Festschrift

20 Jahre
Naturheilpraxis
Gabi Rohe

✶

28 Jahre
Chorleiterin

Vorwort

Mit dieser Festschrift, die ich anlässlich meines 10-jährigen Praxisjubiläums entworfen und zu meinem diesjährigen 20-jährigen Jubiläum aktualisiert habe, möchte ich meine Begeisterung für die Naturheilkunde und die Musik – speziell das Singen – ausdrücken und erklären, denn beide Bereiche haben eine enorme und für mich faszinierende Wirkung auf den Menschen.
Ihnen dieses zu verdeutlichen und ein wenig schmackhaft zu machen, ist mein Anliegen.
Aufgrund der Komplexität dieser Themen, die den Rahmen dieser Festschrift sprengen würde, verzichte ich auf eine wissenschaftlich ausführliche Behandlung, denn **in der Einfachheit liegt die Tiefe!**

Die Informationen dieser kleinen Einführung über größere Zusammenhänge der Naturheilkunde und Musik und deren Wirkungen auf die Menschen sollen möglichst alle interessierten Menschen, die dieses Heft lesen, erreichen: Musiker, Heilpraktiker, Lehrer, Erzieher, Eltern, Jugendliche, Laien usw. und besonders kranke Menschen.

Mit mütterlicher Wärme und Liebe die Menschen zu ihrem eigenen Wesen zu führen, damit sie werden, was sie sind, ist das gemeinsame Ziel der Naturheilkunde und der ganzheitlichen Stimmerziehung.
Mein Wunsch ist es, Menschen – mit Hilfe der Naturheilkunde und der Musik – auf ihren persönlichen Weg zu führen, sie zu begleiten und ihnen zu helfen, diesen manchmal "steinigen" Weg zu gehen.
Eine Patientin von mir hat das ähnlich empfunden und in einem Weihnachtsgruß treffend formuliert:

Patientenbrief:
Liebe Frau Rohe,
ich verspüre den Wunsch, mich noch einmal ganz herzlich zu bedanken, für all das, was Sie mir in den letzten Jahren gegeben haben. Ich habe in den Stunden, in denen Sie mich betreut (hört sich besser an als behandelt ?) haben, viel über mich und das Leben gelernt und habe viel Kraft geschöpft. Durch ihre Menschlichkeit fühlt man sich bei Ihnen eher aufgehoben wie bei einer Freundin als bei einer Therapeutin.
Das ist toll und sehr selten zu finden! Ich hoffe, dass Sie noch vielen anderen so helfen können wie mir, und dass Sie die Kraft haben, sich mit den großen und kleinen Problemen Ihrer Patienten "herumzuschlagen"; dass Sie weiter mit der Begeisterung wie bisher Ihren Beruf ausüben!
Ich wünsche Ihnen ein friedvolles, besinnliches Weihnachtsfest im Kreise Ihrer Lieben und ein paar gemütliche Stunden, um den "Akku wieder aufzuladen", für die Herausforderungen, die Ihnen das Neue Jahr bringt.
Alles Gute wünscht Ihnen N.N.

An dieser Stelle möchte ich mich ganz herzlich bei allen bedanken, die für mich Korrektur gelesen und die diese Festschrift mit Patientenberichten bereichert und veranschaulicht haben.
Ich wünsche mir, dass diese Schrift Ihnen ein Begleiter auf dem Lebensweg wird und Ihnen hilft, sich für die naturheilkundliche Denkweise zu öffnen.

Mit allen guten Wünschen,

Ihre Gabi Rohe

Inhaltsverzeichnis

I. Die Welt der Naturheilkunde 5

1. Denken Sie um: Schulmedizin – Naturheilkunde 5

2. Wenn die Seele den Körper belastet – Körpersprache 10

3. Der Weg ist das Ziel 14

4. Die resignative Reife 18

5. Das Gesetz der Balance im Leben 19

6. Die 3-Säulen-Medizin als Grundlage meiner Arbeit 21

7. Das Therapieangebot in meiner Praxis 22

7.1 Das Gespräch – die älteste Heil- und Diagnosekunst 22
7.2 Der Darm – das Darmwasserbad
Sanfte Darmreinigung mit Wasser 25
7.3 Die Luffa-Therapie – brasilianische Nasennebenhöhlenkur und
Amalgamausleitung 33
7.4 Die Sauerstoff-Ozon-Therapie mit Vitamin C 41
7.5 Die emotional orientierte psychotherapeutische Behandlung 42
7.6 Weitere Therapien 45
7.7 Die ganzheitliche Diagnose 45

8. Patientenberichte von 2005 47
9. Patientenberichte von 2015 53

II. Die Welt der Musik 58
1. Die heilende Kraft des Singens 58
2. Die Stimme 62
3. Das Dirigieren 65
4. Der ganzheitliche Aspekt der Stimmbildung 67
5. Was bewirkt die Musik bei Menschen 69

III. Zu meiner Person 71

Adresse und Homepage 77

Herzlich willkommen in der "Welt der Naturheilkunde!"

I. Naturheilkunde

1. Denken Sie um: Schulmedizin – Naturheilkunde

Die erste Lektion im Umgang mit der Naturheilkunde ist das Umdenken.
Ein Medikament kann vielleicht die Symptome einer Krankheit lindern, aber heilen kann es nicht. Wahre Genesung geht immer mit dem Umdenken und der Veränderung eines Patienten einher: in seiner Einstellung zu sich selbst und zum Leben. Er muss letztlich in der Seele genesen.
Um Ihnen das Umdenken zu veranschaulichen, habe ich nachfolgend die unterschiedlichen Sichtweisen der Schulmedizin und der Natur-heilkunde stichpunktartig tabellarisch aufgeführt:

Schulmedizin

- Symptombehandlung
- Teilbetrachtung (Bauch, Knie, Haut oder...)
- Ablehnung von Symptomen und Krankheiten

- Chemische Medikamente (Antibiotika, Schmerzmittel)
- Unterdrückung eines Symptomes, um die Krankheit zu bekämpfen
- Krankheiten ignorieren und unterdrücken führt zu mehr Krankheit
- "5-Minuten-Medizin"

- "Ziel": Die Menschen bleiben vom Arzt oder der Medizin abhängig

- Grundsatz der Patienten: Der Arzt/die Medizin macht mich gesund

Naturheilkunde

- Ursachenbehandlung
- Ganzheitsmedizin (Körper, Geist u. Seele)
- Annehmen von Symptomen und Krankheiten, um diese zu verstehen
- Natürliche Medikamente (Pflanzen, Mineralien, Vitamine...)
- Unterstützung eines Symptoms, um die Krankheit auszuleben
- Krankheiten leben, verstehen und loslassen führt zu innerem Reichtum
- lange und intensive Gespräche sind die Grundlage der Naturmedizin
- Ziel: Jeder Mensch wird sein eigener "Arzt", indem er eigenverantwortlich mit seinen Bedürfnissen umgeht
- Grundsatz der Patienten: Ich mache mich gesund. Der Therapeut gibt mir Hilfestellung

Leitsatz:
Krankheiten verstehen, leben und loslassen, damit Sie werden was Sie sind!

Die Sichtweise der Naturheilkunde gilt es zu verinnerlichen und zu leben. Sie ist die Grundlage für die wahre Genesung des ganzen Menschen.
Ich möchte an dieser Stelle betonen, dass ich kein Gegner der Schulmedizin bin. Sie ist in akuten und lebensbedrohlichen Situationen unersätzlich. Ihr Haupttätigkeitsfeld liegt allerdings in der **Akut- und Notfallmedizin.** Die Grenzen der heutigen Schulmedizin beginnen bei der Behandlung aller chronischen Erkrankungen.
Die Kombination der Schulmedizin und Naturheilkunde würde eine optimale Versorgung für alle Patienten bedeuten. Auch das ist ein Grundsatz der Naturheilkunde.

Die Psychologen und Psychotherapeuten sind alle überlaufen. Warum?
Weil die Menschen sich selbst vergessen haben. **Selbstvergessenheit** ist die **Hauptursache** allen Übels. Wenn wir unsere eigenen Bedürfnisse ignorieren und immer so weiterleben, wie es unsere "inneren Programmierungen" und unsere Gesellschaft vorgeben, dann leben wir nicht uns selbst. Wir verbrauchen dann unendlich viel Energie, anstatt aus der Universalenergie Kraft zu schöpfen.

> *"Wenn Du den Grund deiner Krankheit verstanden hast und Dich daran erinnerst, was Du im Leben eigentlich willst und anfängst, Dich um dein "Selbst" zu kümmern, indem Du nach dem Leben suchst, indem Du den für Dich besten Selbstausdruck findest, dann muss Dich Dein Körper nicht länger daran erinnern, dass Du dich selbst vernachlässigst, und die Krankheit verschwindet."*
>
> *(Bärbel Mohr)*

Denken Sie an die Worte des großen Philosophen Nietzsche:

Werdet was Ihr seid!

Unser Leben gleicht häufig einer Marionette. Sie hebt das Bein, wenn man an ihrem Faden zieht. Wir Menschen "heben das Bein", wenn die Gesellschaft und die innere Programmierung (siehe Sabotageprogramme siehe S. 15ff.) ziehen. Unser Kopf meint, dass das richtig und normal sei, aber der Körper "schreit" und die Seele "schreit", um uns auf diesen Zustand (Missstand) aufmerksam zu machen.
Wir haben gelernt, dass dieser Zustand negativ ist und rennen nun von einem Arzt und Psychotherapeuten zum anderen, um unsere Beschwerden zu bekämpfen.
Ich wage zu behaupten, dass das nicht funktioniert. Denn wenn ich gegen etwas Widerstand leiste oder mich wehre, dann schaue ich in die falsche Richtung und verpulvre unnötig Energie. Die Beschwerden des Körpers und der Seele "schreien" weiter nach Aufmerksamkeit, wie ein Kind, das sich vernachlässigt fühlt. Wie kann ich diesen Beschwerden Aufmerksamkeit schenken, wenn ich wegschaue ?

Denken Sie um! Ändern Sie Ihre Grundeinstellung dahingehend, dass Sie Ihre **Symptome anschauen, sie beobachten und betrachten, beschreiben aber nicht bewerten**. Schenken Sie Ihren Beschwerden Ihre volle und ganze Aufmerksamkeit, und lernen Sie, diese als Ihre Freunde anzunehmen. Erst dann werden Sie wertvolle Schätze und Lösungen entdecken, die Ihnen weiterhelfen.
Bedenken Sie immer: Sie tragen Ihren "eigenen Arzt" in sich. Übernehmen Sie Eigenverantwortung für sich selbst und geben Sie Ihrem "inneren Arzt" eine Chance. Heilen kann Sie weder ein Arzt, noch eine Pille, noch eine Therapie !
Sie können Ihnen nur eine Hilfestellung geben, Sie wachrütteln, und anschließend **heilen Sie sich selbst**!

Heilung geschieht!

Lernen Sie das Prinzip des Nicht-Handelns. Damit ist nicht Passivität oder Trägheit gemeint, sondern **aktives Nicht-Handeln**.
Das bedeutet:

- sich beobachten
- sich anfreunden
- geschehen lassen
- auf den "Bauch", die Intuition hören

In der alten chinesischen Literatur gibt es ein anschauliches Gleichnis für das Nicht-Handeln und das Sich Wehren:

Es ist die Parabel von der Kiefer und der Weide im tiefen Schnee. Der Ast der Kiefer ist starr und zerbricht unter der Last, während der Ast der Weide dem Gewicht nachgibt und der Schnee abgleitet.

Beachten Sie, dass die Weide nicht schläft oder träge ist, sondern federnd. Die **Kunst des Geschehenlassens** basiert in erster Linie auf der Bereitschaft, dem Lauf der Dinge **keinen Widerstand entgegenzusetzen**, sondern sich mit diesem anzufreunden. Wir stemmen uns mit Hilfe unseres Willens gegen die in unser Leben eingreifenden Ereignisse und sind oft genug die Verlierer. Darwins Gesetze besagen, dass diejenigen Organismen überleben und gedeihen, die am besten mit ihrer Umwelt harmonieren.

Herzhaft lachen musste ich über eine Situation, die ich in einem Buch las und die ganz bildlich den Vorteil des aktiven Nicht-Handelns darstellt.

Eine italienische Expeditionsgruppe beobachtete über einen längeren Zeitraum die Lebensweise eines Indianerstammes. Eines Tages führten die Indianer sie mit Booten durch diverse Gewässer. In einem Boot saßen die Italiener und in dem anderen die Indianer. Plötzlich kam ein Unwetter auf. Es regnete, stürmte und

gewitterte. Die Italiener saßen in ihrem Boot, kamen nicht mehr vorwärts und rückwärts, drehten sich im Kreis und versuchten, unter Fluchen und Schimpfen, das Boot weiterzusteuern. Auch mit enormer Anstrengung gelang es ihnen nicht, vorwärts zu fahren.
Die Indianer jedoch unternahmen keine Anstrengungen. Sie erzählten sich Witze und Geschichten, lachten und freuten sich, während sich ihr Boot im Kreis drehte. Als das Unwetter vorbei war, hatten sie genug Energie, um die Tour fortzusetzen. Die Italiener waren jedoch kraftlos und schlechter Laune.

Also schwimmen Sie mit dem Fluss des Lebens und schauen Sie, was er Ihnen zu bieten hat. Er wird Sie zu sich selbst führen.

Leben Sie was Sie sind!

Nun werden sich viele von Ihnen fragen: "Das ist ja alles schön und gut, aber wie soll ich das umsetzen?"

Als Antwort stelle ich Ihnen zunächst eine Gegenfrage: Wie haben Sie Schreiben gelernt ? Der Lehrer hat es Ihnen gezeigt, und Sie haben es geübt. So wurde aus den Buchstaben ein Wort, aus dem Wort ein Satz, aus dem Satz eine Geschichte und aus der Geschichte ein Roman.
Wir Therapeuten sind die Lehrer, Pädagogen und Vermittler, aber keine Heiler.
Wir zeigen Ihnen, wie man "schreibt", und Ihre Aufgabe ist es, zu üben und sich für die naturheilkundliche Denkweise zu öffnen. Alles andere läuft dann ganz von alleine.
Denken Sie um, und orientieren Sie sich an den Grundsätzen der Naturheilkunde (siehe Seite 5ff.).

2. Wenn die Seele den Körper belastet – Körpersprache

Jedes physische (körperliche) Problem ist immer mit irgendeiner Dissonanz in der Psyche verbunden, das heißt, der Körper spricht mit Ihnen und versucht, Ihnen diese Dissonanz mitzuteilen, damit Sie diese lösen können. Die meisten Menschen verstehen diese Sprache, die Körpersprache, jedoch nicht. Die einfachen Redensarten aus dem Volksmund wie z.B. "Ich habe die Nase voll" oder "Das ist mir auf den Magen geschlagen" können häufig auf die Sprünge helfen, den seelischen Hintergrund für ein Symptom schneller aufzudecken.

Mit einem **Beispiel** aus meiner Praxis möchte ich Ihnen die Organsprache verdeutlichen.

Eine Patientin, 35 Jahre alt, kam mit starken Rückenschmerzen zu mir in die Praxis. Eine geeignete Therapie ließ die akuten Schmerzen relativ schnell

ausheilen, und der Patientin ging es sehr gut. Doch plötzlich traten die Schmerzen wieder auf. Ich fragte sie, was denn gewesen sei. Die Patientin überlegte und erzählte, dass die Schmerzen merkwürdiger Weise nur noch um den Geburtstag ihres Sohnes herum auftreten würden. Wir unterhielten uns über die Geburt, die sehr kompliziert verlaufen war. Nachdem die Patientin alles erzählt und herausgeweint hatte, führte ich mit ihr eine Mentalfeldtherapie durch, um die belastenden "Programme" zu lösen. Nach etwa einer halben Stunde waren die Rückenschmerzen "wie weggeblasen". Der Patientin war der Hintergrund ihrer Schmerzen emotional bewusst geworden, so dass der Körper sie nicht mehr an die seelische Dissonanz erinnern musste. Dies war der Zeitpunkt, an dem das Unterbewusstsein der Patientin bereit war, die wirkliche Ursache für ihre Rückenschmerzen preiszugeben und loszulassen.

Gesundwerden bedeutet immer, einen gewissen Entwicklungsprozess zu durchlaufen, bis die Bereitschaft für die Erkenntnis gereift ist. Das braucht manchmal etwas Zeit. Dann kann uns unser Unterbewusstsein die eigentliche tiefgreifende Ursache einer Erkrankung offenbaren. Anschließend sind wir in der Lage, die Krankheit zu verstehen, zu leben und loszulassen.
Es gäbe noch viele Beispiele dieser Art, die jedoch den Rahmen der Festschrift sprengen würden.

Der nun folgende Überblick bietet Ihnen eine Orientierung möglicher Aussagen Ihrer Organe und Ihres Körpers über seelische Konflikte und Dissonanzen:

Dünndarm **Sich verloren und einsam fühlen** verlassen, verstoßen, vernachlässigt, Mangel an: Geborgenheit, Nähe, mütterl. Wärme, Kontakt. Unsicherheit, Liebesentzug, dunkles Geheimnis	Emotionelles Herz **Plötzlicher Schock** gebrochenes Vertrauen, enttäuschte Liebe, Liebessehnsucht, keine Selbstliebe. Verletztheit, vorenthaltene Liebe, nicht liebenswert, Traurigkeit	Physisches Herz **Freudlosigkeit** Furcht vor Freude, Hartherzigkeit, sich ausgenutzt fühlen, Selbstschutz, eingeengt, ideenlos, bürokratisch, stur und unnachgiebig, Geld- u. Machtgier	Schilddrüse **Erniedrigung** Unentschlossenheit, von anderen ausgeschlossen, "nie ich", gehemmt sein, aufgeben, anschuldigen, kein Recht auf Selbstausdruck und Erfolg, "keiner hört mir zu", ohne Hoffnung, verleugnen
Leber **Wut** Ärger, Unzufriedenheit, handlungsunfähig, mangelnde Anerkennung, sich übergangen fühlen, nörgeln, unnachgiebig, Selbsthass, Verzweiflung	Gallenblase **Ablehnung** Verbittert, andere verurteilen, Selbstmitleid, zweitrangig, nachtragend, unfähig sich zu entscheiden u. für sich selbst einzustehen, Opferhaltung, manipulieren, falscher Stolz, Täterhaltung	Milz/Pankreas **Niedriges Selbstwertgefühl** Selbstbestrafung, abhängig, überbesorgt, leben durch andere, "nicht gut genug", sich nicht abgrenzen können, sich abgelehnt fühlen, sich nicht trennen können, Angst vor Verletzung	Magen **Nicht mögen** Machtlos, gebrochener Wille, überlastet, überfordert, Groll, Hass, lustlos, Abneigung, Besessenheit, etwas nicht verarbeiten bzw. "verdauen" können, etwas liegt mir im Magen, Sinnlosigkeit
Niere **Angst** Angst vor Partnerschaft, Schuldgefühle, machtlos, demoralisiert, egoistisch, Enttäuschung, brutal u. ohne Mitleid, erschrocken, "es geht mir an die Nieren", nicht loslassen können, Misstrauen, betroffen, Schreck	Geschlechtsorgane/ Blase **Sich schämen** gelähmter Wille, unerfüllte Liebessehn-sucht, sich verletzt fühlen, Ungeduld, Selbstmitleid, Angst auf eigenen Füßen zu stehen, beleidigt	Lunge **Chronischer Kummer** Trauer, Sehnsucht, keine Lebenslust, unfrei, enttäuscht, verzweifelt, nicht bewältigte Trennung, "ich gehöre nicht hierher", "alles ist verboten", isoliert, keine Daseinsberechtigung	Dickdarm **Dogmatisches Denken** Perfektionistisch, überkritisch, kontrollierend, zwanghaft, pedantisch, zynisch, geizig, nicht los-lassen können, besitzergreifend

Füße **Standpunkt** In die falsche Richtung gehen, den "Standpunkt" ändern, nicht genügend Stehvermögen haben	**Schultern** **Last/Verankerung** Eine Last auf den Schultern tragen, zu große Verantwortung	Knie **Demut** Vor Demut in die Knie gehen, auf die Knie gezwungen, Fehlhaltung, unbeweglich durch zu starke Bindung	Rücken **Haltung/Halt** Unbeweglich, halsstarrig, gebrochen sein, gebeugte Haltung durch zu viel Last, verdrängte Enttäuschung, Aggression, Abwehr u. Flucht, Angst u. Demütigung
Haut **Abgrenzung** Aus der Haut fahren, sich unrein fühlen, unterdrücktes Weinen, Kontrast u. Abgrenzung, Isolation, es juckt mich etwas	Haare **Stress** Graue Haare wachsen lassen, Dauerstress, Stress	Ohren **Hören** Nicht hören wollen, Gehorsam, Demut, etwas nicht wahrnehmen, "wenn wir nicht hören wollen, müssen wir eben fühlen", aus dem Gleichgewicht geraten, hört zu wenig nach innen	Zähne **Zupacken/Zerkleinern** Schwer zu kauen haben, sich durchbeißen müssen, nachlassende Vitalität, Auseinandersetzung, "jemandem die Zähne zeigen", Widerstand leisten, verarbeiten der Eindrücke, unterdrückte Aggression
Mund **Auseinandersetzung** Auseinandersetzung mit der Umwelt, Kommunikation, "ich habe den Mund zu voll genommen"	Augen **Spiegel der Seele** Etwas nicht sehen wollen, geistige Unbeweglichkeit, überfließendes Gefühl zum Ausdruck bringen, den Tatsachen des Lebens nicht gern ins Auge sehen, fehlender Überblick, Furcht vor der Zukunft	Hals **Widerstand** Etwas nicht reinlassen wollen, gegen etwas ankämpfen, sich auflehnen u. versteifen, unbeherrschte Sexualität, sich nicht äußern können	Kopf **Spannungen** Den Kopf voll haben, den Kopf verlieren, den Kopf einziehen, in den Sand stecken, den Kopf hängen lassen, mit dem Kopf durch die Wand gehen, sich den Kopf zerbrechen, Ärger, Enttäuschung, Trauer, Stress, geistige Fehlhaltung, Anspannung

Literatur:

- Tepperwein, Kurt: Was dir deine Krankheit sagen will – Die Sprache er Symptome, mvg Verlag 1999, ISBN3-478-08630-2
- Tepperwein, Kurt: Die Botschaft deines Körpers – Die Sprache der Organe, mvg Verlag 2003, ISBN 3-478-08348-6

3. Der Weg ist das Ziel

3.1. Gesundheit

Gesundheit ist ein weiter Begriff, denn er hängt auch mit dem Wohlbefinden der einzelnen Personen zusammen. Es gibt nicht hier die Gesundheit und dort die Krankheit. Meistens befinden wir uns genau dazwischen, auf dem Weg von der Krankheit zur Gesundheit oder umgekehrt.
Ganz allgemein bedeutet Gesundheit, in Harmonie zu sein. Und wenn man sich in Harmonie befindet, dann ist alles in Ordnung. Ein gesunder Mensch hat viel Lebensenergie, die auf allen Ebenen (Körper, Geist und Seele) ohne Hindernisse fließt. Die Lebensenergie ist die übergeordnete Instanz, der Motor, für die Organsysteme, den Blutkreislauf, den Stoffwechsel, die seelische Verfassung usw.. Alle Ebenen des Menschen sind miteinander verbunden. Das bedeutet, dass sich auf der körperlichen Ebene z.B. Verspannungen oder Schmerzen äußern, wenn auf der seelischen Ebene eine Blockade vorliegt. Daher ist ein Mensch nur gesund, wenn er auf allen Ebenen mit ausreichend Lebensenergie versorgt ist und alles in Harmonie fließt.

