

## *Die Kostbarkeit der kleinen Gaben*



Zeit und Interesse für das, was der andere wirklich braucht, sind das Wesentliche.

**BARBARA STELZER**

Alle Jahre wieder . . . Stress, Hektik, zwischenmenschliche Spannungen. Wie viele Menschen kennen wir noch, die sich vorweihnachtliche Freude und Gemütlichkeit bewahrt haben? Den Gehetzten, Genervten, mitunter auch Verzweifelten begegnet man ungleich öfter in diesen Tagen vor dem Fest.

Hat die Homöopathie adventliche Krisenmittel zu bieten? Natürlich gibt es da *Nux vomica*, die bekannte Stress- und Gereiztheitsarznei. Oder

*Ignatia-Globuli* für Überlastete mit einem zerfledderten Nervenkostüm, das Gefühlsausbrüche nicht mehr im Zaum halten kann. Oder *Pulsatilla*, ein Mittel für tränenreiche Hausfrauen und Mütter, die sich mit ihrem Berg von Aufgaben allein gelassen fühlen.

Doch bringen Akutarzneien, mit denen sich das Zuviel von allem besser bewältigen lässt, wirklich eine nachhaltige Lösung für dieses grundlegende Problem unserer Zeit? Gerade die Homöopathie hat von ihrem Wirkprinzip her eine andere Antwort bereit, die da lautet: Weniger ist mehr – viel mehr sogar.

Die beeindruckendsten Erfolge erzielt man in der Globuli-Heilkunst mit kleinen, seltenen (Arznei)Gaben, die jedoch sehr bewusst für den

anderen ausgewählt werden. Zeit, Hinwendung, ein offenes Herz und lebendiges Interesse für das, was das Gegenüber wirklich braucht, sind nicht nur der Schlüssel zur Auswahl der richtigen Globuli, sondern zu Heilung ganz generell, zu einem Leben in Begegnung und einem glücklichen Miteinander. Und es braucht oft nichts Materielles, um Gesundheit, Freude, neuen Lebensmut und Schaffenskraft wiederzufinden. Auch das lehrt uns die Homöopathie mit ihren stark verdünnten Arzneimitteln.

Gute Adventstage noch und ein gesegnetes Weihnachtsfest!

Die Autorin ist Homöopathin im benachbarten Bayern.