



esogetics

**DIE FARBPUNKTUR UND
ESOGETISCHE MEDIZIN
NACH PETER MANDEL**

Peter Mandel
BURNOUT - ANGST - DEPRESSIONEN
BEHANDLUNGEN MIT DER FARBPUNKTUR UND KRISTALLTHERAPIE

Informationen zu Ausbildungen, Seminaren und Geräten:

esogetics GmbH

Hildastr. 8 • D-76646 Bruchsal

Tel. +49 (0)7251-80010 • Fax +49 (0)7251-800155

info-de@esogetics.com

esogetics GmbH – Niederlassung Schweiz

Hirschmattstr. 16 • CH-6003 Luzern

Tel. +41 (0)41-4205836 • Fax +41 (0)41-4205936

info-ch@esogetics.com

<http://www.esogetics.com>

*Alle Unterlagen, Beiträge und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt.
Verwendung und Nachdruck, auch auszugsweise, bedarf der schriftlichen Einwilligung.
© Copyright by Internationales Mandel-Institut für Esogetische Medizin, Bruchsal*

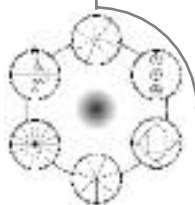


BURNOUT - ANGST - DEPRESSIONEN BEHANDLUNGEN MIT DER FARBPUNKTUR UND KRISTALLTHERAPIE

„Burn out“ – ein moderner Begriff für eine Erkrankungsform, welche es schon immer gegeben hat. Früher nannte man die ausgeprägte Symptomenkette des „Burn out Syndroms“ schlicht „Nervenzusammenbruch“. Der moderne Begriff „Burn out“ wurde 1974 durch den Psychoanalytiker Herbert Freudenberger geprägt. „Burn out“ bedeutet „ausbrennen“, „ausgebrannt sein“ und zeigt sich insbesondere durch „innere Leere“, Erschöpfung und Leistungsabfall. Dies jedoch sind nur allgemeine Symptome, welche bei allen Burn-out-Kranken festzustellen sind. Man glaubte lange, dass diese Krankheit in der Hauptsache die so genannten „helfenden Berufe“ betrifft, also Ärzte, Altenpfleger, Priester, Psychologen, Lehrer, Krankenschwestern usw. Heute kann man erkennen, dass alle Berufsgruppen und alle Menschen gefährdet sind. Medizinisch ist es schwer, das „Ausgebrannt-Sein“ zu klassifizieren und die vielfältigen Symptome zu einer Diagnose zusammenzufassen. Bisher konnte das „Leiden“ durch wissenschaftliche Untersuchungen nicht klar definiert werden. Wenn Menschen oft viele Monate oder Jahre über chronische Müdigkeit oder Energielosigkeit klagen, so finden die klassischen medizinischen Untersuchungen keinerlei Ursachen hierfür. Auch wenn in der Folge dann körperliche Beschwerden hinzukommen, wie Herzstiche, Kopfschmerzen, Schwindelgefühle, Konzentrations- und Gedächtnisstörungen oder auch sexuelle Probleme, findet man keine Ursache auf der Körperebene. Also wird das Burn out Syndrom als psychische Erkrankungsform klassifiziert und eingeordnet. Die Problematik ist jedoch umfassender, wenn man bedenkt, dass es keine körperlich manifeste Erkrankung geben kann, bei der die so genannte Psyche (besser wäre: Seele) nicht beteiligt ist. Dabei wäre die Hierarchie der Entwicklung solcher oft lebensbedrohlicher Krankheitsformen zu bedenken. Gemäß der Erkenntnis, dass „nichts vom Himmel fällt“ und alles, was ist, „sich entwickelt“, erhärtet die Tatsache, dass sich eben alles „vom Feinen zum Groben“ entwickeln muss. Wenn „Burn out“ übersetzt „Ausgebrannt Sein“ bedeutet, so setzt dies voraus, dass davor ein gewaltiges Feuer gebrannt haben muss. Ein solches „Feuer“ aber erzeugt immer und in jedem Fall „Stress“, und hier sind sich die meisten Autoren einig, dass „Stress“, der andauert, der erste Schritt zum Burn out Syndrom ist. Aber welcher Stress ist es, welcher mit der Zeit das „Feuer“ löscht? Stress an sich ist zweifellos gesund, wenn nach der Anspannung die Phasen der Entspannung folgen. Wenn wir Menschen in dieser Dynamik leben würden, würden wir mit hoher Wahrscheinlichkeit weniger krank werden oder sein.