3.2. Krankheit

Krankheit bedeutet dementsprechend das Gegenteil, nämlich Disharmonie und Unordnung. Man ist unsortiert, und die Energien können nicht mehr richtig fließen. Die Lebensenergie ist gering und kann bedingt durch Blockaden nicht durch alle Ebenen des Menschen fließen.

3.3. Heilung – Heilung geschieht!

Die anfangs beschriebenen Grundsätze der Naturheilkunde stellen die Grundlage der Heilung dar. **Denken Sie um!**

Viele Menschen verwechseln heutzutage das Heilen mit dem Unterdrücken. Heilen bedeutet, eine Erkrankung durchzumachen und dadurch Abwehrkräfte aufzubauen. Mit Medikamenten versuchen wir meistens, Krankheitsprozesse zu stoppen, damit wir wieder schnell fit werden. Aber im Grunde ist das Gegenteil der Fall. Je häufiger wir Krankheiten "abwürgen" und nicht leben, umso schwächer und kränker werden wir.

Krankheiten verstehen, leben und loslassen!

Sind die Symptome einer akuten Infektion mit Hilfe eines Antibiotikums verschwunden, haben wir die Krankheit nicht gelebt. Wir haben sie durch Ablehnung festgehalten. Das heißt, wir sind genauso krank wie vorher, nur spüren

wir es in dem Moment nicht. Der Körper jedoch ist "sauer", denn wir haben seine Bedürfnisse, die ihn wieder ins Gleichgewicht gebracht hätten, ignoriert. Der natürliche Selbst-erhaltungstrieb, der in jedem Wesen liegt, gibt dem Körper nun ein Signal, den Krankheitsabbruch nicht zu vergessen, sondern das Defizit so schnell wie möglich auszugleichen. So gibt er dem Menschen noch einmal eine Chance, indem er ihn wieder akut krank werden lässt. Bei immer wiederkehrenden Krankheitsunterbrechungen durch die Einnahme von chemischen Medikamenten kann der Körper chronisch krank werden. Nun kann die Energie für akute Gesundheitsprozesse nicht mehr aufgebracht werden. Der Organismus wird immer schwächer, und das optimale Milieu für chronische Erkrankungen entsteht. Chronische Krankheiten im Alter sind die Jugendsünden – akute unterdrückte Krankheiten – von früher. Nur akute Erkrankungen kann der Mensch völlig ausheilen. Chronische Beschwerden lassen sich nur lindern.
Die Naturheilkunde versucht, chronische Erkrankungen wieder kurzfristig akut zu machen, damit diese ausheilen können. Häufig kommt es zu einer Verschlimmerung der körperlichen Symptome. Hier werden verschiedene akute Erkrankungen, die früher unterdrückt wurden, noch einmal durchlebt. Anschließend führen diese zu einer Bewusstseinsveränderung des Menschen. Denn auf einmal erkennt er die Hintergründe, die seelischen Konflikte, der chronischen Erkrankung. Er lernt, diese zu verstehen und anzunehmen, und kann sie anschließend ohne Anstrengung und Mühe loslassen.

Heilung bedeutet:

1. Hinschauen und sich öffnen → Selbstbeobachtung

2. Annehmen und akzeptieren → Das Symptom, die Krankheit wie einen Freund behandeln

3. Durchleben und verstehen → Nicht unterdrücken, denn nur Erfahrungen machen uns wirklich reicher

4. Loslassen und sich befreien → Ist uns der Sinn einer Erkrankung bewusst, so können wir die kranken Muster spielerisch ohne Anstrengung loslassen

5. Leere → Automatisch machen wir uns leer und frei

6. Neuordnung → Gesundheit (Harmonie u. Ordnung)

In der buddhistischen Kultur wird die Leere mit einem Diamanten verglichen: Leere ist der erstrebenswerteste, wertvollste Zustand, den man erreichen kann. **Nur aus der Leere heraus kann Neues entstehen**, nur aus der Leere heraus kann der Mensch kreativ werden und eine Neuordnung der Dinge, eine neue Harmonie (=Gesundheit) anstreben.
Wenn Sie alles Blockierende abgelegt haben, sind Sie frei. Sie werden zum Beobachter Ihrer eigenen Person und haben die Übersicht. Sie sind nicht mehr in Ihrem Problem gefangen, sondern haben den Abstand und Weitblick, **neue Lösungsmöglichkeiten ergeben sich automatisch.**
Diesen Heilprozess durchgeht der Patient selber. Der Therapeut führt ihn, bis er alleine gehen kann, wie eine Mutter, auf diesen Weg. Das heißt, er ist immer für den Patienten da, wenn er Hilfe braucht, und gibt ihm durch gezielte Gespräche und Therapien Anregungen. Wichtig ist, dass der Patient beginnt, diesen Weg - den Weg des naturheilkundlichen Denkens – zu gehen.
Denken Sie um, denn wahre Genesung geht immer mit einer Veränderung im Patienten einher.
Diese Veränderung, vor der die meisten Menschen Angst haben, hängt nicht mit Anstrengung oder "plötzlich anders leben" zusammen, sondern geschieht automatisch. Sie ist eine Folge des Umdenkens und wird von allen Menschen als wohltuend und befreiend empfunden, weil sie Ballast, an dem sie lange festgehalten hatten, plötzlich erkennen und dann loslassen können.
Diese Veränderung ist ein stetiger Prozess, in den Sie langsam hineinwachsen, wenn Sie das Umdenken üben.
Beginnen Sie, den Weg aus der Krankheit zur Gesundheit zu gehen. Er wird Sie bereichern und zu Ihrem Kern führen.
Gesundheit kommt nicht einfach und bleibt auch nicht. Wir müssen uns immer wieder mit den Reizen der Umwelt und Umgebung auseinandersetzen.
Wir gehen einen langen Weg und gelangen nie zu einem festen Ziel.

Der Weg ist das Ziel!

3.4. Akute Infektionen naturheilkundlich behandelt

Akute nicht ausgeheilte Erkrankungen sind die Grundlage für chronische Erkrankungen.

Heilung einer akuten infektiösen Erkrankung
Man muss nicht immer mit "chemischen Bomben" arbeiten. Wirkliche Heilung funktioniert nur sanft!

a.) DAS WORT
Gönnen Sie sich die nötige Ruhe (wenn möglich Bettruhe!), und versuchen Sie den Sinn Ihrer Erkrankung zu verstehen, denn jede Krankheit beginnt im Kopf und möchte Ihnen etwas sagen. Ein **Gespräch** mit Freunden oder naturheilkundlichen

Fachkräften kann Sie schnell auf die richtige Spur bringen. Manchmal geben auch **Bachblüten** den "emotionalen Kick" umzudenken und die Krankheit als Chance für Veränderungen im Leben zu sehen, anstatt sie zu ignorieren und zu unterdrücken.

b.) DAS SYMPTOM UNTERSTÜTZEN

Ist die positive mentale Einstellung durch das vorausgegangene Gespräch geschaffen, denn das ist die Voraussetzung für die wirkliche Ausheilung einer Erkrankung, sollte das Symptom unterstützt werden. Warum? Die Natur hat es so eingerichtet, sich durch die körpereigenen Selbstheilungskräfte zu heilen, in Form von Fieber, Schnupfen, Durchfall... . Das heißt, der Körper entwickelt Mechanismen, um die krankmachenden Keime (Bakterien, Viren oder Pilze) abzutöten und auszuscheiden. Eine Unterstützung der vom Körper vorgegebenen Symptome durch z.B. Schwitzpackungen und Lindenblütentee bei Fieber, Baunscheidtieren bei lokalen Entzündungen (Bronchitis, Blasenentzündung, Gelenkentzündungen...) usw. kann die Ausheilung der Infektion beschleunigen.
Die passende Unterstützung ist bei jedem Krankheitsbild individuell unterschiedlich. Fragen Sie einen naturheilkundlich arbeitenden Therapeuten !

c.) DAS ANREGEN ALLER GROSSEN AUSLEITUNGSORGANE

Da die Grundlage für krankmachende Keime immer in einer Säure- und Giftstoffüberlastung liegt, sollte der Körper generell entlastet werden:

- Heißwasserkur - Nierenentlastung
- Darmwasserbad - Leber- und Darmentlastung
- Salzbäder - Hautentlastung
- Baunscheidtieren - Lymphentlastung
- Tee - Leber-, Nieren- und Blutreinigung
- Aderlaß - Blutreinigung
- Feucht-warme Wickel - Leber- und Nierenentlastung
- usw.

Hier sollte ein Fachkundiger entscheiden, welche Methode den akuten Krankheitsprozess am besten unterstützt.

Bedenken Sie immer: Ein Keim ist nur der Auslöser für eine Infektion. Der darunterliegende, tiefsitzende "Müll" (Schadstoffe und Toxine) jedoch ist die körperliche Ursache. Über die Infektion versuchte sich der Körper von dem "Giftmüll" zu befreien.

Bei häufigeren Infektionen sollte man dem Körper mit einer Entgiftungskur unter die Arme greifen, denn mit einer akuten Erkältung kann er sich nur von den oberflächlichen Erregern befreien. Der tiefsitzende "Müll" jedoch bleibt und "brodelt" weiter.

d.) GEBEN SIE DEM KÖRPER ENERGIE
Um die Selbstheilungskräfte anregen zu können, benötigt der Körper sehr viel Energie.

Das allererste Gesetz ist: Ruhe
Die meisten Menschen rennen mit einer Erkältung durch die Gegend und entziehen dem Körper dadurch die nötige Energie, die er dringend für den Heilprozess benötigt.

Das zweite Gesetz ist: Wärme
Wärme ist Energie. Sie können das in Form von Bädern oder Wickeln, mit Wärmekissen usw., je nach individuellem Verlangen, durchführen.

Das dritte Gesetz ist: Vitalstoffe
Fehlen im Körper die Baustoffe, hilft auch keine Wärme. Hochdosiertes Vitamin C ist u.a. bei einer akuten Infektion angesagt.

Das vierte Gesetz ist: Japanisches Heilströmen
Das japanische Heilströmen ist eine ganz alte Therapie aus Japan. Der Therapeut legt seine Finger auf bestimmte Akupunktur-Punkte. Der Kranke nimmt die Energie, die durch den Behandler übertragen wird, an und leitet diese zu den Problemzonen des Körpers. Diese Energie hilft ihm, die eigenen Selbstheilungskräfte enorm anzukurbeln und **körpereigenes Antibiotikum zu produzieren.**

4. Die resignative Reife

Die "resignative Reife" ist ein Ausdruck, der von Dr. Arnold Retzer erfunden wurde. In seinem Plädoyer "Mut zur Negativität" prangert er "die Apostel des positiven Denkens" an, die das positive Denken als ein Muss darstellen, um gesund zu werden.
"Unser Leben reduziert sich auf die beiden Zustände Glück und Unglück. Der große Bereich dazwischen, den ich die Banalität des Guten nenne, verschwindet und damit auch eine menschliche Lebensqualität. Der größte Teil des Lebens besteht nicht in der Alternative von Glück und Unglück. Er besteht vor allem aus den großen Zwischenräumen, die ausgefüllt sind mit Banalem und Alltäglichem, mit Ärgernissen, Sorgen, Fehlern, Irrtümern, kleinen Freuden, Erwartungen, Enttäuschungen, Hindernissen und Plänen. ... Das Geheimnis eines erfolgreichen, guten Lebens besteht darin, auf das Glück zu pfeifen. Man sollte es nicht versuchen herzustellen, sondern es nehmen, ohne sich zu fragen, ob man es verdient.... Wir sollten die Krisen und das Scheitern nicht zu schnell als schlecht abtun und abwerten, sondern sie als eine ungeheure Chance begreifen. Wenn wir nicht länger autistische Leistungs- und Erfolgsmaschinen... sein wollen, besteht unsere Chance gerade darin, kaputt zu gehen, d.h. nicht mehr zu funktionieren. Wir erhalten dann die Möglichkeit, uns zu entziehen....und uns damit vor Selbstauflösung zu entziehen.... Wir können schließlich sehen und fühlen, wie uns unsere Irrtümer,

unsere Fehler und Niederlagen weiterbringen, uns klug machen und menschlich bleiben lassen.... Sich von den Erfolgserwartungen zu entziehen, erlaubt, sich selbst wieder in den Blick zu nehmen.... Erkenne, wer du nicht bist! Dieser Weg eröffnet Chancen für ein gutes Leben.... Oft wird das gute Leben als Kunstwerk missverstanden... Wenn die Metapher des Kunstwerks überhaupt Sinn machen soll, dann wohl eher in der Form, dass die Kunst im Weglassen besteht. So wie der Bildhauer ein Kunstwerk schafft durch weglassen eines Teils des Marmors, der stört, der unbrauchbar ist. ... Die resignative Reife ist der wichtigste Gegner der illusionären Hoffnung. ... Die resignative Reife überhört nicht, wenn das Leben sein Veto gegenüber unseren Vorstellungen und Glaubensüberzeugungen eingelegt hat. Die resignative Reife ignoriert nicht, wenn das Leben die Form zerbricht, die wir ihm gegeben haben....
Deshalb wünsche ich allen, die es hören wollen, ... ein gehöriges Maß an resignativer Reife." (Dr. Arnold Retzer)

Mich hat der Begriff "resignative Reife" fasziniert, weil in ihm die ganzen **"alten Lebensgesetze"** der Inder, Chinesen ... enthalten sind:

- durch das Resignieren mit dem Lebenskampf aufhören,
- sich entspannen und lieber schauen was ist,
- die Gegenwart wahrnehmen und annehmen so wie sie ist, ohne zu werten,
- und **daran reifen**.

Krankheiten annehmen, verstehen, leben und loslassen!

Die "resignative Reife" ist ein wunderbares Werkzeug, ja ein Medikament, um das Leben mit allem was ist, angenehm gestalten zu können und zu reifen. Daher wünsche ich Ihnen ebenfalls eine große Portion "resignative Reife" für Ihr Leben.

5. Das Gesetz der Balance im Leben Alles im Leben braucht einen Ausgleich!

Schon in den Klöstern früher war es eine Grundregel, einen Ausgleich zwischen körperlicher Arbeit, geistiger Arbeit, Beten und Ruhe zu halten. Es ist ein Energie-Gesetz des Lebens: "Alles will Ausgleich." Das bedeutet, wer einseitig lebt, kann krank werden.

"In jeder fleißigen Hausfrau steckt auch eine kleine Schlampe"
(Robert Betz)

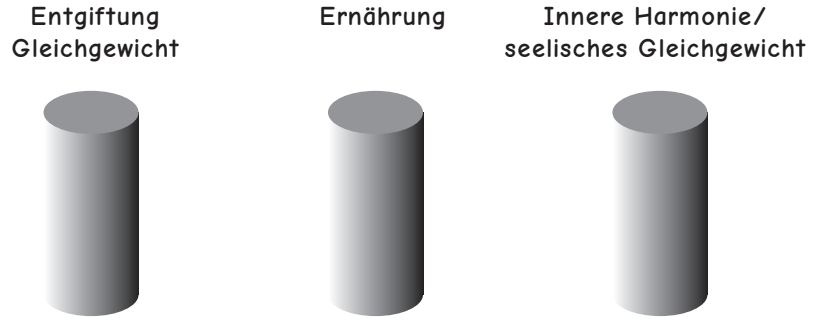
Aber wer lebt das schon? Unzählige Menschen wollen immer nur stark sein, kontrollieren, funktionieren.... Und wofür? Um anerkannt zu werden, um sich geliebt zu fühlen, um dazu zu gehören usw..
Die Regionalbischöfin für München Susanne Breit-Keßler schreibt:
"Martin Luther wusste, dass jede verantwortliche Tätigkeit Gottesdienst ist. Wer etwas Vernünftiges für sich und andere tut, ist also ein Priester, eine Pfarrerin. Solche Arbeit ist nicht allein zum Geldverdienen. Das merkt man dann, wenn sie einen innerlich erfüllt. In dem, was Menschen tun, verwirklichen sie sich selbst. Sie verwirklichen das, was ihnen als Charisma mitgegeben ist. Mit Martin Luthers Verständnis von Arbeit und Beruf ist die Grundlage für Wertschätzung all dessen gegeben, was Menschen in Verantwortung vor Gott und ihren Mitmenschen tun. Davon sollen sie auch genüsslich ausruhen dürfen...."
Tun und Lassen gehören zusammen. "Alle, die arbeiten – ob zu Hause, im Beruf, in der Schule...- brauchen unbedingt Ruhe und Muße.
Nach christlicher Auffassung beginnt die Woche nicht mit dem Montag, sondern mit dem Sonntag. Das heißt: Menschen müssen nichts leisten, um bei Gott wohl angesehen zu sein. Er liebt sie um ihrer selbst willen...."
Viele Menschen, die ihr Leben lang immer funktioniert haben, die immer nur Stärke gezeigt haben, ja durchgehalten haben, alles unter Kontrolle gehalten haben, auch ihre Gefühle, und dabei viele Anzeichen, wie z.B. Erschöpfung oder Symptome wie Migräne, Allergien, Schmerzen usw., nicht wahrgenommen haben, beenden ihre letzten Lebensjahre häufig bettlägerig als Pflegefall. "... unfähig sich zu bewegen, müssen diese oft so stolzen, starken Menschen erfahren, dass sie jede Kontrolle aufgeben, dass sie gefüttert werden müssen und dass jemand ihnen den Po abwischt," so R. Betz.
Das Leben zwingt diese Menschen zum Ausgleich.
Gegensätze wie Glück – Unglück, müde – wach, Aktivität – Passivität ...
gehören zum Leben.
"Wer immer nur friedlich sein will, obwohl es in ihm hin und wieder brodelt, bei dem findet die Aggression andere Wege sich auszudrücken. Sie kommt sozusagen zur Hintertür in unser Leben, sei es durch ein auffällig aggressives Kind..... oder durch einen Autounfall....
Das Leben findet immer einen Weg zum Ausgleich. Aber am meisten muss unser wunderbarer Körper dafür herhalten, z.B. mit Migräne, die fast immer aus chronisch unterdrückter Wut stammt," meint R. Betz.

Lernen Sie wieder, mit Genuss schwach, faul, unordentlich und auch krank zu sein!

Hinter dem "Stark-Sein-Müssen", dem "Gut-Sein-Müssen", dem "Fleißig-Sein-Müssen", dem "Ordentlich-Sein-Müssen", dem "Gesund-Sein-Müssen", ... stehen immer gelernte Glaubensmuster, die ein "Schrei" nach Anerkennung und Liebe sind.

6. Die 3-Säulen-Medizin als Grundlage meiner Arbeit

Die Mutter der Medizin, die Ayurveda-Medizin in Indien, basierte schon vor über 5000 Jahren auf 3 Säulen:



Entlastung von Körper	**Nahrung ist die stärkste Medizin**	**Neuordnung und Seele**
loslassen und entleeren	aufbauen und ausgleichen	Das leben, was Sie sind!

Es gibt zwei Naturheilverfahren, die in ihrer Kombination diese drei Säulen vereinen:

1. Das Gespräch und
2. das Darmwasserbad (= Colon-Hydro-Therapie, CHT)

Sie erreichen dadurch, dass sie ganzheitlich wirken, fast alle Ebenen des Menschen und bilden daher die Basis meiner Arbeit.

Im nächsten Kapitel werde ich zunächst ganz intensiv auf diese beiden Therapien eingehen.

7. Das Therapieangebot in meiner Praxis

7.1. Das Gespräch – die älteste Heil- und Diagnosekunst

Er gehörte gewissermaßen zur Familie und war buchstäblich an Ort und Stelle, wenn es "brannte": der "alte" Hausarzt als Ratgeber, Ansprechpartner, Seelentröster, gewissermaßen als "Biograph" seines Patienten.
Im Zeitalter der "5-Minuten-Medizin" wird dieser "alte" Hausarzt mehr denn je gebraucht, denn das Gespräch besitzt eine tiefe heilende Kraft. Es macht die seelischen Konflikte und Probleme, in denen wir gefangen sind, emotional bewusst, **sortiert, entlastet, baut auf, leert die Seele** und bildet dadurch die Grundlage für eine Neuordnung

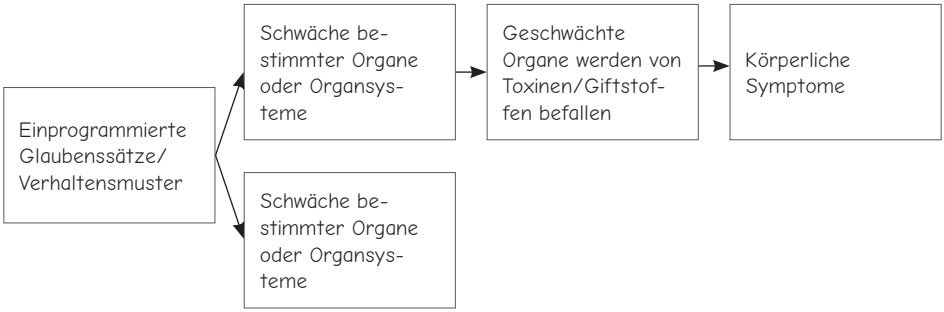
Krankheiten verstehen, leben und loslassen!

