



„Das Wichtigste: Liebe, und die muss fließen!“

*Biosens **Ines Junge** betreibt als freiberufliche Hebamme seit 20 Jahren zusammen mit zwei Kollegen eine Frauenarzt- und Hebammenpraxis in Dresden. Sie berichtet, wie man die Biomeditation zur Unterstützung der weiblichen Gesundheit einsetzen kann, etwa zur Harmonisierung des Menstruationszyklus oder bei Kinderwunsch.*

Als meine Kinder geboren wurden, suchte ich nach Mitteln und Möglichkeiten, sie ohne Antibiotika gesund zu bekommen, wenn sie mal krank waren. Ich entdeckte für mich die Traditionelle Chinesische Medizin. Und ich war fasziniert von dieser uralten Medizin, die sich nur aus genauer Beobachtung und Erfahrung entwickelt hat. Die alten Chinesen haben schon vor Tausenden von Jahren erkannt, dass es ein Zusammenspiel zwischen Körper, Geist und Seele gibt, dass sie sich gegenseitig beeinflussen, energetisch miteinander verbunden sind und dass alle drei bei der Entstehung von

Krankheiten beteiligt sind. So erlernte ich die Akupunktur, beschäftigte mich mit den Akupunkturmeridianen, konnte den Energiefluss spüren, zunächst am eigenen Körper und zwar recht schmerzhaft. Die Akupunktur ist eine Reiztherapie und arbeitet eher auf der körperlichen Ebene. Ich wendete sie bei Schwangeren und Wöchnerinnen an. Dabei hatte ich das Gefühl, dass der Reiz der Nadelung den Frauen oft unangenehm war, dass sie sich dabei eher verspannten und dass dieser Reiz auch die Kinder in der Gebärmutter störte. So suchte ich nach sanfteren Methoden.

Nachdem ich verschiedene Seminare besucht und dabei begonnen hatte, mehr und mehr mit den Händen zu arbeiten, lernte ich die Philippi-Methode kennen, eine sanfte Methode. Doch schon bald erkannte ich, wie stark wirkungsvoll sie ist. Die Schwangeren nahmen diese Arbeit schnell mit Begeisterung an, da sie sich nämlich für schwangere Frauen ein bisschen wie Wellness anfühlt. Mehr und mehr fanden aber auch Frauen mit gynäkologischen Beschwerden ihren Weg zu mir. Und so überblicke ich inzwischen sehr viele Verläufe, die zeigen, wie sich das körperliche und seelische Befinden beein-

flussen und damit die Gesundheit stärken lässt. Dies geschieht bei dieser Methode durch Information, man nennt die Philippi-Methode unter ärztlichen Anwendern auch „Bioinformationstherapie“.

Kränkungen stören das Hormonsystem

In den letzten hundert Jahren hat sich enormes Wissen um die im Körper ablaufenden Vorgänge entwickelt. Man weiß, dass es ein extrem kompliziertes körpereigenes Regelsystem gibt, das Hormone unsere Lebensvorgänge, d. h. die Arbeit unserer Organe steuern. Diese biochemischen Botenstoffe werden in Drüsen, Nervenzellen, aber auch in verschiedenen Organen und Geweben gebildet. Sie alle stehen untereinander in Verbindung und kommunizieren miteinander. Dieses komplizierte hormonelle System ist sehr empfindlich und wird durch alles beeinflusst, was in unseren Körper gelangt. Die Nahrung, die Atemluft, aber eben auch Dinge, die wir erleben, die uns erfreuen oder aber erschrecken, schockieren, traurig machen, kränken etc., beeinflussen unser Hormonsystem. Zum Beispiel Kränkungen, das sind die Seele verletzende und – wie der Name schon sagt – krankmachende Informationen. Sie dringen in uns ein wie ein Virus, das den Computer befällt und seine Funktion stört. Infolgedessen können lebenswichtige Vorgänge in unserem Körper nicht mehr reibungslos ablaufen. Während ein einziger Virus ausreicht, um einen Computer lahmzulegen, ist der Mensch zum Glück so konstruiert, dass er vieles erträgt, ehe er spürbar krank wird. Nur so kann und konnte die Menschheit bis heute überleben. Aber wenn immer wieder krankmachende Informationen den Körper erreichen, entsteht irgendwann ein Krankheitssymptom, sozusagen ein Hilferuf des oder mehrerer betroffenen Organe, die nicht mehr ordentlich funktionieren können. Wenn jahrzehntelang diese Hilferufe nicht erhört werden, kann es dazu kommen, dass der Computer

