

ANDREAS BEUTEL • CHRISTIAN HEIMÜLLER

# Schüßler-Salze

Typgerechte Behandlung  
nach den vier Elementen

südwest<sup>o</sup>

# Inhalt

Vorwort	4
Die Elementelehre	
Schlüssel zum Verständnis	9
Grundlagen der Lehre	9
Geschichte der abendländischen Elementelehre	12
Beschreibung der vier Elemente	18
Die vier Temperamente	
und ihre Mischformen	29
Sanguiniker	29
Choleriker	31
Phlegmatiker	32
Melancholiker	33



*Es gibt 12 Schüßler-Basismittel und 12 Ergänzungsmittel.*



*Gesundheit  
– der Mensch im  
Gleichgewicht der  
vier Elemente Erde,  
Feuer, Wasser und  
Luft.*

Temperamente und Partnerschaft	35
Selbsttest – welches Temperament habe ich?	38
Therapie nach den Elementen	
Effektiv und individuell	45
Konzepte für die Temperamente	45
Konzepte für »Elemente-Erkrankungen«	51
Typgerechte Schüßler-Behandlungen	
von A bis Z	55
Bewährte Schüßler-Kuren	89
Schüßler-Salze und ihre Anwendung	
Grundlagen der Biochemie	91
Die Schüßler-Salze im Porträt	97
Die 12 Ergänzungsmittel im Porträt	119
Register	126
Über dieses Buch	128

# Vorwort

»Es gibt nichts  
Praktischeres als eine  
gute Theorie.«  
(Joachim Broy)

Alle von der Naturphilosophie abgeleiteten Medizinsysteme der verschiedenen Kulturen sind letztendlich Elementelehren. Bekannte Vertreter sind die chinesische Lehre von den fünf Elementen Holz, Feuer, Erde, Wasser und Metall und die indische Variante im Ayurveda. Unsere europäische Form der Elementelehre nahm ihren Ursprung in der griechischen Naturphilosophie des 5. Jahrhunderts v. Chr. und prägte die Medizin bis ins 19. Jahrhundert hinein.

Warum ausgerechnet ein Buch über Schüßler-Salze und die Elementelehre? Was bringt diese Kombination für Sie als Anwender für Vorteile? Die Verordnung der Schüßler-Salze nach den vier Elementen macht die Anwendung einfacher und präziser.

## Heilkraft der Gegensätze

Warum suchen rheumageplagte Rentner Zuflucht in warmen, sonnigen Ländern? Warum legen sich manche Menschen hoffnungsfroh Gesichtsmasken mit Gurkenscheiben auf das Gesicht? Sie meinen, weil es ihnen guttut? Damit haben Sie vollkommen recht, aber warum tut ihnen das gut? Die heutige wissenschaftliche Medizin hätte dafür sicher ein paar Erklärungen; diese kennt und versteht jedoch außer wenigen Fachleuten kaum ein Mensch.

Es geht auch einfacher: Rheuma ist eine Krankheit des Elements Wasser und entspricht daher den Qualitäten feucht und kalt. Der Gegenspieler des Wassers ist das heiße, trockene Feuer. Dies also ist nach Meinung unserer alten Medizin, der Elementelehre, der Grund, warum die von Feuchte und Kälte geplagten rheumakranken Menschen ihr Heil im trockenen und warmen Klima des Südens suchen.

Was ist nun aber der Grund für die Gurkenscheiben auf dem Gesicht? Sicherlich haben Sie sich die Antwort schon längst selbst gegeben: weil nichts wohltuender wirkt auf der gestressten, entzündeten und ausgetrockneten Gesichtshaut als die kühlend-regenerierende Feuchte von Gurkenscheiben.

So stehen hier jeweils die Elemente Wasser und Feuer gegenüber: Einmal wird ein Zuviel an Wasser mit Feuer bekämpft, und ein anderes Mal wird ein Zuviel an Feuer mit Wasser gemildert.

So einfach diese Einteilung der Krankheiten und daraus folgend die Behandlung auch scheinen mag, sie hat über annähernd 2000 Jahre hinweg gut funktioniert – und das tut sie auch heute noch.

## Vereinfachte Diagnose

In unseren Seminaren fragen wir gerne zu Beginn: »Wie viele Krankheiten gibt es?« Wenn dann wie zu erwarten keine Antwort kommt, fragen wir weiter: »Wie viele Streifen hat ein Maibaum?« Hier spätestens weiß wenigstens ein Teilnehmer die Antwort: Ein Maibaum sieht zwar so aus, als hätte er viele Streifen, er hat aber immer nur genau zwei Streifen, nämlich einen weißen und einen blauen. Genauso ist es auch bei den Krankheiten: Zwar steht man scheinbar einer unendlichen Vielfalt von Krankheiten und Beschwerden gegenüber, doch diese Vielfalt trägt.