Ähnlich wie ein Computervirus sind im Laufe unseres Lebens viele erlernte Fehlfunktionen in unser Nervensystem einprogrammiert worden. Es sind die inneren unbewussten Programmierungen, die uns geradezu zwingen, stets wieder in die gleichen Konfliktsituationen, Denkweisen oder Handlungen hineinzugeraten. Das können wahre **Sabotageprogramme** sein, die unbewusst bestimmte Gedanken und Gefühle vermitteln und uns einschränken: Zum Beispiel

"Ich mag mich nicht"
"Ich bin hässlich"
"Ich kann das nicht"
"Ich will nicht leben" (z.B. bei Krebs)
"Ich darf nicht gesund sein"
"Ich muss essen"
"Ich bin in Gefahr"
"Ich bin dumm"
"Ich verdiene es nicht, geliebt zu werden"
"Ich bin schuldig"
"Ich bin wertlos"
"Ich bin unfähig"
"Ich muss stark sein"
"Ich bin schlecht"
"Ich bin nicht gut genug"
"Ich bin ein Versager, weil ich kein Geld habe"

Vielleicht erkennen Sie das ein oder andere Gefühl wieder .

Fast alle Menschen tragen eine Fülle von diesen erlernten, einprogrammierten Glaubenssätzen in sich. Sie sind die mentale Grundlage fast aller körperlichen und psychischen Erkrankungen und haben ihren Sitz im "Bauchhirn", dem Darm.



Wie kommt es zu diesen einschränkenden Glaubenssätzen ?

In uns Menschen ist immer noch das Ur-Verhalten "**Flucht und Kampf**" verankert, das wir jedoch kaum noch leben. Dieses Ur-Verhalten besagt, dass wir in jeder Stresssituation "kämpfen" oder "flüchten" müssen - das heißt uns in Bewegung setzen sollten -, um die spontanen Überlebensmuster wieder zu lösen.
Der Steinzeitmensch hat sich dementsprechend bei der Jagd verhalten müssen. Der heutige Mensch jedoch sitzt am Schreibtisch und gerät in die gleichen Stress- oder Schocksituationen, kann aber nicht "flüchten" oder "kämpfen", sondern muss die Situation ertragen. Demzufolge werden diese Situationen abgespeichert anstatt gelöst.
Ein Zahnarztbesuch, ein Unfall, ein Streit, ein Wort und vieles mehr kann eine Verteidigungshaltung oder Glaubenssätze auslösen und einprogrammieren.

Beispiel: *Wir sitzen beim Zahnarzt, müssen den Mund öffnen, möchten aber eigentlich "flüchten" oder "kämpfen", denn wir werden ja bedroht. Der Körper geht automatisch in eine Verteidigungshaltung.*
Betrachtet man einen Hund, der Angst hat oder sich bedroht fühlt, erhält man ein sehr genaues Bild dessen, was im Menschen vorgeht. Der Hund fletscht die Zähne, klemmt den Schwanz ein, und die Nackenhaare sträuben sich. So ähnlich verläuft das auch beim Menschen. Zuerst erfolgt die Verdrehung, um den Körper und ganz besonders den Kopf aus der Gefahrenzone zu bringen. Gleichzeitig bringt sich der Körper in einen kampfbereiten Zustand: Wir beißen die Zähne zusammen, die Muskulatur des Beckens zieht das Steißbein nach innen und erhöht so die Spannung der Dura mater, der harten Hirnhaut. Auch die Nackenmuskulatur wird angespannt und schützt damit die Wirbelsäule. Nun sind Schädel und Wirbelsäule vor Schlägen und Stößen geschützt. Wird dieser Verteidigungsreflex jetzt nicht durch "Flucht" oder "Kampf" – also durch Bewegung - abgebaut, bleibt die Spannung erhalten und wird im Gehirn abgespeichert.

Das Nervensystem hat diesen Einzelfall (Unfall...) als Programm abgespeichert und lässt dieses nun in allen ähnlichen Situationen wieder ablaufen, ob wir es wollen oder nicht. Diese unbewussten Abläufe halten uns häufig von unserem eigentlichen Leben ab und bringen uns in den Zustand der Selbstvergessenheit.
Die Therapie besteht darin, diese unbewussten und einschränkenden Glaubenssätze oder Programme bewusst zu machen, und zwar nicht vom Kopf (Verstand) sondern vom Bauch (Gefühl) her.
Das kann der feine aber gravierende Unterschied zwischen einer Psychotherapie, die häufig rein rational gesteuert verläuft, und einem psychotherapeutischen Naturheilverfahren, welches über die emotionale Ebene gefühlsorientiert gesteuert wird, sein. Ein Problem oder eine Krankheit ist nur dann zu lösen, wenn man es oder sie auf der Ebene, in der es oder sie verankert ist, "packt".
Negative Programmierungen und einschränkende Glaubenssätze sind im Bauchhirn, dem Sitz der Gefühle, verankert. Und dort muss eine Therapie, die zum Erfolg führen soll, ansetzen.
Das Gespräch ist das wirksamste Instrument der Krankheitserkennung und die erste wichtigste therapeutische Maßnahme, die manchmal in Sekundenschnelle krankmachende Blockaden und Glaubenssätze löst und den Menschen die tiefe Krankheitsursache emotional bewusst machen kann.

Der Mensch ist die beste Therapie für den Menschen !

Das Gespräch leistet Hilfe zur Selbsthilfe, indem es dem Menschen offenbart, dass jeder das "Werkzeug" oder das "Arztköfferchen" als ständigen Begleiter in sich trägt, um glücklich und gesund den eigenen Lebensweg zu meistern.

Dazu ein Brief einer Patientin:

"Liebe Frau Rohe, ich (...) möchte mich erst einmal herzlich für Ihre bisherige Unterstützung, Hilfe, Ihre Ratschläge... bedanken! Durch unsere Gespräche habe ich es geschafft, viele Gewohnheiten, die mir das Leben erschwerten, abzulegen, und ich bin wesentlich ruhiger und zufriedener geworden. (...) Als es mir aber mal gesundheitlich doch nicht so gut ging, hat Ihre Stimme mich trotzdem begleitet, und ich habe oft Ihre Worte gehört: "Was war denn?" und habe es dann auch häufig analysieren können. (...) Ich freue mich auf das neue Leben mit Kind. (...)Wenn bei mir alles wieder in einigermaßen geordneten Bahnen verläuft, möchte ich auch gerne meine Behandlung bei Ihnen fortsetzen. Bis dahin wünsche ich Ihnen alles Gute und bedanke mich noch einmal für alles, Ihre N.N.

Wirkliche Heilung geschieht auf der Seelenebene!

Hippokrates sagte vor langer Zeit:

"Drei Arzneien hat der Arzt: Wort, Feuer und Messer. Vor allem muss die Seele eines Kranken geheilt werden, erst dann ist notfalls Feuer (= Medikament) und Messer (=Skalpell) einzusetzen."

Hippokrates spricht hier vom Wort als Träger von Schwingungen. Das gesprochene Wort als Trost, als Motivation, die erfrischt und die Selbstheilungskräfte anregt. Das Wort bedeutet aber auch lebensbejahende und natürliche Frequenzen, die die innere Ordnung - auch auf molekularer Ebene – wiederherstellen.

7.2. Der Darm - das Darmwasserbad, die sanfte Darmreinigung mit Wasser

Der Darm ist die **Wurzel aller Krankheiten**, der Sitz der Gefühle, der Sitz des Immunsystems, das Tor der Reinigung !
Er ist enorm wichtig für Körper, Geist und Seele. Wenn er verschlackt und belastet ist, so ist nach kurzer Zeit der gesamte Körper und die Seele beeinträchtigt. Man fühlt sich nicht wohl, kann nicht klar denken, hat körperliche Symptome, ist ständig müde und schlapp, ist gereizt usw..
Es spricht vieles dafür, dass Paracelsus mit seinem Ausspruch *"Der Tod sitzt im Darm"* Recht hatte. Denn wer dauerhaft umfassend gesund und vital sein möchte und nicht nur ein einzelnes Symptom vorübergehend loswerden will, kommt um das Thema "Darm" und damit auch das Thema "Ernährung" kaum herum.

Der Darm ist immens wichtig:

Er ist ein riesiges **Ausscheidungsorgan (Entgiftung).**

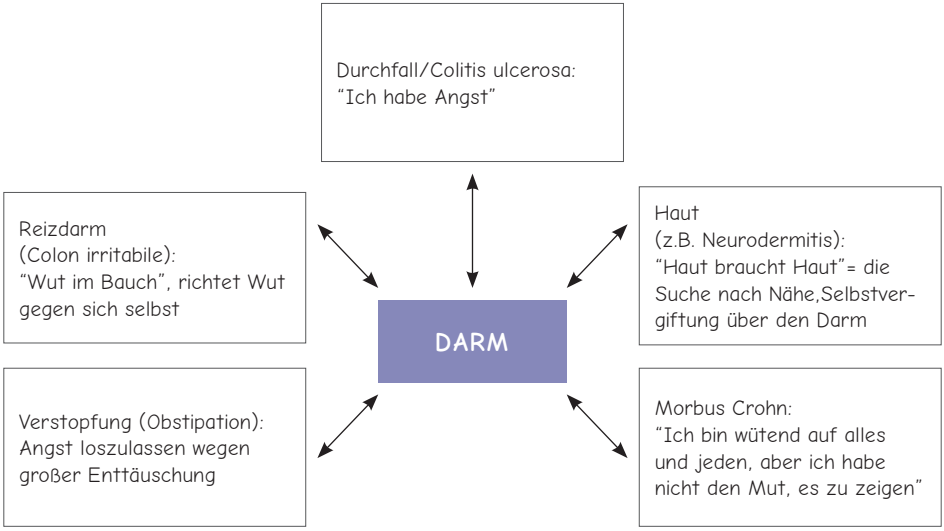
Er ist der **Sitz des Immunsystems** (80% der Immunzellen befinden sich in den Darmwänden), und dieses ist wiederum abhängig von unseren Stimmungen und unserem Wohlgefühl im Leben.

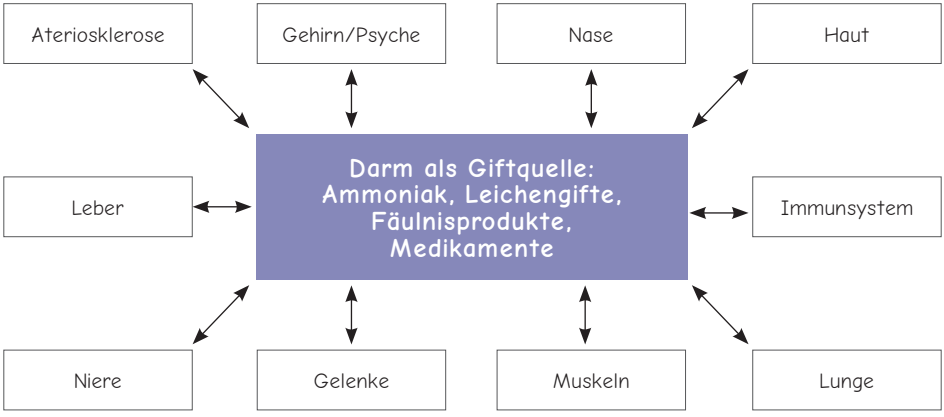
Er ist der **Sitz der Gefühle** und unserer Intuition (das Bauchhirn), weil etwa 10 Mio. "Gehirnzellen" (bzw. mit den Gehirnzellen identische Zellen) im Darm liegen. 90% des Informationsaustausches verläuft vom Darm zum Kopf und nur 10% in der umgekehrten Richtung. Der Darm hat unserem Kopf eine Menge zu erzählen und beeinflusst so unsere Intuition und unsere Stimmungen.

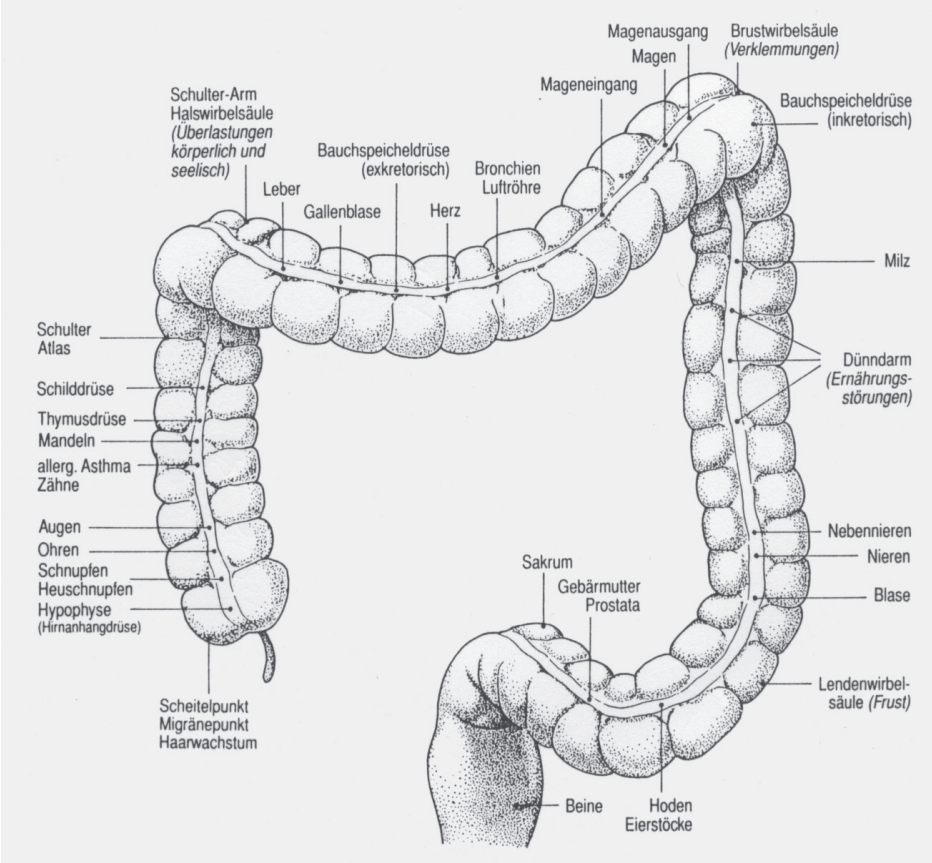
Auch die **Nährstoffaufnahme** hat ihren Hauptsitz im Darm.

Wenn der Darm verschlackt ist, wird unser Körper nicht richtig mit Nährstoffen versorgt, sondern stattdessen vergiftet. Das Immunsystem wird geschwächt, und wir werden im Laufe der Jahre immer kränker.

Wechselwirkungen zwischen organischen Darmerkrankungen und Psyche:







Genauso wie z.B. die Füße Reflexzonen aufweisen, hat auch der Darm Reflexzonen, die auf den gesamten Organismus Auswirkungen haben können.
Diese Reflexzonen werden über das Darmwasserbad sehr gut erreicht (z.B. bei Heuschnupfen, Rückenbeschwerden usw.)

Was ist die Colon-Hydro-Therapie (Darmwasserbad) ?

Die Colon-Hydro-Therapie – kurz CHT genannt - ist eine aus den USA bekannte und dort seit Jahren mit Erfolg durchgeführte Möglichkeit der Darmreinigung und –sanierung.
Das Darmwasserbad ist ein uraltes, sanftes und natürliches Heilverfahren, das durch seine **tiefe Wirkung** auf das Immunsystem eine wohltuende Grundlagenbehandlung bei ca. 80 % der chronischen Erkrankungen darstellt. **Es entlastet, befreit, baut auf, gibt Energie und bringt Ordnung in den Körper und die Seele**. Das begleitende Gespräch verstärkt diese Wirkung noch um ein Vielfaches.

Das Darmwasserbad ist ein uraltes und völlig ungefährliches Heilmittel.
Schon die Essener sprachen in ihren Evangelien von der Wichtigkeit der Darmreinigung:
"Denkt nicht, dass es ausreicht, wenn euch der Engel des Wassers nur äußerlich umarmt. Wahrlich ich sage euch, die innere Unreinheit ist um vieles größer als die äußere Unreinheit. Und derjenige, der sich äußerlich reinigt, aber innen unrein bleibt, ist wie die Grabstätten, die außen ansehnlich gestrichen sind, aber innen voller grauenerregender Unsauberkeiten und Abscheulichkeiten stecken. So sage ich euch wahrhaftig, lasst den Engel des Wassers euch auch innerlich taufen, damit ihr von den vergangenen Sünden frei werdet und dass ihr innen genauso rein werdet wie das Sprudeln des Flusses im Sonnenlicht.
Darum sucht einen großen Rankkürbis mit einer Ranke von der Länge eines Mannes; nehmt sein Mark aus und füllt ihn mit dem Wasser des Flusses, das die Sonne erwärmte. Hängt ihn an den Ast eines Baumes und kniet auf den Boden vor dem Engel des Wassers und führt das Ende der Ranke in euer Hinterteil ein, damit das Wasser durch alle eure Eingeweide fließen kann. Ruht euch hinterher kniend auf dem Boden vor dem Engel des Wassers aus und betet zum lebendigen Gott, dass er euch eure alten Sünden vergibt, und betet zum Engel des Wassers, dass er euren Körper von jeder Unreinheit und Krankheit befreit. Lasst das Wasser dann aus eurem Körper fließen, damit es aus dem Inneren alle unreinen und stinkenden Stoffe des Satans wegspült. Und ihr werdet mit euren Augen sehen und mit eurer Nase all die Abscheulichkeiten und Unreinheiten riechen, die den Tempel eures Körpers beschmutzen, und sogar all die Sünden, die in eurem Körper wohnen und euch mit allen möglichen Leiden foltern. Wahrlich ich sage euch, die Taufe mit Wasser befreit euch von alledem. Erneuert eure Taufe mit Wasser an jedem Fastentag, bis zu dem Tag, an dem ihr seht, dass das Wasser, das aus euch hinausfließt, so rein ist, wie das Sprudeln des Flusses. Begebt euch dann zum fließenden Wasser, und dort in den Armen des Wasserengels stattet Dank dem lebendigen Gott ab, dass er euch von euren Sünden befreit hat. Und diese heilige Taufe durch den Engel des Wassers ist: Wiedergeburt zu einem neuen Leben. Denn eure Augen werden dann sehen, und eure Ohren werden hören. Darum sündigt nicht mehr nach der Taufe, so dass die Engel der Luft und des Wassers ewig in euch wohnen und euch für immer dienen werden. " (Zitat aus: Das Evangelium der Essener)

Wer braucht das Darmwasserbad ?

Die meisten Menschen leiden an einer gestörten Symbiose, der sogenannten Dysbiose, die Störung der natürlichen Lebensgemeinschaft von Bakterien und Mensch. Durch sterilisierte und denaturierte Lebensmittel, fehlerhafte Ernährung und Lebensweise, Umweltbelastungen, Gifte und Missbrauch von Medikamenten wird das Gleichgewicht zwischen Mensch und Bakterien zerstört. Die Folge ist das zunehmende Erlahmen der Abwehrkräfte im Organismus. Mehr als 30 % der Bevölkerung haben einen gestörten Stoffwechsel durch das

Übergewicht krankheitsfördernder Darmbakterien. Sauerstoff gelangt nicht mehr in ausreichender Menge in das Gewebe. Gift- u. Abfallstoffe werden nicht mehr schnell genug abgebaut und ausgeschieden. Es kommt zwangsläufig zur "**AUTO-INTOXIKATION**" (Selbstvergiftung des Körpers).
Vitalitätsverlust, Müdigkeit, Depressionen, Konzentrationsmangel, Aggressivität und Angstzustände können die Folge sein.Krankheiten wie Infektionen, Entzündungen, Rheuma, Polyarthritis, Akne, Psoriasis, andere Hauterkrankungen sowie hoher Blutdruck, Migräne, Allergien und viele andere Beschwerden werden heute einem nichtfunktionierenden Darm zugeordnet.
Immunvorgänge im menschlichen Körper wurden lange Zeit vom Standpunkt der Infektion gesehen, inzwischen ist jedoch hinreichend bekannt, dass eine enge Verbindung zwischen Stoffwechselvorgängen und Immunsystem besteht.

Das Immunsystem befindet sich zu 80% in der Wand des Dünn- und Dickdarmes.

Immunglobuline (Eiweißkörper mit Abwehreigenschaften) werden zum großen Teil im Darm gebildet.
Die Schleimhaut des Dickdarmes ist das erste und wichtigste Verteidigungssystem gegen Giftstoffe. An zweiter Stelle erst folgen Leber, Nieren, Lymphe, Lunge und die Hautoberfläche. Prof. Otto Warburg (Nobelpreisträger 1931) hat bereits damals erkannt, dass ein geschwächtes Immunsystem durch einen gestörten Stoffwechsel im Darm die Entstehung und Ausbreitung von Krebszellen wesentlich begünstigt.

Weite Teile der Bevölkerung unserer zivilisierten Welt leiden an Obstipation (Verstopfung).
Der Darm hat seine normale Bewegungstätigkeit infolge jahrelanger Fehlernährung eingestellt. Schlacken und verhärtete Substanzen in den Haustrien (Darmtaschen) verhindern eine normale Peristaltik (rhythmische, wurmähnliche Bewegung des Darms) und damit den Weitertransport des Darminhalts. Nur immer stärkere Abführmittel mit ihrer zerstörenden Wirkung auf die Darmschleimhaut verschaffen noch einigermaßen Abhilfe.

Ein gesunder Darm bildet die Grundlage für einen gesunden Körper und eine gesunde Seele!

Wie wirkt das Darmwasserbad ?

Es entfernt auf sanfte Weise angesammelten, stagnierten Stuhl und Fäulnisstoffe von den Wänden des Darms. Dieser natürliche Säuberungsprozess bewirkt, dass die Symptome, die entweder direkt oder indirekt mit dem Nichtfunktionieren des Darms zusammenhängen, verbessert oder sogar beseitigt werden.

Wie wird die Behandlung durchgeführt ?