„Mensch“ abstürzt, indem er schwer erkrankt oder sogar stirbt.

Und so ist das Wartezimmer unserer Frauenarztpraxis tagtäglich gut gefüllt mit Frauen, die mit ihren Beschwerden hilfeschend zum Arzt kommen. In einer gynäkologischen Sprechstunde dreht sich vieles um Hormone. Da wird in den meisten Fällen erst einmal Blut abgenommen und es werden Hormonwerte bestimmt. Häufig sind diese, wie erwartet, vom Normalwert abgewichen. Dann wird die Frage nach dem „Warum“ gestellt. Mitunter gibt es schnell einen Verdacht, dass diese oder jene Lebenssituation zu dieser Verschiebung geführt haben könnte. Was aber tun? Im Rahmen der ärztlichen Sprechstunde ist meist viel zu wenig Zeit, um dieser Frage tiefgreifend nachgehen zu können. Daher wird häufig versucht, einen kürzeren, scheinbar effektiveren Weg zu gehen. Und so versucht man, mit künstlichen Hormonen das hormonelle Gleichgewicht wiederherzustellen. In der Folge kann es sein, dass störende Symptome schnell verschwinden. Aber kann man hier von einem Therapieerfolg sprechen?

Gesunde Information muss in die Zellen hinein

Bei tieferer Betrachtung sollten wir stutzig werden. Mit diesem Vorgehen bekommt der Körper keinen Impuls, sich selbst zu regulieren. Er wird fremdgesteuert und muss zunächst einmal gar nichts tun, um sein von der Natur vorgegebenes Gleichgewicht wiederzufinden. Bei längerer Behandlungsdauer fragt er sich vielleicht: Wozu überhaupt etwas verändern? Diese Situation erleben beispielsweise oft junge Mädchen, die wegen unregelmäßigen und schmerzhaften Regelblutungen von ihren Müttern zum Arzt geschickt werden. Diese Zyklusstörungen sind anfänglich normal, obwohl sie durchaus sehr belastend sein können. Der Arzt verschreibt in den meisten Fällen die Pille, ein hormonelles Verhütungsmittel, welches den Körper extrem

manipuliert. Daraufhin scheinen sich die Zyklen zunächst zu harmonisieren. Wenn die Mädchen dann aber, vielleicht Jahre später, die Pille absetzen, weil sie sich ein Baby wünschen, stehen sie wieder ganz am Anfang, die Blutungen kommen unregelmäßig und mit Schmerzen. Und für eine Schwangerschaft ist, hormonell betrachtet, keine gute Basis vorhanden.

Ich möchte die Hormontherapien nicht verteufeln. Die Pille zur Schwangerschaftsverhütung ist eine segensreiche Erfindung. Und es gibt Situationen, unerträgliche Beschwerden, in denen künstliche Hormone den Frauen gut und schnell helfen können. Aber es sollte, es kann nicht der alleinige Weg sein, zur Gesundheit zu finden. Wenn also der Hormonfluss in unserem Körper so wichtig ist, damit alles optimal funktionieren kann, wie können wir ihn stabilisieren?

Klingt simpel, ist es auch

Hormone werden in verschiedenen Drüsen, Organen und Geweben gebildet. Der Energiefluss in diesen Drüsen, Organen und Geweben ist durch sogenannte energetische Blockaden gestört. Die Energie kann nicht mehr frei fließen, weil krankmachende Informationen wie Trauer, Groll, Ängste, unverarbeitete Geschehnisse die Energiekanäle verkrampfen und schließlich verstopfen lassen.

