

KRAFT DER SELBSTHEILUNG

Gesundheit ist kein Ziel, daß wir erreichen, sondern eine Art Gleichgewicht, das unser Körper halten will. Das ist gar nicht so einfach, denn unser Körper ist ständig inneren und äußeren Einflüssen ausgesetzt, die ihn aus diesem Gleichgewicht bringen. Solange unser Körper dieses Gleichgewicht halten kann, sprechen wir von Gesundheit. Geht dieses Gleichgewicht verloren, dann erkranken wir. Doch selbst wenn wir erkranken, gibt unser Körper nicht auf, sondern versucht wieder gesund zu werden, also ein neues Gleichgewicht herzustellen.

Die Fähigkeit unseres Körpers, Gesundheit zu halten oder bei Erkrankung wiederzuerlangen, verdanken wir seinen Selbstheilungskräften. Diese zeigen sich auf vielfältige Weise, etwa wenn gerinnendes Blut eine Wunde verschließt, wenn Bakterien bei Entzündungen abgewehrt werden, wenn unser Körper nach einer Viruserkrankung gegen die gleiche Erkrankung immun wird oder wenn ein Knochen nach einem Bruch wieder zusammenwächst.

Meist entstehen Beschwerden oder Erkrankungen, weil eine Bewegungseinschränkung eine Struktur daran hindert, richtig zu funktionieren. Eine solche Funktionsstörung kann früher oder später sogar die Struktur schädigen. Daher wird ein Osteopath immer versuchen, Bewegungseinschränkungen zu lösen. Damit unterstützt er die Selbstheilungskräfte, die dann voll wirken können. Mehr kann ein Osteopath nicht tun. Heilen kann sich unser Körper nur selbst!