

Auf dem Weg der Heilung sein

Josef Ulrich



Könnte es sein, dass die Medizin nur einen kleinen Anteil zum Heilungsprozess beiträgt, der eigene Körper aber einen weit größeren? Wir wissen, dass es im Körper Bildeprozesse gibt, die täglich mehrere Milliarden Zellen neu entstehen lassen. Selbst bei einer Erkrankung ist meist nur ein kleiner Anteil an Zellen betroffen, während die anderen gesund und kraftvoll sind. Den Patienten zu ermutigen, sich dieser Selbstheilungskräfte bewusst zu werden, unterstützt die Entfaltung der Heilkraft.

Eine Patientin berichtet: „Noch nicht wieder ganz da nach der lebensgefährlichen Operation, die ich aber trotzdem gut überlebt habe, sagt der Arzt mir: „Da kann man nichts machen, Ihre Tumorerkrankung ist unheilbar!“ Ich war geschockt, doch bald gelang es mir, umzudenken.“ Damit konnte sie die Aussage, die aus einem hochspezialisierten Blickwinkel hervorgeht, relativieren. Doch nicht jedem Betroffenen ist diese Fähigkeit in die Wiege gelegt.

Ein Bildeprozess. Mit Ungewissheit und Hoffnung mag der Mensch, dem eine Tumordiagnose gestellt wurde, in die notwendige Operation gegangen sein. Nach einem erfolgreichen Eingriff durften einige die erwünschte, ersehnte Nachricht vom Operateur hören: „Der Tumor konnte ganz entfernt werden, Sie sind gesund!“ Für einige scheint damit alles erledigt zu sein, das Problem ist für sie beseitigt, jedoch für manch anderen ist damit erst ein wichtiger Schritt getan. Er spürt irgendwie, dass die glückliche Entfernung des Tumors nicht zugleich Heilung bedeuten muss. Er mag sich sagen: Chirurgisch gesehen konnte alles entfernt werden, chirurgisch gesehen bin ich gesund. Mit der Operation hat er einen Schritt getan, das heißt, er befindet sich auf einem Weg, den er erst im Laufe der Zeit noch klarer finden, fühlen und erkennen darf: Es ist sein Weg der Heilung.

Die erste Sichtweise ist faktisch, objektiv und tumorzentriert, sie konzentriert sich auf das „**Es ist!**“. Da ist ein Tumor, er ist herausoperiert, nun ist er weg. So gesehen bin ich gesund. Die zweite Sichtweise geht darüber hinaus und führt uns aus dem statischen „**Es ist!**“ in ein Werden. Das Bewusstsein sagt, dass hinter allem, was erscheint, ein Bildeprozess lebt.

Werden. Eine noch größere Herausforderung haben die zu bewältigen, die nach der Operation mit der Nachricht konfrontiert

” Im Lebendigen befindet sich alles im Werden. “

werden: „Der Tumor ist inoperabel, da kann man nichts mehr machen, das ist unheilbar!“ Doch auch damit gehen die Menschen je nach innerer Verfassung unterschiedlich um. Einige verinnerlichen diese Aussage quasi wie eine sich selbst erfüllende Prophezeiung und das Wort wirkt in ihnen. Andere wiederum finden nach einiger Zeit erneut zurück zu einer Kraft, die ihnen sagt, mit der Diagnose gibt es keine automatisch sich selbst erfüllende Prognose. Ich bin ich und wie sich mein Schicksal und die Krankheit weiterentwickeln, hängt von vielen Faktoren ab. Im Lebendigen befindet sich alles im Werden.



© achimbrandt/fotolia.com

Leben ist kein Zustand, sondern ein Prozess.

Nichts ist, alles wird!

Dieser Gedanke führt uns in das Leben. Was sind es für Phänomene, die uns über die gewohnte faktische, objektive Feststellung eines augenblicklichen Ist-Zustands hinausführen können? Eine Sichtweise, die uns vom „*Es ist*“ in das *Werden* führt, stärkt die Hoffnung und hilft, die Heilkräfte zu entfalten. Nichts ist – alles wird.