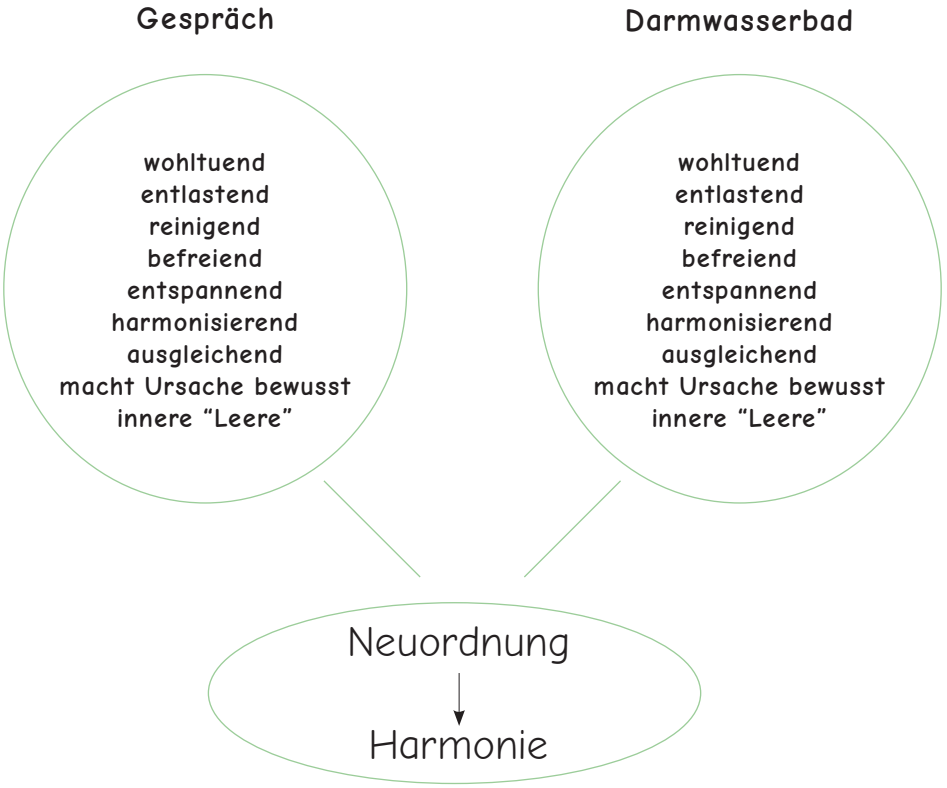
Der Patient liegt bequem in Rückenlage auf einer Behandlungsliege. Durch ein Kunststoffröhrchen fließt Wasser mit unterschiedlichen Temperaturen in den Darm ein. Über ein geschlossenes System wird das Wasser und der gelöste Darminhalt durch einen Abflussschlauch geleitet. Mit einer sanften Bauchdeckenmassage kann der Therapeut vorhandene Problemzonen ertasten und das einfließende Wasser genau in diesen Bereich lenken.

Das Darmwasserbad ermöglicht dadurch eine so intensive und gründliche Reinigung und Sanierung des Dickdarms, wie sie bisher nicht möglich war.

Die auflösende Wirkung des Wassers und die gleichzeitige warm-kühl Reizung des Darms bewirkt, dass dieser wieder zu arbeiten beginnt, und selbsttätig den angesammelten und stagnierten Darminhalt weiterbefördert. Das Darmwasserbad wird von den Patienten als äußerst angenehm und wohltuend empfunden. Das geschlossene System verhindert, dass sowohl für den Patienten als auch für den Therapeuten unangenehme Erscheinungen, in Form von Gerüchen usw., entstehen.

Fragen Sie ihren Therapeuten, ob auch in Ihrem Falle die Colon-Hydro-Therapie durchgeführt werden sollte.

Wirkungen vom



Gesundheit ist die Folge!

Mit diesen beiden Methoden, die man optimal miteinander verbinden kann, werden Sie ganz sanft zu Ihrem eigenen "Arztköfferchen" geführt und sind später in der Lage, Ihre Gesundheit selbst in die Hand zu nehmen.
Das Gespräch in Verbindung mit dem Darmwasserbad bietet eine tiefgreifende Grundlagenbehandlung. Je nach Patient und Therapieverlauf ist es natürlich wichtig Begleittherapien einzusetzen, die auf die individuellen Bedürfnisse des Patienten abgestimmt werden. Wie schon erwähnt, reichen diese beiden Behandlungsmethoden jedoch bei ca. 80 % der Erkrankten aus, um die eigenen Selbstheilungskräfte wieder zu mobilisieren, die dann den Heilungsprozess einleiten.

Krankheiten verstehen, leben und loslassen,
damit Sie werden was Sie sind!

Informieren Sie sich in unserem Lesestübchen!

Literatur:

- Manfred A. Ullrich, Colon-Hydro-Therapie, Jopp bei Oesch, 2000, ISBN 3-89698-124-2
- Dr. med. Helmut Weiss, Kranker Darm – kranker Körper, Haug, 1994, ISBN 3-7760-1433-4

7.3. Die Luffa-Therapie, die brasilianische Nasennebenhöhlenkur und Amalgamausleitung

In diesem Kapitel möchte ich die besondere Bedeutung der Nase, der chronischen Sinusitis und Osteosinusitis und deren ganzheitliche Auswirkungen auf den Körper und die Psyche vorstellen. Anschließend folgen Ausführungen zur alten brasilianischen Nasennebenhöhlenkur - der Luffa-Therapie. Rund 70 % der Bevölkerung sind von einer chronischen Sinusitis, Nasennebenhöhlenentzündung, betroffen. Sie verläuft bei den meisten Menschen schleichend, so dass sie diese kaum oder gar nicht spüren.

Das Erscheinungsbild der chronischen Sinusitis:

- morgendlicher Schleimauswurf
- nasale Aussprache
- trockene Schleimhäute
- Nasenbluten
- behinderte Nasenatmung
- Heiserkeit und Schluckbeschwerden
- ständiges Hüsteln und Halskratzen
- Niesanfälle
- Kopfschmerzen und –druck
- Zahnschmerzen
- schlecht riechen, schmecken, hören und sehen
- Müdigkeit, Antriebslosigkeit, Depressionen und
- Konzentrationsmange

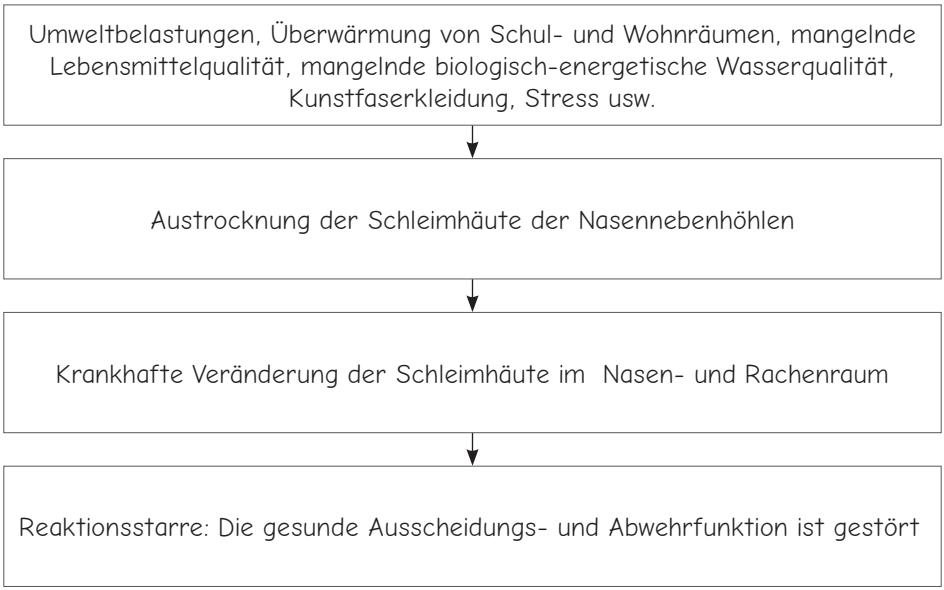
Auf dem Röntgenbild ist die Sinusitis meistens nicht erkennbar. Erst Symptome wie Heuschnupfen, Migräne, Tinnitus, Infektanfälligkeit usw. lassen den Betroffenen hellhörig werden.

Die Nase und der Rachenraum sind die Haupteingangspforte und erste Abwehrstelle für den gesamten Organismus. Daher nehmen sie eine besondere Bedeutung im Organismus Mensch ein.

Die Aufgaben der Nase und der Nasennebenhöhlen sind sehr vielfältig:

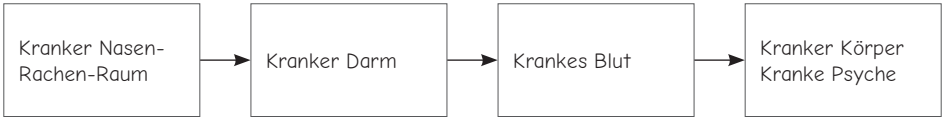
1. Säuberung der Atemluft (Filter)
2. Ausscheidung von Toxinen (Abwehr)
3. Riechfunktion
4. Erwärmen der Atemluft
5. Anfeuchten der Atemluft
6. Resonanzorgan
7. Wärmehaushalt regulieren
8. Ausdruck für das Gefühlsleben:
   "Ich habe die Nase voll.", "Er rümpft die Nase."

Die Entstehung einer chronischen Sinusitis und deren Auswirkungen auf den Menschen:



Die Toxine wandern weiter in den Darm und von dort aus in das Blut. Das Blut verteilt diese im ganzen Körper. Die Giftstoffe lagern sich an der individuellen Schwachstelle der Menschen ab und können dort zu einer Entzündung führen:

1. Schleimhäute der Nasennebenhöhlen: Chronische Sinusitis
2. Knochenareale der Nasennebenhöhlen: Osteosinusitis
3. Bronchien: Bronchitis
4. Augen: Bindehautentzündung
5. Magen-Darm-Trakt: Gastritis, Colitis....
6. Ohren: Otitis
7. Gebärmutter: Endometritis
8. Blase: Zystitis
9. Muskeln: Rheumatisches Krankheitsbild usw.



Die Folge ist meistens die Entkräftung der Organe und eine Immunschwäche. Krankheiten wie Rheuma, Neurodermitis, Allergien, Migräne, Neurosen, Stress, Gereiztheit, Schlafprobleme, Krebs.... können nun auf diesem belasteten Nährboden entstehen.

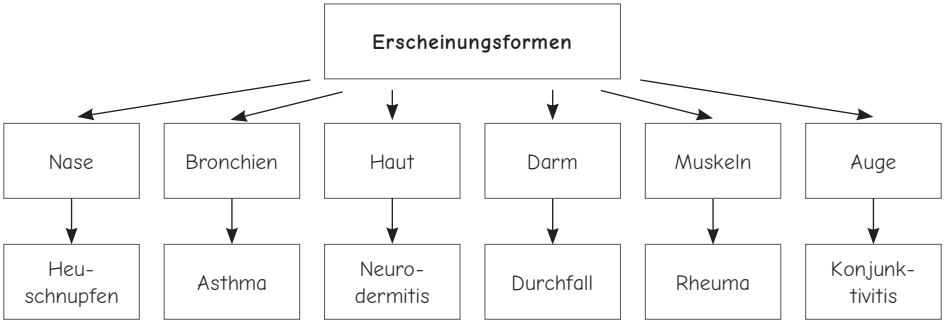
Was ist eine Allergie?

Eine sehr häufige Folge der chronischen Sinusitis sind verschiedene allergische Erkrankungen. Daher möchte ich an dieser Stelle eine kurze "Exkursion" zu dem Krankheitsbild "Allergie" machen. Es scheint eine unheilbare Volksseuche zu sein. Fast jedes 2. Schulkind leidet schon an einer Allergie.

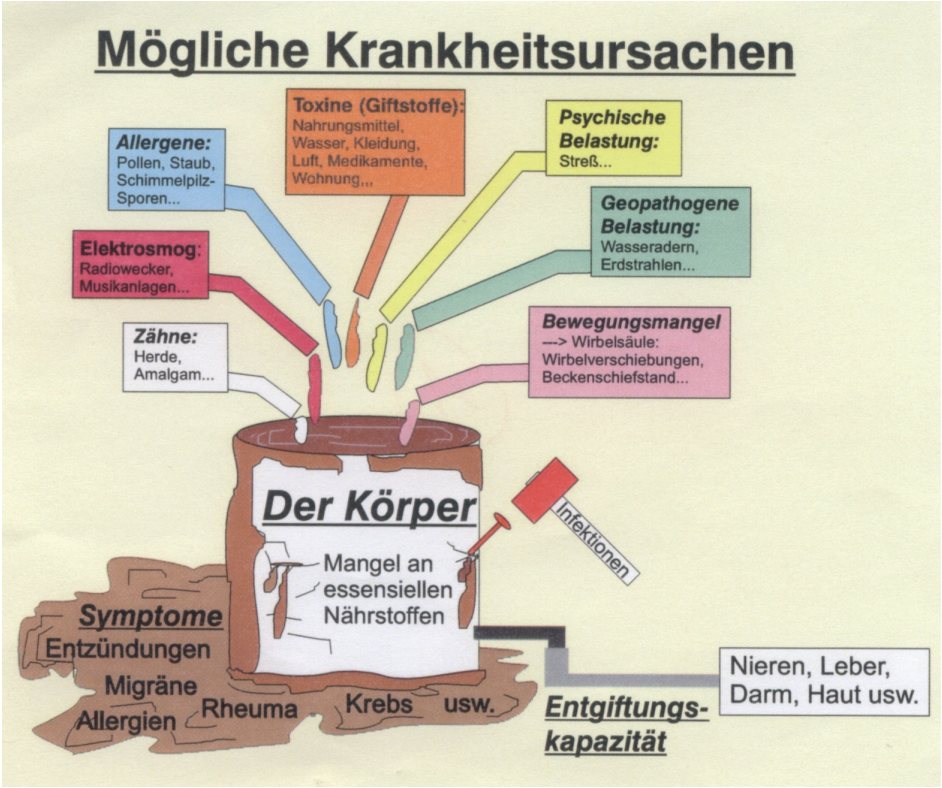
Das Wort Allergie kommt aus dem Griechischen:

Allos – anders ergom – Arbeit

Bei einer Allergie kann das Immunsystem nicht mehr zwischen schädlichen und unschädlichen Substanzen unterscheiden. Der Körper wehrt sich gegen harmlose Stoffe wie Blütenstaub, Nüsse, Nahrungsbestandteile usw., die sogenannten Allergene. Die gestörten Schleimhäute reagieren anders (allergisch). Eine Allergie kann sich in unterschiedlichen Körperbereichen manifestieren.



Entwicklungsbiologisch sind alle Schleimhäute aus dem gleichen Gewebe hervorgegangen, das heißt sie reagieren in vielen Situationen simultan.
Allergien sind im Kern Reaktionen des Immunsystems auf Substanzen, die im Grunde genommen nicht bekämpfenswert sind. Sie stellen eine Fehlinterpretation des Immunsystems dar.
Das Milieu, in welchem Allergien gedeihen können, entsteht auf dem "Nährboden" von Stress und Überlastung. Dieses veränderte Milieu stellt die eigentliche **Ursache** einer Allergie dar.
Umweltgifte, Elektrosmog, Parasiten, Ernährungsfehler, gestörte Organsysteme, mangelnde Bewegung usw. sind häufig versteckte Belastungen, die im Laufe der Zeit das Fass "Körper" mit **"Müll"** anhäufen.
Pollen, Nahrungsmittel, Tierhaare, Milben, Farbstoffe, Lösungsmittel, Nickel, Medikamente, Kosmetika – also typische Allergene – können dieses randvolle Fass dann plötzlich zum Überlaufen bringen. Und schon haben wir das Erscheinungsbild einer Allergie. Die Allergene fungieren als **Auslöser**, nicht aber als Ursache einer Allergie.



Diese ist jedoch nur ein Symptom einer Krankheit, "die Spitze des Eisberges", "der Tropfen, der das Fass zum Überlaufen bringt!".
Es gilt also, das Immunsystem zu stärken, die chronische Sinusitis und die seelischen Belastungen zu beseitigen. Dann kann sich eine Allergie genauso langsam, wie sie entstanden ist, auch wieder zurückentwickeln.

Ein ***Beispiel*** einer Patientin:

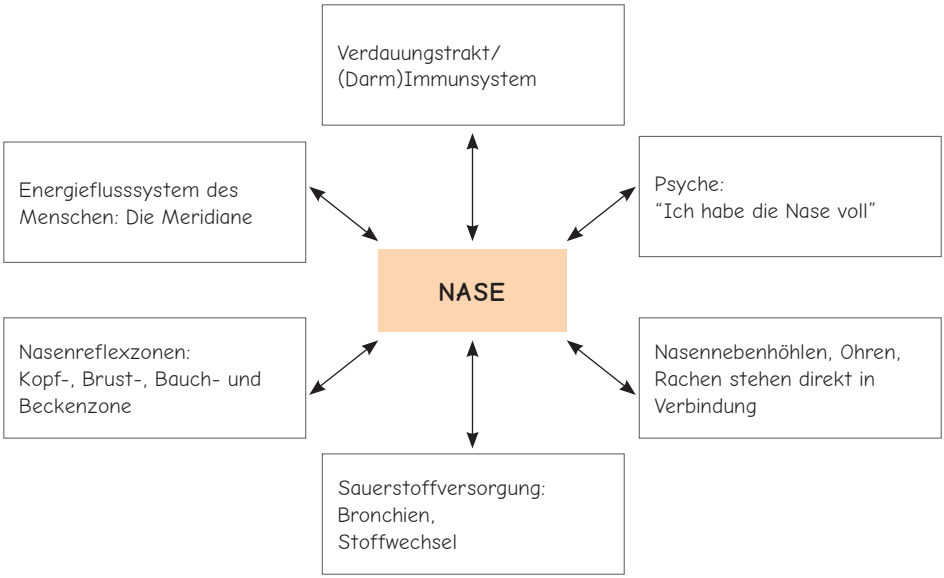
Eine Frau, Ende zwanzig, kam zu mir in die Sprechstunde und sagte: "Ich leide an ganz vielen Allergien, die sich als Durchfall äußern. Können Sie mir die weg machen ?" Meine Antwort war: "Nein, ich kann Ihnen nur helfen, die Ursache bewusst zu machen und Ihr Immunsystem zu kräftigen, so dass sich Ihr Körper selber helfen kann." Anschließend führte ich ein langes Gespräch mit der Patientin, um die Hintergründe für die Allergien zu erfassen, führte die Luffa-Therapie und einige Darmwasserbäder durch, um ihren Körper von belastendem "Müll" zu befreien. Bei den Darmbehandlungen unterhielten wir uns sehr intensiv, und es dauerte gar nicht lange, da sagte die Patientin: "Ich habe mich immer noch nicht ganz von meiner Mutter abgenabelt."

Dies schien der Hauptgrund für ihre Allergien gewesen zu sein, denn von dem Tag an ging es ihr schlagartig besser. Sie vertrug wieder viele Nahrungsmittel und fühlte sich insgesamt "fitter". Dieser seelische Hintergrund hatte über viele Jahre ihren Körper gestresst und geschwächt. Ein krankhaftes Darmmilieu war die Folge. Es kam zu einer krankhaften Veränderung der Darmschleimhäute, zum Toxinbefall und zu einer Schwächung des Immunsystems. Die Folge war Durchfall bei bestimmten Nahrungsmitteln und bei Stress. Das Symptom Allergie, in diesem Falle Durchfall, hatte sie an das "Urproblem" ständig erinnert. Der Darm hängt mit dem Thema "Loslassen" zusammen, das heißt, ihr Körper spiegelte ihr das "Loslass-Problem" wieder, aber ihre Seele war noch nicht für diesen Prozess reif. Die Allergien haben ihr geholfen, sie auf diesen Missstand aufmerksam zu machen.

Jede Krankheit ist ein Weg zur inneren Reifung.
Nutzen Sie diese Chance!

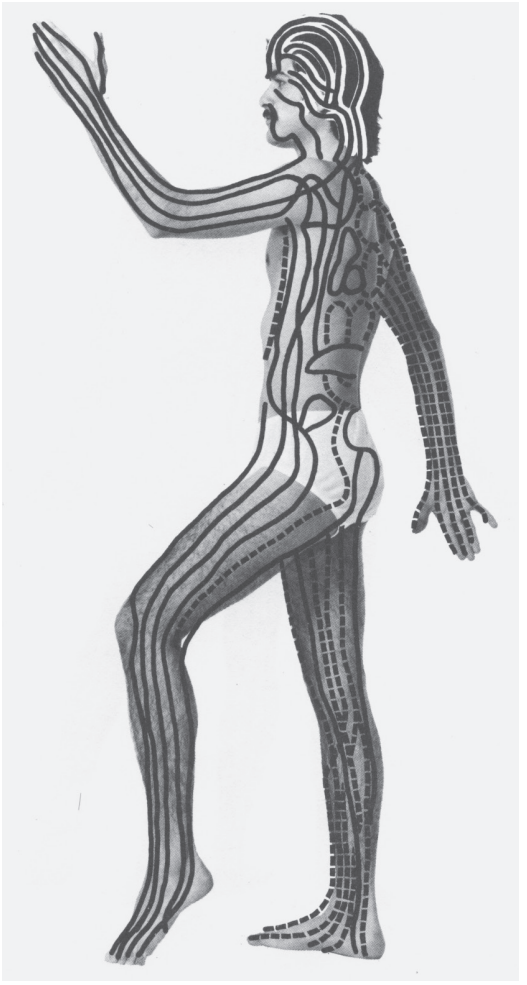
Die Nase aus ganzheitlicher Sicht

Die Nase liegt ganz zentral "mitten im Gesicht" und hat über die verschiedenen Systeme Auswirkungen auf den gesamten Organismus:



Die vier Reflexzonen in der Nase:
Sie liegen in den Nasengängen und haben eine Fernwirkung auf verschiedene Körperregionen:

1. Beckenzone:	Blasenstörungen, Regelstörungen, Hämorrhoiden, Analekzeme, Entzündungen..
2. Leibzone:	Gastritis, Magengeschwüre, Colitis, Durchfall, Verdauungsbeschwerden, Diabetes...
3. Kopfzone:	Augenerkrankungen (z.B. Glaukom), Tinnitus, Migräne, Schwindel, Angstgefühle, Sinusitis
4. Respiratorische Zone:	Chronische Bronchitis, Asthma, Infektanfälligkeit, Angina....



Hier sehen Sie Energiebahnen (Meridiane) des Körpers.
Das System kommt aus China. Das chinesische Energiesystem zeigt, dass alles im Körper miteinander verbunden ist. Alle Meridiane sind miteinander verbunden wie ein großes Kanalsystem. Ist irgendwo in diesem System ein Hindernis, gerät der Energiefluss aus dem Lot.
Beispiel: Die Nase hat eine direkte Verbindung zur Wirbelsäule. Liegt eine Störung in der Wirbelsäule vor, so kann das zu Schnupfen oder Sinusitis führen. Die Wirkung kann aber auch im umgekehrten Sinn vonstattengehen. Leiden Sie an einer Sinusitis, so können Sie z.B. Halswirbelbeschwerden bekommen. Ich hoffe, ich konnte Ihnen mit diesen Ausführungen ein wenig verdeutlichen, welche zentrale Position die Nase in Ihrem Leben einnimmt.
Im Folgenden werde ich näher auf die alte brasilianische Nasennebenhöhlenreinigungskur mit der Pflanze "Luffa purgans" eingehen.

