

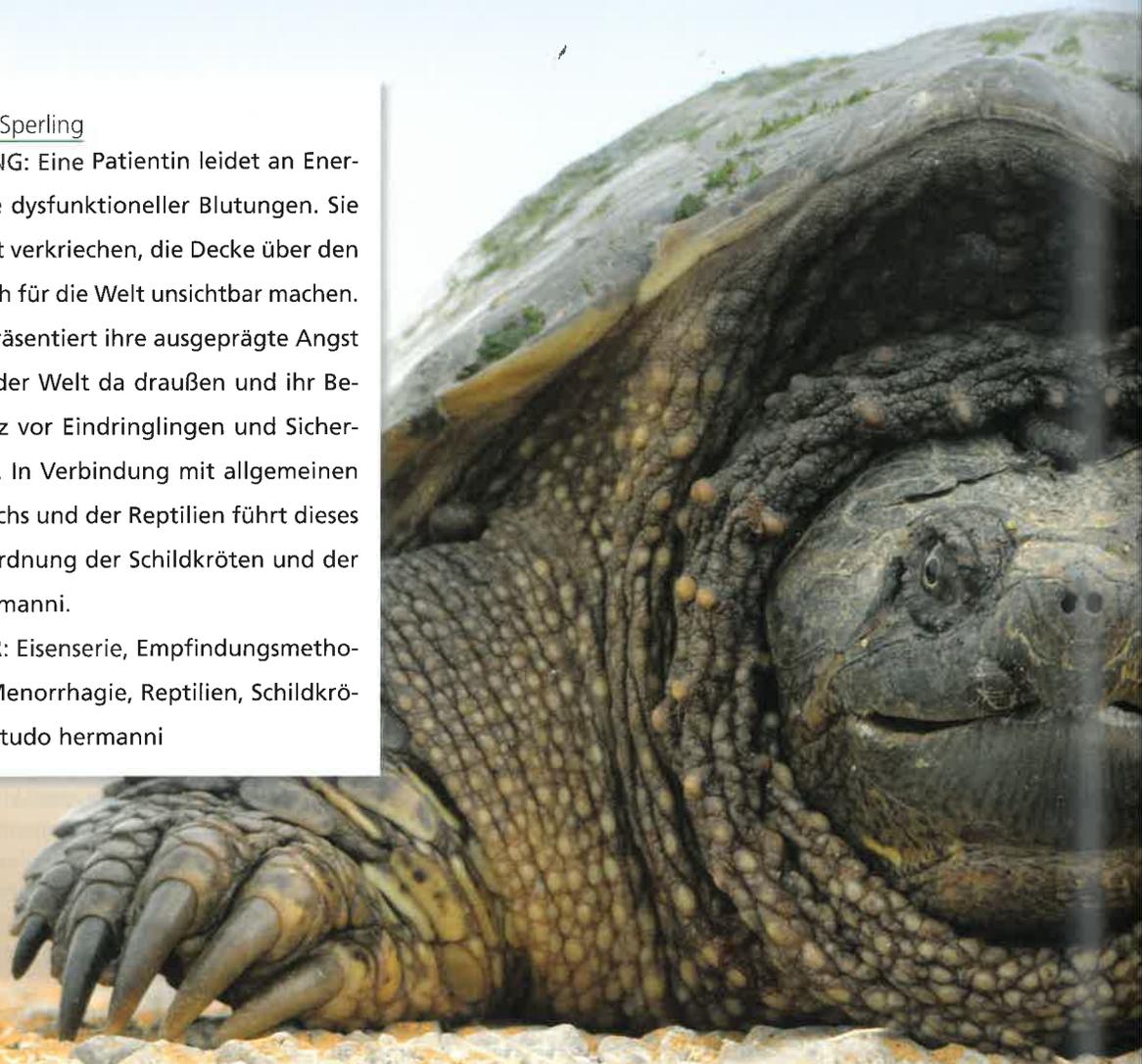
MEIN HAUS IST MEINE FESTUNG

Testudo hermanni und die Angst vor der Welt

AUTORIN | Vatsala Sperling

ZUSAMMENFASSUNG: Eine Patientin leidet an Energielosigkeit infolge dysfunktioneller Blutungen. Sie will sich nur ins Bett verkriechen, die Decke über den Kopf ziehen und sich für die Welt unsichtbar machen. Dieser Zustand repräsentiert ihre ausgeprägte Angst vor den Gefahren der Welt da draußen und ihr Bedürfnis nach Schutz vor Eindringlingen und Sicherheit in ihrem Haus. In Verbindung mit allgemeinen Themen des Tierreichs und der Reptilien führt dieses Grundgefühl zur Ordnung der Schildkröten und der Arznei Testudo hermanni.

