

Schüßler-Salze für Jedermann

Ein Referat von Susanne Jordan,
Reiki-Lehrerin nach Dr. Usui

Begrüßung

Ich freue mich Sie heute hier zu meinem Vortrag über Schüßler-Salze begrüßen zu dürfen. Ich darf mich kurz vorstellen: Meine Name ist Susanne Fromm, ich bin 36 Jahre alt und wohne in Bierbach. Ich bin alleinerziehend und habe zwei Mädchen von 5 und 7 Jahren. Zum einen arbeite ich halbtags im Hörfunkarchiv beim SR und zum anderen als Reikilehrerin.

Dieser Vortrag soll Sie dazu animieren Ihr Leben, sagen wir besser ihre Gesundheit und Vitalität selbst in die Hand zu nehmen. Ich hatte vor Jahren das Glück eine Heilpraktikerin zu finden, die neben der Behandlung auch dazu bereit war ihr Wissen an Interessierte weiterzugeben. Durch sie bin ich dazugekommen die Homöopathie für mich selbst und meine Familie anzuwenden. In meiner Literatur fand ich bei Mitteln, die ich oft benutzte den Zusatz es handele sich um ein Schüßler-Salz. Das hat mich neugierig gemacht und ich habe durch entsprechende Literatur mein Wissen vertieft. Dabei habe ich festgestellt dass diese Art der Therapie unter Heilpraktikern eher stiefkindlich behandelt wird. Dabei sind die Schüßler-Salze doch so einfach in ihrer Wirkungsweise und Anwendung, das möchte ich ihnen heute etwas näher bringen. Ich möchte ausdrücklich erwähnen, dass ich keine Krankheitsbefunde oder –analysen erstelle, das ich keine Behandlungen mache und dass bei schwerwiegenden Krankheiten immer ein Arzt aufzusuchen ist. Ich vermittele lediglich ein Einstiegswissen, das heißt ich gebe ihnen einen Kurzüberblick über das Thema und möchte sie neugierig darauf machen sich mit entsprechenden Büchern zu befassen und ihnen mit leicht verständlichen Worten die Scheu vor der Nutzung nehmen. Ich danke ihnen schon jetzt für ihre Aufmerksamkeit.

Über Dr. Schüßler

Dr. Wilhelm Heinrich Schüßler lebte von 1821-1898 in Oldenburg, er war Arzt und Geburtshelfer, 15 Jahre lang praktizierte er als homöopathischer Arzt. Das oft zeitraubende Heilkonzept der Homöopathie mit ihrer Vielzahl an Mitteln suchte er abzukürzen. Bei seinen Forschungen stieß er auf die Arbeiten von Justus Freiherr von Liebig und Jakob Moleschotts, welche die mineralischen Salze als ursächliche natürliche Lebensträger erkannt hatten. Außerdem beschäftigte er sich mit der Arbeit von Rudolf Virchows, welcher die Zelle als das wesentlichste Element im Krankheitsgeschehen betrachtete. Schließlich untersuchte er die Asche verstorbener Patienten und brachte die vorhandenen bzw. fehlenden Mineralsalze mit den ursächlichen Krankheiten in Verbindung. Er gewann die Überzeugung, dass Krankheit durch einen Mangel an anorganischen Mineralsalzen bedingt wird und dass durch die Gabe des fehlenden Lebenssalzes eine Regulation auf der Zellebene stattfindet, die zur Heilung von Krankheiten führt. Er verband nun das Verfahren der Homöopathie mit der Mineralsalztherapie. Er stellte es 1873 der Fachwelt vor und nannte das neue Verfahren „Biochemie“. Von da an praktizierte er dieses Verfahren erfolgreich bis zu seinem Tod 1898 und untermauerte seine Arbeit mit vielen Erfolgen.

Was sind Schüßlersalze?

Es handelt sich um anorganische mineralische Salze. Sie entstehen durch die chemische Verbindung eines Metalls und eines Nichtmetalls in einer so genannten Ionenverbindung. Ionen sind positiv oder negativ geladene Teilchen die eng mit der Funktion der Zellen, der Zellverbände und des elektrischen Fließgleichgewichts im Organismus verbunden sind. Überall in den Zellverbänden bzw. im Organismus fließt elektrischer Strom, ist dieser Fluss gestört oder steht gar still entstehen Blockaden und eine Krankheit nimmt ihren Anfang. Durch die innere und äußere Anwendung der Salze besteht die Möglichkeit, dass solche Blockaden aufgelöst werden und wir uns in der Folge auch wieder vitaler und lebendiger fühlen.

