

# Gesundheit als Gleichgewicht

«Polarity» kann bei verschiedenen Leiden die Selbstheilungskräfte fördern und ein gesundheitsbewussteres Verhalten unterstützen.

Am Samstag bietet sich in Zug die Möglichkeit, dieses Gesundheitsmodell näher kennen zu lernen.

In der Komplementärmedizin, auch Ganzheitsmedizin genannt, kommt die Homöopathie, die Chinesische Medizin und manche weiteren naturnahen Verfahren zur Anwendung, darunter auch Polarity. Wir haben Brigitta Raimann Ledermann, die seit Jahren mit Polarity arbeitet, in Zug mit Helen Dettwiler eine Naturheilpraxis führt und mit ihrem Ehemann Andreas Ledermann eine Schule für Polarity leitet, zu dieser ganzheitlichen Behandlungsmethode befragt.

**Frau Raimann, worin unterscheidet sich Polarity von anderen ganzheitlichen Behandlungsmethoden?**

**Brigitta Raimann:** Polarity ist nicht einfach eine manuelle Therapieform. Es ist ein Gesundheitsmodell, welches sich an klaren Energie-Prinzipien orientiert, die der Schlüssel für eine gute Gesundheit sind. Polarity vertieft die Achtsamkeit sich selbst und der Umgebung gegenüber, fördert die Eigenverantwortung und regt sie Selbstheilungskräfte an. Die vier Praxisbereiche sind Arbeit am Körper, prozessbegleitendes Gespräch, Körperübungen, Ernährung. Hinzu kommt die Achtsamkeit als Prinzip für die Haltung, die der Therapeut dem Patienten entgegenbringt.

**Wann und von wem ist Polarity entwickelt worden?**

Dr. Randolph Stone (1890–1981), ein aus Österreich stammender amerikanischer Arzt, entwickelte Polarity. Er studierte in Chicago Chiropraktik, Osteopathie, Naturheilkunde und Neuropathologie. Als Sucher und Forscher wollte er die Essenz von Heilungskünsten aus verschiedenen Teilen der Welt – Chinesische Medizin, Ayurveda aus Indien und die Hermetik, die aus dem alten Ägypten stammt – miteinander verbinden. So hat er altes Wissen



Brigitta Raimann, Polarity-Fachfrau in Zug. FOTO ZVG

zu einem neuen philosophisch-medizinischen Modell vereint.

**Weshalb wählte Stone die Bezeichnung «Polarity» für seine Heilkunst?**

Manchmal ist der Energiefluss gestört oder blockiert. Angst, Traumata und Schockzustände können solche Blockaden bewirken oder verstärken. Energie ist Leben. Sie funktioniert nach der Gesetzmässigkeit der Polarität und fliesst zwischen positiv oder negativ geladenen Energiefeldern. Wir brauchen das Positive und das Negative, damit Leben entstehen kann. Bewegungen, Spannung, Kraft und Energie bilden sich im Spannungsfeld zwischen diesen zwei Polaritäten.

**Bei welchen Indikationen ist eine Behandlung mittels Polarity besonders angezeigt?**

Noch wichtiger als die Indikationen finde ich die Kontraindikationen. Nur wer die Kontraindikationen gut kennt, hat eine professionelle Handlungskompetenz als Therapeut. Polarity ist für die Behandlung von Menschen jeden Alters unter Berücksichtigung der Kontraindikationen geeignet. Polarity erzielt gute Resultate bei Stress, tiefen emotionalen Belastungen, Erschöpfungszuständen und Burn-out, Schlafstörungen und Schmerzen aller Art. Polarity ist auch sinnvoll in der Gesundheitsvorsorge und als begleitende Massnahme bei schweren Leiden oder nach Operationen.

INTERVIEW: KARL KOBELT

Samstag, 18. September, 10 bis 15 Uhr. Zentralschweizer Polarity-Tag in der Naturheilpraxis bei Brigitta Raimann Ledermann und Regula Zehnder, Bundesplatz 6 6300 Zug, Kurzinfo um 11 und 13 Uhr.