Betrachten wir zunächst die Entwicklung des Burn out, so wie sie heute durch behandelnde Psychologen und Therapeuten beschrieben wird.

In der Anfangsphase zeigen die meisten Betroffenen ein ausgeprägtes Engagement für hochgesteckte Ziele, zum Beispiel im Beruf. Sie tun alles, um quasi „unentbehrlich“ zu sein, und dabei verleugnen sie ihre eigenen Grundbedürfnisse. Im Gegenteil, um „immer besser“ zu werden oder zu sein, beherrscht die Sucht nach immer mehr das Privatleben und damit die notwendigen Entspannungsphasen. Diese Menschen sind geprägt vom Gefühl, „nie Zeit zu haben“. Sie planen den nächsten Tag im Detail schon am Abend vorher und nehmen diesen „gedanklichen Stress“ mit in die Nacht. Die Folge ist, dass solche Menschen nicht mehr rhythmisch schlafen können und deshalb am Morgen müde sind und



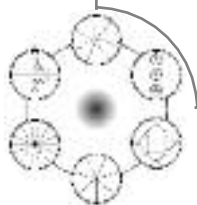
sich abgeschlagen fühlen. Die eigenen Vorgaben für den jetzt beginnenden Arbeitstag müssen erfüllt werden, demnach brennt die Flamme so gut sie es noch kann. Der Energieaufwand wird jedoch immer größer, sodass in der zweiten Phase der Entwicklung die zwangsläufige Verringerung des beruflichen Einsatzes folgt. Die „Flamme“ wird schwächer, und in dieser Phase verlieren die Menschen bereits einen großen Teil ihrer positiven Gefühle gegenüber Kollegen, Angestellten, Klienten etc. Jetzt machen sich Gefühle breit, nicht genügend anerkannt zu sein oder sogar „ausgebeutet“ zu werden. Das Rad des Verderbens dreht sich dabei immer schneller. Durch die nun gefühlte Existenzangst, Angst vor dem Jobverlust usw. kommen nun auch Konflikte in der Partnerschaft oder Familie hinzu. Mit der Zeit sind dann reduzierte Selbstachtung, Schuldgefühle, das Gefühl, dass man nichts ändern kann und Hilflosigkeit hinzu. Bevor die Flamme erlischt, ist ein letztes Aufflackern zu erkennen, welches sich durch Ungeduld, Aggression, Misstrauen, Reizbarkeit und Launenhaftigkeit äußern kann. Gedächtnis und Konzentration lassen nach, und jetzt entsteht die Unfähigkeit, Entscheidungen zu treffen.

Nun kommen körperliche Beschwerden und Symptome hinzu. Das Abwehrsystem des Körpers wird schwächer, und wie vorher gesagt, klagen die Menschen über umfangreiche Beschwerden, welche bei medizinischen Untersuchungen keine Ursache erkennen lassen. Der Begriff „psychosomatische Störungen“ steht meist als Diagnose auf den einschlägigen Befunden. Immer mehr werden diese Symptome oft trotz umfangreicher Medikamente, welche für die vielfältigen Beschwerden eingenommen werden. In der Folge kommt es – wie es Herbert Pruida besser ausdrückt – zum „Infarkt der Seele“. Jetzt sind die Menschen angekommen, kein Feuer brennt mehr, alles wird dunkel, und sehr oft fallen sie dann in tiefste Depressionen.

Obwohl die vielfältigen Beschwerdekompexe und die Entwicklung des Burn out nun meist ähnlich sind, bin ich heute der Meinung, dass die Ursache hierfür als individuell zu betrachten ist. Man spricht vom „Ausgebrannt Sein“, vom „Infarkt der Seele“ und davon, dass sich die „unbewusste Psyche“ verändert.

