

Das Spiel des Lebens... Der moderne Mensch – Weiß er noch, was er tut?

Horst Jacob



Die Zahl der Neuerkrankungen schwerster Leiden wie Krebs oder Herz-Kreislaufkrankungen steigt in Deutschland von Jahr zu Jahr an. „Quo vadis, moderner Mensch?“ sollte man an dieser Stelle fragen. Ist der in unserer Gesellschaft eingeschlagene Weg wirklich kompromisslos? Oder gibt es intelligente Lösungen, die zu einer Vermeidung schwerer Erkrankungen beitragen können?

Die Spielregeln

Wir wagen einmal ein kleines Gedankenexperiment. Unter Zuhilfenahme des Regelwerkes von sportlichen Veranstaltungen betrachten wir das *Spiel des Lebens* eines modernen Menschen. Sofort erkennen wir Parallelen zwischen dem Reglement von Sportveranstaltungen und dem menschlichen Leben. So gibt es etwa bei fast allen Ballsportarten zwei Halbzeiten (oder mehr) mit jeweils einer Pause sowie feste Verhaltensregeln, nach denen Spieler durch einen Schiedsrichter gemäßregelt werden können. Im Fußball drückt sich das durch den Einsatz von gelben und roten Karten aus. Im schlimmsten Fall wird ein Spieler des Feldes verwiesen und darf nicht mehr mitspielen. Diese Regeln werden von allen Beteiligten anerkannt.

Auch das Leben des Menschen besteht immer aus mindestens zwei Halbzeiten, die im Idealfall von einer (Besinnungs-) Pause unterbrochen werden. Mit neuen Kräften könnte sich ein Mensch an die nächste Halbzeit machen; unter Beachtung der Tatsache, dass er nun auf das andere Tor spielen muss. Im Fußball schreibt das der sogenannte Seitenwechsel vor – und im Leben?

Das Problem der Eigentore

Genau an dieser Stelle offenbart sich ein Problem. Viele Menschen versäumen in ihrem Leben die Pause und den (geistigen) Pausentee und spielen ohne Unterbrechung aus Gewohnheit oder Bequemlichkeit weiter. Sie bemerken in der Regel viel zu spät, dass sie mit ihrer Einstellung zum Spiel hinfort Eigentore (des Lebens) schießen. Sie haben den Zeitpunkt für einen Seitenwechsel nicht wahrgenommen und versäumt. Dieses Bild menschlichen Lebens und Handelns hat Rüdiger Dahlke in seinem Buch *Die Schicksalsgesetze* eindrücklich entfaltet.¹

Der Wahnsinn der Normalität

Doch welchen Rhythmen ist der moderne Mensch unterworfen? Schon kleine Kinder werden auf den kommenden Wettbewerb des Lebens vorbereitet, indem ihnen immer größere Mengen an Wissen in möglichst kurzer Zeit in die Gehirne getrichert werden. Dies geschieht in dem Glauben, dass nur gut gebildete und ausgebildete Kinder die wirtschaftlich angeblich unabdingbare Wachstums spirale aufrechterhalten können. Dafür müssen die Produktivität industrieller Produktionsstraßen laufend erhöht und zudem stetig neue Märkte erschlossen werden. Arbeitsplätze, Wohlstand und Frieden sollen davon abhängig sein.

Der Preis des Wohlstandes

Der dafür zu bezahlende Preis ist hoch und zeigt sich nicht zuletzt in einer bedrohlich wachsenden Flut schwerster psychischer und körperlicher Erkrankungen. *Burnout* und *Boreout*, Depressionen, bösartige Erkrankungen, Diabetes, Demenzen uvm. bilden mittlerweile ein ernstzunehmendes Bedrohungsszenarium. Mehr als 750.000 Bundesbürger erkranken jährlich neu. Keine Volkswirtschaft der Welt kann es auf Dauer stemmen, jährlich mehrere Millionen schwerstkranker Menschen optimal mit medizinischer Spitzentechnologie zu versorgen. An dieser Stelle sei betont, dass das Problem natürlich nicht nur auf finanzielle Aspekte heruntergebrochen werden darf und soll.