Die Elementelehre kennt vier Krankheiten: eine der Luft, eine der Erde, eine des Wassers und eine des Feuers, und auch wenn der »Maibaum« des Lebens scheinbar unendlich viele verschiedenen Streifen zu haben scheint: Es sind nur vier.

Die Krankheiten äußern sich sehr unmittelbar, greifbar und für das vorherrschende Element typisch. Oder ist es nicht nachvollziehbar, dass eine Erde-Krankheit vorliegt, wenn sich jemand steif und

»Gegensatz« ist hier relativ zu verstehen: Zu viel Feuer wird nicht mit Wasser gelöscht, sondern der offensichtlich zu schwache Gegenspieler Wasser wird durch Wasser-Arzneimittel gestärkt und hält damit das Feuer im Zaum.

schwer wie ein Felsbrocken fühlt und alle seine Beschwerden in frischer, freier Luft besser werden? Dazu muss man wissen, dass das Element Luft der Gegenspieler des Elements Erde ist.

## Erfolg durch typgerechte Behandlung

Haben Sie sich schon einmal gefragt, wieso Unkraut immer wiederkommt? Man reißt es aus, und nach kurzer Zeit steht es wieder genau so da, als hätte man nie etwas dagegen getan. Jeder, der einen Garten hat, weiß: Wenn der Rasen vermoost, muss man den Boden vertikutieren; wenn zu viel Löwenzahn wächst, dann ist der Boden zu sauer. Die Beachtung des Bodens hat in der Landwirtschaft oder bei der Gartenpflege eine zentrale Bedeutung.

So ist es auch in der Medizin: Trotz vorschriftsmäßiger Gaben hoch-effizienter Antibiotika treten Nebenhöhlenentzündungen, Streptokokken-Anginen und ähnliche Entzündungen sowie Infektionen immer und immer wieder auf. Ein anderes allgegenwärtiges Problem sind Pilzinfektionen, z. B. Scheidenpilzinfektionen, die trotz vielfacher Anwendung antimykotischer Salben zwar jeweils kurz zu vertreiben, jedoch niemals endgültig zu beseitigen sind.

Die »Behandlung des Bodens« im übertragenen Sinne fehlt in der heutigen Medizin fast völlig. Das war jedoch nicht immer so: In unserer traditionellen Elementelehre war es zuerst erforderlich, den Menschentyp nach den vier Elementen zu bestimmen. Man betrachtete also nicht nur das Unkraut, sondern vor allem den Boden, aus dem es wächst; diese Medizinform hatte auch bei Krankheiten noch Erfolge, bei denen sich unsere heutige Medizin schwertut.

Wieso gibt es dann diese Medizin nicht mehr? Darauf antwortete schon vor über 50 Jahren der von uns hochgeschätzte Arzt Dr. Bernhard Aschner sinngemäß: »Unsere alte Medizin wurde nicht aufge-

»Das Bakterium ist nichts, das Milieu ist alles.« Dies wollte Dr. Max v. Pettenkofer demonstrieren, als er 1892 in München vor den Augen seiner entsetzten Studenten ein Glas Choleraerreger austrank – ohne gesundheitliche Folgen.

geben, weil sie schlecht oder falsch war, sondern weil sie alt war.« Und diese »alte Medizin« schien in einer Zeit des rasanten technischen Fortschritts und der wachsenden wissenschaftlichen Erkenntnisse des ausgehenden 19. Jahrhunderts nicht mehr zeitgemäß.

### Ein Kind der Elementelehre

Nicht zuletzt trägt die Schüßler-Salz-Therapie den Geist der Elementelehre noch in sich. Schließlich ist sie genau am Begegnungspunkt zwischen alter Medizin und beginnender wissenschaftlicher Medizin entstanden. Und so wie manche unbewusste Geste des Kindes denen der Mutter ähnelt, so trägt die Schüßler-Salz-Therapie noch manche Eigenart unserer Elementelehre in sich.

In diesem Buch werden Sie alles erfahren, was Sie brauchen, um die Schüßler-Salze nach der Elementelehre anzuwenden. Wir beginnen mit den Grundlagen und den Grundbegriffen der Elementelehre, führen Ihnen die vier Temperamente auf verschiedene Arten plastisch vor Augen und geben Ihnen mit zwei Fragebögen die Möglichkeit, Ihr eigenes Temperament oder das anderer Menschen zu bestimmen. Danach setzen wir die gewonnenen Erkenntnisse anhand der vorgeschlagenen Behandlungsschemata in die Praxis um: entweder grundsätzlich im Rahmen von Prophylaxe und Grundlagenbehandlung oder ganz spezifisch auf bestimmte Beschwerden hin zugeschnitten. Zu guter Letzt zum Nachschlagen und als Grundlage für diejenigen, die unsere Behandlungsschemata analysieren wollen, folgen die Beschreibungen der zwölf Schüßler-Salze und der Ergänzungsmittel u.a. nach den Grundsätzen der Elementelehre.

