

## **Interview mit Heilpraktikerin Frau Christine Eschenbach**

### **1. Frau Eschenbach, Sie sind Heilpraktikerin und Herausgeberin einer eigenen Fachzeitschrift. Welchem Gebiet der Heilung haben Sie sich verschrieben?**

Nun, in der Naturheilkunde teilen wir den Menschen nicht in Gebiete ein. Wir betrachten den Menschen als Ganzes und suchen die tieferen Ursachen von Krankheiten, die über das körperliche Geschehen hinausgehen. Letztlich gibt es nur eine Erkrankung, nämlich dass der Mensch sich von der Natur entfernt hat und sich als getrennt von ihr versteht. Bei indigenen Völkern war es in der Regel egal, ob du von einem Jaguar oder kleinen Mikroben gefressen wirst, in beiden Fällen hast du den Bezug dir selbst und zur Natur verloren. Der Krankheitsverlauf einer Erkrankung hat mit der individuellen Fähigkeit zu tun, auf eigenen Wegen aus einer tiefen Erschöpfung und Überlastung des Körper- und Nervensystems herauszufinden. Zur Unterstützung des Patienten wende ich Jin Shin Jyutsu an, ein in Japan wiedergefundenes uraltes Heilwissen. Dieses Wissen gab es natürlich auch in Europa und wurde in den Familien praktiziert. Die Veränderung der Kultur und des Lebensstils verdrängte dieses Wissen.

### **2. Gleichzeitig sind Sie eine ausgebildete, zertifizierte Wanderführerin. Welche Synergien bestehen zwischen Ihren Heilmethoden und dem Wandern?**

Das ist eine gute Frage, denn natürlich gibt es hier einen untrennbaren Zusammenhang. **Vielleicht kennt mancher** dieses wunderbare Gedicht vom „Doktor Wald“ vom Förster Helmut Dagenbach. Der „Dr. Wald“ heilt auch - wie oben beschrieben - nicht nur ein Gebiet im Körper, sondern den ganzen Menschen. Vor allem hilft er dem Menschen, dass er wieder zu sich selbst finden kann. Deshalb sind meine Wanderungen auch nicht als sportliche Aktivitäten angelegt, um schnellstmöglich von A nach B zu kommen. Ich bin nicht nur Heilpraktikerin, sondern auch Philosophin, genauer Natur-PhiloSophia. Bei meinen geführten Wanderungen geht es darum, den Blick zu weiten, sich der Schönheit der Natur und des Lebens wieder zu erinnern.

### **3. Welchen Personenkreis / Patientenkreis sprechen Sie für die Inanspruchnahme Ihrer Heil- und Therapiemethoden an?**

Menschen, die einen Weg suchen, aus krankmachenden Strukturen und Beziehungen wieder herauszufinden.

### **4. Welche Krankheitsbilder können damit behandelt werden und wie manifestieren sich gesundheitliche Verbesserungen?**

**„Der Therapeut behandelt, es ist allein die Natur, die zu heilen vermag.“** Dies ist das Grundverständnis der alten Medizin auch in Europa gewesen. Ich beschreibe meine Heilbehandlung als Hilfe zur Kunst des Glücklichenseins, der Güte und des Wohlwollens. In Japan gehört hier noch die Kunst der Langlebigkeit dazu. Das ist eine sehr klare und strenge Philosophie: Wenn ich nicht leben will, sondern nur funktionieren, spricht die Seele über eine Krankheit mit mir. Jin Shin Jyutsu wirkt dadurch, dass dieses Heilströmen den Körper von „Ermüdungsschlacken“ befreit. Diese entstehen durch tiefe Erschöpfung und Stress, sogar Unfälle können als extreme Form der Erschöpfung entstehen.

„Ermüdungsschlacken“ setzen sich im Körper fest und erzeugen Krankheiten. Aus der afrikanischen Medizin habe ich gelernt: Niemand stirbt an einer Krankheit, sondern die Seele geht, wenn es Zeit ist, manchmal auch, weil der Mensch sich weigert, weil der Geist krank ist und nichts mehr über das Glück des Lebens dazulernen möchte.

**5. Wie läuft eine Therapie / Behandlung konkret ab und wie lange dauert sie an?**

Eine Behandlung dauert zwischen 40 und 60 Minuten. Nach einer eingehenden Anamnese, zu der auch das Pulsfühlen, der „Blick auf die Zunge und ins Auge“ gehört, darf sich der Mensch, der zu mir gefunden hat, völlig angezogen auf eine Liege legen und ich berühre in einer bestimmten Folge sogenannte „Sicherheit-Energieschlösser“, die ähnlich wie Sicherungen im Sicherungskasten wirken. Beim Menschen verschließen sie sich, wenn dieser Bereich des menschlichen Körpers überlastet ist. Durch das Berühren wird der Körper aus der universellen Lebensenergie wieder „aufgeladen“. Wir sagen auch wir „stimmen“ den Körper wieder auf die „Liebesfrequenz des Lebens“ ein, damit er gesund werden kann.