SCHLÜSSELWÖRTER: Eisenserie, Empfindungsmethode, Fibromyalgie, Menorrhagie, Reptilien, Schildkröten, Testudines, Testudo hermanni



Die Griechische Landschildkröte (*Testudo hermanni*) ist eine von drei im europäischen Teil des Mittelmeerraumes beheimateten Landschildkrötenarten der Gattung *Testudo* und kommt in zwei Unterarten vor (*Testudo hermanni hermanni* und *Testudo hermanni boettgeri*). Griechische Landschildkröten sind überwiegend herbivore, tagaktive Reptilien, die ein dem Menschen vergleichbar hohes Alter erreichen können. Die Zerstörung ihrer angestammten Lebensräume und ihre Beliebtheit als Haustier haben den Wildtierbestand inzwischen stark gefährdet und Schutzmaßnahmen für ihren langfristigen Erhalt unabdingbar werden lassen.

Copyright | unsplash / Gary Bendig



Vorgeschichte: Die Patientin erwähnt gleich zu Beginn des Gesprächs, sie nehme nur Kräuter. Homöopathie habe sie noch nie ausprobiert und sei gespannt, ob sie wirke. Auf Nachfragen antwortet sie, sie könne Weißkitteln nicht trauen. So werfe sie auch alle Einladungen zur Mammografie weg, da sie nicht verletzlich und abhängig von deren System sein wolle. Beobachtet werden also bereits folgende Themen: Neugier, Mangel an Vertrauen, Verletzlichkeit.

Die Patientin ist klein und übergewichtig. Sie hat dicke Finger und sehr viel Bauchfett. Schwerfällig betritt sie das Sprechzimmer, und bevor sie sich setzt, lässt sie ihre Augen durch den Raum schweifen. Sie erklärt: „Ich will nur sichergehen, dass Sie qualifiziert genug sind, um mir zu helfen. Können homöopathische Arzneien süchtig machen, oder haben sie Nebenwirkungen? Ich weiß, dass sie eine Verschlimmerung verursachen können, das habe ich im Internet gelesen.“ Nachdem ich sie darüber beruhigen konnte, begann die Anamnese.

ANAMNESE

Bitte erzählen Sie mir von Ihrem Problem.

Meine Periode kam immer superpünktlich, alle 28 Tage. Vor drei Jahren hatte ich herausgefunden, dass mein damaliger Freund insgeheim plante, mich abzuservieren. Ich wurde misstrauisch und fragte nach. Wir trennten uns. Ich habe noch nie ohne einen Mann gelebt. Schon bald fand ich einen neuen. Wir gingen essen, und plötzlich spürte ich, dass mir etwas Warmes aus der Scheide lief. Das wurde zu einer ausgedehnten Blutung mit großen, dunklen Klumpen, die über zwei Wochen anhielt. Dann hörte sie genauso plötzlich auf, wie sie begonnen hatte. Eine Woche Pause, und es begann wieder zu bluten. So geht das jetzt schon seit drei Jahren: zwei Wochen Blutung, eine Woche Pause. Die Kräuter haben gar nichts gebracht. Mein neuer Freund hat die Geduld verloren, und wir haben Schluss gemacht, aber das ist das geringste meiner Probleme. *(Themen: Sexualität, plötzliches Einsetzen der Beschwerden. Während sie über ihre Beschwerden und Trennungen spricht, zeigt sie überhaupt keine Gefühle. Empfindlich gegen Heimlichkeiten und misstrauisch.)*

Wie wirken sich diese Blutungen auf Sie aus?

Ich werde lethargisch, langsamer als üblich. Ich will das Haus nicht verlassen. Will mich nur ins Bett verkriechen, mir die Decke über den Kopf ziehen und mich für die Welt unsichtbar machen. Aber das geht nicht. Ich muss ja arbeiten. Die Leute fragen mich, was mit mir los ist. Dann werde ich wütend und würde ihnen am liebsten den Kopf abbeißen, weil sie sich in meine persönlichen Angelegenheiten einmischen. Warum können sie mich nicht einfach in Ruhe lassen? *(Themen: verstecken, Wut, Arbeit ist wichtig, will in Ruhe gelassen werden und unsichtbar sein, ich gegen die)*

Wie fühlen Sie sich, wenn Sie zu Hause bleiben?