Damit hoffen wir, Ihnen alles Nötige an die Hand gegeben zu haben, damit Sie Schüßler-Salze für Prophylaxe und Heilung in Zukunft noch sicherer und erfolgreicher anwenden können.

Die Schüßler-Salz-Therapie ist wie keine zweite Therapiemethode geeignet, nach heutigen medizinischen Richtlinien und gleichzeitig auch nach den Regeln der Elementelehre eingesetzt zu werden.







# Die Elementelehre

## Schlüssel zum Verständnis

### Grundlagen der Lehre

Um die Kraft und das Potenzial der Elementelehre für die Therapie mit Schüßler-Salzen nutzen zu können, müssen wir die Elementelehre und ihre Grundlagen zunächst näher betrachten. Studieren Sie bei den Grundlagen besonders die Darstellung der vier Elemente und Temperamente. Sie sind der Schlüssel zum Verständnis der Behandlungsstrategien. Die Kapitel über die naturphilosophischen Grundlagen und die geschichtliche Entwicklung der abendländischen Elementelehre geben dem interessierten Leser Orientierung für eine tiefergehende Beschäftigung mit dem Thema. Für einen erfolgreichen Einsatz der Schüßler-Salze nach der Elementelehre sind sie jedoch nicht erforderlich.

### Woher kommt die Elementelehre?

Zu allen Zeiten an allen Orten der Welt blickten die Menschen in die Natur und erlebten das Wechselspiel von Sonne und Mond, sahen den Zyklus der vier Jahreszeiten vorüberziehen und fanden sich

»So sind im Leib vier Elemente, die viererlei Krankheiten machen. Daher beruht der Mensch auf vier Elementen, gleichsam wie auf vier Müttern. Von diesen stammen Gesundheit und Krankheiten.«  
(Paracelsus)

inmitten der vier Himmelsrichtungen. Sie erkannten sich wieder im Spiegel der großen Welt, erkannten in Sonne und Mond die Polarität von Mann und Frau. Sie sahen im Jahreslauf die vier Lebensalter eines Menschen vom Frühling der Kindheit über die stürmische Jugendzeit im Sommer und die Phase des Erwachsenseins und gleichzeitigen Vergehens im Herbst bis hin zu den Abenden des Lebens im Winter. Überall traten ihnen Prinzipien von außen entgegen, die sie auch in und an sich erlebten und kannten.

Zuerst war ein Prinzip des Gegensatzes, der Polarität und Zweiheit erkennbar, das das spannungsgeladene Entgegen wie auch das hingebungsvolle Zueinander in sich trägt. Dies zeigt sich in den Gegensätzen von Sonne und Mond, Tag und Nacht, Sommer und Winter, Links und Rechts, Feuer und Wasser, Himmel und Erde. Außer der Zweiheit war da noch das Prinzip der Vierheit, als eine Dualität innerhalb der Polarität; diese trägt in sich den Beginn der Zeit wie auch das Eingespanntsein in den Raum. Hier begegnen sich Raum und Zeit als die beiden Kuppeln, zwischen denen das Leben seinen Platz findet.

Die Naturphilosophie als Grundlage der Medizin entstammt der unmittelbaren Anschauung der Natur, daher stimmen alle großen Medizinalsysteme in ihren Grundlagen überein: Sie alle nämlich schöpfen aus derselben Natur.

### Die Elementelehren der verschiedenen Regionen

Im taoistischen Osten nannte man die Polarität Yin und Yang; der Vierheit gab man die Namen Feuer, Erde, Metall und Wasser; das fünfte Prinzip hieß Holz. Weiter südlich im indischen Kulturraum sprach man von Feuer, Erde, Luft und Wasser, das fünfte nannte man Äther; aus praktischen Gründen zogen die Heilkundigen die Prinzipien zu Paaren zusammen; so bezeichnete man Wasser und Feuer gemeinsam als Feuer (Pitta), Wasser und Erde als Schleim (Kapha),

und Äther gemeinsam mit Luft kannte man als Wind (Vata). Unsere abendländischen Vorfahren nannten die Vierheit Luft, Feuer, Erde und Wasser; das fünfte nannte man Äther, vergaß es dann aber später wieder.

Die Elementelehren verschiedener Kulturen unterscheiden sich nicht wirklich inhaltlich.

## Elemente sind Prinzipien oder Vorgänge

Die vier Elemente gleichen eher Prinzipien oder Vorgängen, als dass sie als etwas Statisches oder gar als materiell zu begreifen wären. Der Begriff Element ist dementsprechend unpassend, suggeriert er

### Das fünfte Element Äther

Warum spricht unsere alte Medizin nur von vier Elementen, wenn sie doch fünf kannte?