Die brasilianische Nasennebenhöhlenreinigung

Die Behandlung der Nasen- und Mundschleimhäute mit Luffa-Tropfen ist die Basistherapie für viele Erkrankungen, denn sie entgiftet sehr tiefgehend, löst Streuherde und Therapieblockaden im Kopfbereich (z.B. Mandelherde, Zahnherde usw.) und hat über verschiedene Körpersysteme (Meridiane, Reflexzonen) Auswirkungen auf den gesamten Organismus.

Die Heilpflanze "Luffa purgans" wächst in Brasilien und gilt als ein altes Volksheilmittel der Indios am Amazonas:

Jede Pflanze provoziert bei oraler Applikation bestimmte Symptome (Arzneimittelbild) und kann diese in potenzierter Form dann bei Menschen heilen, nach dem homöopathischen Prinzip Hahnemanns: "Similia similibus curantur" = "Ähnliches wird durch Ähnliches geheilt".

Luffa purgans wird für die Reinigung der Nasennebenhöhlen in verdünnter flüssiger Form – nicht in potenzierter Form - über einen Zeitraum von 3 Tagen in die Nase getropft.

Dadurch wird das Arzneimittelbild dieser Pflanze provoziert.

Vom Niesen

"Die Spannung steigt, der Drang wird groß – nur still ! Gebt acht !
Gleich bricht er los ! Hatschi !
Wer schnupft und dieses hört,
Der findet es beneidenswert.
Denn was die Seele dumpf umhüllt,
Wird plötzlich heiter, klar und mild.
Ja. – Sehr erheitert uns die Prise,
Vorausgesetzt, dass man auch niese!"

Es zeigt:

1. **einen starken Fließschnupfen:**
   Dadurch werden toxische Sekrete aus den Nasennebenhöhlen, dem Kopf und dem Lymphsystem geleitet und Blockaden dieser Areale gelöst.

2. **Fieber / erhöhte Temperatur:**
   Eines der besten körpereigenen Heilmittel ist das Fieber. Es wirkt wie ein starkes Feuer, das den gesamten Organismus reinigt und das Immunsystem stärkt.
   Ein Wunsch des alten Hippokrates war: "Könnte ich nur Fieber erzeugen!".

3. **Kopf- und Knochenschmerzen:**
   Dieses Symptom ist ein Zeichen für die tiefe Säuberung der Knochenareale.

4. **Individuelle Symptome:**
   Die Tropfen "wandern" über den Lymphweg an die Stellen im Körper, an denen sich Toxinherde (Gifte) angehäuft haben und säubern diese. Da durch können bei verschiedenen Menschen unterschiedliche zusätzliche Symptome auftreten, wie z.B. Gelenkschmerzen bei Polyarthritis, Zahnschmerzen bei Zahnherden, Rückenschmerzen bei Ablagerungen im Rücken usw.. Diese möglichen Zusatzsymptome sind jedoch nur von kurzer Dauer. Sobald die Herde gereinigt sind, verschwindet die Symptomatik.

Die Luffa-Therapie unterstützt die Heilung von:

- Erkrankungen der oberen und unteren Luftwege:
  chronische Sinusitis, Angina, Bronchitis, Heuschnupfen...
- Allergien: allergische Rhinitis, Konjunktivitis, Bronchitis Neurodermitis, Migräne...
- Entzündungen: Rheuma, Polyarthritis, Colitis ulcerosa, Infektanfälligkeit...
- Amalgam- und Toxinbelastungen
- Übersäuerung
- Erkrankungen am Kopf: Kopfschmerzen/Migräne, Tinnitus, HWS-BWS-Syndrom, Augenerkrankungen, Zahnherde, Zahnfleischentzündungen...
- Schmerzsyndromen
- Hauterkrankungen
- Therapieblockaden und Herden
- allen chronischen Erkrankungen, die mit einem erkrankten Immunsystem und einer toxischen Belastung des Körpers einhergehen, **als Basistherapie**.

Cave: Die Luffa-Therapie sollte nicht alleine zuhause durchgeführt werden, weil
1. die Tropfen nach einem besonderen Rezept hergestellt werden
2. die Tropfen individuell dosiert werden müssen
3. der Austausch mit anderen Menschen wichtig ist
4. grippale Begleiterscheinungen auftreten können, bei denen Ihnen der geschulte Therapeut ganz leicht weiterhelfen kann
5. eine individuelle Begleitbehandlung sehr wichtig für den Heilerfolg ist

Literatur:
- Rolf Stühmer, Das große Buch der Reflexzonen, Verlag für Wissenschaft und Medizin AG Zürich
- Dr. Johannes Tebbe, Der richtige Riecher, Heel, 1999, ISBN 3-89365-807-6
- Dr. med. Helmut Weiss, Kranker Darm – kranker Körper, Haug Verlag, ISBN 3-7760-1433-4

7.4. Die Sauerstoff-Ozon-Therapie mit VitaminC
Eine biologische Basistherapie

Sie baut auf, gibt Vitalität, entgiftet, regeneriert und verbessert die Durchblutung und Immunkraft, die Sauerstoff-Ozon-Therapie kombiniert mit Vitamin C.
Die Patienten sind dabei ca. 30-45 Minuten am "Tropf" angeschlossen. Zunächst lässt man das venöse Blut in eine Vakuum-Flasche fließen, anschließend wird das Blut mit Sauerstoff-Ozon gesättigt, so dass es eine helle Farbe bekommt. Dann fließt es langsam unter ständigem Verschütteln wieder in das Blutsystem des Patienten zurück. Am Schluss wird noch ein Fläschchen hochdosiertes Vitamin C hinzugefügt.
Neben den oben genannten positiven Wirkungen hat diese Therapie auch durch den Abbau und die Ausscheidung von Histaminen eine antiallergische Wirkung. Die Immunkraft wird besonders durch die vermehrte Ausscheidung von toxischen Substanzen (Gifte wie Quecksilber...) und durch die Bindung der freien Radikalen verbessert.
Durch die Fähigkeit, den Harnsäurespiegel abzubauen, kann sie auch bei Gicht unterstützend oder vorbeugend wirken. Ein sehr wichtiges Gebiet dieser kombinierten Therapie ist die **Gesundheitsvorsorge**!

Zur Unterstützung ist sie bei sehr vielen Erkrankungen hilfreich:

- Arthrose
- Arterienverkalkung der Herzkranzgefäße
- Leberschädigungen
- Durchblutungsstörungen
- zu hohe Blutfette
- Gicht
- körperliche Schwäche nach schweren Erkrankungen
- Augenerkrankungen (Durchblutungsstörungen der Augen)
- Migräne und chron. Schmerzen
- Burn-Out-Syndrom
- Entzündungen und Infekte
- Allergien
- Schwermetallbelastungen...

Verständnis ist die beste Medizin

Heilpraktikerin Gabi Rohe: „Denken Sie um! Kämpfen Sie nicht gegen die Krankheit“

SUNDERN. Ist die Botschaft erkannt, braucht der Körper viele Symptome nicht mehr zu äußern.

Heilpraktikerin Gabi Rohe ist der Meinung, dass nicht der Kampf gegen, sondern das Verständnis für die Krankheit die beste Medizin ist, und rät: Hören Sie auf Ihren Körper und auf Ihre Seele! „In meiner 13-jährigen selbstständigen Tätigkeit als Heilpraktikerin habe ich erfahren, dass sehr viele Menschen, die unter Allergien, Rheuma, Migräne, Hauterkrankungen, Darmentzündungen und anderen Krankheiten leiden, in der Hauptsache unter Selbstvergessenheit leiden. Sie achten nicht mehr auf ihre eigenen Bedürfnisse, sagen z.B. selten „Nein“, hören zu viel auf andere Meinungen oder meinen, sie müssten immer stark sein“.

Das führe dazu, dass sie sich „verbiegen“ und nicht ihr eigenes Leben lebten. Hinzu kämen Belastungen durch Giftstoffe u.a. in der Natur, der Luft, dem Wasser, der Kleidung und der Massenkonsum von Medikamenten.

Stimmungsschwankungen, Unzufriedenheit, Erschöpfung, Allergien und andere Symptome könnten sich bemerkbar machen.

Die meisten Menschen würden nun beginnen, ihre Symptomatik zu verdrängen, indem sie Tabletten schlucken und von einer Therapie zur anderen rennen würden, so die Heilpraktikerin.

Heilpraktikerin Gabi Rohe berät Interessierte gern.

Unterbrechen Sie den Kreislauf“, fordert Gabi Rohe, „ und denken Sie um! Betroffene sollten Verständnis für ihre Erkrankung aufbringen und versuchen zu erkennen, welche Botschaft und welcher Hintergrund dahinter stecke.

„Mit ganz einfachen „alten“ Naturheilverfahren, die dem Menschen helfen, sich von körperlichen und seelischen Altlasten zu befreien, habe ich sehr gute Erfahrungen gemacht“, erklärt sie. „Je freier der Mensch von alten Lasten ist, umso mehr kann die Selbstheilung greifen“.

7.5. Die emotional orientierte psychotherapeutische Behandlung *Die meisten Krankheitsursachen entstehen in der Psyche*

Bewusstwerden und sich weiter entwickeln bedeutet gesund werden. Darum lege ich in meiner Praxis viel Wert auf die ganzheitliche Behandlung mit dem Schwerpunkt “Psyche”. Meiner Meinung nach entstehen dort die Krankheiten, im “Kopf”.

Das ist wie bei einer Frucht, die reif wird und dann ganz von alleine vom Baum fällt. Ist ein Lebensthema – und hinter allen Krankheiten verbergen sich Lebensthemen – bewusst und reif, kann es “gehen”. **Heilung geschieht!**

Schon die vorher beschriebene Colon-Hydro-Therapie (Darmwasserbad) in Verbindung mit therapeutischen Gesprächen legt eine Grundlage für das Bewusstwerden alter Glaubenssätze und Konflikte. Doch manchmal ist es notwendig, noch gezielter an das Unterbewusstsein zu kommen, um alte belastende Themen und Konflikte zu lösen.

Ich greife dann zu einer Kombination aus sehr altem Heilwissen. Es ist **eine Mischung aus verschiedenen Heilverfahren wie z.B. der chinesischen Quantum Methode, der Psychokinesiologie, der Quantenheilung, der Mentalfeldtherapie, dem japanischen Heilströmen, Rückführungen, der positiven Autosuggestion nach Emil Coue´** usw..

Die Kombination ist bei jeder Behandlung sehr individuell, je nachdem was ein/e Patient/in gerade braucht.

Aber es geht in den Behandlungen immer darum, alte einschränkende Muster, Themen, Glaubenssätze, Konflikte ... bewusst zu machen und neu einzuordnen, dass sie nicht mehr verletzend oder krankmachend wirken können, sondern eine Bereicherung werden und als Lebenserfahrung genutzt werden können.

“Der Körper ist der Übersetzer der Seele ins Sichtbare”

(Christian Morgenstern)

Eine Welt und eine Medizin, in der die Seele keinen Platz hat, vernachlässigt ca. 90% unseres Lebens. Die Folgen sind Krankheiten, Katastrophen, Kriege...
Wir haben es in der Hand, uns wieder mit unserer Seele zu verbinden und mit ihr in Kontakt zu treten. Ist uns die Aussage einer Erkrankung – egal ob es eine Grippe, Rheuma oder Krebs ist - emotional bewusst, so braucht unser Körper nicht länger den "Übersetzer" zu spielen. Wir haben die Botschaft unserer Seele verstanden, und unser Körper braucht uns nicht mehr daran zu erinnern.
Eine Grundlage der emotional orientierten psychotherapeutischen Behandlung stellt die chinesische Quantum Methode (CQM) dar, die auch immer wieder in den Patientenberichten erwähnt wird. Daher möchte ich diese Methode etwas genauer

Wirkliche Heilung geschieht auf der Seelenebene!

erklären. Meistens besteht eine Behandlung nicht nur aus CQM, sondern aus einer Mischung verschiedener Techniken, wie oben erwähnt. Aber die Patienten nennen die Gesamtbehandlung der Einfachheit halber immer CQM.
CQM ist eine alte chinesische Methode, die ihren Ursprung in dem alten Shaolintempel im Norden Chinas hat. Sie ist eine sehr alte und zugleich fortschrittliche Diagnose- und Behandlungsmethode, die gezielt die Selbstheilungskräfte des Menschen anregt.
Der Therapeut misst und spürt mit den Händen die energetischen Schwächen bezüglich eines bestimmten Themas/Symptoms auf und transformiert diese sofort in Stärke. Das bedeutet, dass das System Mensch während der Behandlung ganz gezielt gestärkt wird und diese Stärke in Selbstheilungskräfte umsetzen kann.
Bei dem Aufspüren der Schwächen werden verschiedene Lebensbereiche und die vielschichtigen Ebenen unseres Seins miteinbezogen: z.B. Gesundheit, Beziehungen, Sexualität, Familie, Überzeugungen, Geld & Finanzen, Vorfahren, Emotionen, Traumen, alte Konflikte, Glaubenssätze, Ängste, Karma usw.. CQM kann Ihnen "auf die Sprünge" helfen und Ihren Bewusstseinsprozess fördern.

Bei der emotional orientierten psychotherapeutischen Behandlung liegen die Menschen ganz entspannt auf der Liege. Ich messe dann mit dem Biotensor das zugrunde

liegende Gefühl und Thema aus, das für die Problematik verantwortlich ist und behandelt werden darf.
Anschließend werden die geeigneten Techniken gewählt: CQM, Rückführung, Psychokinesiologie..., um mit dem Unterbewusstsein kommunizieren zu können. Meistens ist es eine Mischung unterschiedlicher Verfahren.
Jede Behandlung beginnt mit einer Entspannungsphase. Dann fällt es den Menschen leichter, sich ihrem Unterbewusstsein zu öffnen.
Im Unterbewusstsein liegen alle Informationen, die wichtig für unsere Gesundheit sind. Daher ist die Kommunikation mit ihm die Grundlage für das Aufspüren der die krankmachenden Konflikte, Themen, Gefühle....
Mit dem Bewusstwerden der einschränkenden Themen werden diese in der Behandlung transformiert (umgewandelt). D.h. die Menschen leben häufig noch einmal die krankmachenden Konflikte durch, verstehen diese und können sie anschließend loslassen.
Hier geht es um Frieden schließen mit der Vergangenheit! Dabei ernten wir alle inneren Reichtum.

Bewusst werden heißt gesund werden!

"Verstehen kann man das Leben rückwärts.
Leben muss man es vorwärts."
(Sören Kirkegaard)

7.6 Weitere Therapien

Es würde den Rahmen der Festschrift sprengen, wenn ich alle Therapien, die ich anbiete, ausführlich beschreiben würde. Daher habe ich mich mit der detaillierten Beschreibung auf meine Grundlagenbehandlungen beschränkt. Weitere Therapien können Sie meiner Homepage entnehmen **www.gabirohe.de.**

7.7 Die ganzheitliche Diagnose

a.) Die Anamnese und die körperliche Untersuchung

Ungefähr 90% der Diagnose liegen in dem ausführlichen Gespräch, im Anschauen der Patienten und Erfühlen von Schwachstellen im Körper:

- Anamnese - das Gespräch
- Inspektion - das Anschauen: Haltung, Bewegung, Hautfarbe usw.
- Auskultation - das Abhören von Körpergeräuschen mit dem Stethoskop
- Palpation - das Abtasten

b.) Der Vega-Check (ein Überblick)

Der Ganz-Körper-Check ist eine Methode, die den Patienten im wahrsten Sinne des Wortes von Kopf bis Fuß durchcheckt. Er gibt einen Überblick über den körperlichen, energetischen und psychischen Zustand des Menschen. Über sechs Elektroden werden die Körperströme gemessen und grafisch detailliert dargestellt. Die Grafik zeigt dann, wo im Körper des Patienten **funktionelle Störungen** vorliegen und bietet dem Therapeuten, neben der Anamnese und Untersuchung, eine zusätzliche Hilfestellung bei der Diagnose. Das Gerät gibt – ähnlich wie die Irisdiagnostik – schon Hinweise zu funktionellen Störungen, bevor ein Organ klinisch erkrankt ist. Diese diagnostischen Feinheiten können meist nicht mit den klassischen Untersuchungsmethoden wie Röntgen, Ultraschall, CT, Blutbild usw. erfasst werden. In bestimmten Fällen befürworte ich jedoch, neben der naturheilkundlichen Diagnose, auch bestimmte schulmedizinische, klassische

Untersuchungsmethoden. Eine Ultraschalluntersuchung oder ein Blutbild sind manchmal unumgänglich. Auch hier möchte ich noch einmal betonen, dass ich für die Kombination der Schulmedizin und der Naturheilkunde bin.

Die Besonderheit dieser Check-Methode ist, dass man zusätzlich die **Regulationsfähigkeit** und die **Entgiftungssituation** der Organe messen kann. Das heißt, es ist erkennbar, ob ein Organ starr ist oder ob es regulieren kann. Das hat in der Therapie eine besondere Bedeutung. Behandelt ein Therapeut ein starres Organ bei seinen Patienten, so kann sich das Problem im Körper verschieben. Beginnt er aber mit der Therapie der regulierfähigen Organe, so werden die starren Organe mit der Zeit wieder regulierfähig. Die Regulierfähigkeit eines Organs ist die Voraussetzung für den gleichmäßigen Energiefluss im gesamten Organismus und damit auch für die Genesung des kranken Menschen. Auch in der Präventivmedizin (Vorbeugung) besitzt diese Diagnostik eine große Bedeutung, denn sie stellt schon sehr geringe Gesundheitsentgleisungen im Vorfeld fest, die z.B. mit einem Tee oder einem homöopathischen Mittel wieder behoben werden können. Krankheiten entstehen schon sehr lange bevor der Körper ein Symptom zeigt, lassen sich aber in einem solchen Frühstadium (ohne klinischen Befund) auch schnell und ohne großen Aufwand wieder beheben.

c.) Der Biotensor (schnelle Akutdiagnose)

Der Biotensor ist eine "Wünschelrute" und funktioniert wie ein Pendel.
Er gibt Ja- und Neinantworten. Das bedeutet, man kann eine schnelle aktuelle Diagnose für akute Symptome stellen.
Kommt ein Patient mit akuten Bauchschmerzen in die Praxis, so lässt sich mit Hilfe des Biotensors recht schnell feststellen, ob es sich um eine Schleimhautentzündung, eine Appendizitis, um Pilzbefall, eine Gallenkolik oder einen Darmvirus handelt.
Bei Infektionen gibt er eine Hilfestellung im Unterscheiden zwischen viralen, bakteriellen, mykotischen oder parasitären Infekten.
Dann steht jeder Therapeut vor der Frage: "Was hilft denn jetzt am besten?" Mit Hilfe des Tensors lässt sich meistens schnell ein passendes Mittel finden.
Ich möchte diese Zusatzdiagnose nicht mehr missen. Sie kann sehr schnell weiter helfen.

Gleichzeitig ist der Biotensor eine große Hilfe für den Einstieg in die emotional orientierte psychotherapeutische Behandlung, weil sich mit seiner Hilfe mit 90% er Genauigkeit das aktuelle Thema/Gefühl messen lässt.
Was für ein wunderbares altes Hilfsmittel!

d.) Die Diagnose mit dem Vitalscan (Blutwerte ohne Blut)

Der Vitalscan ist ein Diagnosegerät, das mittels einer Zellwiderstandsmessung die Organe und Vitalstoffe messen kann.
Der Patient/ die Patientin hält eine Elektrode, und innerhalb von einer Minute erhält man die Werte.
In erster Linie ist diese Diagnosemethode sehr hilfreich für das Feststellen von Mangelzuständen und deren Ursachen. So lässt sich z.B. messen, ob ein Mensch Vitamin C oder B- Mangel hat, ob Selen, Zink oder andere Spurenelemente und Mineralien fehlen usw..
Gleichzeitig kann man sehen, ob dieser Mangel z.B. von einem defekten Darm oder einer Dysfunktion der Leber kommt.

e.) Weitere Diagnosen

Die weiteren Diagnosen gehören nicht zu meinem Standard-Programm.
Aber in vereinzelten Fällen nutze ich diverse Blutuntersuchungen (Blutkristallanalyse, Biophotonentest...) und Speichelteste, um z.B. bestimmte Schadstoffbelastungen auszuschließen, die passenden Nährstoffe zu testen, alte Borrelieninfektionen festzustellen usw..
Nähere Informationen darüber erhalten Sie bei Bedarf bei mir in der Praxis.

