

Stress, Erschöpfung, Schlafstörungen und vegetative Labilität als Zeichen von **DYSREGULATION**



Bedeutung, Auswirkung und Behandlung mit der Psychosomatischen Energetik Anspannung ist ein natürliches Phänomen und gehört zum Menschsein ebenso dazu wie Ruhe. Leben besteht aus einem ständigen Wechsel zwischen Anspannung und Entspannung. Kritisch wird es jedoch, wenn Situationen von Anspannung überhandnehmen und Möglichkeiten zum Spannungsabbau blockiert sind.

Chronischer Stress belastet im Laufe der Zeit das empfindliche Gleichgewicht, was nicht ohne Folgen bleibt. So erklären sich vegetative Herzbeschwerden, Blutdruckstörungen, Behinderungen der Atmung, Schlafstörungen, Gewichtsabnahme, psychische Labilität oder Erschöpfungszustände, um nur einige von vielen möglichen Symptomen zu nennen.

Über Bewusstsein, Sinne und Nerven kommuniziert der Mensch mit der Außenwelt und tauscht mit ihr Informationen aus. Eine chronisch überhöhte Belastung mit Umweltreizen führt jedoch zu entsprechenden Überforderungsprozessen. Diese können sich dahingehend verselbstständigen, dass Körper und Seele dauerhaft auf das „Programm Stress“ eingestellt sind, aus dem sie keinen Ausweg mehr finden.

Häufige Überlastungssituationen signalisieren dem Menschen, dass es im Moment keinen Raum gibt, um sich adäquat zu regenerieren und in Balance zu halten. Dieser Zustand benötigt dann eine sensible und effiziente Behandlung. Dabei kann die Psychosomatische Energetik (PSE) hilfreich sein, weil sie durch Auffinden energetischer Blockaden und deren sanfte Auflösung mithilfe spezieller Homöopathika, die einen nachhaltig kräftigenden Effekt besitzen, zurück zur Gesundheit und einer Stabilisierung des Gleichgewichts von Körper, Geist und Seele führt. Der Teufelskreis von Erschöpfung und mangelnder Erholung wird durchbrochen und durch aufbauende Impulse ersetzt. Im Laufe von wenigen Wochen und Monaten können sich die Funktionssysteme des belasteten Menschen nachhaltig erholen.

Die PSE, auch als „Energiecheck“ bezeichnet, deckt Energieblockaden und deren dazugehörige seelische Themen auf, um diese mit individuell ausgetesteten Arzneimitteln nach

und nach abschmelzen zu lassen. Dadurch bekommen Körper und Seele Impulse und können sich neu strukturieren, sodass Heilwerdung eintreten kann.

Aus meiner langjährigen Erfahrung als Heilpraktiker und zertifizierter Energietherapeut kann ich von vielen positiv verlaufenden Fällen in meiner naturheilkundlichen Praxis berichten. Zur Veranschaulichung und Vorgehensweise möchte ich nun einen Fall schildern:

Ein Mann Mitte 50 kommt wegen Erschöpfung und Schlafstörungen in meine Praxis. In der Anamnese erzählt er mir, dass er sich in seinem Beruf als Manager einer großen Werbefirma überfordert fühle, völlig kaputt sei, sich kaum mehr konzentrieren könne und trotz der körperlichen Erschöpfung schlecht schlafe. Von Zeit zu Zeit habe er Schwindelanfälle, Herzrasen und Panikattacken, lässt er mich weiter wissen, und dass er ab und an Angst verspüre, seiner Aufgabe nicht mehr gewachsen zu sein, ihm nichts mehr richtig Spaß mache, manchmal alles so sinnlos erscheine. Er sei am Limit angekommen und will jetzt, nachdem schulmedizinisch keinerlei Befund diagnostiziert werden konnte, einen anderen Weg gehen, weil er weiß, dass er diesem Teufelskreis entkommen möchte.

Ich vermute, dass er kurz vor einem Burnout steht oder schon mitten drin ist und es höchste Zeit ist, etwas zu unternehmen, sodass er zurück zu seiner Lebensfreude und Energie findet, die ihm mittlerweile abhanden gekommen ist. Dazu benötige ich zunächst einmal seine Energiewerte, die mithilfe eines speziellen Gerätes und dem Armlängenreflextest nach van Assche, ein kinesiologischer Test, ermittelt werden.