Zwar gibt es nur vier Himmelsrichtungen, doch als Fünftes steht der Mensch in deren Mitte. Zwar gibt es fünf Elemente auch in unserer westlich-abendländischen Tradition, doch das fünfte Sein (lateinisch *quinta essentia* = Quintessenz) steht wie der Mensch als ein Entwurf zum Sein in der Mitte der Vier und zieht aus den vier Regionen die Kräfte für seine Materialisation zusammen.

An diesem Bild lässt sich schnell verstehen, dass uns für die Schüßler-Salz-Therapie wie auch schon unseren Vorfahren für die Humoralpathologie vier Elemente genügen: Wir wollen nicht den Entwurf, die Idee, den Plan ändern, sondern wir fragen uns vielmehr: Wo sind die Schwierigkeiten und Abweichungen bei der Umsetzung dieses Plans, an welcher Stelle stimmt das Verhältnis der vier Kräfte (vier Elemente) nicht mit der Idee (Quintessenz) überein?

## DIE ELEMENTELEHRE

*Feuer, Erde, Luft  
und Wasser – die  
Urkräfte der Natur.*



doch eine Art Knetmasse, deren viererlei Arten zusammengeknetet materielle Dinge erzeugten. Da die Bezeichnung Element für solche Dinge im heutigen Sprachgebrauch jedoch etabliert ist, wollen wir davon nicht abweichen und nennen die Prinzipien Feuer, Erde, Luft und Wasser im nachfolgenden Text einfach »die Elemente«.

Die Elementelehre ist auch nach über 2500 Jahren noch hochaktuell.

## Geschichte der abend- ländischen Elementelehre

Medizinhistorisch lässt sich die Geschichte der abendländischen Elementelehre in ihren Wurzeln nicht recht fassen, nimmt doch schließlich die Unsicherheit über die Urheberschaft schriftlicher

Werke mit zunehmendem Alter zu. Selbst die Werke des Hippokrates von Kos (ca. 460–375 v. Chr.) gleichen eher einer Art Patchworkteppich, als dass es sich dabei um ein einheitliches Werk aus der Feder des Hippokrates handeln würde.

Ein wenig besser sieht es da schon aus mit den Schriften des Polybos, dem – angeblichen – Schwiegersohn des Hippokrates: Er führte das Schema der Elementelehre nach den Entwürfen seines Schwiegervaters zur vollkommen ausformulierten Vollendung.

## Erster Schritt – die vier Elemente

Wohl einer der Ersten, von dem uns etwas über die Elemente überliefert wurde, war der Grieche Empedokles von Agrigent (5. Jh. v. Chr.). Er sagte: Alles was existiert, entsteht durch Widerstreit und Liebe (Prinzip der Zwei) zwischen den vier Wurzelkräften – den Elementen (Prinzip der Vier = Verdopplung des Prinzips der Zwei). Die Elemente treten immer nur gemeinsam auf, und niemals kann ein Ding aus weniger als vier Elementen bestehen. Die Elemente bilden seitdem die erste Grundlage einer wissenschaftlich-rationalen Medizin im Abendland.

## Zweiter Schritt – die Elementarqualitäten

In früheren Zeiten war Medizin etwas »Initiatisches«, das nur innerhalb von innigen Meister-Schüler-Verbindungen weitergegeben werden konnte. Spätestens jedoch das Wirken von Claudius Galen (129–199 n. Chr.) machte die Medizin zu etwas Systematischem und allgemein Lehrbarem. Bisher hatte man zwar die vier Elemente,

Der Beginn der abendländischen Elementelehre als Medizinalsystem liegt bei Hippokrates von Kos. Die Wurzeln der Elementelehre selbst jedoch verlieren sich in unfassbarer Vorzeit.

## DIE ELEMENTELEHRE

konnte sie in der Medizin jedoch nicht recht nutzen. Erst Galen gab ihnen sozusagen ein Gesicht und eine Individualität, indem er nämlich den Elementen Eigenschaften zuteilte: Er ordnete den vier Elementen die vier Eigenschaften warm, kalt, trocken und feucht zu. Jeweils ein Element bekam ein Paar Eigenschaften, die sogenannten Elementarqualitäten.

Kälte zieht Feuchtigkeit an sich, und Wärme bewirkt Trockenheit; daher nannten die Alten Kälte und Wärme die aktiven und Feuchtigkeit und Trockenheit die passiven Elementarqualitäten.