Nochmals: Vor dem Groben kommt das Feine – und hier müssen wir überlegen, ob es nicht doch Gründe in unserem Unterbewusstsein gibt, welche erst den Weg in das Burn out Syndrom möglich machen. Eines der wichtigsten Kriterien scheinen längst vergangene Konflikte zu sein. Alle Patienten, welche ich gesehen und behandelt habe, berichteten auf Nachfrage über Konflikte und Trauma, welche sich vor dem Ende der Pubertät ereignet hatten. Schon lange wissen wir, dass in der Zeit bis zur Pubertät Entwicklungsschübe ablaufen, welche ich mit Bewusstseinssprüngen in Verbindung bringe. Diagnostisch können wir Belastungskriterien der Menschen in dieser Zeit empirisch relativ gut zuordnen. Im folgenden möchte ich Zusammenfassen:

1. Jeder Burn out Patient hat wissentlich oder unbewusst erhebliche Gefühlskonflikte vor der Pubertät mitgemacht.
2. Dies können sogar pränatale Belastungen oder Unregelmäßigkeiten bei der Geburt gewesen sein (Geburtstrauma).
3. Wir Menschen können nichts vergessen, alles wird registriert und aufgezeichnet. Demzufolge werden sich Traumata und Konflikte ein Leben lang melden.

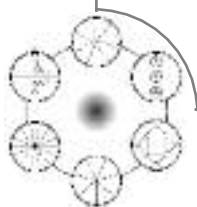


4. Konflikte sind dazu da, dass wir sie lösen. Dieser Ansicht war der große Physiker David Bohm. Dies würde allerdings bedeuten, dass der Mensch Konflikte braucht, um sich auf seinem Lebensweg entwickeln zu können.
5. Burn out kranke Menschen sind in den Phasen des Anfangs getriebene Persönlichkeiten. Sie suchen im Außen den persönlichen Erfolg, „koste es, was es wolle“. Die Ignoranz der seelisch-psychischen Notwendigkeiten, zum Beispiel die nach dem Stress notwendige Entspannung, die Freude an dem, was man geschafft hat.
6. Immer wenn Probleme des Alltags bleiben, werden sie größer, und die Lösungsansätze immer geringer. Folgen sind immer zuerst Druck im Oberbauch, Müdigkeit und Abgeschlagenheit am Morgen.
7. Burn out kann alle Menschen treffen, die Dunkelziffer der bereits Erkrankten ist groß. Sehr oft funktionieren diese Menschen aufgrund ihres Willens, leben dabei aber von der Substanz. Dies mündet immer und in jedem Fall in irgendwelche Symptome und Krankheiten.
8. Die Prophylaxe ist hierbei groß geschrieben. Dies auch ohne Betrachtung des Burn out. Vorher etwas tun, bevor wir es negativ zu spüren bekommen, wird sogar vom medizinischen Etablissement empfohlen.

Dass wir uns gut ernähren, weniger rauchen und trinken und für ausreichende Bewegung sorgen sollten, ist – glaube ich – jedem bekannt. Die Fitness des Körpers und seiner Zellen entspricht dem Expliziten und ist damit Ausdruck der impliziten Informationen aus unserem unbewussten seelisch-psychischen Raum. Selbst die beste Prophylaxe wird auf Dauer aber nicht greifen, wenn wir es versäumen, den oft lange bestehenden Konflikten und Konditionierungen bewusst zu begegnen, sie aus der Starre zu lösen, um sie dann zu ordnen. Was wir erlebt haben, können wir nicht auflösen oder auslöschen. Bleibt also die Möglichkeit, das, was durcheinander und für uns chaotisch ist, zu ordnen.

Seit über drei Jahrzehnten suche ich nach therapeutischen Möglichkeiten der Konfliktlösung, und viele hervorragende Ansätze sind entwickelt worden. In diesem Zusammenhang habe ich für mich den Begriff „nonverbale Psychologie“ entwickelt. Dabei stellte ich mir vor, dass Reflexe ins Unbewusste des Menschen die Starre, welche Konflikte und Traumata erzeugen, sanft berühren, um den Informationsgehalt innerhalb des „Starr-Seins“ der Blockade fließender Information zu lösen. Die heutigen Erkenntnisse der verschiedensten Wissenschaften – wie ich es vorher beschrieben habe – geben mir bei diesen Vorstellungen Recht. Wenn wir also von Vorbeugung und Prophylaxe sprechen, sollten wir bei unseren inneren Welten beginnen.

