

# Den Menschen als Ganzes erkennen

**Wer kennt das nicht: Verdauungsbeschwerden, Antriebslosigkeit, Erschöpfung, Unruhe, Unsicherheit, Kopfschmerzen, Rückenverspannungen, Schlaflosigkeit ... ?**

**Peter Belart**

Selbstverständlich bietet die Chemie für jedes Symptom eine Pille an, die alles zu regeln verspricht, aber kaum jemals zu den Wurzeln eines unausgewogenen Zustands vordringt. Der Ansatz von Esther Graf ist ein ganz anderer. Ihr geht es nicht um Hauruck-Methoden, sondern um ein einfühlsames Erkennen ihres Gegenübers. Sie schreibt dazu: «Jeder Mensch ist individuell und einzigartig. Unter Einbezug von Körper, Seele und Geist steht der Mensch in seiner Ganzheit im Vordergrund.»

Esther Grafs Behandlungsansatz beginnt mit dem Gespräch. Sie macht sich so auf

den Weg hin zu den körperlichen oder seelischen Beschwerden des Klienten oder der Klientin und geht den denkbaren Ursachen auf den Grund. Dies geschieht unter Einbezug der Persönlichkeit und des Temperaments ihres Gegenübers. Gemeinsam wird ein individuelles Therapiekonzept erstellt.

## Die eigene Ordnung finden

Ein breit abgestütztes Wissen erlaubt es Esther Graf, die vielversprechendste Behandlungsmethode anzubieten wie

- Bach Blütentherapie
- Diätetik (Ernährung und Lebensweise)
- Fussreflexzonentherapie (mit Einbezug der Meridiane)
- Phytotherapie (Pflanzenheilkunde)
- Polarity (Körper- und Gesprächstherapie) und andere mehr.

Was früher noch als suspekt galt oder gar als Hokusokus

abgetan wurde, ist heute längst anerkannt und erfahrungsmedizinisch untermauert. Dem tragen übrigens auch die Krankenkassen Rechnung, indem sie die Methoden der Naturheilkunde anerkennen und unterstützen.

Es geht darum, die Selbstheilungskräfte des Körpers zu stärken, Voraussetzungen zu schaffen für einen günstigen Therapieverlauf und nötigenfalls korrigierend oder ergänzend einzugreifen. Der Klient soll auf dem Weg zurück in die ihm eigene, stimmige Ordnung begleitet werden.

Durch ihre eigene Persönlichkeit und spezifischen Kenntnisse schafft sie den Raum und die Atmosphäre, in der sich ihr Gegenüber entspannen und zu sich selbst zurückfinden kann. Es ist ihr wichtig, den Fokus auf das Gesunde im Menschen zu richten und dies zu erhalten, die Lebensfreude zu wecken und Ressourcen zu aktivieren. Die Methoden der Naturheilkunde eignen sich für Menschen jeden Alters.

## Möglichkeiten und Grenzen

Esther Graf ist sich sehr wohl bewusst, dass manche Krankheitsbilder mit den Methoden der Schulmedizin behandelt werden müssen. Sie versteht sich keineswegs als Konkurrenz dazu, sondern als Ergänzung oder in gewissen Fällen als Begleitung des schulmedizinischen Ansatzes. «Ich bin bemüht, meine Klienten achtsam zu begleiten und auch die Grenzen der Naturheilkunde zu erkennen.»

**Esther Graf-Heller**  
**Rosenrain 317, 5112 Thalheim**  
**Telefon 079 677 07 64**  
**gesundheit.esther.graf@**  
**gmail.com**  
**www.gesundheit-graf.ch**



**Esther Graf-Heller**

*Bild: zVg*