### Die Elementarqualitäten

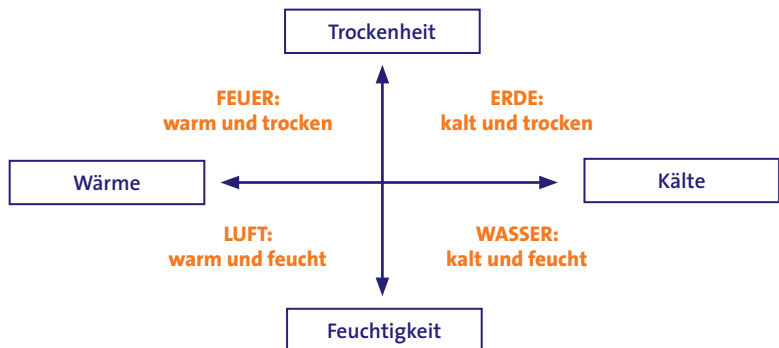
**Feuer:** warm und trocken

**Erde:** kalt und trocken

**Wasser:** kalt und feucht

**Luft:** warm und feucht

Auf diese Weise ergeben sich Gemeinsamkeiten und Polaritäten der Elemente. Das warme und trockene Feuer hat z.B. keine Gemeinsamkeit mit dem feuchten und kalten Wasser; diese beiden sind also ein Gegensatzpaar. Im Unterschied dazu teilt sich das warme und trockene Feuer mit der trockenen und kalten Erde die trockene Eigenschaft; hier ergibt sich also eine Gemeinsamkeit oder Verwandtschaft zwischen Feuer und Erde.





## Die Säfte des Polybos

»Der Körper des Menschen hat in sich Blut und Schleim und gelbe und schwarze Galle, und das ist die Natur seines Körpers, und dadurch hat er Schmerzen und ist gesund. Am gesündesten ist er, wenn diese Säfte im richtigen Verhältnis ihrer Kraft und ihrer Quantität zueinander stehen und am besten gemischt sind. Schmerzen hat er, wenn etwas von ihnen zu viel oder zu wenig vorhanden ist oder sich im Körper absondert und nicht mit dem Ganzen vermischt ist.«

(Polybos: »De natura hominis«, ca. 400 v. Chr.)

## Dritter Schritt – die Kardinalsäfte

Neben den Elementarqualitäten ordnete man den vier Elementen die sogenannten Kardinalsäfte zu. Diese Zuordnung wird Hippokrates, ca. 400 v. Chr., zugeschrieben. Die vier »Säfte« entsprachen im Inneren des menschlichen Körpers den Elementen außerhalb. Was also z. B. das Element Feuer im Makrokosmos repräsentiert, finden wir im Mikrokosmos Mensch als gelbe Galle wieder. Die Humores sind aber keine materiellen Säfte, sondern wieder Prinzipien oder Vorgänge – genau wie die Elemente. Beim Element Erde wird das augenfällig: Schwarze Galle existiert als materieller Saft nicht im menschlichen Organismus. Die Kardinalsäfte oder Humores sind also nur andere Namen für die jeweilige Elementarwirkung.

Die Kardinalsäfte hießen früher Humores, und noch heute bezeichnen wir einen unbeschwerten Menschen mit ausgeglichenen Säften als humorvoll.

### Die Kardinalsäfte

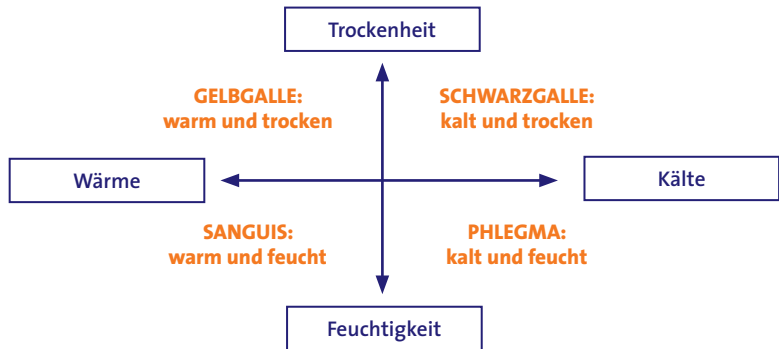
**Feuer:** gelbe Galle = Xanthe Chole

**Erde:** schwarze Galle = Melan Chole

**Wasser:** Schleim = Phlegma

**Luft:** Blut = Sanguis

## DIE ELEMENTELEHRE



## Vierter Schritt – die Temperamente

Hildegard von Bingen hielt Salat für unverdaulich, weil zu kalt und trocken für die menschliche Verdauung. Erst das »Temperieren« mit Essig (feucht) und Öl (warm) nähert den Salat dem menschlichen Temperament so weit an, dass er als Nahrung überhaupt infrage kommt.

Auch die Menschen ordnete man in dieses Vierersystem ein: Je nachdem, welches elementare Prinzip überwiegt, unterschied man den Feuer-, Luft-, Erd- und Wassertyp und gab ihnen jeweils eigene Namen:

### Kardinalsäfte

**Feuer** = Gelbe Galle = Xanthe Chole = Choleriker

**Erde** = Schwarze Galle = Melan Chole = Melancholiker

**Wasser** = Schleim = Phlegma = Phlegmatiker

**Luft** = Blut = Sanguis = Sanguiniker

Spätestens seit Galen ordnete man auch den Arznei- und Nahrungsmitteln Elementarqualitäten zu und gab ihnen damit gewissermaßen ein Temperament. Dieser Vorgang lässt sich am Gegensatzpaar einer hitzig-trockenen »cholerischen« Chilischote zu einer wässrig-kalten »phlegmatischen« Gurke leicht nachvollziehen.

