enorm praxistauglich. Quasi eine Personifikation dieses Strategems ist eine Frau, die jedem von uns aus den Medien allerbestens bekannt ist: Angela Merkel. Sie ist eine Meisterin in der Integration von gegnerischen Positionen, die ihr gefährlich werden könnten. Ein Beispiel: Die Grünen wollten nach Fukushima eine Abschaltung der Atomkraftwerke – Angela Merkel leitete die Energiewende ein und machte das Ansinnen der Oppositionspartei zu ihrem eigenen. Was immer man persönlich von der Politik der Kanzlerin hält, eines muss man ihr lassen: Sie beherrscht die List, den politischen Gegner bewegungsunfähig zu machen, indem sie seine Positionen übernimmt, geradezu perfekt.

Was haben diese Überlegungen mit dem Schwerpunktthema des aktuellen Heftes, Allergie, zu tun? Viel! Denn in gewisser Hinsicht gilt das oben zitierte Strategem auch für den Umgang mit diesem schwierigen Krankheitsbild: Eine Allergie ist eine von normalerweise gut verträglichen Substanzen ausgelöste Antikörperbildung mit nachfolgendem Entzündungs-, also Konfliktprozess. Bei der Allergie wird etwas zum Feind (Allergen) erklärt, das an sich keiner ist: Hausstaubmilbenkot, Blütenpollen, Katzenhaare ... Jede Allergie ist Ausdruck einer nicht gelingenden Integration von an sich harmlosen Substanzen. Herkömmliche Aller-

gietherapien zielen meist darauf ab, die auslösenden Stoffe zu meiden. Das ist in der Praxis oft schwer durchführbar. Ein anderer Ansatz ist erfahrungsgemäß effektiver: den Körper nach und nach wieder an die Substanz zu gewöhnen, gegen die er sich wehrt. Die Naturheilkunde erreicht dieses Ziel mithilfe einer Eigenbluttherapie, die das körpereigene Immunsystem dazu anregt, sich mit seiner feindlichen Reaktion auf das Allergen auseinanderzusetzen und sie darüber zu „löschen“. Allerdings können Eigenblutbehandlungen ihre oftmals erstaunlichen Erfolge meist nur auf der Basis eines gesunden Darmimmunsystems erzielen, weshalb Maßnahmen zur Darmsanierung eine Basistherapie der Allergiebehandlung darstellen.

Allergien entstehen daneben oft auch auf der Basis verdrängter Gefühle: Wenn die Seele sich nicht gegen Lebensumstände wehren kann, die ihr subtil zu schaffen machen, übernimmt das Immunsystem das Abwehrbedürfnis der Psyche und schlägt zurück – gegen Gräserpollen oder Hundehaare. Patienten, die ein zunehmendes Verständnis dafür entwickeln, welche tiefere Bedeutung hinter ihren individuellen allergischen Reaktionen steht, können den Konflikt dort lösen, wo er manchmal eben auch besteht: in der eigenen Psyche. Wenn es gelingt, das, was man innerseelisch bekämpft, auf die Bewusstseinsebene zu holen und emotional zu integrieren, braucht man im Außen nicht mehr aggressiv auf Harmlosigkeiten zu reagieren.

Herzlichst Ihre

Margret Rupprecht
aus dem Naturheilpraxis-Netzwerk