Ich glaube, dass es an der Zeit ist, die Menschen zu lehren, wie sie sich ohne Psychoanalysen oder umfangreiche Behandlungen selbst oder gegenseitig befreien können. Auf der einen Seite steht das Unbewusste, Verhüllte, Implizite; auf der anderen Seite das Wach- oder Ich-Bewusstsein, welches die Begriffe „Enthüllt“ oder „Explizit“ umfasst. In der Mitte liegt die Quelle der Information, die nach beiden Seiten Beziehung hat.

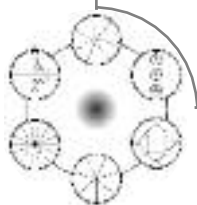


Die Behandlung des Burn out Syndroms

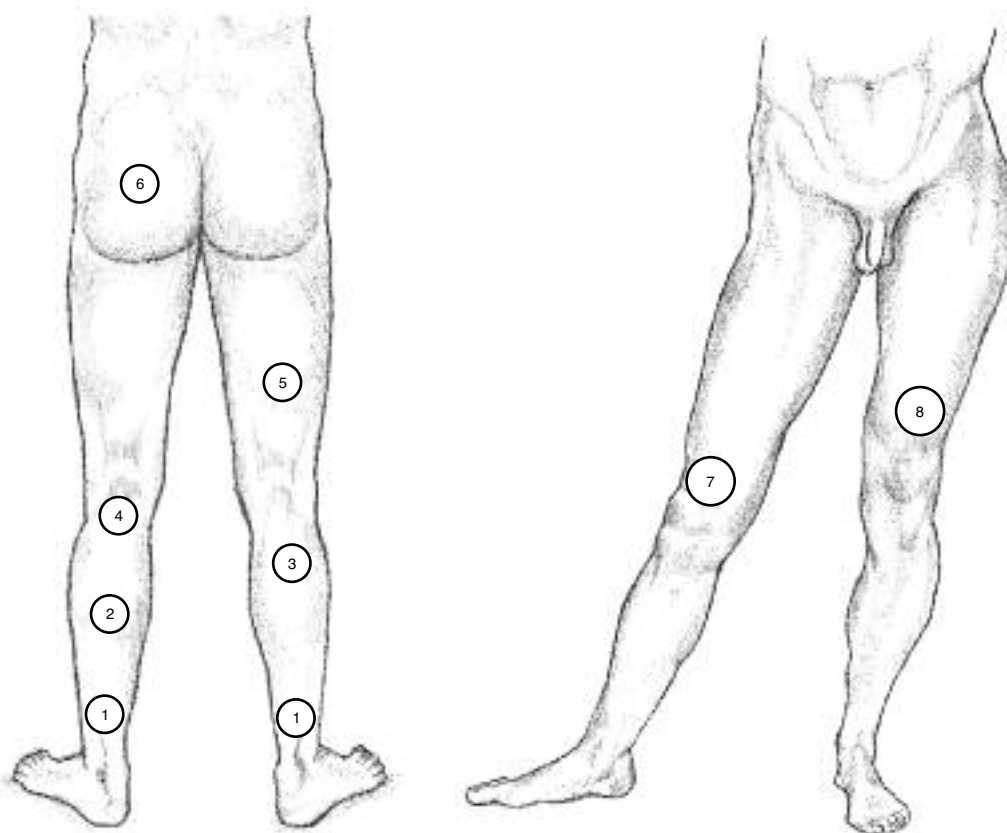
Es versteht sich von selbst, dass das Burn out Syndrom von fachkundigen Ärzten, Heilpraktikern und Therapeuten behandelt werden muss. Alle Betroffenen brauchen die Hilfe von Spezialisten, welche sie auf geistiger, seelischer und körperlicher Ebene beraten und führen können. Die Einstellung der Patienten ist für den Erfolg entscheidend. Er muss bereit sein, eigenverantwortlich zu einem neuen Lebens- und insbesondere einem neuen Arbeitsstil zu finden und dies auch zu wollen. Die Behandlung der Patienten ist oft sehr langwierig und scheitert nicht selten an der unbewussten und fest ausgeprägten Ungeduld dieser Menschen. Auch aus diesem Grund ist es heute von entscheidender Bedeutung, im Vorfeld des „Ausbrennens“ vorbeugende Maßnahmen zu ergreifen. Dabei ist die Anfangssymptomatik, welche wir heute so oft antreffen, richtungsweisend.