Es verwundert mich nach seinen Schilderungen nicht, dass sein Vitalwert, der die körperliche Fitness darstellt, ziemlich schlecht ist, wie auch sein Emotionalwert, welcher mit dem seelischen Gleichgewicht, der guten Laune, der Lebensfreude, dem Antrieb zu tun hat, sowie sein Mentalwert, d. h. sein Denkkapazität, der für die Alltagstauglichkeit zuständig ist. Die Werte spiegeln sein Empfinden und seine Aussagen völlig wider. Der Körper zeigt eine Blockade im Zentrum des Unterbauches auf, wo es um die Entwicklung von Mut und

Kraft in der Auseinandersetzung mit Stress und bedrohlichen Situationen geht. Ich und die Welt – Eigenfindung ist mitunter angesagt. Das dazugehörige seelische Thema heißt Durchhalten, somatisierte Ängste, d. h. Ängste, die in den Körper gehen. Selbstbeherrscht sein wollen trotz des Gefühls der Hilflosigkeit steht in seinem Programm. Überforderung und Durchhalten fast um jeden Preis hat er sich auf die Fahne geschrieben.

Als Akutmittel testet Anxiovita, welches hilfreich bei allen Formen von Angst, Panik und Unruhezuständen ist sowie Stress im Körper signalisiert und abbauen hilft. Des Weiteren zeigt Paravita an, welches Verkrampfungen löst und Erschöpfungszustände, die nach langem Stress auftreten, bessert.

Als ich ihm all das Gefundene erzähle, staunt er, kann sich aber ganz und gar damit identifizieren. Es geht also darum, das Gefühl zu haben, keine innere Stärke mehr zu besitzen und dass der Körper angstvoll reagiert, der Kopf aber stark sein möchte. Die Fähigkeit entwickeln, eigene Grenzen anzuerkennen und Erholung zu suchen ist eine Lernaufgabe für ihn. Inneren Stress zu überwinden als auch Vertrauen darin zu entwickeln, dass in Ruhe alles leichter geht, sollte ihm bewusst werden.

Als Hausaufgabe bekommt er zusätzlich zur Tropfeneinnahme den Lösungssatz mit, der im Sinne einer Wegweisung gesehen und benutzt werden kann, um seine Eigenverantwortung zu stärken: „Ich weiß, dass mein Körper seine eigene innere Weisheit hat, in der ich sicher aufgehoben bin,“ oder anders ausgedrückt: „Ich lerne, dass ich tief in mir weiß, was gut für mich ist. Mein Kopf und mein Körper sind sich einig.“

Des Weiteren bitte ich ihn in unserem Gespräch einmal nachzudenken, ob und wenn ja, was er bei seiner Arbeit verändern kann.

Er ist drei Monate damit beschäftigt, diese Blockade aufzulösen und wird danach erneut vorstellig bei mir. In der Zweitkonsultation erfahre ich, dass zwischenzeitlich eine Umwandlung zum Positiven hin geschehen ist und er die Stelle innerhalb der Firma gewechselt hat. Er spüre zwar noch Stress, aber lange nicht mehr so oft, und könne gelassener damit umgehen. Seine Beschwerden haben

sich wesentlich gebessert, er kann sich wieder besser konzentrieren, sein Schlaf ist erholsamer, sein Herzrasen tritt nur noch selten auf, die Schwindelanfälle sind weniger geworden, seine Panikattacken und Ängste haben sich auf ein Minimum reduziert. Er wisse, dass das natürlich noch nicht das Ende der Behandlung sei und will dran bleiben, um weitere Energieblockaden mit den dazugehörigen seelischen Themen anzugehen, sodass sein Körper wieder selbstständig regulieren kann und er zurück ins Gleichgewicht kommt.

Nach ca. einem Jahr fühlt er sich wie neu geboren, hat eine unbändige Energie, kann verschiedene Dinge, sei es im privaten oder beruflichen, viel gelassener sehen, ist einfach freier und gelöster geworden. Aus diesem und anderen ähnlich gelagerten Fällen kann ich aus langjähriger Praxiserfahrung folgendes Fazit ziehen:

Die Psychosomatische Energetik (PSE) ist eine denkbar einfache, ganzheitliche und kostengünstige Therapiemethode, bei der Energiedefizite mit entsprechenden seelischen Themen selbst nach Jahren oder gar Jahrzehnten aufgedeckt werden können, um diese mit entsprechenden homöopathischen Komplexmitteln sanft zu beheben. Durch Auflösung energetischer Blockaden kann der Patient aus dem Teufelskreis von Stress, Hektik und Nervosität aussteigen, um danach gestärkt, zufrieden, freudvoll und authentisch hervorzugehen. Meine Aufgabe ist es, ihm zu vermitteln, dass er die Verantwortung für sich selbst trägt, ich ihn zwar begleiten, den Erfolg aber nicht für ihn „machen“ kann.

Zuwendung, Vermittlung von Freude, Zuversicht, Hoffnung sowie die Impulse der Mittel können Heilprozesse in Gang setzen und sind ein wichtiger Bestandteil auf dem Weg zur Gesundung. Denn nur wenn uns genügend Lebensenergie durchströmt, fühlen wir uns wohl, arbeitet unser Immunsystem ungestört und sind wir ausgeglichen.



Uwe Volker Schoch
Heilpraktiker und
zertifizierter Energie-
therapeut

schoch-uwe@t-online.de