8. Patientenberichte vom Jahr 2005

1. Ich bin weiblich, Jahrgang 1968.1993 stellten sich bei mir psychische Probleme ein: Schlafstörungen mit Schweißausbrüchen und Herzrasen, Antriebslosigkeit und eine innere Leere. Ich habe viel geweint, ohne den eigentlichen Grund dafür zu kennen.
Irgendwann befand ich mich in einem Erschöpfungszustand, der mir ein normales Leben unmöglich machte. Ich konnte die einfachsten Dinge wie z.B. Duschen, Anziehen usw. nicht mehr alleine regeln. Es wurde eine endogene Depression diagnostiziert, die ich mit Hilfe meiner Familie und meines Hausarztes überwinden konnte. 1994 bemerkte ich erste Anzeichen einer Allergie. Nach dem Verzehr von Äpfeln und Nüssen juckten und liefen Augen, Ohren, Mund und Nase. Den Schnupfen von März bis Mai stufte ich zunächst noch als Erkältung ein. Bei einem

Allergietest 1995 wurden verschiedene Dinge (Äpfel, Nüsse, Birke, Pferde....) positiv getestet.
Die Symptome verschlimmerten sich kontinuierlich, so dass mir 1999 wegen Astma bronchiale eine Kur bewilligt wurde. In den Monaten März bis Juni machten mir Atemnot, ständiges Triefen von Augen und Nase und Bindehautentzündungen das Leben schwer. An Schlaf war nicht zu denken, der Aufenthalt im Freien wurde zur Qual, "anstrengende" Hausarbeiten, wie Fenster putzen oder Staubsaugen konnte ich nicht mehr verrichten. Es waren auch weitere Lebensmittelunverträglichkeiten aufgetreten. Zu diesem Zeitpunkt hatte ich das Rauchen längst eingestellt, trotzdem hatte ich ganzjährig nachts die Nase "zu" und wachte morgens mit Schnupfen auf. Alkohol, selbst in kleinen Mengen, und verräucherte Räume machten den Tag nach einer Party zum Horror.
Im Juli 2000 hatte ich den ersten Kontakt zu Gabi Rohe, nachdem mir eine Freundin den Tipp gegeben hatte. Mit ihrer Hilfe wollte ich meine Beschwerden und auch das Allheilmittel Kortison, das in Form von Tabletten, Spritzen und Aerosol inzwischen mein ständiger Begleiter geworden war, loswerden.
Direkt im ersten Gespräch sagte mir Frau Rohe, dass ich Geduld haben müsse: der Körper sei nicht an einem Tag krank geworden und würde auch nicht an einem Tag wieder gesund. Ich sollte lernen, auf meinen Körper zu hören. Umdenken war das Gebot der Stunde ! Ich war sehr gespannt, da ich meinte, dass mein Körper bisher noch nie mit mir gesprochen hatte !
Im Herbst 2000 begann die Therapie:
Darmwasserbäder (Colon-Hydro-Therapie) und die Luffa-Kur, um den Körper zu entschlacken, verbunden mit einer strengen Diät: keine Milchprodukte, keinen Zucker, kein Weissmehl, kein Schweinefleisch (insgesamt wenig Fleisch) und keinen Alkohol. Strenge Diät hört sich hart an – war es aber nicht, weil es mir der Körper unmittelbar dankte. Die Nase war frei, ohne den "Müll" fühlte ich mich viel besser.
Im Laufe der Spülungen und der in dem Rahmen stattfindenden Gespräche wurden viele "Altlasten" psychischer Natur aufgedeckt und aufgearbeitet. Witzig war, dass plötzlich alte Gefühle und Schmerzen kurzfristig wieder auftraten, als würde sich der Körper erinnern. Oft hatte ich gewaltige Träume. Ich war froh zu hören, dass andere "Colon-Patienten" das auch erlebten, sonst hätte ich vermutlich an meinem Verstand gezweifelt.
Viele Dinge, die ich - bewusst oder unbewusst- verdrängen wollte, wurden "freigespült", so dass ich mich mit meiner eigenen Geschichte und meinen Lebensgewohnheiten auseinandersetzen musste. Frau Rohe lehrte mich, mein Verhalten und meinen Körper zu beobachten: Wann schade ich mir selbst? Wann muss ich loslassen? Warum mache ich mir Stress?
Kurzfristig kann ich meinen Körper und meine Psyche belasten, aber gegen längerfristigen Raubbau und Unterdrückung wehrt er sich.
Ich kann beobachten, dass nach "ungesunder Lebensweise", z.B. Verzehr von vielen Süßigkeiten, Alkoholkonsum.... Reaktionen des Körpers erfolgen. Das wusste ich früher alles nicht...darum konnte ich auch nicht wissen, wer oder was

mich krank machte.
Jetzt weiss ich´s – und bin wieder gesund !

2. Als ich mit 42 Jahren in die Praxis von Frau Rohe kam, hatte ich einen ca. 20 Jahre dauernden Leidensweg und eine Odyssee von Arzt zu Arzt und Heilpraktiker zu Heilpraktiker hinter mir.
Ich litt unter unerträglichen Bauchkrämpfen, ständig geblähtem Bauch, Darmverpilzung trotz entsprechender Pilzkuren, Migräne, Angstzu-ständen und extremer Obstipation mit Stuhlgang ca. nur 1 x wöchentlich, dann häufig als Durchfall.
Frau Rohe führte wöchentlich Darmwasserbäder (Colon-Hydro-Therapie = CHT) durch. Bereits nach den ersten Anwendungen ließen die Ängste nach. Dieser schnelle Therapieerfolg spornte mich an, weiterzumachen und durchzuhalten.
Bis zur vollständigen Heilung, die für mich bis heute, ungefähr 1 Jahr danach, noch immer ein Wunder ist, benötigte es sechs Jahre Therapie, zunächst 1 x wöchentlich, später 14-tägig und dann monatlich.
Zunächst besserte sich mein Gesundheitszustand stetig. Dann traten auch längere Phasen eines vermeintlichen Stillstandes auf. Hier bekam ich Motivation und Beistand von meiner Therapeutin. Da es häufig nach den Anwendungen zu Symptomen kam, die ich vorher jahrelang ertragen hatte, insbesondere starke Bauchkrämpfe, war es nicht einfach, durchzuhalten.
Ganz wichtig für den Erfolg waren die Gespräche, die während der CHT erfolgten. ***So konnte ich häufig feststellen, wie sich mit dem Lösen der Schlacken im Darm auch die Probleme im Kopf lösten****.*
Alle Symptome meiner Erkrankung sind heute verschwunden bis auf gelegentliche Blähungen, deren Ursache mir heute aber meistens klar ist.
Nebenbei haben sich meine Haltungsschäden (Schonhaltung) wesentlich verbessert und ich habe keinerlei Gewichtsprobleme mehr.

3. Als ich 48 Jahre alt war, bekam ich von meinem Frauenarzt die "Horrormeldung": Brustkrebs. Er riet mir zu einer Operation. Panisch und hilfesuchend kam ich in die Sprechstunde zu Frau Rohe, denn wie man mir mitteilte, arbeite sie sehr stark psychotherapeutisch in Kombination mit der Naturheilkunde. Genau das suchte ich, weil ich mit meiner Todesangst nicht klarkam.
Frau Rohe beruhigte mich und machte mir klar, dass Krebs eine Krankheit wie jede andere und durchaus heilbar sei – je nach fortgeschrittenem Stadium - , wenn man die Ursache herausfinden würde, die meistens als Grundlage in einer seelischen Belastung zu finden sei.
Sie unterstützte die Idee der Operation, da sich noch keine Metastasen gebildet hatten, warnte mich aber vor einer anschließenden Chemotherapie. Diese sei pures Gift für den Körper.
Ich befolgte ihren Rat und ließ mich operieren, während mich Frau Rohe mit naturheilkundlichen Medikamenten und intensiven psychotherapeutischen Gesprächen begleitete. Sie half mir, mein Immunsystem so zu kräftigen,

"damit es sich selber gegen die 'Eindringline' wehren kann", so Frau Rohe. Im Laufe der vielen Gespräche in Verbindung mit der Colon-Hydro-Therapie, dem Darmwasserbad, machte sie mir die Hintergründe meiner Erkrankung bewusst und reinigte meinen Körper von belastenden Giftstoffen.
Mir wurde klar, dass ich in vielen Lebenssituationen nicht leben wollte. Eine Art Denkmuster "Ich will nicht leben" war sozusagen einprogrammiert und lief in bestimmten Alltagssituationen immer wieder ab. Da mir das nicht bewusst war, musste mich mein Körper mit Symptomen daran erinnern. Er spiegelte genau das wieder, was ich unbewusst dachte und lebte. Erst jetzt weiß ich, dass das antrainierte Programmierungen waren, die nicht zu meinem Leben gehörten und dadurch einen enormen Stress auslösten, welcher mir allerdings auch nicht bewusst war.
Bisher ist der Krebs nicht wieder aufgetreten, und ich bin sicher, dass er auch nicht wiederkommen wird. Er muss mich nicht mehr daran erinnern, dass ich an meiner Persönlichkeit "vorbeilebe". Ich habe die Ursachen meiner Erkrankung bewusst gespürt und lebe daher automatisch anders, viel mehr meine individuelle Persönlichkeit. Ich richte mich nicht mehr nur nach anderen Menschen, habe gelernt "Nein" zu sagen und höre auf mein Gefühl, ob mir etwas gut tut oder nicht.
Ganz besonders betonen möchte ich an dieser Stelle, dass ich mich ***automatisch verändert*** *habe. Ich musste mich nicht mit "Gewalt" verändern – davor hatte ich anfangs Angst, denn ich wollte ja nicht mein ganzes Leben umkrempeln - , sondern "rutschte" ganz automatisch und langsam in eine Lebensweise, die mir sehr angenehm erschien, weil sie nun vielmehr meiner Persönlichkeit entsprach. Mein Leben ist dadurch viel stressfreier und ausgefüllter geworden, einfach lebenswert !*
Ich habe durch die Therapie und Begleitung von Frau Rohe viel mehr Selbstsicherheit bekommen. Das tut gut, denn ich bin jetzt nicht mehr so hilflos.
Ab und zu konsultiere ich meine Heilpraktikerin noch, um vorbeugend etwas für mich zu tun. Aber jetzt ist der Unterschied: Ich bestimme, was ich machen möchte (Bachblüten, Darmwasserbad oder ein Gespräch oder...), denn ich spüre inzwischen meinen "Inneren Arzt", der genau weiß, was gut für mich ist. Damals, als ich Frau Rohe das erste Mal konsultierte, musste sie mir die Behandlung vorschlagen. Heute kann ich das selber. Das ist ein tolles und sicheres Gefühl.
Ich kann diesen Weg jedem hilfesuchendem Menschen empfehlen und danke Frau Rohe für ihre liebevolle Begleitung.

PS.: Es war übrigens nie ein "Muss", zu den Behandlungen zu gehen, denn ich spürte, wie gut diese mir taten, ja man kann sagen: mich befreiten. Und Frau Rohe hatte so eine liebenswerte Art an sich, so dass ich mich dort sehr gut aufgehoben fühlte, eher wie bei einer Freundin, als bei einer Therapeutin. Und wenn ich ein Tief durchgehen musste, war sie immer für mich da! Ich denke noch oft daran, wie häufig ich sie privat oder mitten in der Sprechstunde mit meinen Sorgen telefonisch störte. Aber Frau Rohe verstand es, mir mit aufbauenden

Worten immer wieder Mut zu machen, so dass es mir tatsächlich nach den Gesprächen wieder besser ging.

4. Ich war erst 38 Jahre, als ich 1997 an chron. Polyarthritis litt. Jede Bewegung schmerzte unerträglich, und mein Tablettenkonsum nahm ständig zu. Ich hatte damals noch kleine Kinder, die es überhaupt nicht verstanden, dass ich sie nicht auf den Arm nehmen konnte. Es war schrecklich. Da die Tabletten immer weniger Wirkung zeigten, versuchte ich, einen anderen Weg zu gehen. Eine Bekannte erzählte mir von Frau Rohe, die ich kurz darauf konsultierte. Frau Rohe nahm sich sehr viel Zeit, sie untersuchte mich eingehend und führte ein ausführliches Gespräch mit mir. Am Ende der Sitzung sagte sie mir: "Die Ursache für Ihre Gelenkbeschwerden ist der Darm." Ich muss sie so ungläubig angeschaut haben, dass sie weiter erklärte, der Darm sei eines unserer größten Ausscheidungs- und Immunorgane, und wenn die Darmflora gestört sei, d.h. sich pathologische Keime eingesiedelt haben, dann könne er diese Funktion nicht richtig ausführen. Die Folge sei eine Autointoxikation, das bedeutet Selbstvergiftung. Anstatt Stoffwechselendprodukte und Gifte nach draußen zu befördern, werden diese über das Blut zurück in den Körper geleitet. Demzufolge suche sich der Körper schlauerweise andere Wege, um den Giftmüll zu beseitigen. In meinem Fall seien das die Gelenke. Über die Entzündungen versuche sich der Körper, selbst zu helfen.
Für mich war das ein ganz neuer Gesichtspunkt, der mir Hoffnung machte. Ich ließ mich auf die Therapie bei Frau Rohe ein. Sie führte mit mir die Darmwasserbäder (Colon-Hydro-Therapie) und eine Ernährungsumstellung durch. Nach einigen Wochen waren die Schmerzen erheblich zurückgegangen und mit ihnen der Tablettenkonsum. Das motivierte mich. Nach etwa einem ¾ Jahr war ich beschwerdefrei. Es war wie ein Wunder. Bis heute bin ich frei von Gelenkbeschwerden geblieben. Nur wenn ich über einen längeren Zeitraum viel Milcheiweiß und Zucker zu mir nehme, merke ich wieder ganz leichte Gelenkbeschwerden. Diese verschwinden jedoch, sobald ich auf die besagten Nahrungsmittel verzichte oder diese einfach nur reduziere.
Bei den Darmwasserbädern, die wir einmal pro Woche durchführten, kam es häufig zu intensiven und persönlichen Gesprächen – wie intensiv, das konnte ich selber lenken. Dadurch veränderte ich viele Lebensgewohnheiten, über die ich mir vorher nie Gedanken gemacht hatte, die aber sehr viel mit meiner Krankheit zu tun hatten. Frau Rohe betonte immer, dass Gelenke Verbindungen seien und dementsprechend auch im übertragenden Sinne etwas mit menschlichen Beziehungen zu tun haben können. Ich habe daraufhin meine Beziehungen, besonders Ehemann und Kinder "unter die Lupe genommen". Allmählich spürte ich, wie ich hier und da doch meine persönlichen Bedürfnisse sehr stark einschränkte und die Kinder nicht gut loslassen konnte. Heute fällt mir das immer noch sehr schwer, aber es ist mir bewusst geworden. Ich registriere es jetzt meistens in dem richtigen Moment und kann mir dann dementsprechend etwas später eine kleine Auszeit für mich nehmen. Mein Leben ist dadurch viel ruhiger und stressfreier geworden. Die Zeit

in der mich Frau Rohe behandelte und begleitete, war eine ganz wertvolle und bereichernde Phase meines Lebens.

5. Vor einigen Jahren hatte ich starke Schmerzen in der Hüfte. Der Orthopäde konnte keine konkrete Diagnose stellen und riet mir zur Gymnastik. Schließlich bin ich durch meinen Sohn, der schon in der Praxis Rohe wegen seiner Neurodermitis behandelt wurde, selbst hier Patient geworden. Bei etlichen Darmspülungen staunte ich immer wieder, was da alles aus meinem Körper herausfloss. Mit der Zeit verschwanden die Hüftschmerzen. Zu meiner großen Erleichterung verschwand auch nach und nach die Akne im Kinnbereich, die ich schon jahrelang mit verschiedensten Salben und Cremes behandelt hatte.
Heute besuche ich regelmäßig 1-mal im Jahr die Praxis Rohe und lasse zur Gesundheitsvorsorge 2-3 Spülungen vornehmen, um den angesammelten "Müll" zu entsorgen.

6. Damals Ende 94 verstarb meine Schwester im Alter von 32 Jahren an Brustkrebs. Ich selbst hatte einen Knoten in der Brust festgestellt und große Angst. Ebenfalls litt ich unter verschiedenen Allergien, hatte keine Energie und Kraft. Immer wenn ich krank war, bekam ich jahrelang von den Ärzten Antibiotika. Ich wollte nicht das gleiche durchmachen wie meine Schwester mit Operation, Bestrahlung und Chemotherapie. Ich hatte bereits ein Buch über die Colon-Hydro-Therapie (Darmwasserbad) gelesen. Mein Arzt hielt nicht viel davon. Trotzdem gab er mir eine Adresse in Unna.
Ich hatte gehört, dass Frau Rohe in Sundern eine Praxis als Heilpraktikerin aufmachen und die Colon-Hydro-Therapie anbieten wollte. So wartete ich, bis sie im April 1995 anfing und ging zu ihr. Sie sagte mir, dass eine ganze Reihe von Darmspülungen notwendig seien, um den Darm zu reinigen und umzustimmen. Ich bekam 1 pro Woche. Im Laufe der Zeit ging es mir aber immer schlechter, da sich auch alte Medikamente mit lösten. Sie machte mir Mut durchzuhalten. Ab ca. der 12. Darmspülung sollte es besser werden. Und tatsächlich verbesserte sich mein Zustand immer mehr. Insgesamt hatte ich 26 Darmspülungen. Ich war wieder lebenslustiger, nicht mehr müde, hatte eine Unmenge an Energie und Kraft wie seit Jahren nicht mehr.
Als mein Sohn vor einigen Jahren Blindarmreizung hatte, gab Frau Rohe ihm auch eine Darmspülung. Hiernach wurde es gleich besser und kam wieder in Ordnung.
Erst kürzlich hatte ich einen Zahn stark entzündet. Frau Rohe sagte mir, dass bei akuten Entzündungen die Colon-Hydro-Therapie gut helfen würde. Sie gab mir eine Colon-Hydro-Therapie und tatsächlich klang die Entzündung ab. Abschließend kann ich nur sagen, es war ein Segen, dass Frau Rohe hier die Praxis aufgemacht hat und die Colon-Hydro-Therapie anbietet. Sämtliche Therapien und Medikamente bei Ärzten (meistens Antibiotika, Cortison) und anderen Heilpraktikern haben mir die ganzen Jahre nicht geholfen sondern mich nur immer kränker gemacht.
Nochmals großen Dank an Frau Rohe und alles Gute für die weitere Zukunft.
Ihre N.N.

9. Patientenberichte vom Jahr 2015

1. Ich bin weiblich, 59 Jahre und komme aus einem Gesundheitsberuf.
Seit vielen Jahren lebe ich mit depressiven Episoden, die ich bis 2007 stets beiseitegeschoben und nicht als solche sehen wollte. Doch dann ging im November 2007 gar nichts mehr.... Es folgten Krankschreibungen, Antidepressiva, und eine 2jährige ambulante Verhaltenstherapie. Das Medikament löste "restless legs" (unruhige Beine) aus, dagegen bekam ich dann ein anderes Medikament verordnet. 2010 endete die Therapie... ich hatte so einiges "verändert", es folgten berufliche Veränderungen und das Medikament habe ich ausschleichend abgesetzt. Eine Zeit lang dachte ich, es ist in Ordnung, ich komme klar.... Doch nach und nach stellten sich erneut depressive Episoden ein. Sie wurden meist ausgelöst durch Verletzungen meiner nächsten Umgebung (Familie, Freunde, Kollegen...), nüchtern betrachtet völlig unspektakulär, oft nur eine Bemerkung. Eine Achterbahnfahrt begann: Kopfkino, Schlaflosigkeit mit nächtlichen Fressattacken (Schokolade), etc.. Ich begann mich irrsinniger weise selbst zu bestrafen, fühlte mich unglaublich wertlos...
Von einer guten Freundin hatte ich den Flyer mit den Therapiemöglichkeiten von Frau Rohe bekommen. Dieser lag nun schon seit einem Jahr in der Schublade. "Morgen rufe ich dort an"..."geht gerade nicht"...besetzt....Band läuft...na dann soll es eben nicht sein....
Doch dann klappte es, ich bekam zeitnah einen Gesprächstermin.
Bisher hatte ich noch keine Erfahrung mit Heilpraktikern und beschloss, mich einfach mal auf Frau Rohe einzulassen. ***"HEILUNG GESCHIEHT",*** *so steht es über dem Sprechzimmer geschrieben und so ließ ich geschehen... Ich musste noch mal ganz nahe an meine alten Verletzungen und Gefühle heran. Da alles, was wir zu vergessen geglaubt haben, in unserem "Bauchhirn" gespeichert ist, begannen wir mit der Colon-Hydro-Therapie, kombiniert mit therapeutischen Gesprächen. Zunächst wurde ich körperlich erst richtig krank, ein Infekt jagte den nächsten, dann kamen "wandernde Bauchschmerzen" hinzu – etwas gärte.... Angstbesetze Träume zeigten mit großer Deutlichkeit das Reifwerden eines belastenden "Lebensthemas". Also ließ ich mich auf den nächsten Schritt, auf CQM, ein und war zunächst emotional überwältigt von der Genauigkeit, mit der Frau Rohe meine Gefühle identifizieren konnte! Jetzt ging es um's bewusste "Loslassen und Transformieren" ("Krankheiten verstehen, leben und loslassen") in einer mehrstündigen, hochemotionalen "Sitzung" (man liegt dabei!). Danach fühlte ich mich körperlich wie nach einer schweren Krankheit, merkte aber sofort, es war etwas mit mir passiert! Tief drinnen war es leicht und ruhig... und: Die Bauchschmerzen waren weg!*
Ein angenehmes, leicht euphorisches Gefühl begleitet mich seit dem, aber ich bin nicht blauäugig – es gibt noch einiges zu bearbeiten, und das werde ich auch nach einer kurzen Pause weiterhin vertrauensvoll mit Frau Rohe tun. N.N.

2. Ich bin weiblich und 60 Jahre.

Als ich im Januar 2009 in die Praxis von Gabi Rohe kam, lag schon eine längere Schmerz-Odyssee, durch 5 Zahngifte und 4 Schiefstellungen der Wirbelsäule, hinter mir. Dank dem Prinzip "Ursache/Wirkung" hatte ich mich mit langen Entgiftungsphasen aus den chronischen Schmerzzuständen heraus gearbeitet. Schmerz meldete sich jedoch immer wieder, so dass ich nach weiteren Lösungen suchte:

Die Colon-Hydro-Therapie als ganzheitliche Entgiftung löste z.B. alte Ablagerungen im Darm und zeitgleich kamen die Themen auf der emotionalen Ebene an, wo ich sie mit Gabi Rohe besprechen konnte.

Die Entwicklung war erstaunlich auf körperlicher und geistiger Ebene...

Seit meinen Metall-Vergiftungen im Mundbereich bin ich sehr, sehr anfällig für Infekte. Im Herbst 2014 entschied ich mich für die Luffa-Kur. Dieser tiefgreifenden Reinigung verdanke ich nicht nur eine Stabilität in den Grippe-Hochzeiten. Wunderbar.

Die feinstoffliche Arbeit von Frau Rohe mit CQM und dem Biotensor führt mich mehr und mehr über ***den Schmerz als Zeiger zum eigentlichen Geschehen auf der Seelenebene, wo dann wirkliche Heilung stattfindet****.*

Ich bin unendlich dankbar und froh, dass ich mit der therapeutischen Begleitung von Gabi Rohe mich besser kennen lerne und authentischer meinen Lebensauftrag erfüllen kann.

N.N.

3. Liebe Frau Rohe!

Ich hatte schon sehr viele Therapien erlebt, als ich zu ihnen kam: Psychotherapie Homöopathie, Kinesiologie, Osteopathie und natürlich auch die Schulmedizin, aber was ich durch die Colon-Hydro-Therapie mit Ihren Gesprächen erlebt habe, das ist unbeschreiblich.

DANKE! Ich spüre auf einmal die Verbindung zwischen meinem Körper, meiner Seele und meinen Emotionen und auf einmal ...löst sich alles auf, die Schmerzen, die negativen Gefühle, das Sich-Verletzt-Fühlen....

