

# Den „Inneren Heiler“ erwecken „Was fehlt Ihnen?“

2/2024

Behandlungsmethoden und Therapien, die darauf abzielen, die Selbstheilungskräfte, den sogenannten „inneren Arzt“ zu aktivieren, rücken beim Patienten mehr und mehr in den Fokus. Während schulmedizinische Methoden den Schwerpunkt oft (und grade in der Akutmedizin erfolgreich und berechtigt) auf schnelle und zuverlässige Symptombekämpfung legen, arbeiten naturheilkundliche und ganzheitliche Verfahren vorwiegend ursachenorientiert.

Mit ihrer Hilfe wird versucht herauszufinden, warum die Selbstheilungskräfte, die in jedem von uns angelegt sind, vorübergehend nicht funktionieren. Warum wir immer wieder dieselben Beschwerden bekommen. Warum unser „innerer Arzt“ (von dem bereits Albert Schweitzer, \*1875, wusste) „seine Arbeit nicht tut“. Unser Körper verfügt über diese Selbstheilungskräfte und einer „eigenen Apotheke“, mit deren Hilfe er Krankheiten oft überwinden kann.



Von großer Bedeutung ist dabei, dass der Mensch gewillt ist, an seiner Gesundwerdung selber aktiv mitzuwirken. Dazu gehört im Besonderen die Bereitschaft zur Innenschau: Wo könnte die Ursache meiner Erkrankung liegen? Früher lautete die Frage des Hausarztes: „Was fehlt Ihnen?“ Heute hört man vielleicht eher: „Was kann ich für Sie tun?“... Der Arzt von früher kam der Quintessenz näher, als auf den ersten Blick erkennbar. Wenn wir uns fragen, **was uns wirklich fehlt**, erhalten wir vielleicht Hinweise auf die Ursache unserer Beschwerden.

- Vielleicht fehlt uns Ruhe oder Rückzugsmöglichkeit
- oder mehr Respekt von Mitmenschen?
- Oder Selbstwirksamkeit (die Gewissheit, etwas bewirken zu können)
- Oder fehlt uns Nähe und Verbundenheit?
- Oder brauchen wir sogar mehr Grenzen, um uns wohlfühlen?
- Fehlt uns Bewegung?
- Fehlt uns schlicht und einfach Zeit
- oder haben wir zu viel davon, aber uns fehlt die Sinnerfüllung in dieser Zeit? Der Sinn des Lebens?
- Hören wir die Stimme unseres Herzens noch...?

Oft setzt uns der Körper gerade dann ein Zeichen, wenn wir krank im Bett liegen und gibt uns gleichzeitig die Chance und die Zeit, Innenschau zu halten. Diese Aufgabe kann kein Arzt/Therapeut dieser Welt für uns tun.

*"Geh du vor", sagte die Seele zum Körper, "auf mich hört er nicht, vielleicht hört er auf dich." - "ich werde krank werden, dann wird er auf dich hören", sagte der Körper zur Seele. Ulrich Schaffer*

Der Weg zu seiner „inneren Landschaft“ kann bei jedem Menschen ganz unterschiedlich sein. Einen guten Arzt/Heilpraktiker/Therapeuten erkennen Sie daran, dass er Sie anleitet und begleitet, um den Weg Ihrer Symptome/Krankheit bis zur Ursache zurückzuverfolgen zu können und Sie dann mit ganz persönlich auf Sie abgestimmte Methoden dabei unterstützt, Ihre Selbstheilungskräfte wieder zu mobilisieren und in Balance zu kommen.

Die in diesem Text verwendeten Personenbezeichnungen beziehen sich immer gleichermaßen auf weibliche und männliche Personen. Auf eine Doppelnennung und gegenderte Bezeichnungen wird zugunsten einer besseren Lesbarkeit verzichtet.

Christa Hutflesz | Heilpraktikerin für Psychotherapie | Therapeutin (Dipl.) Farbpunktur  
Tuchinger Straße 21 | 85356 Freising | ☎ 0 176 316 307 06 | [praxis.hutflesz@gmail.com](mailto:praxis.hutflesz@gmail.com) | [www.hutflesz.org](http://www.hutflesz.org)