Das Fass droht überzulaufen

Diese negative Entwicklung schreitet langsam voran. Umweltzerstörung und -ausbeutung, Raubtierkapitalismus, Reichtumsgefälle, Wachstumsgefälle, Ausbeutung der Arbeitskräfte armer Menschen uvm. haben bisher das Fass noch nicht zum Überlaufen gebracht. Allerdings steht diese Bedrohung im (Lebens-) Raum der Menschheit und des einzelnen Menschen. Man kann sagen, dass wir uns in der Verlängerung der eigentlichen Spielzeit, wie sie nur bei großen Turnieren gestattet ist, befinden. Die Sorge, dass das Spiel verloren gehen könnte, teilen in der ganzen Welt immer mehr Menschen. Intelligentes Handeln, dass zu einer Wende beitragen kann, ist dringend nötig und wird nicht ohne schmerzliche Erfahrungen auskommen.

Wie können Menschen nun aus den sie fremdbestimmenden Strukturen herausfinden, hin zu einem selbstbestimmten Leben, das wieder einen natürlichen Rhythmus zulässt, Druck abbaut und das Einhalten der Spielregeln erlaubt?

Vorsorge und Vorbeugung

Zunächst einmal sollten wir Menschen zu einem Lebensstil finden, der die Vermeidung von Katastrophen beinhaltet. Ich meine, dass sich das aus den Begriffen der Vorsorge und freiwilligen Vorbeugung ergibt, deren Ziel ja darin besteht, Schlimmes zu verhindern. Es mag schon gut sein z.B. Krebsvorsorge zu betreiben, indem man die eine oder andere Untersuchung beim Arzt durchführen lässt, vorbeugende Maßnahmen greifen meiner Meinung nach jedoch weiter: Durch Vorbeugung versucht man, den Lebenssacker so zu bestellen, dass sich Schäden möglichst erst gar nicht einstellen. Man beugt sich freiwillig. Auf naturheilkundlicher Ebene werden, durch umfangreiche Forschungen belegt, mittlerweile sogar von schulmedizinischer Seite Empfehlungen erteilt.

Aus dem reichhaltigen, wissenschaftlich begründeten Angebot zur Begleitung eines gesunden Lebens sei hier an die Forschung zum Vitamin D erinnert. Es wurde offengelegt, dass Menschen im europäischen Lebensraum mehrheitlich einen starken Mangel dieses Vitamins aufweisen. Die Folgen davon sind nicht zu unterschätzen. Beim Mangel des Vitamins werden Zusammenhänge zu unterschiedlichen Krebserkrankungen, Diabetes, der Lebenserwartung und noch vielen anderen Erkrankungen hergestellt. Ähnlich beeindruckende Forschungsergebnisse erhält man zu den B-Vitaminen oder aber zur Vermeidung des oxidativen Stresses, dem menschliche Zellen etwa durch die Bildung von Peroxynitrit aus physiologischem NO im Körper schutzlos ausgesetzt sind. Viele chronische Krankheiten dürften hier ihren Ursprung haben. Darauf zu achten, dass etwa in der Nahrung hinreichend Alpha-Liponsäure, OPC, B-Vitamine, sekundäre Pflanzenstoffe (etwa aus dem Brokkoli), die die Entgiftungsleistung der Leberenzyme fördern, enthalten sind, wäre ein weiterer wertvoller Ratschlag. Es ergibt natürlich Sinn, diese Stoffe auch durch Nahrungsergänzungen zu substituieren.

Ein weiterer Schritt kann durch eine sinnvolle ergänzende Therapie zur Unterstützung der Pufferkapazitäten des menschlichen Organismus erfolgen. Bedenkt man, dass allein durch eine falsche Atmung – diese ist weit verbreitet – die Pufferkapazität der Lungenfunktion abnimmt, ist es natürlich zwingend nötig, den Säure-Basen-Haushalt des Körpers zu unterstützen. Ich habe schon des Öfteren auf die Zusammenhänge zwischen der Einnahme eines hochbasischen ionisierten Wassers und dem Ionentransport durch Zellmembranen hingewiesen.² Durch die Zufuhr von OH⁻ Ionen (z. B. Basenkonzentrat von Sanacare) werden kranke und gestresste Körperzellen wieder in eine physiologische negative Spannung versetzt, sodass positiv geladene Mineralstoffionen wieder aufgenommen werden können. Eine gestresste und positiv geladene Zelle kann das nicht.