Auch Krankheiten wurden in das Elementesystem eingeordnet: Bis heute spricht man bei vielen hitzigen Erscheinungen von Entzün-



*Francesco Petrarca,  
»Von glückseliger  
Gesundheit«  
(Holzschnitt,  
16. Jahrhundert).  
Dargestellt ist der  
Mensch im Gleich-  
gewicht der vier  
Elemente.*

dung, so als würde es im entzündeten Gewebe wirklich brennen und lodern; gemeint ist mit »Entzündung« natürlich nur die elementare Feuerqualität dieser Erkrankung.

### Natürliche Vierheit

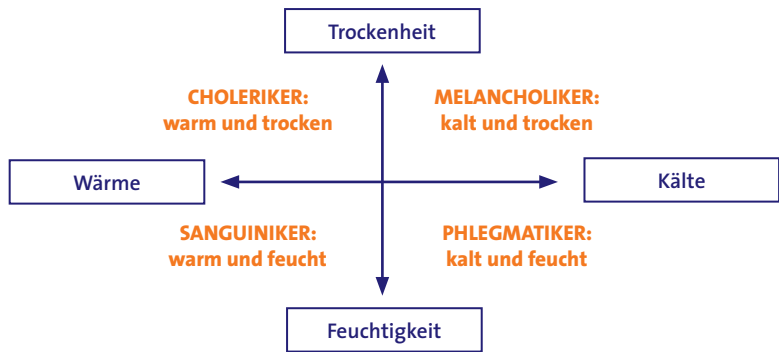
Somit erhalten wir am Ende des »vierten Schrittes« die der Natur abgelassene Vierheit der Elemente mit ihren jeweils zwei Elementarqualitäten sowie deren Übertragung auf den Menschen, seine Krankheiten und deren Arzneimittel – und damit ein völlig in sich abgeschlossenes, widerspruchsfreies, allgemein lehrbares wissenschaftlich-rationales Medizinalsystem, das sich inhaltlich-formal bis heute nicht mehr verändert hat.

Viele Rheumatiker mit angeblichen Entzündungen fahren nach Teneriffa in die Wärme, weil sie ihnen guttut. Das kann nicht sein: Feuer wird niemals durch noch mehr Wärme, sondern immer nur durch Kälte besser.

## Galen

Der Grieche Galen oder genauer Claudius Galenus von Pergamon lebte im 2. Jh. n. Chr. Er prägte die gesamte Medizin des Abendlands, des Nahen Ostens und Nordafrikas. Er schrieb so viele Werke, dass er sich selbst eine Bibliografie anlegen musste, um bei seinen eigenen Schriften den Überblick zu behalten. Von ihm sind 131 Bücher erhalten. Galen schaffte es vom Gladiatorenarzt in den Status eines römischen Prominentenarztes und galt als einer der reichsten Männer seiner Zeit.

In Wirklichkeit gibt es so gut wie keine reinen Temperature, sondern fast nur Mischformen. Die vier Schubladen unseres Elementesystems sind nicht die Wirklichkeit selbst, sondern nur ein Modell der Wirklichkeit – wenn auch ein gutes.



## Beschreibung der vier Elemente

Es gibt zwei sogenannte untere oder passive Elemente: die Erde und das Wasser. Und es gibt zwei obere oder aktive Elemente: die Luft und das Feuer.

Die Einordnung als untere und obere Elemente orientiert sich wieder an der Beobachtung in der Natur: Die Erde ist am schwersten und sinkt ganz nach unten in die Tiefe, auf der Erde schwimmt das Wasser, und über dem Wasser schwebt die Luft. Das leichteste Element Feuer strebt ganz nach oben, wie man an der nach oben lodernden Flamme erkennen kann: Es strebt zurück in die feuerdurchglänzte Sphäre des Firmaments.

Die passiven Elemente Erde und Wasser bilden vor allem die Grundlagen für den Körperbau, indem sie das Material dazu liefern und es an seinen Platz bringen. Die aktiven Elemente entsprechen mehr den funktionellen Aspekten des Körpers. So könnte man die Luft als Nerventätigkeit oder noch abstrakter formuliert als organisierendes Prinzip begreifen, und das Feuer könnte man sich einfach und zutreffend als Energie vorstellen.

In den verschiedenen Geweben und Organen des Körpers sind immer alle Prinzipien vertreten – nur mit unterschiedlicher Gewichtung.

## Element Luft

Das Element Luft entspricht der vermittelnden und ausgleichenden Regulation des organisierenden Prinzips; hier finden wir die körperliche Entsprechung in der Nerventätigkeit und der steuernden Wirkung des Hormonsystems.