1. Schlafstörungen → dadurch
2. chronische Müdigkeit → dadurch
3. Energiemangel → dadurch
4. Konzentrationsstörungen.

Der Schlaf ist es, welchem wir uns zuwenden müssen – und hierbei müssen wir insbesondere die Schlafrhythmik beachten. Dies beinhaltet im Besonderen die nächtlichen „erinnerlichen“ Träume. Wir alle träumen jede Nacht – und dies fünf bis sieben mal, je nachdem, wie lange wir schlafen. Wichtig erscheint mir jedoch, dass wir uns wenigstens an einen dieser „nächtlichen Filme“ erinnern können. Wir beobachten seit langer Zeit, dass kranke Menschen (körperlich und psychisch) sehr oft und über lange Zeit keine erinnerlichen Träume haben. Schon vor über 25 Jahren ist mir dies bei meinen Patienten aufgefallen. Ich entwickelte die „Esogetische Traumtherapie“ und konnte dabei beobachten, dass Menschen, die sich wieder an die „Bilder der Nacht“ erinnern, wesentlich besser zu behandeln sind. Gleichzeitig mit den erinnerlichen Träumen bekommt der Mensch eine bessere Schlafrhythmik und kann dadurch besser regenerieren. Nur im Schlaf, wenn das Denken, Fühlen und Handeln und die Sinne weitestgehend ausgeschaltet sind, wird im Tiefschlaf (Non-REM-Phasen) der Körper und seine Zellen und im Traumschlaf (REM-Phasen) das Gehirn und Nervensystem regenerieren. Wie wichtig es ist, einen ausgewogenen Schlafrhythmus zu haben, erklärt sich aus dem Regenerationsbedürfnis, welches alles, was lebt, hat. Wie wir immer wieder beobachten, sind morgendliche Müdigkeit und Abgeschlagenheit Folge veränderter Schlafrhythmik. Wir können heute – wie vorher gesagt – die Träume der Nacht anregen. Über 150 Traumzonen auf der Haut konnte ich entdecken und beschreiben. Dabei gibt es so genannte „Grundzonen“, welche ich Ihnen nachstehend darstellen und beschreiben möchte. Probieren Sie es aus, und Sie werden nach kurzer Zeit erkennen können, wie befreiend diese einfachen Manipulationen sind.



Die Grundzonen des Träumens



Diese acht Zonen sind einfach zu finden und zu manipulieren. Ich habe festgelegt, dass man immer drei Zonen miteinander kombiniert. Die Vorgehensweise ist denkbar einfach:

1. Man sucht sich die drei Zonen aus, die man einsetzen will.
2. Man bürstet mit einer Hautbürste diese drei Zonen.
3. Jetzt reibt man jeweils 2-3 Tropfen des Esogetischen Wildkräuteröls relax in diese Zonen ein.
4. Danach legt man sich zum Schlafen.

Nachstehend die Beschreibung dieser Zonen.

Zone 1

Hier sind Ausscheidungen und Loslassträume möglich. Kombination mit Zone 3 und Zone 8.

Zone 1 liegt oberhalb der Stelle, wo die Achillessehne beginnt. Alle Zonen besitzen eine Ausdehnung von ca. 10 cm, wobei es auf etwas mehr oder weniger nicht ankommt.



Zone 2

Träume der Körperlichkeit, eventuell animalische oder sexuelle Träume sind möglich, auch existenzielle Träume.

Diese Zone liegt exakt in der Mitte der Wade. Kombination mit Zone 4 und Zone 6.

Zonen 3 und 4

Beide Zonen zeigen sehr spezifische Träume, welche ausschließlich mit den verdrängten Konflikten zu tun haben.

Zone 3 liegt exakt zwischen Zone 2 und Zone 4. Zone 4 liegt in der Kniekehle. Kombination der Zone 3 mit den Zonen 5 und 7, Zone 4 mit den Zonen 6 und 8.