Und genau da setzt die Philippi-Methode an: Gesunde Information muss in die Zellen hinein. Und gesunde Information, das ist nichts anderes als Liebe – Liebe, die die Energiekanäle wieder entspannen lässt und damit den freien Energiefluss wieder möglich macht. Mit dieser Liebe ist nicht Amors Pfeil gemeint. Diese Liebe ist eine feine Schwingung, die alles Lebende durchdringt, die allem Lebenden überhaupt erst das Leben einhaucht. Es ist die Schöpfungs- und Gedeihenskraft. Sie lässt ein Samenkorn zur Pflanze werden. Und sie ist da, wenn Ei und Samenzelle

verschmelzen. Diese Liebe ist es, mit der gearbeitet wird, diese Liebe heilt. Der Biosens hat gelernt, diese Kraft zu kanalisieren. Jeder Mensch kann das lernen, wenn er sich für diese Liebe öffnet und anderen Menschen helfen möchte. Aber die Klientin sollte sich dafür öffnen, denn sonst hält sie an ihren Blockaden fest. Dann kann die Energie nicht gut fließen und auf Dauer kann sich ihre Gesundheit nicht einstellen.

Zunächst müssen wir verstehen, dass wir selbst die Verantwortung und den Schlüssel für unsere Gesundheit in der Hand haben, nicht der Arzt! Er stellt eine Diagnose, gibt der Krankheit einen Namen und versucht, sie mit Medikamenten zu bekämpfen oder ganz radikal mit einer Operation. Die Philippi-Methode kämpft nicht gegen die Krankheit, sondern stärkt die die Gesundheit. Dies geschieht durch Information auf seelischer Ebene. Die Seele, Sitz unserer Gefühle, ist ganz eng mit dem Körper verbunden. Wenn es gelingt, sie von den krankmachenden Informationen zu befreien, dann kann es im Körper wieder fließen, die Organe werden wieder ordentlich versorgt, können ausreichend Hormone bilden und es kehrt Wohlbefinden ein.

Auf die Gedanken achten

Der Geist, Sitz unserer Gedanken, ist für die Kommunikation zuständig, er sorgt dafür, dass Informationen fließen. Es ist also überaus wichtig, dass wir auf unsere Gedanken achten. Die Philippi-Methode ist umso wirkungsvoller, je mehr die Klienten dieses Prinzip verstanden haben und mitarbeiten. Und genau dieser Punkt hat mich fasziniert, da ich bis dahin immer nur Methoden kennengelernt habe, bei denen der Klient eine passive Rolle eingenommen hat. Er hat sich hingelegt, „nun mach mal“... Was oft auch funktioniert, aber eben nicht auf Dauer. Die Beschwerden sind irgendwann wieder da. Ist ja auch klar, die krankmachende Information ist

ja weiter im System. Sie muss raus und gesunde Information muss rein! Klingt simpel. Ist es auch! Wir denken vielleicht immer viel zu kompliziert...

Wie funktioniert nun die Philippi-Methode ganz konkret? Zunächst berichtet die Frau von ihren Beschwerden. Oft stellt sich schon im kurzen Gespräch heraus, dass seelisches Leid dahinterstecken könnte. Frauen sind meist eher bereit, von ihren Gefühlen zu erzählen. Anders als die meisten Männer haben sie schon viel darüber nachgedacht, was hinter ihren körperlichen Beschwerden verborgen sein könnte. Nur wissen sie nicht, wie sie diese Dinge loslassen können.