Dieses vermittelnde und ausgleichende Prinzip lässt sich außerdem erkennen an allen Häuten, Schleimhäuten und Zellmembranen: Hier wird zwischen innen und außen vermittelt, angefangen bei der einfachen abgrenzenden Funktion der Haut über den Gasaustausch der Lungenschleimhaut bis hin zum Stoffwechsel an den Membranen jeder einzelnen Zelle.

Die Blutbewegung und der Fluss der Flüssigkeiten überhaupt ist Teil der bewegenden und verteilenden Funktion des Elements Luft. Störungen des Elements Luft zeigen sich vor allem in einer Überstei-

### Element Luft im Überblick

- ▶ Das bewegliche Elementarprinzip, das dank seiner Flüchtigkeit und Agilität vermittelt, beweglich und flexibel hält und auch verteilt
- ▶ Qualität: warm und feucht
- ▶ Entsprechungen: Blut, Osten, Frühling, Morgen, Sanguiniker
- ▶ Eigenschaften: subtil, leicht, durchdringend, etwas ausdehnend, wärmend und befeuchtend; wirkt verteilend (wie der Wind)
- ▶ Organbezug: Herz und Arterien als Verteiler des sauerstoffhaltigen Blutes; Funktion des Nervensystems; Hormonsystem, speziell die Schilddrüse; Lunge und Haut als Atmungsorgane; Haut, Schleimhaut und Zellmembranen als Austauschflächen

Das Element der Luft ist weniger als Gas zu begreifen, sondern mehr als verteilende Funktion und Hin und Her des Windes. Hier zeigt sich die Analogie zum Götterboten Hermes oder Merkur.

gerung des Luftprinzips. Das führt zu einer deutlichen Überbeweglichkeit, Wechselhaftigkeit und Haltlosigkeit. Es fehlt die Ruhe und Beharrlichkeit vermittelnde Wirkung des Gegenspielers Erde. Nervosität, Zappeligkeit und schrille Dissonanzen der hormonellen Regulation wie bei einer Schilddrüsenüberfunktion sind typische Erscheinungsformen.

Da sich die Luftwirkung auch in der Bewegung vor allem des Blutes zeigt, sehen wir bei der Übersteigerung des Luftprinzips eine zu rasche und unkoordinierte Blutbewegung, die in plötzlich auftretenden Blutandrang in einzelne Körperregionen bis hin zur Entzündung münden kann.

Auch ein Zuwenig an Luft hat schwerwiegende Folgen: Hier zeigt sich die Schwere, Düsternis und Kraftlosigkeit eines scheinbaren Zuviels an Erde, das sich jedoch nicht über die Behandlung der Erde, sondern nur über eine Stärkung des zu schwachen Luftelements behandeln lässt. Die Luft entzieht sich weitgehend der arzneilichen Therapie durch Schüßler-Salze.



## Element Feuer

Das Element Feuer finden wir wieder in der Vitalität, dem Elan, dem Tatendrang und der Motivation; es gibt den Bewegungen Lebendigkeit und Kraft, verleiht dem Auge seinen Glanz, der Haut seine gesunde Färbung und Wärme und lässt den Menschen gerade und aufrecht stehen.

Ist genügend Feuer vorhanden, überwindet das Verdauungsfeuer mit seiner umwandelnden Kraft die Nahrung vollkommen, und es wird aus der Nahrung ausreichend viel und kräftiges Blut gebildet. Störungen des Elements Feuer machen zornig, reizbar und verbittert. Es zeigt sich in meist heftigen hitzig-trockenen Entzündungen, bei denen eine absolute Wärmeunverträglichkeit herrscht. Eine Vielzahl von unangenehmen und von Krämpfen begleiteten Leber-Galle-Beschwerden quälen diese Menschen. Die Hitze lässt die Haut und die Schleimhäute austrocknen und verzehrt die Feuchtigkeit

Das Feuer lebt durch Verzehren. Daher rühren der unbändige Appetit und der körperliche Verschleiß der vom Feuerelement geprägten Menschen.

### Element Feuer im Überblick

- ▶ Das bewegende Elementarprinzip, das dank seiner Dynamik und Kraft in Bewegung setzt und durch seine umwandelnde subtilisierende Kraft Körperlichkeit und Stoff überwindet
- ▶ Qualität: warm und trocken
- ▶ Entsprechungen: Gelbgalle, Süden, Sommer, Mittag, Choliker
- ▶ Eigenschaften: subtil, leicht, durchdringend, ausdehnend, stark wärmend und trocknend; wirkt aufrauend wie auch die Erde
- ▶ Feuer zeigt sich immer durch Wärme oder Bewegung.
- ▶ Organbezug: Leber als Sitz des »potenziellen Stoffwechselfeuers«; Herz, Arterien, Muskeln als Sitz des »aktuellen Feuers«; Galle als Repräsentant des aggressiv-feurigen Prinzips; Körperwärme

## DIE ELEMENTELEHRE

*Das Element  
Feuer steht für  
Energie. Viel  
Energie bedeutet  
Lebendigkeit.*



Verstopfung muss bei feuerdominierten Menschen mehr als bei jedem anderen Temperament vermieden und schnell beseitigt werden: Zu rasch sammeln sich zu viele schwarzgallige Schlacken im Körper an und bereiten das Feld für Degeneration und Verfall.

des Körpers: Der Mensch magert ab und schrumpelt zusammen wie eine Trockenpflaume.