Zone 5

Diese Zone finden wir exakt in der Mitte des hinteren Oberschenkels.

Hier werden meist schöne Träume angeregt, aber auch Träume, welche bis zu den Konflikten der Kindheit reichen können. Kombination mit Zone 2 und Zone 7.

Zone 6

Sie liegt in der Mitte des Gesäßes. Die von dort ausgelösten Träume haben alle mit Gefühlen, welche oft jahrelang unterdrückt wurden, zu tun. Es ist im weitesten Sinne eine Zone der Bewusstseinsweiterung. Kombination mit Zone 2 und Zone 4.

Zone 7

Diese liegt direkt oberhalb der Kniescheibe.

Hier berichten die Menschen von besonders vielen Bildern, die schnell wechseln. Das Gebiet oberhalb der Kniescheibe gehört zu den mentalen Gebieten. Man kann annehmen, dass die Träume auf ungelöste innerseelische Vorgänge hinweisen. Kombination mit Zone 3 und Zone 5.

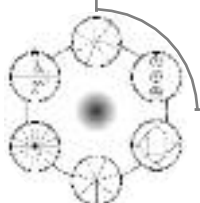
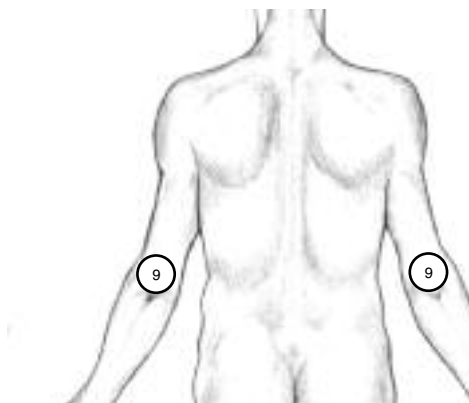
Zone 8

Diese Zone liegt eine Handbreit oberhalb der Kniescheibe und hat eine Ausdehnung von ca. 10 cm nach oben. Ich bezeichne diese Zone als „Zone der Wünsche“. Kombination mit Zone 1 und Zone 4.

Zone 9: Mentale Zone

Förderung der generellen Traumbereitschaft
 Richtiges Träumen fördert die innere Befreiung von Unruhe, Angst und Verkrampfung - Voraussetzung für das seelische Gleichgewicht.

Die Zone liegt vom Ellenbogen Richtung Oberarm auf der Rückseite

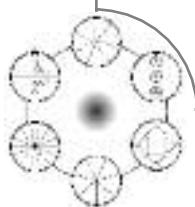
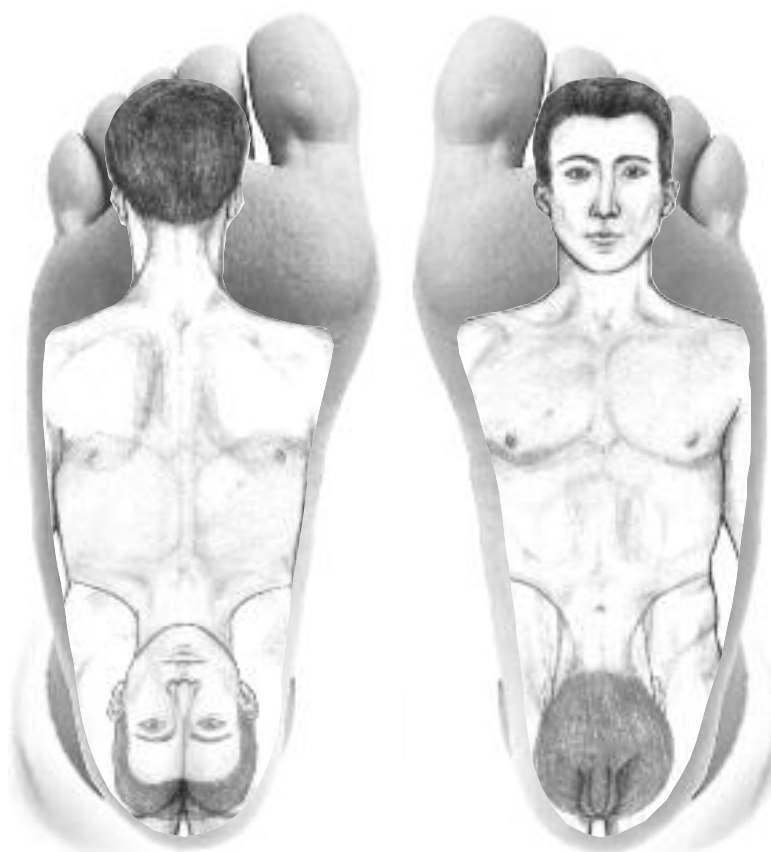