Ich mache es mir gemütlich, fühle mich warm und sicher. Ich sitze still da, bewege mich nicht, verliere keine Energie. Niemand kann mir hier auf den Pelz rücken. Ich gehe nicht ans Telefon, sondern warte ab, bis die Blutung vorbei ist.

Beschreiben Sie Ihr Haus.

Es ist fest, stark, es gibt mir Sicherheit. Ohne mein Haus kann ich nicht leben. Wenn ich sonst nichts in der Welt habe, habe ich doch wenigstens mein Haus. Es schützt mich.

Gab es früher schon Zeiten, in denen Sie Ihr Haus nicht verlassen wollten?

(Haus als durchgehendes Lebensthema?) Als ich acht Jahre alt war, wurde ich sexuell belästigt. Ich weigerte mich, zur Schule zu gehen. Meine Mutter zerrte mich aus dem Haus. In der Schule versteckte ich mich unter der Bank. Ich wollte nicht gesehen werden. In meinem Haus oder unter der Schulbank kann mich niemand sehen. Wenn andere mich sehen, wird es gefährlich. Sie wollen etwas von mir, sie nehmen es sich. Ich kann mich nicht wehren. In meinem Haus bin ich sicher, geschützt und unerreichbar. Wenn ein Regenwurm sich in einem Loch vergräbt, wird er nicht zerquetscht. Wenn er herauskommt, wird er zerquetscht. Ich will nicht zerquetscht werden. Wenn ich nicht in meinem Haus bin, kann ich belästigt, zerquetscht, zerrissen, aufgefressen werden. *(Themen: Sich in ihrem Haus zu verstecken, ist ein wiederkehrendes Thema. Das Haus bietet ihr Sicherheit. Sie wählt das Bild eines Regenwurms, der zerquetscht wird, wenn er an die Oberfläche kommt. Doch mit diesem Bild ist keine Energie verbunden. Sie hat bisher noch kein Wort gebraucht, das auf Würmer verweisen würde. Sexuelle Belästigung in der Kindheit.)*

Wenn Sie Ihr Haus verlassen müssen, fühlen Sie sich also ungeschützt?

Ja. Mein Haus ist meine Festung. Ich ziehe mich in mein Haus zurück und rolle mich zusammen. Das Licht bleibt aus, die Vorhänge zugezogen. Niemand kann mich sehen. Ich bin drin, keiner kann einbrechen, es ist meine Burg. Ja, auf meinem Grundstück habe ich den Standort für mein Haus sogar tief im Wald gewählt. Die Zufahrt ist voller Schotter und Furchen – mit Absicht. Das macht es den Leuten schwer, einfach reinzufahren und mich aufzusuchen. Wege, Pfade und Zufahrt sind nicht ausgeschildert. Eindringlinge verirren sich, bevor sie mein Haus und mich darin finden. *(Jetzt lacht sie laut auf.)* Stellen Sie sich das mal vor: Ich verstecke mich in meinem Haus und entziehe mich Eindringlingen. Eine ganz schlaue Idee! *(Thema: Das Haus ist ihre Festung. Sie zieht Arme und Beine an und rollt sich zusammen (vollzieht eine energiegeladene Ganzkörper-Geste, krümmt sich zusammen, zieht Arme und Beine an und verbirgt den Kopf), und sie hat einen schlaunen Plan, wie sie Eindringlinge in die Irre leiten und sich vor ihnen verstecken kann.)*

Meine Kinder haben mich um ein Stück Land gebeten, um eine Jagdhütte zu bauen. Ich habe abgelehnt. Meine Eltern haben mich mit 13 aus dem Haus geworfen. Nachdem mir mit acht Jahren schlimme Dinge passiert waren, gaben sie mir die Schuld daran und schlugen mich, sooft sie konnten. Ich musste um mein Überleben kämpfen. Seit meinem Rauswurf wohnte ich bei bösen Verwandten und ging Gelegenheitsarbeiten nach. Ich habe mich selbst durchs College durchgekämpft. Meine Eltern haben sich nicht um mich gekümmert und mir nicht geholfen –

warum sollte ich mich um meine Kinder kümmern? Die können für sich selbst sorgen. *(Sie sagt das völlig emotionslos.)* Ich habe mein ganzes Leben lang gespart, damit ich mir Land kaufen und mein Haus bauen konnte. *(Thema: Mangel an elterlicher Fürsorge. Streit um Ressourcen – Land.)*

Wie erleben Sie Unsicherheit?