„Zellen sterben und werden neu geboren. Stetig wird ein neuer Leib in uns gebildet.“

In jeder Zelle des Körpers finden ständig Stoffwechselprozesse statt. Täglich sterben mehrere Milliarden Zellen ab und werden erneuert. Andauernd wird neuer Leib in uns gebildet, das heißt, in gewisser Weise ist ein jeder von uns andauernd „schwanger“, weil er andauernd einen neuen Leib bildet. So gesehen ist jeder Mensch eine „Mutter“ und die äußere und innere Verfassung der

Schwangeren ist für die Entwicklung des Kindes von extremer Wichtigkeit.

Das Potenzial der gesunden Reorganisation

In der Begegnung mit Franz wurde mir dies anschaulich. Von sich selbst behauptete er, dass er ein ganz einfacher Mensch sei und eigentlich nichts außer einer Banklehre habe. Als er mir begegnete, war er in der obersten Riege einer der größten deutschen Banken angekommen.

Eine Geschichte. Franz hat mich vielfältig beeindruckt. Er erzählte mir, wie er mit 57 Jahren vom Augenarzt mitgeteilt bekam, er habe ein Loch in der Netzhaut. Dies sei mit einer Laserbehandlung unkompliziert zu beheben. Doch in Franz rührte sich ein Widerwille. Er sagte dem Augenarzt spontan, dass er diese Behandlung im Moment nicht in Anspruch nehmen wolle.

Franz sagte mir: „Wissen Sie, damals war ich 57 Jahre alt. Ich habe mir Folgendes

gedacht: Mein Auge hat jetzt ein Loch in der Netzhaut, das ist Fakt. Warum das so ist, das weiß ich nicht, aber ich weiß, dass sich mein Auge über 57 Jahre immer wieder in gesunder Weise ...“

Können Sie erahnen, wie der Satz wohl weitergeht? Wie würden Sie den Satz weiterführen? Versuchen Sie ihn doch bitte aus Ihren Gedanken heraus zu Ende zu führen.

„... aber ich weiß, dass sich mein Auge über 57 Jahre immer wieder in gesunder Weise reorganisiert hat.“

Und dann fuhr er fort: „Also weiß ich, dass mein Auge, mein Körper über die Fähigkeit verfügt, sich in gesunder Weise immer wieder neu aufzubauen. Mein Auge hat mir über 57 Jahre seine Fähigkeit bewiesen, sich in gesunder Weise erneuern zu können. Ich weiß, dass es über die Fähigkeit verfügt, das Loch wieder zu schließen!“

Mich hat beeindruckt, mit welcher Konsequenz er in seinen Worten die Fähigkeiten, die Potenziale seines Körpers im Werden erlebte. Er war nicht im „*Es ist!*“ festgefahren, sondern konnte den Augenblick in Verbindung bringen mit einem Vorher und einem Nachher. Franz begab sich auf eine Reise durch Deutschland, auf der er mehrere Augenärzte konsultierte. Nach einem halben Jahr berichtet ihm ein Augenarzt, dass sich das Loch in der Netzhaut schließe.

Potenziale der Heilung. Franz ist für mich ein Beispiel für einen Menschen mit einem sehr gesunden Denken. Seine Erfahrung könnte ein Vorbild dafür sein, sich immer wieder die Potenziale der gesunden Reorganisation in unserem Körper bewusst zu machen.

Um Missinterpretationen vorzubeugen, möchte ich an dieser Stelle Folgendes



© supertramp8/fotolia.com

Unser Entwicklungspotenzial geht über die medizinischen Möglichkeiten hinaus..

deutlich machen: Mit diesem Bericht soll auf keinen Fall gesagt werden, man solle ärztliche Hilfe nicht in Anspruch nehmen. Franz war sich der Potenziale seines Körpers sehr bewusst und befand sich zugleich in ständiger ärztlicher Kontrolle.

” Die Grenzen der Medizin sind nicht identisch mit den Grenzen unserer Entwicklungspotenziale. “

Wir sind als Lebenskünstler zweifach herausgefordert: Einerseits gilt es, den Augenblick, den Moment des „Es ist“ anzuerkennen, und andererseits zugleich das **Werden**, das Vorher und das Nachher, nicht aus den Augen zu verlieren. Könnte es sein, dass ein großer Teil der Prognosen die gesunden Reorganisationspotenziale, die in unserem Körper ständig aktiv sind, nicht berücksichtigt?