Wichtig ist, dass man nicht mehr als drei Zonen am Abend behandelt und dass man das Esogetische Wildkräuteröl intensiv in die Zonen einreibt.

Diese Traumbehandlung kann man immer und jederzeit wiederholen. Es hat sich bewährt, alle Zonen im Wechsel und mit allen angegebenen Kombinationen zu behandeln. Immer müssen beide Seiten behandelt werden, also das linke und das rechte Bein.

Zu der Traumtherapie kann man am Abend eine sehr einfache punktuelle Massage von jeweils drei Punkten auf der Fußsohle hinzu kombinieren. Hierzu nachstehend einige Erklärungen. Es ist wohl allen bekannt, dass die Fußsohlen des Menschen alle Organe und Systeme des Körpers spiegeln. Vor vielen Jahren erkannte ich den so genannten „umgedrehten Menschen“. Viele neue Reflexfelder wurden entdeckt. Da sich alles in allem spiegelt, lag es nahe, diesen umgedrehten Menschen auf die Fußsohlen zu projizieren.

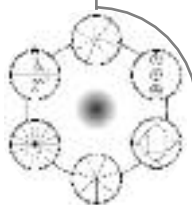
Der umgedrehte Mensch im Reflexfeld der Fußsohlen



Auch hier konnten wir durch die Projektion sehr viele neue Reflexbereiche erkennen und in unsere Behandlungskonzepte mit einbeziehen. Es fällt auf, dass im Bereich des Fuß-Quergewölbes das Schulter-Nacken-Gebiet, in der Mitte des Fußes der Solarplexus und in der Mitte der Ferse das Gesichtsfeld und der Hinterkopf abgebildet sind. Es handelt sich hierbei um Zonen, welche man relativ leicht finden kann. Diese drei Zonen, welche ich nachstehend darstelle, entlasten unsere Wirbelsäule und den Kopf und regen die Entgiftung über das Lymphsystem an. Eine besonders gute Vorbeugung, welche für die Nacht und im Zusammenhang mit den vorher gezeigten Traumzonen wirksam ist.



Nachdem man die Traumzonen gebürstet und mit dem Esogetischen Kräuteröl eingerieben hat, sollte man mit einem stumpfen Gegenstand (vielleicht mit einem Bleistift) die drei Zonen von oben nach unten kräftig punktuell massieren, ca. eine Minute lang (bis zur Schmerzgrenze). Zuerst links, danach rechts. Anschließend reiben wir hier ebenfalls einen bis zwei Tropfen des Esogetischen Kräuteröls ein. Wenn Sie ein Farbpunktur-Gerät besitzen, sollten Sie zum Schluss die Zonen von oben nach unten bestrahlen. Zuerst Zone 1 links/rechts mit Türkis, dann Zone 2 links/rechts mit Rosé, zum Schluss Zone 3 links/rechts wieder mit Türkis.



Diese Maßnahme bezieht sich – wie vorher gesagt – besonders auf das Becken, die Wirbelsäule und den Kopf und verstärkt auch die vorher durchgeführte Traumbehandlung.

In Bezug zum Schlaf und den Träumen haben wir bereits 1986 eine Möglichkeit gefunden, über die natürlichen Rhythmen des Gehirns das Schlafzentrum zu erreichen. Mittlerweile haben wir über 20 Programme entwickelt, welche man über die Haut des Menschen induziert. Dadurch schwingt mit der Zeit das Gehirn in diesem Rhythmus. Dadurch lösen sich Belastungen, nicht nur Schlafdefizite, auf. Hier sollten Sie sich informieren, denn mittlerweile gibt es kleine Heimgeräte mit den Programmen, welche ein Therapeut aussucht. Diese Geräte können auch gemietet werden – Informationsmaterial hierzu liegt bei.