Wirkungsweise

Die Mineralsalze verbinden die anorganische mit der organischen Natur. Die mineralischen Salze greifen in den Säure-Basen-Haushalt des Körpers ein und helfen, die meist im Übermaß vorhandenen Säuren zu neutralisieren und auszuschleiden. Diese Übersäuerung ist die Grundlage für fast alle modernen Zivilisationskrankheiten. Aber die Schüßlersalze sind zugleich auch Nähr- und Funktionsmittel der Zelle. Sie bauen auf, nähren und regenerieren, regen zugleich den Stoffwechsel an und sorgen für Entschlackung, Ausleitung und Entgiftung. Sie harmonisieren alle Abläufe im Körper und wirken auch positiv auf das hormonelle Gleichgewicht. Der alte Werbespruch der Merz-Spezial-Dragees: Wahre Schönheit kommt von Innen findet hier erst seine wahre Entsprechung.

Aber wie überall erreicht man diese Wirkung nicht von heute auf morgen. Grundsätzlich gilt je älter der Organismus, je länger er ungünstigen Umweltbedingungen wie minderwertiger Nahrung, schlechten Arbeitsbedingungen, Stress usw. ausgesetzt war umso länger dauert die Regenerierung. Im Laufe der Zeit hat der Körper seine Reserven an den Funktionsmitteln aufgebraucht um den täglichen Ablauf einigermaßen zu gewährleisten. Diese Reserven müssen zuerst einmal aufgefüllt sein, bevor der Organismus sich wieder an den Neuaufbau bzw. eine Erneuerung der Zellen machen kann. Ich selbst habe vor 2 Jahren mit den Schüßlersalzen angefangen und kann jetzt erst sagen dass ich mich wieder richtig vital fühle. Ich benutze keine Feuchtigkeitscreme oder andere Pflegeprodukte mehr für die Haut ab 30. Auch für die Haare nehme ich nur ein normales Shampoo, keine Spülung oder dergleichen, wie sie sehen können allerdings auch keine Farbe mehr. Die Entscheidung muß natürlich jeder selbst treffen. Ich will ihnen damit Mut machen, denn die Anschaffungskosten je Salz liegen bei ca. 3-4 € für die kleinste Verpackungseinheit. Aber zusätzlich zum Wert ihrer Gesundheit kommt eben noch hinzu dass sie langfristig die Kosten für viele ihrer Kosmetika sparen oder doch erheblich senken können.

Die verschiedenen Diagnoseverfahren

Man unterscheidet drei Verfahren.

Die Antlitzanalyse: Sie beurteilen den Gegenüber anhand von Verfärbungen der Haut, von Schatten und Beschaffenheit der Haut, Hautunreinheiten usw. Hier ist ein guter Blick gefragt und Zeit um auf den Gegenüber einzugehen. In guter Literatur finden sie bunte Aufnahmen und sogar einen Test, ob sie anhand der Stichworte richtig lagen. (12 Salze, 12 Typen) Für die Eigendiagnose allerdings etwas schwierig, da man sich selber immer etwas anders sieht.

Dann die Diagnose nach Befindlichkeiten, Abneigungen, Vorlieben und Stimmungen : Heißhunger auf bestimmte Nahrungsmittel zum Beispiel verweisen auf den Mangel an einem bestimmten Salz hin.

Zu guter Letzt die Diagnose nach einem Beschwerderegister: Hier müssen sie schon etwas Übung mitbringen und sich ihre Bücher auch einfach mal so zum lesen nehmen. Ein Textmarker ist hier immer gut, damit sie es beim nächsten Mal schneller finden. Ich benutze zusätzlich kleine Klebezettel und mache mir Notizen.

Anwendungsmöglichkeiten

Grundsätzlich sollten sie bei schweren Erkrankungen zum Arzt gehen. Aber warum nicht mal bei Krämpfen in den Beinen die Nr. 7 das Magnesium Phosphoricum , bei Sonnenbrand die Nr. 3 das Ferrum phosphoricum und bei Verspannungen die Nr. 11 das Silicea einnehmen. Wenn ein Schnupfen im Anzug ist die Nr. 8 das Natrium chloratum das Mittel der Wahl. Bei diesen Beispielen fällt den meisten von Ihnen sicher auf, dass ihnen viele dieser Zuordnungen schon bekannt sind. Sie nehmen auch ein Magnesiumprodukt bei Krämpfen? Das tut jeder, aber die herkömmlichen Produkte brauchen lange bis sie im Körper dort wirken wo sie sollen und so lange humpelt man durch die Gegend. Mit der Einnahme des Schüssler-Salzes haben sie meistens in 10-15 Minuten Ruhe, wenn sie es gleich nehmen. Probieren Sie es aus, es macht Spaß festzustellen was man bewirken kann. Und mit dem Schnupfen, da kaufen sie sich doch auch das Spray mit der Kochsalzlösung. Sprayen sie nicht, das greift die Schleimhäute an, nehmen sie das Kochsalz, die Nr. 8 doch mal innerlich. Die Wirkung wird sie überraschen und sie hält noch dazu viel länger an. Gehen Sie jeden Tag ein Stück vorwärts.