Grenzen der Medizin

Wenn ich Sie frage, wie groß Ihr eigener Anteil an einer nachhaltigen Heilung ist und wie groß der Anteil der Medizin, was würden Sie spontan sagen? Es ist keine einfache Frage und sie kann sicherlich nicht absolut beantwortet werden. Paula, eine Doktorin der Pharmakologie, gab mir eine bemerkenswerte Antwort: „Wenn Sie mich als Pharmakologin fragen, dann sage ich Ihnen: 80% Anteil hat die Medizin, 20% Anteil der Mensch. Aber jetzt bin ich selbst seit zwei Jahren mit einer Krebserkrankung herausgefordert und sehe es genau umgekehrt. Jetzt sage ich: 20% Anteil hat die Medizin und 80% der Mensch.“

Die meisten Patienten in meinen Seminaren geben sich selbst einen Anteil zwischen 40 und 90%. Völlig überrascht war ich von der Antwort, die mir eine Gruppe von zwölf

Medizinstudenten gegeben hat. Sie sprach dem Menschen zwischen 93 und 96% Anteil an einer nachhaltigen Heilung zu. Das hat mich völlig verwirrt.

Heilkräfte des Körpers. Wenn wir diese Antwort ernst nehmen, könnte daraus ein enormer Druck entstehen. Diese Antwort erfordert eine erweiterte Betrachtung, die in der nachfolgenden Aussage von Prof. Walter Gallmeier zu finden ist. Sinngemäß sagte er in einem Interview mit dem *Focus* (Juni 1995) auf Frage „Würden Sie von ‚Selbstheilung‘ sprechen?“. Heilung auf der physiologischen, der biochemischen Ebene bedarf der medizinischen Unterstützung. Sie kann aber nur eintreten, wenn die Heilkräfte des Körpers, die reorganisierenden Kräfte des Körpers, **ihren Teil wieder übernehmen**“. Erst dann kann es zu einer dauerhaften Heilung kommen.

Die Vernetzung zwischen körperlichen, seelischen und geistigen Prozessen wird uns heute durch die Psychoneuroimmunologie, die Epigenetik sowie die Salutogenese-Forschung immer klarer und muss in die Tumorthherapie integriert werden.

” Ohne Selbstheilungskräfte wären wir nicht lebensfähig. “

Interessant ist in diesem Zusammenhang auch die Aussage eines Hamburger Arztes. Einer Patientin, die zu ihm großes Vertrauen hatte und deshalb eine längere Reise unternahm, um sich von ihm die Chemotherapie geben zu lassen, sagte er: „Liebe Frau Müller, ich gebe Ihnen jetzt die Chemotherapie, das ist ein Drittel für Ihre Heilung. Ein Drittel liegt bei Ihnen und ein Drittel“ – dabei deutete er mit der Hand zum Himmel – „liegt dort oben.“

” Unser Körper ist nicht allein.

Unser Körper lebt mit uns, mit allem, was wir denken, fühlen, erleben und tun. “

Weisheit des Körpers. Mit dem Anerkennen und der Wertschätzung unserer Potenziale und des unvorstellbaren Vermögens unseres Körpers, ständig Heilungsprozesse hervorzubringen, sollten wir nicht der Täuschung unterliegen, dass alles in unserer Hand liegt. Ebenso dürfen wir die Grenzen der medizinischen Behandlungsmöglichkeiten nicht mit den Grenzen der Entwicklungspotenziale des Lebens verwechseln. Jeder, der länger mit Menschen arbeitet, die das Schicksal einer Tumorerkrankung tragen, wird bestätigen, dass es immer wieder überraschende Entwicklungen und Heilungsprozesse gibt. Das heißt, dass sich auf eine uns unerklärliche Weise die große Weisheit, die unseren Körper organisiert, wieder entfaltet hat.

Das Gesunde. Ein trauriges Phänomen ist, dass wir oftmals mit der Tumordiagnose das Gesunde in uns aus den Augen verlieren. Stellen Sie sich vor, wie viele der 100 Billionen Zellen eines Körpers z.B. bei einem Mammakarzinom oder einem Prostatakarzinom erkrankt und wie viele gesund sind. Oft ist es eine Hilfe, sich eine große Tafel zu nehmen und sich vorzustellen, darauf wären alle Zellen des Körpers ausgebreitet. Und dann malen Sie darauf in eine Ecke den Anteil der Zellen, die nicht richtig gesund geformt sind. Würden wir eine zweite Tafel haben, so könnten wir uns vorstellen, sie wäre unser gesamter Bewusstseinsinhalt. Auch da könnten wir wieder aufmalen, welchen Anteil die Krankheit in unserem Bewusstsein hat und welchen Anteil all die gesunden Zellen. Mit den zwei Tafeln vor Augen wird manches klar.