Auch die noch junge Kristall-Therapie kann zur Vorbeugung gute Dienste leisten. Von den zur Verfügung stehenden umfangreichen Kristallstrukturen sind es insbesondere der Gold- und der Silber-Kristall, welche in Facettenform zur Verfügung stehen. Aus den vielfältigen Anwendungsmöglichkeiten möchte ich zwei herausgreifen, weil sie in der Lage sind, schon in wenigen Minuten eine tiefe Entspannung zu ermöglichen.



Die drei Zonen des Gesichts mit dem Gold-Kristall



Diese drei Zonen des Gesichtes, hintereinander angewendet, bringen tiefe Entspannung des gesamten Körpers und lösen bleibende Belastungen der täglichen Stressformationen auf.

Alle drei Zonen → Goldkristall

Positionen:

1. Am Haaransatz
2. Auf die Nasenwurzel
3. Auf den Mund

Kombination Gold- und Silber-Kristall

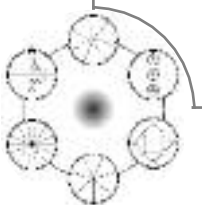


Zonen der Lösung

Sie haben eine Verbindung zu den Sektoren des unteren Beckens. Die Spannungen im Kreuzbein, aber auch im Bauch können sich durch die Auflage lösen.

Position:

Neben der Nase, unterhalb der Jochbogen. Links liegt → Silber- und rechts → Goldkristall.



Es gibt so viele Möglichkeiten, dem gefürchteten „Ausgebrannt-Sein“ prophylaktisch zu begegnen. Was aber ist, wenn man erkrankt ist, wenn die Seele den „Infarkt“ bereits erlebt hat? Wie vorher gesagt, dann muss der Erkrankte in kompetente Hände. Wichtig erscheint mir, dass der Therapeut ein individuelles Persönlichkeitsprofil erstellen kann.

Meine Esogetische Medizin verfügt über ein umfangreiches Repertoire, wobei alle Maßnahmen darauf abzielen, die bei jedem an Burn out Syndrom erkrankten Menschen vorhandenen, oft weit zurückliegenden Konflikte nicht nur therapeutisch zu erreichen, sondern durch die Kirlian-Diagnose zu begleiten. Dabei sind alle Maßnahmen, welche wir anwenden, „non-verbal“. Das heißt wir setzen Impulse und bringen das „Leben“ zur Reaktion. Damit wird es aufmerksam auf die vielfältigen Blockaden und das immer währende Chaos. Die Folge ist nach allen Beobachtungen, dass sich dadurch Konflikte lösen und ordnen. Von entscheidender Bedeutung ist es, den Patienten in das Behandlungsritual mit einzubeziehen. Eine grundlegende Erfahrung ist, dass ein Mensch der gesund werden will, Selbstbehandlungen durchführen muss. Dies schließt zum Beispiel Bewegung, gesunde Ernährung und entsprechende Ruhephasen ebenso ein wie autogenes Training, Meditation etc.

Das Burn out Syndrom braucht eine umfangreiche Beschäftigung mit der „Seele“ des Patienten. Wir müssen eventuell Traumata und Konflikte besonders der kindlichen Vergangenheit aufspüren, diagnostizieren und gezielt individuell behandeln. Auch wenn es manchmal Monate dauert, bis die Menschen wieder arbeitsfähig sind, so sind die Erfolge mit der Esogetischen Medizin überdurchschnittlich. Gerade Burn out Kranke wollen immer den Erfolg „sofort“. Sie müssen lernen, dass die „Zeit die Wunden heilt“ und dass sie sich zuerst sich selbst zuwenden müssen, um ihre Lebenssituation als „selbst gemacht“ zu begreifen. Sehr viel Hilfe können wir diesen Menschen geben – angefangen bei den umfangreichen Konfliktlösungs-Behandlungen über Traum-, Kristall- und Induktionstherapie. Wichtig ist dabei nur der Wille des Kranken, wieder gesund zu werden.