Nun folgt die sogenannte Bioenergetische Meditation, die Basis der Philippi-Methode. Bioenergie, das ist die Kraft, die uns belebt. Meditation bedeutet in diesem Fall einfach „tief entspanntes Nachdenken“. Die Meditation wird begleitet von einer eigens für diese Methode konzipierten Musik, welche die Wirkung unterstützt. Für die meisten

Klientinnen ist es schon eine Wohltat, eine Stunde lang zu liegen, den Alltagsstress loszulassen, sich diese Zeit zu gönnen... Meist führe ich die Klientinnen in den ersten Minuten zu ihren körperlichen Schwachstellen, damit sie einmal reinfühlen, welche Gefühle sie z. B. mit ihrer Gebärmutter verbinden. Ganz oft sitzt da Trauer. Oder sie spüren Groll den eigenen Organen gegenüber, da sie nicht wie gewünscht funktionieren oder die Frauen bereits enttäuscht haben (z. B. durch eine Fehlgeburt). Dies ist natürlich keine gute Basis für Heilung. Es gibt nur eine Information, die heilen kann, das ist die Liebe, und die muss fließen. Das ist die „Medizin“, die bei der Philippi-Methode zum Einsatz kommt. Nur damit arbeitet der Biosens. Dies ist für uns moderne, aufgeklärte Menschen schlecht vorstellbar. Aber, liebe Frauen, probiert es einmal aus! Diese Energie, diese Liebe ist deutlich spürbar in Körper und Seele.

Geduld – dem Körper Zeit geben

Diese Methode ist umso wirkungsvoller und nachhaltiger, je besser die Klientin mitarbeitet, indem sie ihrem Körper und ihrer Seele selbst die Liebe gibt. Oft ist schon das schwierig, da fließen viele Tränen. Aber wie soll der Körper heilen, wenn er oder bestimmte Organe abgespalten, mitunter sogar gehasst werden? Daran wird gearbeitet in der einstündigen Meditation, meist im Stillen. Während die Klientinnen in die tiefe Entspannung gehen, mitunter auch einschlafen, lege ich meine Hände auf verschiedene Stellen des Körpers. Dies fühlt sich in der Regel angenehm warm an. Aber es können auch Reaktionen wie Hitze, Kälte, Kribbeln, Zuckungen oder ein Schweregefühl zu spüren sein. Diese Reaktionen deuten darauf hin, dass sich im Körper Blockaden lösen und der Energiefluss in Gang kommt. Sie sind auf jeden Fall positiv zu bewerten und sollten dankbar angenommen werden. So finden viele Frauen durch die Bioenergetische Meditation zu sich selbst, zu ihrem



Körper und schaffen damit erstmal eine Grundlage für Heilung.

Investiert werden muss Zeit und Geduld! Die Biomeditation sollte regelmäßig durchgeführt werden. Das ist auch zu Hause möglich. Mithilfe der Meditations-CDs kann man sich jederzeit selbst Impulse zur Heilung geben. Es dauert, bis sich neue Informationen in Körper, Seele und natürlich auch in unseren Gedanken verankern. Kränkungen sitzen Jahrzehnte in uns oder noch viel länger. Wie soll sich ein System, was sich damit irgendwie arrangiert hat, innerhalb von wenigen Wochen umstellen? So benötigt manch ungeduldige Klientin immer wieder meine Motivation, um nicht vorzeitig aufzugeben. Daneben führe ich mit den Klienten Gespräche über Dankbarkeit, Vergebung und Annahme, das „Gesundes Denken“. Jeder Mensch besitzt damit ein großes eigenes Potential zum Loslassen von Kränkungen und damit der Blockaden. Gelingt es ihm, dieses Denken in den Alltag zu integrieren, dann fühlt er sich viel glücklicher, seelisch und bald auch körperlich gesünder.

Der weibliche Zyklus reagiert stark auf Stress

Als Hebamme und Frau bin ich mit den Prozessen im weiblichen Körper vertraut. Und ich bin begeistert von diesem „Wunder der Natur“. Der Menstruationszyklus, von unserem Schöpfer genial ausgeklügelt, soll uns mit dem zyklischen Geschehen in der Natur verbinden. Aber gelingt das noch in gegenwärtigen Zeiten, die von Stress, Hektik, Umweltverschmutzung und ungesunder Ernährung geprägt sind? All diese Dinge beeinflussen unseren Körper und unser Zyklus weist darauf hin, indem er unregelmäßig und schmerzhaft wird. Für den Arzt ist dies ein Krankheits-symptom, für uns ein wertvoller Hinweis, den wir dankbar annehmen sollten.