Ich bekomme erst jetzt ein Gefühl dafür, wie stark alles miteinander verbunden ist – Körper, Geist und Seele.

Die CQM-Behandlungen haben vieles auf den Punkt gebracht und auf einmal... ***geschah Heilung!***

Es ist ein Geschenk und eine Befreiung, und ich komme mir immer näher. DANKE! Sie gaben mir das Vertrauen, mich auf diesen Weg zu begeben und haben mich einfach wunderbar begleitet. Immer wenn ich wieder in ein "Loch" fiel, waren Sie zur Stelle und bauten mich wieder auf, gaben mir das Vertrauen, weiter zu gehen und gaben mir Klarheit.

Und die Arbeit mit ihrem Biotensor... einfach fantastisch! Mit so einer Genauigkeit den akuten Zustand und das passende Mittel zu diagnostizieren, das ist schon fast "Zauberei"!

Es gibt kein wertvolleres Geschenk als die Gesundheit.
Ich kann diesen Weg bei Frau Rohe nur allen weiter empfehlen. Danke, dass es Sie gibt!

Mit herzlichen Grüßen,
N.N. (weiblich, 52 Jahre)

4. Ich kam zu Frau Rohe in die Praxis, weil ich unter starken Schlafstörungen litt und nicht mehr weiter wusste. Ich war schon bei einigen Ärzten und hatte sehr viele verschiedenste Untersuchungen machen lassen, um die Ursache für meine Schlaflosigkeit herauszufinden. Allerdings konnte mir niemand weiter helfen, und ich war verzweifelt. Frau Rohe machte zunächst den Vega-Check mit mir und empfahl mir daraufhin die Darm-Spülungen. Zu dem Zeitpunkt war ich alles andere als davon überzeugt, dass die Spülungen helfen könnten. Da es jedoch meine einzige Aussicht auf Verbesserung war, entschied ich mich, es zu versuchen.
Durch die Behandlung und vor allem die ***tiefgründigen Gespräche*** *mit Frau Rohe lernte ich viel über mich und meinen Körper. Viele alltägliche und unbewusste Denkweisen wurden mir nach und nach bewusst und ich fand heraus, wie sehr ich mich selbst unter Druck setzte, um Idealen zu entsprechen und perfekt zu sein. Diese Verhaltens- und Denkweisen entdeckte ich zunehmend im beruflichen und im privaten Bereich. Ich realisierte, was für einen Stress ich mir selbst machte, ohne das wirklich zu bemerken. All dies wurde mir erst durch die Schlafstörungen bewusst gemacht.*
Immer wenn ich wieder einen Termin bei Frau Rohe hatte, hatte ich etwas Neues zu berichten. Gedankenmuster, die mir bewusst geworden waren oder einfach Gegebenheiten in meinem Umfeld, die mich sehr ärgerten. Meistens kam dann wieder die Frage auf "und was soll ich jetzt tun?". Woraufhin Frau Rohe mir in der Regel stets das gleiche empfahl, nämlich das Gefühl und die Gedanken zuzulassen, anzunehmen und zu leben. Diesen Hinweis habe ich unglaublich oft bekommen, und es fiel mir auch wirklich schwer ihn umzusetzen. Schließlich habe ich bisher oft das Gegenteil getan. Unerwünschte Gefühle wie Angst oder Wut habe ich (falls ich sie überhaupt wahrgenommen habe) verurteilt, weil ich gelernt hatte, dass es sich dabei um "schlechte" Gefühle handelt. Als ich damit begann, diese Gefühle bewusst wahrzunehmen und zu leben, bemerkte ich zu meinem Erstaunen, dass viele Angst Gefühle plötzlich verschwanden. Ich wurde viel entspannter und gelassener im Alltag, weil ich meinen Körper und meine Gedanken und Gefühle viel besser wahrnahm.
Auch jetzt komme ich noch häufig in Situationen, in denen ich mich nicht wohl fühle oder krank werde. Oft helfen dann die Dinge, die ich bei Frau Rohe über mich und meinen Körper gelernt habe. Wenn ich von alleine nicht mehr weiter weiß, lasse ich mir einen Termin bei frau Rohe geben, damit sie mir die richtigen Denkanstöße gibt, damit ich meinem Körper wieder im Einklang bin und gesund werden kann. (weiblich, 29 Jahre)

5. Ich bin jetzt seit 2,5 Jahren bei Frau Rohe in Behandlung und litt zu der Zeit sehr stark an Bulimie und häufig auftretender Migräne. Als ich zu ihr kam, hatte ich bereits 3 Jahre Psychotherapie, mehrere Jahre Behandlung bei einer Homöopathin und einige Untersuchungen bei einem Neurologen hinter mir.
Die Psychotherapie für die Bulimie brachte mich nach 3 Jahren nicht mehr weiter und ich hatte das Gefühl, etwas Anderes machen zu müssen. Auch die Migräne veränderte sich nicht, und ich bekam neben der homöopathischen Behandlung die üblichen Medikamente, wollte aber nicht alle 3-4 Wochen von starken Schmerzmitteln abhängig sein.
Durch Zufall hörte ich durch eine damalige Bekannte von Frau Rohe. Nach meiner ersten Sitzung bemerkte ich sofort, dass ich Vertrauen in sie und ihre Behandlung hatte. Ich begann mit der Colon-Hydro-Therapie, die anfangs sehr sanft Veränderung in mein Leben brachte. Ich bemerkte langsam, vor allem auch durch die Gespräche, dass mein Leben nur vom Kopf gesteuert war und die Gefühle gar nicht mehr von mir zugelassen wurden. Nach und nach bemerkte ich, wie sich in meinem Körper etwas änderte, Gefühle hervorkamen, die ich irgendwoher schon kannte, nur nie registriert hatte. Mir ging es in dieser Zeit schon viel besser, und ich war nach den wöchentlichen Spülungen immer sehr entspannt, was dazu beitrug, dass sich mein Essverhalten veränderte. Die Bulimie und auch die Migräne waren Teile meines Lebens, und ich versuchte sie zu integrieren. Ich sah sie nicht mehr als Krankheit, sondern als Zeichen, die mir Situationen verdeutlichten, die mir nicht gut taten.
Dann hatte ich nach ca. 1 Jahr so starke Gefühle, dass ich sie kaum ertragen konnte, aber auch da stand Frau Rohe mir mit Rat und Tat zur Seite, und ich machte mein erstes CQM. Anschließend waren die erlebten Gefühle in etwas Positives umgewandelt und nicht mehr zu spüren. Ich hatte alte Belastungen losgelassen. Das war eine tolle Erfahrung. Schon in dieser Zeit wuchs mein Vertrauen zu Frau Rohe immer mehr, und ihre Betreuung war großartig. Sie war immer für mich da, wenn ich in Not war.
Im Sommer machte ich dann die Luffa-Kur, ein Erlebnis der besonderen Art. Mein Körper wurde entgiftet und auch dabei kamen psychische Themen zum Vorschein, die mich belasteten. Nach der Kur fühlt man sich wirklich gereinigt. Die Colon-Hydro-Therapie war aber weiterhin mein treuer Begleiter, und es veränderte sich sehr viel. Ich hatte immer wieder Höhen und Tiefen, meine wirkliche Arbeit begann, wobei ich in den Tiefen aber auch bemerkte, dass ich schon viel an mir und meinem Leben verändert hatte und auch mein Umfeld langsam aber sicher nachkam. So bemerkte ich im normalen Alltag, wie sehr ich meine Kinder schon losgelassen hatte und mir nicht mehr einen so großen Kopf um meine Arbeit machte. Doch die Themen, die in den Tiefen immer wieder bearbeitet wurden, hatten nur wenig mit meiner jetzigen Familie zu tun, sondern kamen aus der Ursprungsfamilie oder der Schulzeit. Im Herbst kamen dann in kurzer Zeit sehr viele alte Themen aufeinander, und mir ging es nicht gut. Doch auch da setzte Frau Rohe sich so stark ein, dass ich nach vielen Sitzungen und CQMs wieder auf die Beine kam und ich fast täglich Sitzungen bei ihr hatte. Jetzt wurde die

Migräne akut und kam in kürzeren Abständen immer wieder. Auch da merkte ich, dass die Betreuung von Frau Rohe mir half das durchzustehen. Meistens fand sie durch ihre Pendelmethode ein geeignetes Mittel, das half, die Schmerzen in Grenzen zu halten, und ich erkannte immer mehr die Auslöser der Migräne. Nach jeder Migräneattacke ging ich gestärkt wieder in den Alltag und hatte meistens belastende Themen erkannt und durch CQMs abgegeben.
Die Bulimie war zu der Zeit zwar noch Teil meines Lebens, aber nur noch sehr selten und wenn sie kam, habe ich sie als Zeichen angenommen.
Nach der sehr intensiven Phase der Arbeit ging ich weiter wöchentlich zu den Darmspülungen und bei Bedarf wurden CQMs eingeschoben, sehr oft auch an Wochenenden!!! Auch in der Zeit wechselten sich die Höhen und Tiefen ab, aber ich fiel nicht mehr so tief. Ich konnte besser damit umgehen. An diesem Punkt befinde ich mich jetzt und merke immer mehr, wie stabil ich werde, wie ich Themen meines Lebens selbst erkenne, wie ich Dinge sage und ausführe, die ich früher nie gewagt hätte und wie anders ich an bestimmte Sachen herangehe. Auch andere alltägliche Erkrankungen lasse ich von Frau Rohe testen und auch dadurch erkenne ich immer mehr, dass der Körper eine Einheit ist und Psyche und Symptom miteinander verbunden sind.
***Zwei Sätze** habe ich wirklich **verinnerlicht**: **"Heilung geschieht"** und **"Es muss erst ein Chaos entstehen, dann kommt wieder die Ordnung".** Beide habe ich oft erfahren, und beide helfen mir, wenn ich wieder mal zweifle.*
Ich kann nur "DANKE" sagen für die tolle Betreuung und den stetigen Einsatz, der mir und auch meiner Familie zuteil wurde. Das ist mit keinem Geld zu bezahlen.
(weiblich, 45 Jahre)

Herzlich willkommen in der "Welt der Musik!"

II. Die Musik

1. Die heilende Kraft des Singens

Wir leben in einem Informationszeitalter. Unsere wachsende Abhängigkeit von Informationen, z.B. über Medien, hat das einfache, uns allen innewohnende Bewusstsein, das wir lange alle besessen haben, verdeckt. Dieses Bewusstsein enthält alles, was wir benötigen, um unsere Gesundheit und unsere Lebensqualität wahrhaft zu bereichern. Singen ist eine Möglichkeit, dieses Bewusstsein wieder zu erlangen und unser individuelles, eigenes Wesen wiederzufinden. Singen ist ein Weg, der uns zu uns selbst, zu unserem Kern, zurückführen kann. Wenn wir das erreichen, dann fühlen wir uns in Ordnung und in Harmonie. Das heißt, wir sind gesund.

1.1 Die Arznei Gesang

Dass das Singen auf der physischen Ebene eine sehr gesundheits-fördernde Wirkung hat, haben auch schon viele Ärzte festgestellt, denn schließlich agiert beim Singen der ganze Körper. Beteiligt sind neben dem Stimmorgan auch Lunge, Herz und Zwerchfell, sowie die Bauch-, Bein- und Gesäßmuskulatur.
Besonders positiv macht sich die **vertiefte Atmung** bemerkbar. Dadurch wird der Körper besser mit Sauerstoff versorgt.
Ohne Sauerstoff kein Leben! Der japanische Wissenschaftler Dr. Shizuo Inoue behauptet, dass fast alle chronischen Erkrankungen auf einen Sauerstoffmangel zurückzuführen sind. Stimmtherapeutin Vera Kimmig behauptet, dass die verstärkte Atmung besonders Rheuma- und Asthmapatienten helfe. Das Hauptinstrument, welches zur Entspannung des Körpers und zur Behebung von Blockaden der Lebensenergie beiträgt, ist der Atem. Tiefes Ausatmen entleert uns, und das nächste Einatmen bringt uns lebensspendende Energie.

Der Atem ist die Grundlage der Energie und diese wiederum die Basis für das Funktionieren aller Organe.
Neben der vertieften Atmung wirken auch die **Klangvibrationen**, die durch das Singen entstehen, im Körper **wie eine Massage** sehr wohl-tuend bei Verspannungen. Da der Mensch zu 90% aus Wasser besteht, können sich die harmonischen Klänge beim Singen im ganzen Körper ausbreiten und so die unharmonischen Schwingungen auflösen.
Karl Adamek, Münsteraner Musikpsychologe, hat in vielen Versuchen festgestellt, dass durch das Singen die **Leistungsfähigkeit gestärkt** wird. Seine Probanden mussten z.B. Gewichte mit ausgestreckten Armen halten. Im Normalfall klappe das ungefähr 10 Minuten, mit Gesang jedoch rund 5 Minuten länger. Dr. Adamek betont: *"'Singer' sind gegenüber 'Nichtsingern' sowohl physisch als auch psychisch signifikant gesünder."*

1.2. Singen ist die Ur-Medizin für die Seele

Alle traditionellen Heilsysteme beruhen auf dem Grundsatz, dass zur Heilung von Körper, Geist und Seele der **Fluss der Lebensenergie** in dem Menschen gestärkt und harmonisiert werden muss. Wenn der Stress und die Anstrengungen des Alltags den Fluss der Lebensenergie stören, sind sowohl der Körper, der Geist als auch die Seele davon betroffen. Wir erliegen dann Sorge, Angst, Wut, Trauer und Verstellung und neigen dazu, krank zu werden und aus dem Gleichgewicht

zu geraten. Die unflexible, unnachgiebige Natur der Einstellungen wie z.B. gewohnheitsmäßige Angst oder Wut, ist eine Hauptquelle der Disharmonie. Dieses Ungleichgewicht kann entsprechende Organfunktionen negativ beeinflussen. Wenn wir die Lebensenergie mit Hilfe der "Sängeratmung" (Bauchatmung) in einen gleichmäßigen Fluss bringen und stärken, entlasten wir uns von den unflexiblen Einstellungen und Emotionen, und das kann wiederum die Disharmonie in den entsprechenden Organen korrigieren. Gesundheit und Wohlbefinden sind das Ergebnis.
Das Singen verhilft den Menschen automatisch zu einem gleichmäßigen Energiefluss und damit auch zu einer ausgeglichenen Seele.
Zum **ganzheitlichen Heilmittel** eines Medizinmannes oder Schamanen gehörten immer Gesänge und Tänze. Aber heute gehen bei uns in Europa die Musik und die Medizin völlig getrennte Wege.
Dr. John Diamond behauptet, dass der **wirkliche Sinn des Singens die therapeutische Wirkung und Stärkung der Lebensenergie** sei. Singen kann keine Krankheit heilen, aber sie kann unsere inneren Heilkräfte so stärken, dass sich die Seele genügend erholen kann, ähnlich wie es die Naturheilkunde vermag.
Singen heißt: Einbringen positiver, tiefer Empfindungen in unser Seelenleben – durch lebhaftes Bewegen von Muskeln, Bändern und Organen inmitten unseres Körpers. Singen fließt unmittelbar aus der Vibration des Kehlkopfs und des Brustraumes **in unser Sonnengeflecht**, den Solarplexus im oberen Bauchraum, in **unser Gemüt**. Tiefes Wohlgefühl wird sich mehr und mehr in uns ausbreiten und auf diese Weise das negative Gedankengut, Schwermut, Nervosität usw. vertreiben. Die Ur-Medizin Singen kann uns erden, so dass wir mit beiden Beinen – egal in welcher Situation – auf dieser Erde stehen, auf dem Platz, der uns zu leben von der Schöpfung bestimmt ist.
Ein natürliches Gesundheitsgesetz besagt, dass nur was schlicht und einfach in Worte und harmonisch in Tönen geformt ist, Tiefe besitzt. Nur so vermag es in die Tiefe unserer Seele zu dringen. Und das vor allem dann, wenn wir selbst dabei aktiv mitwirken. Denn die Seelen der Menschen waren vier Millionen Jahre nur an das Einfache und Schlichte gewohnt und an die Harmonie in der Natur. Genau darauf sind unsere Gene eingestimmt.
Sie sehen, die Naturheilkunde und das Singen haben beide eine enorme Heilkraft. Beide können eine tiefe und ganzheitliche Heilung anregen, indem sie den Fluss der Lebensenergie stärken und harmonisieren.
Die gestärkte und harmonische Lebensenergie hat natürlich auch durch ihre ganzheitliche Wirkung einen positiven **Einfluss auf unser Gehirn**. Das bedeutet: musizierende Kinder lernen leichter, werden nachweisbar intelligenter und können sich besser in eine Gemeinschaft einfügen.
Nichts ist für Kinder besser, als zu singen, denn das Singen "pustet die Zellen durch", setzt Endorphine – Glückshormone – frei, macht gute Laune und den Kopf frei für Lernaufgaben.

"Ohne den Knabenchor hätte mein Sohn den Übergang ins Gymnasium nicht geschafft", resümierte neulich eine überglückliche Mutter eines Sängerknaben.

Singen ist der Schlüssel zur Gesundheit und Intelligenz!

Sie sehen wie vielseitig die lebensstärkende Kraft der Musik sein kann. Diese Kraft war den Alten und den "primitiven" Völkerstämmen bekannt. Sie nutzten die Musik als Analgetikum zur Schmerzlinderung, bei gewissen chirugischen Eingriffen sogar als Anästhetikum. Ein altes griechisches Sprichwort besagt*: "Die Menschen haben den Gesang als Arzt gegen den Schmerz".*

Dr. John Diamond, ein amerikanischer Arzt und Psychiater, verwendet Musik bei emotionalen Störungen, Angstzuständen, Phobien, Depressionen, sogar akuten Zuständen, Schlaflosigkeit usw..

Man kann die heilende Kraft des Singens nicht in Medizin für den Körper hier und Medizin für die Seele dort unterteilen. Das Singen spendet lebensstärkende Kraft, und diese hat sehr positive Auswirkungen auf Körper, Geist und Seele – auf den ganzen Menschen.

Die Arznei Gesang wirkt ausgezeichnet und ist dabei garantiert frei von Nebenwirkungen.

Es gibt eine Geschichte, die sich auf einem Marktplatz im antiken Griechenland abspielte, und damit möchte ich meine Ausführungen zum Thema "Die heilende Kraft des Singens" beenden:

"Zwischen zwei Männern kam es zu einem Kampf. Unter den dabeistehenden Menschen befand sich auch Pythagoras, der große Mathematiker und Philosoph. Als gerade einer der Kämpfer kurz davor war, den anderen mit seinem Schwert zu treffen, nahm Pythagoras seine Laute auf und ließ einen einzigen klaren Ton erklingen. Als der wütende Mann diesen Ton vernahm, legte er sein Schwert nieder und ging fort.

1.2 "Singen ist wie Schokolade

...es macht mich einfach glücklich. Diesem Bild einer Gesangsschülerin möchte ich gerne nachgehen.

Der Vergleich ist wirklich passend! Nur mit dem entscheidenden Unterschied, dass Singen in jeder Hinsicht gesund ist und sicher nicht dick macht!

Nun aber zu den harten Fakten:

Regelmäßig singende Menschen haben nachweislich mehr Abwehrkräfte (wurde in Speichelproben festgestellt).

Singen bringt das Herz-Kreislauf-System in Schwung.

Durch die intensive Atmung wird der Körper viel besser mit Sauerstoff versorgt.

Die heilende Wirkung von Musik und Gesang wird in verschiedenen Formen der Musiktherapie genutzt.

Singen ist ein Antidepressivum: Schon nach 30 Minuten Singen werden von unserem Gehirn nachweislich mehr Anteile von Beta-Endorphin, Serotonin und Noradrenalin produziert. Gleichzeitig wir das Stresshormon Cortisol abgebaut.

Es wird von positiven Effekten bei Kopfschmerzen und gesteigertem Erinnerungsvermögen berichtet.

In Schweden (einem Land, in dem Chorgesang einen hohen Stellenwert hat) wurde bei einer Untersuchung an 12000 Menschen festgestellt, dass singende Menschen eine signifikant höhere Lebenserwartung haben.

Dem kann man nur hinzufügen:

Singen Sie sich gesund und glücklich!"

(Hannes Fromhund, Gesangslehrer)

2. Die Stimme

Der berühmte Geiger Yehudi Menuhin hat das Singen als *"**die eigentliche Muttersprache des Menschen**"* bezeichnet.
"Denn alle Kommunikation geht auf die erste Beziehung des Kindes zur Mutter zurück, vor allem zu ihrer Stimme, und diese Stimme singt..... Sie ist Ausdruck der Liebe, die allem Stress und Unbehagen begegnen kann." (Dr. John Diamond).
Eine Mutter, die falsch aber mit Herz singt, tut mehr für ihr Kind als ein Koloratursopran, der ohne Herz singt.
Es gibt wohl kaum einen liebevolleren und tröstenderen Klang als die ganz spezielle Stimme, mit der eine Mutter mit ihrem Kind spricht. Diese Stimme ist reine Liebe.

"Das ganze Wesen der Musik, egal wie kompliziert und raffiniert sie mittlerweile geworden ist, gründet auf den Klängen der Mutter. Und die ganze Heilkraft der Musik kommt aus der göttlichen Reinheit ihrer Liebe zu ihrem Kind, und aus ihrem Wunsch, ihm diese voll und ganz zu geben, jede Not und jeden Stress von ihm zu nehmen und es mit ihrer strahlenden Mutterliebe ganz zu umfangen" (Dr. John Diamond).

Die Stimme ist der Spiegel eines Menschen

Sie kann säuseln und donnern, sie kann schneiden wie Metall, klirren wie Glas und streicheln wie eine warme Hand. Die menschliche Stimme ist das vielfältigste und wundersamste Instrument, das die Natur hervorgebracht hat.

„Die Stimme eines Menschen ist nicht nur sein wichtigstes Mittel zur Kommunikation, sie ist auch ein Barometer für alles, was sich in diesem Menschen abspielt – ein Spiegel seines Selbst. Wir hören sehr wohl, ob jemand "in Stimmung" ist oder nicht, und zwar ganz unabhängig davon, was er oder sie sagt. Das weist uns darauf hin, dass die Zuhörer von jeher Antennen hatten, um jene Qualitäten aufzuspüren, die zwischen den (gesprochenen oder gesungenen) Zeilen liegen. Ein gesprochener oder gesungener Vortrag kann technisch gelungen sein und die Zuhörer dennoch nicht wirklich erreicht haben. Dies geschieht, wenn ein Aspekt im ganzheitlichen System Mensch nicht stimmt und der Betreffende dadurch in seiner vollen "Funktionsweise" eingeschränkt wird ."