Darf ich Sie noch zu einer weiteren Gedankenbewegung einladen? Versuchen Sie, den Ort des Tumorgeschehens wieder in den Zeit- und Entwicklungsstrom des Lebens hineinzustellen. Wenn Sie sich bewusst machen könnten, wie oft sich der Ort, an dem jetzt der Tumor ist, bis zum Auftreten des Tumors in gesunder Weise reorganisiert hat, so würde das sicherlich Ihre Hoffnung unterstützen. Dies könnte uns helfen, die Selbstheilungskräfte anzuerkennen und wertzuschätzen, die jeden von uns am Leben erhalten. Erst wenn wir uns diese Kräfte ins Bewusstsein heben, können wir uns weiter bewusst machen, wie wir diese Kräfte in uns unterstützen und fördern können.

Wir stehen vor der Herausforderung, uns mit dem Leben auf allen Ebenen zu beschäftigen. Mit der Tumordiagnose geht oft die Konfrontation mit Sterben und Tod einher, die meist aus dem Leben verdrängt wurden. Die Tumorerkrankung fordert uns heraus, das Thema Sterben und Tod in unser Leben zu integrieren. Gerade die Integration von Sterben und Tod aber ermöglicht es, Energien, die für die Verdrängung benötigt wurden, freizusetzen für Heilungsprozesse. So ist es unsere Aufgabe, sowohl in feuriger Begeisterung immer wieder neue Verbindungen zum Leben zu suchen, wie auch auf das mögliche Ende des Lebenslaufes vorbereitet zu sein.

Gelingt es uns, diese „Zweigeisigkeit“ zu leben, befinden wir uns auf dem Weg des „Heil-Werdens“.

Ausblick

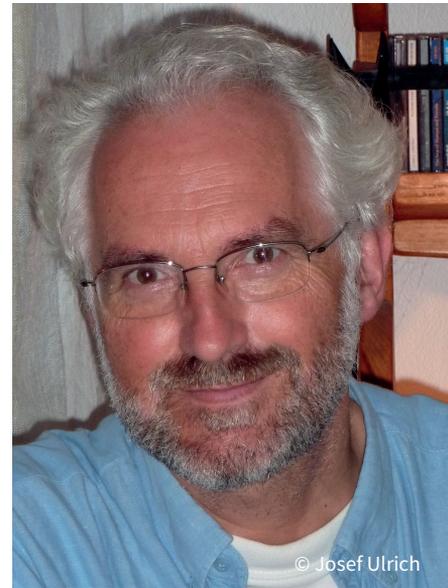
Der spezialisierte Blick, der sich ausschließlich auf die momentane Biochemie der Tumorzellen fokussiert und darauf seine therapeutische Intervention aufbaut, reduziert den therapeutischen Handlungsraum. Der sich selbst gestaltende, aktiv an seinen Heilungsprozessen mitwirkende Patient hat da kaum Bedeutung. Wollen wir über ein – oft Leben rettendes – biochemisch-mechanisches Reparaturprinzip hinaus zu einer Entfaltung der Heilkraft im Menschen kommen, dann erscheint es mir nötig, den Menschen mit seinen Selbstheilungskräften in den Heilungsprozess einzubeziehen. Die etablierte „Objekt-Medizin“ („Es IST!“) könnte zu einer „Subjekt-Medizin“ erweitert werden. Dies kann in einem medizinischen Umfeld geschehen, in dem wir nicht ausschließlich auf das Tumorgeschehen blicken, sondern auch den Menschen mit seinen Selbstheilungskräften fördern.

Zum Weiterlesen

Ulrich, Josef: Selbstheilungskräfte – Quellen der Gesundheit und Lebensqualität. 3. Aufl. Aethera (2017)

Zur Person

Josef Ulrich ist Kunsttherapeut und Psychoonkologe.



© Josef Ulrich

Kontakt

Josef Ulrich
Kunsttherapeut
Klinik Öschelbronn Gemeinnützige GmbH
Centrum für Integrative Medizin und Krebstherapie
Am Eichhof 30
75223 Niefern-Öschelbronn
Telefon: 07233 68191
E-Mail: j.ulrich@klinik-oeschelbronn.de