Mein Chef ist ein Aasgeier. Ich bin tüchtig und gewissenhaft. Er beutet mich aus. Halst mir stapelweise Arbeit auf, weil er weiß, dass ich nicht nein sagen werde. Wenn er das tut, habe ich jedes Mal das Gefühl, als schlage ich auf einem Felsen auf. Ich werde zermalmt. Ich falle auseinander und fühle mich ihm total ausgeliefert. Ich hasse dieses Gefühl, denn es ist dasselbe Gefühl, das ich habe, wenn ich mein Haus verlasse: Ich bin ausgeliefert, unsicher, ein leichtes Ziel für Leute wie meinen Chef. Er weiß, dass mein Leben von meinem Job abhängt. Ich kann nicht kündigen. *(Thema: Empfindet sich als Opfer, eher ein Beutetier als ein Raubtier. Job, Einkommen und Haus sind für ihre Sicherheit äußerst wichtig.)*

Wenn Sie die Freiheit hätten, diesen Job aufzugeben, was würden Sie dann gern tun?

Ich würde zu Hause bleiben. Die Welt ist gefährlich. Die Menschen sind böse. Sie kennen deine Schwächen und beuten dich aus. Man kann sich nicht immer revanchieren und zurückschlagen. Manchmal ist es das Beste, ein tiefes Loch in den Boden zu graben, sich darin zu verstecken und sich von Schichten aus Erde und Stein schützen zu lassen. *(Thema: So drückt sich ein Beutetier aus, das sich von der Welt/den Raubtieren bedroht fühlt. Einzig sein Haus bietet ihm Schutz. Und es ist ein Reptilienthema: eine düstere Sicht auf die Menschheit. Da der Aufenthalt im eigenen Haus für sie Sicherheit bedeutet und sie die Außenwelt und die Menschen so negativ sieht, wäre es interessant zu wissen, wie es draußen aussieht.)*

Beschreiben Sie, wie Sie sich fühlen, wenn Sie sich außerhalb Ihres Hauses befinden.

Ich bin fett und hässlich, sehr langsam und schwerfällig. Ich fühle mich angreifbar. Jeder könnte mich packen und misshandeln. Es fühlt sich an, als wäre ich nackt, ich habe keine Decke, keinen Schutzraum. Das ist erbärmlich, ich will mich nicht so fühlen. Ich möchte mich lieber in meinem Haus verkriechen und mich nicht vom Fleck rühren, bis ich gefahrlos wieder herauskommen kann. Gut, ich gehe arbeiten, einkaufen, aber ich fühle mich die ganze Zeit unsicher und entblößt. Unterwegs zu sein, verbraucht viel Energie. Und bei diesen schweren Blutungen habe ich keine Energie mehr übrig. *(Thema: Sie verknüpft ihre Hauptbeschwerde mit ihrem dauerhaften Thema der Sicherheit im Haus und der Unsicherheit außerhalb des Hauses.)*

Wie erleben Sie diesen Energiemangel?

Ich sehe lauter aufgedrehte Leute um mich herum und frage mich, was die wohl nehmen. Ich beneide sie. Seit drei Jahren habe ich kaum noch Energie. Ich bin langsam und lethargisch geworden. Ich möchte mich nur noch zusammenrollen und in mein Haus schlüpfen *(wiederholt die Ganzkörper-Geste)*. Nicht mal meine Nase möchte ich rausstecken. Die Leute tun anderen

Schlimmes an. *(Thema: Sie kommt auf das Sicherheitsgefühl in ihrem Haus und die Bedrohlichkeit der Welt zurück. Jetzt zeigt sich auch Neid.)*

Wovor haben Sie Angst?

Gott bewahre, dass meinem Haus etwas passiert! Wo würde ich dann hingehen? Wenn mich ein Mann verlässt, suche ich mir einen neuen, ohne Verpflichtungen und Schwüre. Aber mein Haus ist meine Zuflucht. Mit meinen gesundheitlichen Problemen fühle ich mich draußen ungeschützt, und diese Schwäche macht mir Angst. Ich bin unabhängig, ich habe keine Angst, von anderen verlassen zu werden. Aber ich wünsche mir meinen furchtbaren Chef weg. Er weiß, dass ich Arbeit brauche, um mein Haus zu behalten. Er beutet mich aus, weil er meine Schwäche kennt. Das macht mir Angst. *(Thema: starke Sexualität, Angst vor Verlust des Hauses, die Sprache des Opfers.)*

Frieren Sie leicht, oder ist Ihnen eher zu warm?