Kuren

In vielen Büchern finden sie Kur-Anwendungen die über mehrere Wochen gehen. Sie sind aufgrund langjähriger Erfahrungen und bewährten Kombinationen mehrerer Salze entstanden und sollten daher nicht verändert werden. Wenn sie akute Beschwerden haben sind sie nicht ratsam, es nutzt ihrem Körper nichts wenn sie zum Beispiel während einer Entzündungsphase mit einer Anti-Stress-Kur beginnen. Andererseits kann eine Entschlackungskur im Frühjahr mit den entsprechenden Salzen positiv unterstützt werden.

Literatur

Hier gilt wie so oft, dass Buch sollte ihnen auf Anhieb gefallen, es sollte neben der Mittelbeschreibung auch ein Repertorium enthalten. Kaufen Sie sich nicht gleich die großen Wälzer, das macht nur unsicher. Im Laufe der Zeit schafft man sich meistens zwei oder drei Bücher an, oder tauscht sich mit Freundinnen aus. Empfehlen kann ich die Ratgeber aus der GU-Reihe und Bücher von Monika Helmke Hausen, hier ganz besonders der Taschenkompass Schüsslersalze, der ist kompakt, leicht verständlich und mit 10 € erschwinglich, eben gut für unterwegs. Wer möchte kann im Anschluß gerne einmal meine Bücher zur Hand nehmen.

Orakel-Karten

Wie bei den Bachblüten auch kann man bei den Schüssler-Salzen sogenannte Orakel-Karten zur Mittelauswahl nutzen. Über eine Kurzbeschreibung finden Sie dann zur Wirkungsweise des Mittels, dass für Sie zur Zeit am notwendigsten ist. Sie arbeiten dann mit ihrer Intuition und lernen so besser mit ihrem Unterbewußtsein zu kommunizieren.

Wenn sie nach den Mittelbeschreibungen gehen greifen nämlich fast alle Frauen zuerst nach den vermeintlichen Schönheitsmitteln wie zum Beispiel nach der 11 dem Silicea obwohl der eigene Körper zunächst mit einem Ausleitungs- und Entschlackungsmittel viel besser bedient wäre.

Darreichungsformen, Bezugsquellen und Qualität

Sie bekommen die Schüßler-Salze mittlerweile in eigenen Produktreihen als Tabletten auf Milchzuckerbasis und als Salbe in der Potenz D6 oder D12 in der Apotheke von verschiedenen Herstellern angeboten. Dies entspricht den üblichen Anwendungsmöglichkeiten, weil sich die Tabletten auch für Bäder, Umschläge und das Auflösen im Wasserglas eignen. Sie können sich aber auch Globuli kaufen, dass erleichtert die Mitnahme ist aber für die anderen Anwendungen eher beschwerlich. Sie bekommen Schüßlersalze in Internet-Apotheken oft günstiger als um die Ecke in ihrer Apotheke. Auch hier gilt wie überall das teuerste ist nicht immer das beste, aber sie müssen nach den günstigeren Alternativen meistens fragen. Die Qualitätsunterschiede liegen auch nicht dort, wo man sie ihnen gerne glauben machen wird. Eine Tablette muss gut löslich sein, weil sie schon in der Mundschleimhaut wirken soll und wenn sie leicht nach Fruchtzucker schmeckt ist das besser als wenn sie nach Kalk schmeckt. Ausländische Produkte können genauso gut wie deutsche sein. Unsere Nachbarn im europäischen Ausland sind von der Wirkung schließlich genauso begeistert und zahlen weniger dafür. Packungsgrößen gehen von 80 Stück über 100, 200, 400 bis 1000 je nach Hersteller. Hier müssen sie sich vorher überlegen welche Therapien sie machen möchten und wieviel Personen langfristig die Mittel nutzen wollen. Sie können auch mit mehreren Bekannten eine ganze Reihe kaufen und dann auf jeden verteilen. Wichtig ist dabei, dass die Behälter gut verschließbar, lebensmittel- und lichtecht sind. Ich sammle dafür meistens Trinkjoghurtbecher.

Schluss

Ich bin nun am Ende meines Vortrages
angelangt. Ich hoffe ich habe sie neugierig
machen können und sie sind ermutigt
worden sich ausführlicher mit den
Schüßler-Salzen und ihrer Anwendung zu
befassen. Ich danke ihnen für ihre
Aufmerksamkeit.