Die Schulmedizin würde versuchen, den Zyklus mithilfe von künstlichen Hormonen zu beeinflussen. Die Philippi-Me-



Ines Junge, Biosens und Hebamme

thode versucht, mithilfe der Bioenergie die Organe zu beeinflussen, welche die Hormone bilden, die für einen harmonischen Menstruationszyklus sorgen. Der weibliche Zyklus ist so empfindlich, dass er stark auf Stress reagiert. Die Biomeditation und das Gesunde Denken helfen uns, aus diesem Stress rauszukommen. Aus welchen Gründen Frauen im gebärfähigen Alter auch zur Biomeditation kommen, meist geht die Besserung ihrer Beschwerden mit einer Harmonisierung ihres Menstruationszyklus einher. Die Blutungen werden regelmäßiger, Krämpfe verschwinden, zu starke oder zu schwache Blutungen normalisieren sich.

Auch Frauen mit Kinderwunsch haben häufig Zyklusbeschwerden. Ich rate ihnen, zunächst ihren Zyklus in die Harmonie zu bringen und damit eine gute Basis für eine Schwangerschaft herzustellen, sozusagen „das Nest vorzubereiten“. Dennoch verspreche ich niemals, dass das Kind dann schon kommen wird. Ich bin, gerade als Hebamme, davon überzeugt, dass dies nicht in unseren Händen liegt, sondern auch eine Sache zwischen Himmel und Erde ist. Wenn Paare mit unerfülltem Kinderwunsch zu mir kommen rate ich ihnen, zuerst mit Unterstützung der Biomeditation den Zyklus zu harmonisieren. Daneben sprechen wir über Dankbarkeit und Liebe dem Körper, den Organen gegenüber. Es geht darum, Frieden zu schaffen im Innen, aber auch im

Außen. Bedeutungsvoll scheint in diesem Zusammenhang die Beziehung zu den eigenen Eltern zu sein. Für viele Frauen ist dies tatsächlich ein Thema. Dann sollte über Vergebung nachgedacht und diese unbedingt praktiziert werden. Kränkungen zwischen Eltern und ihren Kindern verletzen die Seele am stärksten und führen zu entsprechend starken Blockaden.

Kinderwunsch – Vergebung mit den Eltern

Auch fühlen sich Frauen oft schuldig, wenn es nicht klappt. Damit blockieren sie sich zusätzlich selbst. Dabei kann es ja aber sein, dass die Fortpflanzungsfähigkeit des Mannes eingeschränkt ist. Ich freue mich immer, wenn ein Paar den Kinderwunsch als gemeinsames Projekt betrachtet und wenn beide zur Biomeditation kommen. So wie verschiedene schon benannte Einflüsse den weiblichen Hormonfluss beeinträchtigen können, so kann sich durch ebensolche Einflüsse die Qualität der Spermien verschlechtern. Dauerstress spielt hier eine bedeutsame Rolle. Und mit der Philippi-Methode gibt es eine hervorragende Möglichkeit, etwas dagegen zu tun. Wenn sich mit allen Mitteln trotz Geduld kein Kind einfinden möchte, dann ziehen viele Paare das letzte Register und versuchen es mit künstlicher Befruchtung. Auch diesen medizinischen Weg kann man mithilfe der Biomeditation sehr gut unterstützen. In eine entspannte Gebärmutter kann sich eine befruchtete Eizelle besser einnisten. Aber auch bei diesem Weg zeigt sich, dass der Mensch nicht alles in der Hand hat. Stellt sich also auch mithilfe künstlicher Befruchtung keine Schwangerschaft ein, dann kann das die Meditation begleitende „Gesunde Denken“ den Paaren helfen, diese Situation anzunehmen, ohne zu verzweifeln.

Ich möchte Ihnen Mut machen und empfehlen, die Philippi-Methode als effektiven Weg zur Gesundheit bzw. begleitend zu frauenärztlichen Therapien unbedingt auszuprobieren.