



Gesund dank Pflanzenkraft

Aufwendig hergestellte Pflanzenessenzen sollen unserem Körper und Geist helfen, sich selbst zu heilen. Wie das gehen soll? Das Schlüsselwort heisst Spagyrik.

TEXT CLAUDIA HOTTIGER

Was tun, wenn die Nase läuft, der Kopf schmerzt oder man wieder mal nicht einschlafen kann? Nicht jeder will da gleich zu Schmerztablette und Co. greifen. Genau deshalb vertrauen viele Menschen bei der Behandlung ihrer Beschwerden auf Naturheilmittel. Homöopathie ist in aller Munde, die kleinen Globuli kennen die meisten. Doch im Bereich der Komplementärmedizin gibt es noch viel mehr – Spagyrik zum Beispiel.

Hinter dem vielen noch unbekanntem Begriff steckt ein ganzheitliches Naturheilverfahren, dessen Ursprünge bis in die vorchristliche Zeit reichen. Während die Homöopathie bereits zu Lebzei-



Jacqueline Ryffel (60)
Geschäftsführerin der Spagyros AG.

ten ihres Begründers Mitte des 19. Jahrhunderts verbreitet und akzeptiert war, kannte man die wesentlich ältere Spagyrik bis vor wenigen Jahren nur unter Insidern.

«Ein wichtiger Unterschied zwischen Homöopathie und Spagyrik liegt in der

Herstellungsweise», erklärt Jacqueline Ryffel (60). Die Apothekerin ist seit 22 Jahren Geschäftsführerin der Spagyros AG, die komplementärmedizinische Mittel herstellt, darunter auch spagyrische Essenzen. Und die spezielle Art der Herstellung ist es auch, die bei der Spagyrik im Zentrum steht. Trennen (griechisch = spao) und Vereinigen (griechisch = ageiro) heisst das Geheimnis. Aufbauend auf diesen Grundprinzipien der Alchemie werden die Wirkstoffe aus den Pflanzen herausgetrennt, bearbeitet und erneut zusammengeführt. Ein sehr aufwendiges und komplexes Verfahren, aus dem schliesslich jene spagy-



FOTO GETTY IMAGES

LIFESTYLE
FIT & HAPPY

Nur das Beste aus der Pflanze darf in einer spagyrischen Essenz enthalten sein.

rischen Essenzen entstehen, die uns helfen sollen, wieder gesund zu werden.

Von der Pflanze bis zur Essenz

Und so funktioniert: Die handverlesene und gereinigte Arzneipflanze wird zerkleinert und vergoren. Dabei sollen Giftstoffe abgebaut werden, damit nur die heilenden Substanzen der Pflanze übrig bleiben. Allein dieser Gärungsprozess kann bis zu zehn Wochen dauern. Die vergorene Flüssigkeit (Maische) wird destilliert und dabei in verschiedene Fraktionen aufgetrennt. Die verbleibenden festen Pflanzenteile werden zu Asche verbrannt, aus der sich die Mineralsalze der Pflanze lösen lassen. Diese werden am Schluss mit den Destillaten wieder zusammengefügt.

Doch wieso dieser ganze Aufwand? Spagyriker sind überzeugt, dass die Pflanze erst nachdem sie den aufwendigen Herstellungsprozess durchlaufen hat, ihr wahres Potenzial entfalten kann. Dabei würden Dynamiken in Gang gesetzt, die unseren Körper zur Selbstheilung anregen sollen. «Spagyrische Arzneimittel unterdrücken keine Symptome, sondern zeigen dem Körper den Weg auf, wie er mit diesen umgehen kann», erklärt Ryffel. Die Arzneimittel würden dem Patienten sozusagen die

Lebenserfahrung einer Pflanze vermitteln. «So muss die Sibirische Taigawurzel extremen klimatischen Bedingungen widerstehen können, was für die Pflanze grossen Stress bedeutet. Zur spagyrischen Essenz verarbeitet, hilft sie dann dem Menschen, Stress zu bewältigen.»

Je nach Beschwerden stellen die Fachkräfte eine individuelle Mischung aus verschiedenen Essenzen zusammen oder empfehlen eine Fertigarznei. Eingenommen werden die Mittel vorzugsweise über einen Spray, mit dem man sich die Essenz in den Mund sprüht. Diese Form der Einnahme sei am effizientesten, da die Mundschleimhäute die Inhaltsstoffe schnell aufnehmen. «Dabei gilt es zu beachten, dass man die Essenzen nicht zusammen mit Nahrungsmitteln einnimmt, sondern in einem Abstand von mindestens einer halben Stunde», so Ryffel.

Durch Erfahrung wirksam

Bei Schulmedizinerinnen findet das Naturheilverfahren nur wenig Beachtung. Klinische Studien zur Wirksamkeit der Essenzen gibt es nicht. «Noch nicht», betont Ryffel. Sie ist aufgrund ihrer langjährigen positiven Erfahrungen von der Wirkung überzeugt. In der Schweiz habe sich die Spagyrik in den letzten

30 Jahren sehr gut etabliert. «Unzählige Kunden sind begeistert.» Doch obwohl die Essenzen bei sehr vielen unterschiedlichen Beschwerden eingesetzt werden könnten, sieht auch Ryffel Bereiche, wo das Verfahren an seine Grenzen stösst: in lebensbedrohlichen Situationen. «Die Spagyrik kann beispielsweise nicht das Insulin bei Diabetikern ersetzen.» Ausserdem sei eine sorgfältige Einschätzung der Krankheitsursache und der Symptome wichtig. Für welches Mittel man sich zur Behandlung seiner Beschwerden entscheidet: «Den Rat einer Fachperson einzuholen, ist in jedem Fall empfehlenswert.» ●

SPRAY FÜR DIE NERVEN Spagyrische Essenz

Bei nervösen Erschöpfungszuständen, Gedächtnisschwäche, Konzentrationsstörungen, Reizbarkeit und Müdigkeit kann der «Spagyros SAL 5 Nerven Mundspray» für Besserung sorgen. Erhältlich in Coop-Vitality-Apotheken, Fr. 24.90/30 ml.