Lassen Sie sich von meinem Körperfett nicht täuschen. Ich friere ständig. Ich möchte irgendwo sein, wo es warm und trocken ist, damit ich nicht so viel Energie aufwenden muss, nur um mich warm zu halten. Was die Ängste betrifft – das ist weniger Angst als purer Hass. Ich hasse zum Beispiel Kartoffelchips und alles, was knusprig ist. Allein das zermalmende Geräusch, das knusprige Sachen in meinem Mund machen, macht mich wahnsinnig, da bekomme ich eine Gänsehaut.

Haben Sie noch andere Beschwerden?

Nein!

ZUSAMMENFASSUNG UND AUFFÄLLIGE MERKMALE DES FALLS

Themen des Tierreiches: Neugier, ich gegen dich, Streit um Ressourcen (Land), Angreifbarkeit, sich verstecken, Wut, Neid, Opfer und Täter

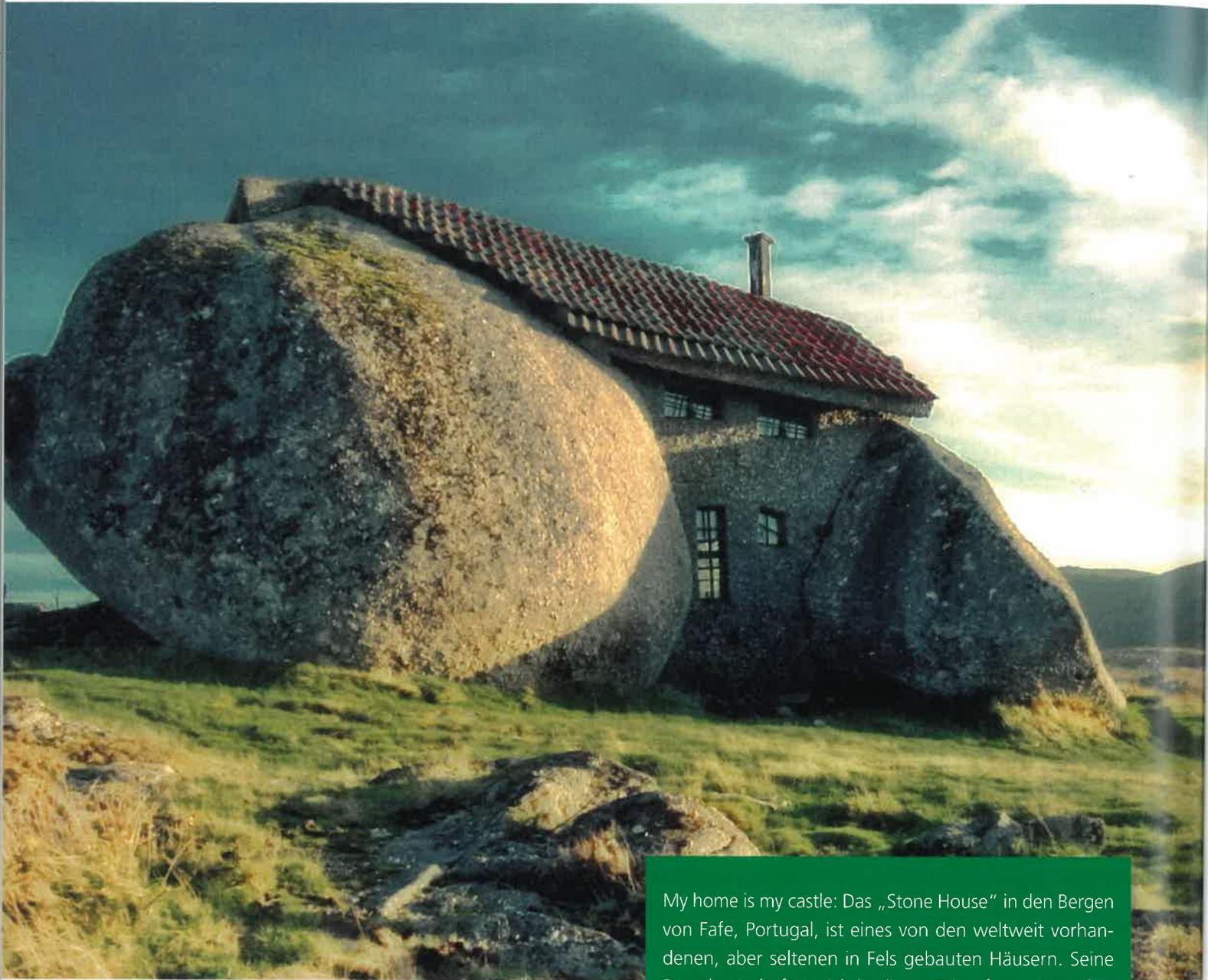
Themen der Reptilien: Mangel an Vertrauen, starke Sexualität, unabhängig und allein, frühzeitige sexuelle Erfahrungen, Eindringlinge in die Irre führen, düstere Sicht auf die Menschheit, die Welt ist gefährlich, Mangel an elterlicher Fürsorge (hat keine erhalten und gibt keine). Beschwerden treten plötzlich auf. Plötzliche Gefahr. Die Menschen sind böse und beuten ihre Schwächen aus. Misstrauisch.

