

Naturheilkunde

Die bei uns heute verwendeten Methoden der Naturheilkunde sind hauptsächlich im 18. und 19. Jahrhundert, einer Zeit des geschichtlichen Wandels, entwickelt worden. Sie entstanden vor dem Hintergrund der sozialen, wirtschaftlichen und technischen Umbrüche dieser Zeit. In der Phase der beginnenden Industrialisierung veränderten sich auch die Lebensbedingungen der Menschen radikal. Falsche Ernährung, Alkoholkonsum, einseitige Bewegung und Stress nahmen in bedrohlichem Ausmaß zu.

Durch die Naturheilkundigen angeregt, entstand damals eine Gegenbewegung, die vor den schlimmen gesundheitlichen und seelischen Folgen dieser Entwicklungen warnte. Sie versuchte, naturgemäße Lebens- und Therapieformen anzuwenden. So setzten die Naturheiler bei der Behandlung von Kranken dieselben Reize ein, denen auch ein gesunder Mensch ausgesetzt ist. Solche Reize, beispielsweise Wasser, Sonne, Gymnastik oder Diät sollten den Körper zu einer Reaktion reizen. Dieser Reiz sollte dem geschwächten Körper helfen, sich mit der Krankheit auseinander zu setzen und sie zu besiegen.

All diese Methoden werden noch heute erfolgreich angewendet. Sie zielen darauf ab, die Selbstheilungs- und Regulationskräfte des Körpers zu aktivieren. Jeder Organismus, so weiß man, reagiert ganz individuell auf einen Reiz - der eine stärker, der andere womöglich gar nicht oder kaum merklich. Darum muss Naturheilkunde immer ganzheitlich sein. Sie muss die Persönlichkeit und Konstitution des Patienten, seine Lebensumstände und seine Wesensart mit berücksichtigen. Von all diesen Faktoren hängt nämlich die Reaktionsfähigkeit des Körpers auf die eingesetzten Reize ab.