(Romeo Alkarikia)

Literatur:

- Horst Coblenzer u. Franz Muhar, Atem und Stimme, Anleitung zum guten Sprechen, öbv-hpt, Wien, 2002, ISBN 3-215-02040-8
- Gerhard Schmidt-Gaden, Wege der Stimmbildung, Max Hieber, 1992, ISBN 3-920456-11-4
- Kurt Hofbauer, Praxis der chorischen Stimmbildung, Schott, 1978, ISBN 3-7957-1033-2
- Alfred Tomatis, Das Ohr und das Leben, Walter Verlag, 1995, ISBN 3-491-69806-5

Über Jahrzehnte ist das Musizieren für Gabi Rohe „etwas Göttliches“

Vor 25 Jahren gründete die niedergelassene Heilpraktikerin den Chor „Barditus“, den sie bis heute leitet. „Natur und Musik haben gleichermaßen heilende Kraft“

Von Torsten Koch

Allendorf. Sie setzt auf die heilende Kraft der Natur - und der Musik: Gabi Rohe, Heilpraktikerin mit eigener Praxis und Chorleiterin aus Leidenschaft, kann in diesem Jahr gleich drei Jubiläen feiern:

Vor zehn Jahren eröffnete sie ihre Naturheilpraxis in einem alten Bauernhaus in Allendorf, schon seit 25 Jahren praktiziert sie in Sundern - und ebenfalls ein Vierteljahrhundert lang leitet sie den von ihr gegründeten Chor „Barditus“.

Im Gespräch mit unserer Zeitung legt die 1965 in Vechta (Niedersachsen) geborene „Vielfachjubilarin“ den Fokus auf die Musik:

„Es begann alles 1987 mit dem Kinder- und Jugendchor Sundern“, erinnert sie sich, „ich studierte damals Schulmusik, das Dirigieren und die Arbeit mit Kindern faszinierte mich, also gründete ich diesen Chor.“ Eine Erfolgsgeschichte, die sogar der damalige Sunderner Bürgermeister Franz-Josef Tigges in höchsten Tönen lobte: Der Chor sei eine Bereicherung für die Kultur in Sundern“, meinte er.

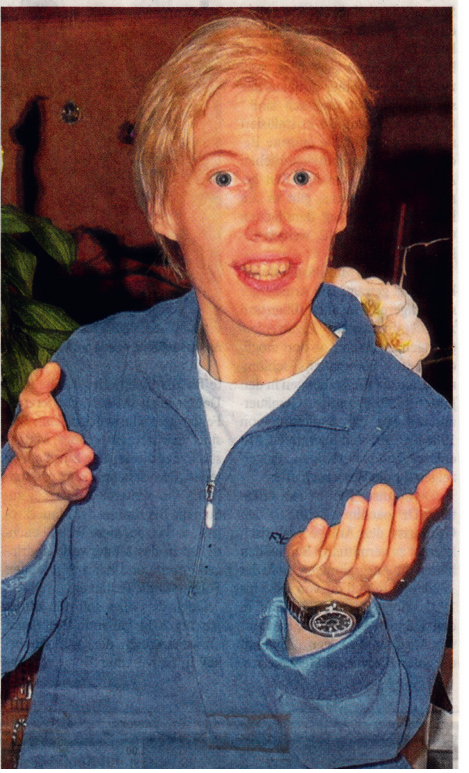
Während ihrer Studienzeit blieb die in der Röhrstadt aufgewachsene Gabi Rohe ihrer Liebe zur Chormusik und zur Arbeit mit Kindern

„Arbeit mit Jugendlichen ist musikalische und menschli-

und Jugendlichen treu, ihr Studium der Naturmedizin führte sie nach Münster und Soest, wo sie zusätzlich die Leitung des Gospelchores „Dirty Tones“ übernahm.

Zurück in Sundern, gründete sie dort 1995 ihre erste eigene Naturheilpraxis - und den jungen Chor „Barditus“, den sie seit nunmehr 25 Jahren mit viel Hingabe leitet. Der Klangkörper, bestehend aus jungen Erwachsenen beiderlei Geschlechts, greift auf ein breit gefächertes Repertoire zurück. „Abwechslungsreiche Literatur ist ein Charakteristikum für Barditus“, so die Dirigentin, deren „Kind“ inzwischen auch als Chor des „Kulturtrichters“ Allendorf gilt. Im südwestlichen Ortsteil Sunderns ist die 47-Jährige inzwischen auch heimisch geworden: Im Jahr 2002 erfolgte der Umzug ihrer Naturheilpraxis nach Allendorf. Trotz ihrer Arbeit zum Wohle der Gesundheit fand die Heilpraktikerin stets genügend Zeit, um für ihre Choristen anspruchsvolle Werke zu inszenieren - zum Beispiel „The young Messiah“, Das Dschungelbuch, „König der Löwen“ oder das „Weihnachtsoratorium im Gospelgewand“. Damit nicht genug, gründete sie im Jahr 2004 in Allendorf auch noch eine Knabenchorschule - die „Amadeus Sängerknaben“.

„Musizieren ist für mich etwas Göttliches“, bringt sie ihr außergewöhnliches Engagement auf eine einfache Formel, „es ist mir ein tiefes Anliegen, die Faszination Mu-



3. Das Dirigieren

Seit ca. 30 Jahren beobachte ich mit Hochachtung und Faszination Dirigenten. Bei meinen Beobachtungen empfinde ich immer etwas Tiefes, ja etwas Göttliches. Dieses Gefühl ist schwer zu beschreiben, aber es ist wunderschön und fasziniert mich. Auffällig ist jedoch, dass dieses nicht durch alle Dirigenten vermittelt wird. Nur bei manchen springt ein "Funke" zu mir herüber. Heute verstehe ich ein wenig mehr, was Dirigieren eigentlich bedeutet und was dieser "Funke" bedeutet.

"Die höchste Gnade der Musik fließt aus den Gefühlen des Herzens"
(Emmons)

Die Seele der Musik, ihren Atem und ihren Puls zu erfassen und auf die Sänger und Zuhörer zu übertragen, ist die Aufgabe des Dirigenten. Das kann nur funktionieren, wenn der Dirigent nicht gestresst ist, sondern sich für die Musik öffnet, in sie eintaucht und eins mit ihr ist.
Sich mit völliger Hingabe auf jeden einzelnen Ton und gleichzeitig auf das gesamte Werk zu konzentrieren, die Musik leben und das Herz des Werkes zu übertragen, das ist die hohe Kunst des Dirigierens und des Musizierens.

Es ist wichtig, im Hier und Jetzt zu leben, im Moment zu leben. Dazu fällt mir gerade ein Ausspruch ein, den ein einheimischer Arzt in Sri Lanka äußerte, während ich dort meine "Pancha Karmakur" genoss:

"Ihr Westler macht Euch das Leben schwer. Ihr lebt immer in der Vergangenheit oder in der Zukunft. Aber die Vergangenheit ist schon vorbei und lässt sich nicht mehr ändern, und die Zukunft ist noch gar nicht da. Im Hier und Jetzt leben – im Moment leben – bedeutet 'wirklich' zu leben."

Wenn man vollkommen im Moment leben kann, ist die Musik energiestark. Kämpft man sich hingegen von einem Höhepunkt zum anderen vor, ist das Spiel/der Gesang gestresst und energielos. Der Atem kann nicht frei fließen.

"Das Hauptziel jedes Musikers muss darin bestehen, die Lebensenergie seiner Zuhörer zu stärken.... Jeder Schriftsteller, Komponist oder Musiker sollte dieses Ziel ständig anstreben; überhaupt jeder, der kommuniziert. Solange der Musiker

dies anstrebt, kann er den Puls rein übertragen." (Dr. John Diamond).

Die Liebe weiterzugeben, das ist in der Musik von Bedeutung, und nur das ist auch im Leben wirklich von Bedeutung. Ich glaube, dass das Dirigieren mit offenem und gebendem Herzen, die Vermittlung der Liebesbotschaft, das ist, was ein Musiker im Orchester oder ein Sänger im Chor von seinem Dirigenten spürt, aufnimmt und weiter zum Publikum leitet.

Mit einem energiestarken, ungestressten und freien Dirigenten atmen die meisten Zuhörer einstimmig. Alle übernehmen den Puls der Musik. Und gerade darin liegt ihre heilende Kraft und Wirkung. Steht der Dirigent unter Stress, so tritt diese einstimmige Atmung nicht auf, und der Puls der Musik wird nicht erfasst. Der Funke und die heilende Kraft "springt" nun nicht über auf das Publikum.

Seit ca. 28 Jahren bin ich selber Dirigentin von verschiedenen Chören und mache intuitiv und bewusst meine Erfahrungen beim Dirigieren. Genau das, was Dr. John Diamond, den ich ab und zu zitiert habe, über die Musik schreibt - nämlich die enorme Heilkraft, die der energiestarke Dirigent und Musiker durch das Übernehmen des Pulses der Musik und durch das

anschließende Übertragen auf den Zuhörer ausübt – habe ich schon immer intuitiv gespürt. Ich empfinde es immer wieder als etwas Göttliches, in die Musik eintauchen zu können, diese zu leben und eins mit ihr zu sein. Gelingt mir das, so "springt" sowohl bei den Proben als auch bei Konzerten der sogenannte "Funke" auf den Chor und die Zuhörer über. Es entsteht eine gemeinsame Schwingung, die eine enorme stärkende und heilende Kraft besitzt.
Musik kommt erst zum Leben, wenn sie durch den Dirigenten neu erschaffen wird. Die Aufgabe eines Dirigenten besteht nun darin, die "Notengerüste" des Komponisten wiederzubeleben und die darin verborgenen göttlichen Heilkräfte an das Publikum zu übertragen.

"Dies ist eine unschätzbare, priesterähnliche, dienende Aufgabe des Dirigenten." (Dr. John Diamond).

Es ist mir ein ganz tiefes Bedürfnis, diesen unschätzbaren Wert der Musik weiter zu vermitteln. Das ist auch ein Grund dafür, dass ich immer wieder Chöre geleitet habe und leite und mich intensiv mit der Stimmbildung auseinandersetze und in dem Bereich ständig fortbilde, in der Hoffnung, dass ich viele interessierte Menschen mit auf den Weg des Singens und der Musik nehmen und sie dafür begeistern kann!

4. Der ganzheitliche Aspekt in der Stimmbildung

Wir leben in einer schnelllebigen, verkopften und materiellen Welt. Das Singen bietet einen Ausgleich, ein Gegengewicht zu dieser Welt und unterstützt ganz

enorm die Persönlichkeitsentwicklung der Kinder und Erwachsenen. Singen spricht den Körper, den Geist und die Seele an. Es fördert die Kreativität, die Fantasie, die Eigenverantwortlichkeit, das Sozialverhalten, den Aggressionsschutz, die Intelligenz, die sensible Körperwahrnehmung, das Hören, die Konzentration und die Gesundheit.

In der Weise beim Singen Durchhaltevermögen und Disziplin zu lernen und dabei die eigene Intelligenz zu fördern, gelingt nicht dem Fussballspiel, nicht dem Judo und nicht dem Tennis.

Der Erziehungs- und Bildungswert des Chores ist Grundlage der inneren Entwicklung, der Persönlichkeitsentfaltung.

Singen spricht den Körper, den Geist und die Seele an; es "stimmt" den inneren Menschen und führt zu innerer Harmonie und zum seelischen Gleichgewicht, der Grundlage der Gesundheit.

Ich bin von der positiven Wirkung des Singens überzeugt. Als Chorleiterin und Musikerin sehe ich meine Aufgabe darin, den Wert der klassischen Musik und des

Musizierens zu vermitteln und die Präventiv-Medizin zu unterstützen.

Die ganzheitliche Stimmerziehung bedeutet Gesunderhaltung und Heilung, Persönlichkeitsentwicklung und inneres Reifen. Stimmbildung heißt, den Menschen durch die Stimme zu seinem eigentlichen Wesen zu führen.
Viele Wege können zu einem Ziel führen. So unterschiedlich die "Welt der Naturheilkunde" und der ganzheitlichen Stimmbildung auch wirken mag, so haben sie doch ein **gemeinsames Hauptziel**:

Den Menschen zu seinem eigentlichen Wesen zu führen, damit er wird, was er ist.

5. Was bewirkt die Musik bei den Menschen?

Aber damit nicht genug, denn die Musik vermag noch viel weiter zu wirken. Bei **Konzerten und Aufführungen** kann sie einen Teil der positiven Schwingungen, der inneren Harmonie und der Freude auf das Publikum übertragen. **Und was gibt es Schöneres, als Freude und Glück über die Musik zu verbreiten?**

Hier einige Zitate dazu:

"...herzlichen Glückwunsch Ihnen und dem gesamten Chor für das gewaltige Werk von Bruckner. Bruckner ist nicht so mein Fall, aber ich wollte das Konzert in dieser zweierlei verschiedenen Gestaltung auf jeden Fall hören. Ich wusste von den enorm lauten und einfühlsamen leisen Tönen Bruckners, und Ihre Einführung in dieses Werk war ausgezeichnet. Ich war so überwältigt von der Musik und dem Gesang, dass ich manchmal sekundenlang nicht atmen konnte."

...es war eine gelungene Aufführung (Sister Act a` la Barditus); wir alle waren und sind begeistert von der Leistung des Chores, den vielen Solisten, deren Stimme unter die Haut ging und deren schauspielerisches Talent überzeugte; es hatte Proficharakter. Dazu gab es reichlich Gelegenheit, herzhaft zu lachen, einfach herrlich. Leider war die Zeit viel zu schnell vorüber."

"Sehr auffällig bei Ihrem Chor ist die Ausstrahlung!... Das ist ein sooo schönes Bild, wenn der Chor einen anstrahlt!"

"Ich fahre immer zu dem Händel Festival. Da hätten Sie ihren Young Messiah auch aufführen können."

"Ihr Chor hat Charisma!" (Stimme in Wocklum)

"Liebe Gabi!

Für mich war die gestrige Generalprobe ein Erlebnis, was mir wieder zeigt, mit welcher Präzision, welchem Vertrauen in gutes Gelingen und welcher Kraft Du durch's Leben gehst. Danke, dass ich das erleben darf. Ich glaube unsere Aufführungen werden viele Menschen erfreuen und berühren."

(Stimme nach der 6 stündigen Generalprobe bis nachts 23.30 Uhr vor der ersten Aufführung "König der Löwen")

"Ich wusste gar nicht, dass das Mozart Requiem aus lauter 'Ohrwürmern' besteht!"

"Tolle Leistung! Sie haben mit ihrem Chor wunderbar musiziert. Diese musikalische Interpretation von Bruckners Te Deum habe ich noch nie gehört. Es hat Freude gemacht, dem Chor zuzuhören und ihnen zuzusehen."

"So viel wie bei Ihrem Dschungelbuch haben wir lange nicht mehr gelacht. Es war ein sehr vergnüglicher Abend. Danke."

"Sie sind aber eine musikalische Grenzgängerin aus Überzeugung. Tolle Bearbeitung, das Weihnachtsoratorium in einer neuen Perücke!"

"Sehr geehrter Frau Rohe,

vielen Dank für die wunderbare Inszenierung der Carmina Burana. Ich gehe mit meiner Frau in sehr viele Konzerte. Ihre Aufführung war einzigartig, ein Genuss für uns. Vielen Dank!

Und Ihnen als Dirigentin und Regisseurin, herzlichen Glückwunsch! Das war eine hervorragende Leistung!"

Ihr Dr. NN

"Ihr Chor hat so eine wunderbar freundliche Ausstrahlung. Das tut gut. Danke." (Stimme: Allendorfer Weihnachtsmarkt Eröffnungskonzert)

III. Zu meiner Person

Obwohl ich nun seit 20 Jahren im Raum Sundern praktiziere, bin ich eigentlich gar kein echter Sauerländer, denn ich bin 1965 in Vechta in Norddeutschland geboren und zog erst 1970 mit meiner Familie nach Sundern, da mein Vater dort eine Stelle als Lehrer bekam.
Meine Mutter "pflegte" sehr die klassische Musik und stellte uns – meine beiden Brüder und mich – vor die vollendete Tatsache, ein Instrument zu erlernen. Das gehöre einfach zum Leben. Wir suchten uns ein Instrument aus. Mein großer Bruder lernte Geige, ich Klavier und mein kleiner Bruder Horn. So erhielt ich mit 8 Jahren meinen ersten Klavierunterricht. Als ich 14 Jahre alt war, durfte ich mir noch ein zweites Instrument aussuchen. Ich wählte das Violoncello. Mit 16 Jahren entdeckte ich meine pädagogische Ader und erteilte die ersten Klavierstunden. Das aktive Mitwirken im Streichorchester und in diversen Chören prägte meine Kinder- und Jugendzeit sehr.
Nach dem Abitur widmete ich mich dem Lehramtsstudium in Köln, Paderborn und Münster mit den Fächern Musik, Deutsch, Pädagogik und Psychologie.
In der Zeit arbeitete ich studienbegleitend als Klavierlehrerin an der Musikschule Iserlohn und setzte mich sehr intensiv mit der Chorleitung auseinander. 1987 gründete ich den Kinder- und Jugendchor Sundern und machte meine ersten vorsichtigen Erfahrungen im Dirigieren.
Falsch: Meine ersten Dirigiererfahrungen machte ich bereits mit 9 Jahren:
Das Dirigieren kann faszinierend sein. Immer wenn ich ein Konzert besuche, beobachte ich besonders den Dirigenten. Daran erkenne ich, wie "tiefgreifend" musiziert wird.

Ich gründete im Laufe der Jahre noch mehrere Chöre: die "Dirty Tones", einen Gospelchor, die "Heuler", ein Gesangsquartett, den Chor "Barditus" sowie die "Amadeus Sängerknaben". Aufführungen wie "Tom Sawyer", "Die Kölner Heinzelmännchen", "Jesus Christ Superstar", "Die Westside Story", "The young Messiah", "Das Dschungelbuch", die "Carmina Burana", das Mozart Requiem, "König der Löwen", das Weihnachtsoratorium von Bach im Gospelgewand, das "Te Deum" von Bruckner und "Sister Act a` la Barditus" machten den Raum Sundern "unsicher". Aber schon während dieser intensiven Musikphase in meinem Leben interessierte ich mich für die Naturheilkunde. Ich las Bücher über die alten Naturheiler (wie z.B. Kneipp) und Ärzte, über asiatische Naturheilverfahren usw.. Ein innerer Drang

begann mich in Richtung Naturheilkunde zu ziehen. So fing ich nach Beenden des Lehramtsstudiums an der Wilhelmsuniversität Münster an, Medizin zu studieren und besuchte begleitend die Deutsche Paracelsusschule für Naturheilverfahren.

Nach dem Heilpraktikerexamen arbeitete ich ca. 2 Jahre in Krankenhäusern, bei Fachärzten, bei der Rettungswache und bei verschiedenen Heilpraktikern und besuchte viele Seminare über diverse Naturheilverfahren.
1995 eröffnete ich meine eigene Naturheilpraxis in Sundern. 1998 folgte noch eine berufsbegleitende Ausbildung über 2 Jahre zur Ayurveda-Therapeutin in München, inclusive eines Auslandaufenthaltes in Sri Lanka, wo ich mit der Original Ayurvedakur (Pancha Karma Kur) konfrontiert wurde.
2002 kaufte ich ein altes Bauernhaus in Allendorf (Vorort von Sundern) und funktionierte es in meine Praxis um.
Nach der langen und intensiven Auseinandersetzung mit der Medizin und der Naturheilkunde, versuche ich die Stimmerziehung seit einigen Jahren beruflich miteinzubeziehen, um die Präventivmedizin auch auf einem anderen Wege zu unterstützen, denn, wie bereits ausführlich beschrieben, haben Naturheilkunde und Musik vieles gemeinsam: beide können sehr stark die Selbstheilung fördern und die Persönlichkeitsentwicklung fördern. ("Naturheilkunde" siehe Kapitel II).
So habe ich im Jahr 2004 in dem Altbau meines Hauses eine Knabenchorschule eingerichtet, um über die ganzheitliche Stimmerziehung die klassische Musik und die Gesundheit bei Kindern zu fördern. 2008 trat die Musikschule HSK an mich heran und übernahm das Projekt.
Im Jahr 2007 nahm ich an einer einjährigen berufsbegleitenden gesangspädagogischen Ausbildung vom Bundesverband deutscher Gesangspädagogen (BDG) in Frankfurt teil.
Momentan beschäftige ich mich ganz intensiv mit einer dänischen Gesangstechnik, die eine ganz enorme Auswirkung auf jede Stimme haben kann. "Einfach" und "natürlich" sind die Schlagwörter, wie in der Naturheilkunde! Durch sie kann das Stimmvolumen eines jeden Laiensängers wesentlich verbessert und die unterschiedlichen Klangfarben in der Stimme gefördert werden.

Neben der ganzen Arbeit, habe ich aber nie meine Hobbys, die zu meinem Leben gehören, vergessen:

Die Chorarbeit:

u.a. mit dem Chor Barditus, der in diesem Jahr sein 20-jähriges Jubiläum mit "Sister Act a` la Barditus" gefeiert hat.

Das Tanzen:

Ich habe viele Jahre in einem Gesellschaftskreis getanzt. In einer harmonischen Art und Weise den Körper zur Musik zu bewegen, bedeutet für mich pure Entspannung und Ausgleich. Ich hoffe, dass ich dazu wieder bald Zeit finden werde.

Meinen Hund,

der im letzten Jahr leider verstorben ist: Ich liebe den Umgang mit Tieren und bin immer erstaunt was wir von ihnen lernen können. Mein treuer Begleiter "Festus" hat mir in den 13 Jahren sehr viel gezeigt und hat mein Interesse für die Tierkommunikation geweckt. Die Gedankenbilder der Tiere zu "lesen", ist für mich ganz spannend.

Meine Neffen:
Ich liebe den Umgang mit Kindern. Sie sind ehrlich und natürlich.

Das Skifahren:
Immer wieder fahre ich in die Berge und genieße den Wintersport und die gute Luft:

"Dort oben verliert dann der Mensch, vor lauter Glück und Panorama, den letzten Rest von Verstand, bindet sich Bretter an die Schuhe und saust durch Harsch und Pulverschnee, über Eisbuckel und verwehte Weidezäune hinweg, mit Sprüngen, Bögen, Kehren, Stürzen und Schussfahrten zu Tale."

(Erich Kästner)