Sprache der 4. Reihe: Sicherheit und Geborgenheit durch Haus, Job, Einkommen. Tüchtig. Ihre Hauptsorge gilt dem Selbstschutz.

Sprache eines Beutetiers: Da das Hauptthema der Selbstschutz ist, liegt die Aufmerksamkeit nicht auf dem Angriff und dem Angreifer, sondern auf der Fähigkeit, sich gegen einen Angriff zu verteidigen. Dafür arbeitet man schwer, ist gewissenhaft und aufgabenorientiert. Der Schwerpunkt liegt auf Sicherheit, Geborgenheit und dem Bau eines starken Hauses. Angst, dass plötzlich etwas Schlimmes passieren könnte.

ANALYSE

Die Patientin fühlt sich unsicher, angreifbar, ungeschützt und von ihrem Chef ausgebeutet, der ihre Schwachstelle kennt.



Ihre Verteidigungsstrategie besteht darin, sich in ihr Haus zurückzuziehen und sich dort zu verstecken (*energiegeladene Ganzkörper-Geste*). Da die Themen der 4. Reihe in ihrem Fall so ausgeprägt sind, verweist das auf ein Beutetier aus Reihe 4, das davon abhängig ist, sich zum Selbstschutz in seinem Haus verstecken zu können.

Die Joshis haben etliche Tierklassen in Reihe 4 platziert: Gliederfüßer, Spinnen, Reptilien, diverse Säugetiere, eierlegende Säugetiere wie auch Beuteltiere. Die von dieser Patientin präsentierten Themen verweisen auf die Reptilien, und zu den Reptilien in Reihe 4 (nach Joshis Diagramm des Periodensystems) gehören die Schildkröten.

My home is my castle: Das „Stone House“ in den Bergen von Fafe, Portugal, ist eines von den weltweit vorhandenen, aber seltenen in Fels gebauten Häusern. Seine Bewohner dürften sich in dieser Felsenfestung gut beschützt fühlen.

Copyright | Flickr / Feliciano Guimaraes

Die Themen der Schildkröten „My home is my castle“, das Haus als sicherer Ort, wo man sich vor Gefahren verstecken kann, sind auffällig. Die Patientin vollführt eine hochenergetische Ganzkörper-Geste: Sie krümmt sich zusammen, steckt den Kopf zwischen die Arme und versteckt sich in ihrem Haus, bis die Gefahr vorüber ist. Sie hat Angst, dass mit ihrem Haus etwas passieren könnte. Sie hasst das Geräusch von knusprigen Speisen.

Kommentar zur Anamnese: Ich habe es der Patientin während des Fallgesprächs völlig freigestellt, über alles zu sprechen, was ihr am wichtigsten ist. Ich selbst habe davon Abstand genommen, mein Anliegen zu verfolgen, das heißt, ich habe ihr keinerlei Fragen gestellt, die mich zur Empfindung und zur Quelle des Mittels führen sollten.

Verschreibung: Mit Rajan Sankarans Buch über die Reptilien lassen sich bestimmte Gruppen ausschließen. Die Themen der Patienten verweisen auf die Schildkröten, wobei die Unterschiede zwischen den verschiedenen Familien studiert wurden. Das führt zur Verschreibung von *Testudo hermanni*. (Gabe in der C 30, ein paar Globuli in drei Teelöffeln Wasser aufgelöst, davon je ein Teelöffel über drei Tage hinweg.)