**6. Welche zusätzlichen Heilungseffekte bringt Ihre Behandlung im „Crux-Heilstollen“?**

Was für ein großes Geschenk hat uns Mutter Erde hier im Thüringen Wald gemacht! Hier liegt ein kilometerweites Kraftfeld, das auf der besonderen Eigenschaft des Magnetits beruht. Die Wirkung erklärt sich, weil die sogenannte „männliche“ zentripetale Kraft und die sogenannte „weibliche“ zentrifugale Kraft (plus – minus) sich gleichwertig aufeinander beziehen und somit ein solches Kraftfeld entstehen lassen. Bereits in der Antike wurde **Magnetit** als „Stein der Stabilität“ hoch verehrt. Auch Hildegard von Bingen nutze den Stein in ihrer Heilarbeit. Heute ist die Heilwirkung weiter erforscht und es wird davon ausgegangen, dass die Heilwirkung über die harmonisierende und stärkende Wirkung auf den Hypothalamus erklärbar ist. **Der Hypothalamus koordiniert als eine der Kopfdrüsen das Zusammenspiel zwischen dem vegetativen Nervensystem und dem Hormonsystem.** Hieraus ergibt sich das breite Spektrum der positiven Wirkung sowohl auf die **Stoffwechselforgänge als auch auf den Wasserhaushalt im Körper.** Es reguliert das Hunger- und Durstgefühl und damit die Nährstoffaufnahme im Körper. Durch die Wirkung auf den Wasserhaushalt werden die Mineralstoffaufnahme und damit der Knochenstoffwechsel sowie die Blutbildungsfunktion und vieles mehr gestärkt.

Magnetit ist ein Wärme bringender Stein, der die Zellerneuerung und Reinigung des Organismus beschleunigt. Diese Wirkung zeigt sich auch auf psychischer und emotionaler Ebene, weil es den Menschen hilft, sich von inneren Blockaden zu befreien und sich von den damit verbundenen „geistigen Abfall“ zu trennen. „Irgendwas ist anders“ höre ich eine Weile nach dem Besuch im Heilstollen Patienten sagen, „ich fühle mich leichter, glücklicher und unbeschwerter.“

Einen solchen Stein aufsuchen zu können – infolge des jahrhundertelangen Bergbaus in 36 m Tiefe -, ordnet den Stollen berechtigt in die Reihe der besonderen Heilstollen Deutschlands ein, die über die bekannte Wirkung aller Heilstollen auf die Atmung und die damit verbundenen Allergien hinaus geht.

Mitten im malerischen UNESCO-Biosphärenreservat Thüringer Wald gelegen ist alles vorhanden für einen gesundheitsbewussten Urlaub: Stille, saubere Luft und Wasser, herrliche Wälder und Wiesen. Eine kleine Pension im malerischen Vesser wartet darauf,

bald wieder Besucher begrüßen zu können. Das Angebot für Gesundheitsprävention und Regeneration ist auch für einen Tagesaufenthalt möglich.

Im Stollen werden die 7 Übungen aus der anthroposophischen Medizin zur Stabilisierung der Selbsthilfekräfte vermittelt. Auch lade ich ein, das Jin Shin Jyutsu Heilströmen im Stollen und im neu zu gründenden Naturheilzentrum der „Schwarzen-Crux“ zu erfahren und selber zu erlernen.

Der wunderschöne Gloria-Stollen lädt zum Bio-Dancing ein. Einmal im Monat gibt eine große fantastische Klangschalenmeditation.

Im Waldgarten der „Schwarzen Crux“ kann unter anderen das keltische Joga praktiziert und erlernt werden.

Ein weiterer Bereich wird das Heilsingen aus der sogenannten Stimmphysiologie sein.

**7. Was kann Ihr Patient selbst tun, um die Heil- und Therapieerfolge aufrecht zu erhalten?**

Ich beginne immer mit der Frage: Wie siehst du diese Welt, was ist für dich der Mensch, ist er gut oder von Natur aus schlecht?

Die Gesundheit beginnt im Kopf. Hier sind lebensfeindliche Glaubensmuster zu ändern. Ich nenne es mentale Gifte, die wir oft unbewusst mit uns tragen.

Mein Rezept sind Strömfolgen, die jeder selbst an sich anwenden kann. Sie sind einfach und natürlich in den Alltag integrierbar. „Sie wirken immer, wenn man es tut!“ heißt es in meiner Sparte.

**8. Werden Ihre Therapieangebote von den Krankenkassen finanziell unterstützt?**

Leider weiß ich keine, es gibt aber bestimmte Kassen, bei denen man eine Zusatzversicherung abschließen kann.

**9. Ist vor einer Ihrer Behandlungen die Konsultation des jeweiligen Hausarztes / Facharztes zu empfehlen?**

Es ist immer eine gute Zusammenarbeit mit dem Hausarzt hilfreich. Es gibt eine Reihe von Ärzten die es ihren Patienten als Unterstützung empfehlen.