

# **Bewusstsein und Transformation**

## **-Öffnung zu weitenden Dimensionen des Heilens**

**Vortrag gehalten von Dr. med. Klaus-Dieter Platsch auf der Tagung  
"Medizin und Spiritualität" auf Frauenchiemsee vom 2. - 4. April 2004**

Was haben Heilen und Heilung, Gesundheit und Krankheit mit Bewusstsein zu tun? Es scheint immer noch so, dass ein solcher Zusammenhang für die konventionelle westliche Medizin als irrational und unwissenschaftlich zurückgewiesen würde. Und was bedeutet Transformation im Kontext von Heilen?

### **Das Spannungsfeld von Bewusstsein und Materie**

Das Spannungsfeld, um das es hier geht, ist das älteste, womit sich die Philosophen, Mystiker und auch Ärzte der alten Hochkulturen beschäftigt haben: die Beziehung zwischen Bewusstsein und Materie. Die Medizin, in der wir ausgebildet sind, basiert im Wesentlichen auf den Prämissen des Materialismus. Der Körper wird weitgehend immer noch als eine Maschine betrachtet, die nach besten Möglichkeiten gepflegt oder, wenn sie nicht mehr funktioniert, repariert werden sollte. Die materialistische Deutung der Medizin gleicht der der gesamten westlichen Entwicklung in den letzten Jahrhunderten.

Ich selbst bin einige Jahre nach dem zweiten Weltkrieg geboren. Ich wuchs auf in der materiellen Not der Nachkriegsjahre, die im wesentlichen vom materiellen Überleben bestimmt waren. Nun leidet aber eine Kinderseele, die noch so nah ihrer ursprünglichen Herkunft ist, wenn sie zu wenig Seelennahrung bekommt. So beschäftigte ich mich schon als kleines Kind von mir selbst aus mit Fragen der Religion, ich war fasziniert von den Bibelgeschichten, die ich im Kindergottesdienst hörte - dort ging ich aus eigenem Antrieb hin und der Weg war zu Fuß mindestens eine

Dreiviertelstunde weit. Später fand meine Sehnsucht nach den geistigen Reichen zu einem nahe gelegenen buddhistischen Kloster, dem Buddha-Haus, das erste und einzige zur damaligen Zeit in Deutschland. Ich war mit den wechselnden Mönchen befreundet, saß in ihrer Meditationshalle und fühlte mich hingezogen.

Erst als Erwachsener, als ich mit meinem Medizinstudium begann, verblasste mein Bezug zum Religiösen und Spirituellen und war dann irgendwann nicht mehr in meinem Bewusstsein. Ich seziierte in der Anatomie Leichen, hörte die Vorlesungen über Physiologie und Biochemie und erfuhr, dass der Mensch ein kompliziertes System physikalischer und biochemischer Größen war, in denen keine Spur göttlichen oder spirituellen Lebens vorkam. So konnte ich schäm- und respektlos, aber wissenschaftlich begründet, zu Forschungszwecken an einer Universitätsklinik Tiere töten oder die Augen aus frisch Verstorbenen herauschneiden und die Angehörigen mit eingesetzten Glasaugen täuschen. Ich nahm ja an, dass da kein Bewusstsein mehr wäre und ahnte noch nicht, dass es mir selbst nur an Bewusstsein fehlte. Später in den klinischen Jahren gab es dann immerhin Fächer wie die Psychiatrie oder erste Ansätze der Psychosomatik. Aber auch die waren weitgehend mechanistisch ausgerichtet und bar jeder menschlichen Sinngebung.

Nach vielen Jahren schulmedizinischer Ausbildung und ersten ärztlichen Erfahrungen in Klinik und Praxis, stellte etwas in mir die gelernte Betrachtungsweise der Medizin zunehmend in Frage. Ich war ja täglich mit meinen Patienten zusammen, sah und hörte ihre Sorgen und Nöte, ihre Verzweiflung und ihre Hoffnungen. Ich konnte und wollte mich gegenüber ihrem Menschsein und der menschlichen Dimension ihrer Krankheiten nicht abschotten. Mein Bewusstsein ahnte größere Zusammenhänge und mein Verstand wollte mehr wissen. So begegnete ich der chinesischen Medizin, die fortan meine ärztliche Tätigkeit in großem Umfang bestimmen sollte. Ich traf auf eine Medizin, die ganzheitlich orientiert war, die die Ganzheit und nicht wertende Gleichheit von Leib, Psyche und Verstand

beschrieb und die durch ihr Verständnis von Energetik mein materielles Weltbild geradezu revolutionierte. In der chinesischen Medizin fand ich das *missing link* zwischen Körper und Psyche - das Qi, die Energie als verbindendes Element. Viele der zuvor empfundenen Widersprüche zwischen Bewusstsein und Körper lösten sich mit einem Mal auf. Die Lehre von Yin und Yang als eine Lehre des inneren und äußeren Gleichgewichts und die Lehre vom Fließen des Qi, der Lebensenergie, veränderten meinen Blick auf den kranken Menschen und gaben mir neue, über das mir bislang bekannte Maß weit hinausgehende Möglichkeiten der Behandlung. Gleichzeitig begann ich regelmäßig zu meditieren, da ich meine spirituelle Lehrerin, *Irina Tweedie*, und mit ihr meinen spirituellen Pfad gefunden hatte.<sup>1</sup>

In diesen Jahren änderte sich meine Sicht der Welt, der Existenz, des eigenen Seins, die Sicht von Gesundheit, