



Traditionelle Europäische Naturheilkunde TEN

Traditionelle Europäische Naturheilkunde (TEN) ist ein seit über 2500 Jahren historisch gewachsenes, natürliches, empirisches Heilsystem.

Der bekannteste Teil des theoretischen Konzepts baut auf Vorstellungen der griechischen Antike auf. Die vier „Elemente“ waren (und sind) dabei als dynamische Prozessphasen einer Ganzheit – des Holons – gedacht, welche den Menschen genauso umfasst wie seine lebendige Umwelt. Daraus entwickelte sich die Humoralpathologie, die die vier Säfte als Wirkprinzipien auffasst, welche je nach Mischung und 'Reinheit' Gesundheit (Eukrasie) oder Krankheit (Dyskrasie) zur Folge haben.

Neuere Teile der TEN stammen aus der Volksmedizin, z.B. von Hildegard von Bingen, Paracelsus, Sebastian Kneipp, Johan Schroth, Wilhelm Heinrich Schüßler oder Alfred Pischinger. Sowohl aus natur- wie auch aus geisteswissenschaftlicher Sicht werden heute Konzepte und Methoden der TEN auf ihre Wirksamkeit und Konsistenz hin untersucht und entsprechend weiterentwickelt.

Ziel aller TEN-Interventionen ist es letztlich, den ganzen Menschen in seiner Adaptions- und Regulationsfähigkeit wiederherzustellen. Die „Diätetik“ als Beratung in der „Kunst der Lebensführung“ hat dabei einen hohen Stellenwert. Sie soll helfen, schädliche Gewohnheiten und Lebensumstände nach Möglichkeit aufzulösen.

In der Therapie werden vor allem „natürliche“ Mittel eingesetzt wie physikalische Therapien, Ernährungskorrekturen und Bewegungstherapien, dazu sogenannte Ausleitungsverfahren und verschiedene manuelle Therapien. Die Heilpflanzenkunde in verschiedenen Arten der Aufbereitung und Anwendung sind ein zentraler Pfeiler der Therapie.

Ergänzend zu traditionellen Therapiemitteln werden auch moderne, technologiegestützte Therapieverfahren angewendet wie etwa biophysikalische Informationstherapie (Bioresonanz), Bioenergetik oder Magnetfeldtherapie.