

## Anthroposophische Medizin

In der Anthroposophischen Medizin, die in der Zusammenarbeit von Dr. Rudolf Steiner und der Ärztin Dr. Ita Wegmann begründet wurde, betrachten wir den Menschen in seiner Einheit und dem Zusammenspiel von Leib, Seele und Geist. Gesundheit beschreibt einen individuellen, labilen Gleichgewichtszustand. Es lohnt sich einmal nachzuspüren, wann und unter welchen Bedingungen im Tagesverlauf ich mich am wohlsten fühle. In diesen Momenten, in denen ich mich wirklich gesund fühle, lebe ich im Einklang von Leib, Seele und Geist. Dabei spielt die Wärme auf allen Ebenen eine besondere Rolle: sie schenkt uns Heimat, sie ist der Entwicklungshelfer für unser individuelles Ich. So wissen wir alle, wie uns im Geistigen Begeisterung beflügelt, wie im Seelischen Liebe die Lebensvoraussetzung ist, wie uns im Leiblichen ein „loderndes Kaminfeuer“ erwärmt. Dabei verbindet die Wärme uns in Leib, Seele und Geist, unterstützt das Gefühl von Einheit und Integration. Kälte führt nicht nur durch kalte Füße zur „Erkältung“; Neid, Lieblosigkeit und Hass, beurteilende, negative Kritik zerstören den Einklang, kränken nachhaltig die Gesundheit.

Unsere Zeitkrankheiten sind daher auch so genannte „Kälteerkrankungen“, die zum Teil bis zur Verhärtung „gefrieren“ können: Burn-out, Depression, Muskelverspannungen, jede Form der Sklerose, Autoimmunerkrankungen, Krebs.

Ein anthroposophischer Therapieansatz wird nach den individuellen Krankheitsursachen fragen und neben der Linderung der aktuellen Symptome, wirkliche Heilung unterstützen. Dabei ist der Mensch in seiner selbstbewussten Eigenverantwortung gefragt. Um zu gesunden, das heißt zu einem neuen Gesundheitsgleichgewicht zu kommen, wird Veränderung notwendig sein. Der Therapeut kann den Patienten „nur“ in seinen Selbstheilungskräften unterstützen. Die Behandlung erfolgt in Bezugnahme auf alle schulmedizinischen diagnostischen und therapeutischen Möglichkeiten. Gezielte, durch besondere pharmazeutische Prozesse hergestellte Arzneien sind ein Teil der Behandlung. Äußere Anwendungen wie die rhythmische Massage, Heileurythmie, eine spezielle durchseelte, therapeutische Bewegungskunst, die verschiedenen Kunsttherapien und das helfende Gespräch gehören zum Therapiekonzept. Das Wissen um die biographischen Lebensgesetzmäßigkeiten ist Grundlage des helfenden Gesprächs. An welcher krisenhaften Schwelle steht der Mensch auf seinem Lebensweg? Wie können wir aus der Vergangenheit unsere Gegenwart verstehen und Mut für den nächsten, neuen Schritt fassen? Gesund sein heißt für den modernen Menschen in Entwicklung sein.

Dr. med. Susanne Hofmeister