FOLLOW-UPS

Follow-up, zwei Monate nach der Mittelgabe: Die Blutklumpen sind viel kleiner geworden und erscheinen nur noch selten. Die Blutungen sind um einiges schwächer und kürzer, statt zwei Wochen nur noch eine. Die Pause dazwischen hat sich von einer auf drei Wochen verlängert. Insgesamt geht es ihr wesentlich besser.

Follow-up, vier Monate nach der Mittelgabe: Die Patientin berichtet, dass sie sich besser fühlt. Monatsblutungen unverändert. Sie erhält Sac-lac.

Follow-up, sechs Monate nach der Mittelgabe: Sie hat sehr viel Energie und beschwert sich nicht mehr über ihren Chef. Aber sie entdeckt gelegentlich wieder kleine Klumpen und befürchtet eine Rückkehr der Symptome, sagt jedoch, das mache ihr nichts aus. Dennoch ist eine Wiederholung des Mittels angezeigt.



DR. VATSALA SPERLING

war Leiterin der Klinisch-Mikrobiologischen Dienste an einem Kinderkrankenhaus in Chennai, Indien, wo sie Forschungen für die Weltgesundheitsorganisation durchführte und umfangreiche Publikationen verfasste. Nach ihrem Umzug in die USA, wo sie eine Familie gründete, durchlief sie eine

homöopathische Ausbildung an Misha Norlands' School of Homeopathy. Sie hat Bücher, Essays und Artikel über Homöopathie, Gesundheit und Spiritualität verfasst und bildet sich bei mehreren Lehrern weiter. Heute ist sie klassische Homöopathin in Vermont, arbeitet ehrenamtlich beim Fallüberprüfungsausschuss des örtlichen Gesundheitszentrums und gehörte dem Aufsichtsgremium der nordamerikanischen homöopathischen Gesellschaft NASH an.

Kontakt: www.rochesterhomeopathy.com

Verschreibung: *Testudo hermanni* C 30, Einmalgabe.

Follow-up, zwölf Monate nach der Mittelgabe: Die Patientin sagt: „Ich hatte vergessen, meine Fibromyalgie zu erwähnen, die ich mithilfe des Internets diagnostiziert habe. Ich hatte immer Schmerzen, genug, um mich krank zu melden und zu Hause zu bleiben. Ich dachte, das käme von meinem Übergewicht. Ich habe meine Ernährung nicht umgestellt, und ich habe auch keine ausgeklügelte Gymnastik gemacht, aber jetzt habe ich viel weniger Schmerzen. An manchen Tagen geht es mir so gut, dass ich mich frage, ob ich überhaupt eine Fibromyalgie hatte. Ich frage mich, ob das Mittel, das Sie mir gegeben haben, etwas damit zu tun haben könnte, dass sich nicht nur meine Periode normalisiert hat, sondern auch die Fibromyalgie verschwunden ist.“

Da ihre gesundheitlichen Beschwerden sich aufgelöst haben, ist sie jetzt lockerer geworden und hat weniger Probleme, ihr Haus zu verlassen.

Schlusskommentar: Wir Homöopathen haben großes Glück, dass so viele großartige Lehrer ihr überreiches Wissen und ihre Erfahrungen mit uns teilen. Mit großer Zuneigung erinnere ich mich an meinen Lehrer Misha Norland, der mich dazu ermuntert hat, aus allen Quellen zu lernen und alle Techniken und Systeme zu nutzen, die meinen Patienten helfen.

LITERATUR

- Sankaran R., Shah M., „Reptilien in der Homöopathie“, Bd. 1, Narayana Verlag, Kandern 2015
- Joshi B., „Homöopathie und die Struktur des Periodensystems“, Narayana Verlag, Kandern 2010
- Joshi B. und S., „Quick Book – Minerale und Tiere“, Narayana Verlag, Kandern 2015
- Joshi B. und S., Seminar „Notes from 2010 till 2017“, aus Seminaren von B. und S. Joshi in den USA
- Chauhan D., „The Scientifically Intuitive Case-witnessing Process: A Journey of Three Steps“, Philosia Publications, 2011
- Scholten J., „Homöopathie und die Elemente“, Narayana Verlag, Kandern 2016