Die hier beispielhaft aufgeführten Maßnahmen könnten auf der naturheilkundlichen Schiene die Bemühungen des einzelnen Menschen zur Erhaltung seiner Lebenskräfte unterstützen und einen Beitrag dazu leisten, dass die modernen Menschen gesünder leben und bleiben.

Der Wahnsinn industrieller Lebensmittelproduktion

Muss es außerdem sein, dass in Deutschland jährlich über drei Millionen Rinder, 37 Millionen Puten und 58 Millionen Schweine geschlachtet werden, die jeweils, von wenigen Ausnahmen abgesehen, standardmäßig mit Mastfutter, Beruhigungspillen und Antibiotika „groß“ (sprich: schwer) gezogen wurden? Von den fast 628 Millionen Hühnern, die jährlich in den Schlachthöfen „verarbeitet“ werden, ganz zu schweigen. Man versuche sich diese Zahlen zu verdeutlichen: jede Sekunde werden allein in Deutschland 20 Hühner geschlachtet, das ganze Jahr hindurch, Tag und Nacht, ohne Pause. Der maßlose Verzehr billig „produzierten“ Fleisches ist zur Erhaltung der Gesundheit wahrlich nicht zwingend erforderlich, im Gegenteil. Der übermäßige Konsum macht uns krank. Zudem ist Deutschland nach wie vor Spitzenreiter beim Einsatz von Antibiotika in der Tiermast.

Was ist von einer industrialisierten Landwirtschaft, die in größten Mengen Pestizide, Herbizide und Fungizide sowie im großen Stil uranhaltige Phosphatdünger einsetzt, an gesundheitsfördernder Nahrung zu erwarten? Ein gesamtgesellschaftliches Umdenken ist aus gesundheitlichen wie auch aus ethischen Gründen zwingend erforderlich.

Ausklang und Fragen des Alltags

Die Fragen, auf die es keine beruhigenden Antworten mehr gibt, nehmen täglich zu: Was bringt ein Bildungssystem, das auf Angst beruht? Warum wird zugelassen, dass schon Kinder einen Bewegungsmangel haben? Warum gibt es Zigaretten?

Jeder einzelne Mensch ist eingeladen und aufgefordert umzukehren und seinen Lebensstil zu überdenken. Eigenverantwortliches Handeln anstelle von Bevormundung (etwa durch die Pharmaindustrie) würde einen wünschenswerten Weg des modernen Menschen ermöglichen und einen Beitrag dazu leisten, dass das *Spiel des Lebens* dazu führt, dass Menschen aus den fremdbestimmten Zuständen ausbrechen und die Vorzüge der selbstbestimmten Welt erkennen und erfahren können. Ihr Lebensweg könnte sich zu einem Lebensbogen von der einen zur anderen Welt erstrecken, in dem man deutlich den Regenbogen erkennen könnte.

Autor:
Horst Jacob, Heilpraktiker
Spießgasse 5
64665 Alsbach-Hähnlein
E-Mail: horst.jacob@vodafone.de

Literatur

- 1 Dahlke R: Die Schicksalsgesetze: Spielregeln fürs Leben – Resonanz Polarität Bewusstsein. Arkana Verlag 2009
 - 2 Auswahl von Publikationen des Autors:
 - Jacob H: Hydroxyopathie – Aspekte einer grundlegenden Therapie zur Heilung von Erkrankungen. Die Naturheilkunde 2012; 89(3): 24f
 - Jacob H: Ganzheitliche Behandlung der Arthrose – Hydroxyopathie in Synergie mit orthomolekularen Rezepturen. Die Naturheilkunde 2013; 90(3): 26f
 - Jacob H: Die Regulationstherapie – Eine wichtige Maßnahme in der Naturheilpraxis. Die Naturheilkunde 2014; 91(2): 22f
 - 3 Heinrich Böll Stiftung, BUND, Le Monde diplomatique (Hrsg.): Fleischatlas 2014. Daten und Fakten über Tiere als Nahrungsmittel. Atlas Manufaktur 2014; Kostenfreier Download unter: www.bund.net
- Kersten W: Paradigmenwechsel im Verständnis Chronischer Zivilisationskrankheiten. In: Komplex. Integr. Med. 2009; (04): 7-14