Beim Choleriker als dem Repräsentanten des Feuerprinzips ist die Gefahr besonders groß, frühzeitig ins Melancholische abzurutschen. Die ständige Überproduktion von Stoffwechselschlacken überfordert schnell die Ausscheidungswege, vor allem Venen, Nieren und Enddarm, und sorgt selbst während des normalen Cholerikerdaseins schon für schwarzgallige melancholische Belastung des Körpers.

### Element Wasser

Die wichtigsten Aufgaben des Elements Wasser sind die Ernährung und Strukturierung der Gewebe. Dies zeigt sich am Beispiel der Osteoporose deutlich: Zwar fehlt es den Knochen an Erde, doch

erweist sich bei einer Vielzahl von Fällen nicht der Mangel an Erde als Ursache, sondern ein Zuwenig der aufbauenden und strukturierenden Wirkung des Wassers. Dementsprechend sinnlos wäre in diesen Fällen die Verordnung des Elements Erde in Form von Kalziumtabletten. Vergleichen wir diese Verhältnisse mit dem Bild eines Hausbaus: Um ein Haus zu bauen, braucht man Ziegelsteine, Bauarbeiter, Geld und einen Bauplan. Die Ziegelsteine entsprechen dem Element Erde. Sie vermitteln zwar dem Haus seine Stärke und Dauerhaftigkeit, jedoch bleiben die Ziegelsteine ohne die Arbeit der Bauarbeiter nur ein nutzloser unstrukturierter Haufen Erde. Die Tätigkeit der Bauarbeiter entspricht dem Element Wasser, das durch sein Fließen die Erde hierhin und dorthin trägt und damit sozusagen die Ziegelsteine an den richtigen Stellen ablegt und den Körper strukturiert. Wichtig sind weiterhin natürlich noch die Energie des Elements Feuer in Form von Geld, das die Bauarbeiter in Bewegung setzt, und der Bauplan des Elements Luft, der sagt, wie die Bauarbeiter das Haus zu bauen haben.

Eine weitere wichtige Funktion des Wassers ist, dass es glättend und verschmierend auf durch erdige oder feurige Prozesse aufge-

Alle lebendigen Systeme zeichnen sich durch drei Komponenten aus: Energie, Struktur und Materie – und über allem waltet das organisierende Prinzip der Luft.

### Element Wasser im Überblick

- ▶ Das bewegte Elementarprinzip, das durch den Vorgang des Fließens nährt, strukturiert und Zusammenhalt verleiht
- ▶ Qualität: kalt und feucht
- ▶ Entsprechungen: Schleim, Norden, Winter, Nacht, Phlegmatiker
- ▶ Eigenschaften: dicht, zäh, schwer, leicht zusammenziehend, befeuchtend und kühlend; wirkt glättend
- ▶ Organbezug: vorherrschend in Lymphsystem und Schleimhäuten; Gehirn- und Nervensubstanz



Andreas Beutel, Christian Heimüller

**Schüßler-Salze**

Typgerechte Behandlung nach den vier Elementen

Paperback, Broschur, 128 Seiten, 16,2x21,5

ISBN: 978-3-517-08752-8

Südwest

Erscheinungstermin: Oktober 2011

**NEU:** Die praxisbewährte Verbindung von Schüßler-Salzen mit der Traditionellen Abendländischen Medizin

Die Verknüpfung der beliebten Schüßler-Salze mit der traditionellen Elementenlehre der abendländischen Medizin ist bei Heilpraktikern gang und gäbe und hat sich in der Praxis bewährt. Erstmals wird diese effektive Kombination hier leicht verständlich und anwendbar vermittelt.

Die vier Elemente Feuer, Erde, Wasser und Luft und daraus abgeleitet die vier Temperamente sind in unserer Kultur fest verankert. Dieses traditionelle Wissen hat seinen Niederschlag unter anderem in der Kloster- und Paracelsusmedizin gefunden und prägt unsere heutigen Naturheilkunde nachhaltig. Auch die moderne Behandlung mit Schüßler-Salzen lässt sich hervorragend in dieses Denken integrieren. Die Temperamente neigen zu unterschiedlichen Erkrankungen, die sich zudem verschieden auswirken – je nachdem, welches Elementarprinzip vorherrscht.

Der Leser lernt anhand von Selbsttests und ausführlichen Einzelbeschreibungen sein Temperament einzuordnen, um die Schüßler-Salze individuell und zielgerichtet anwenden zu können.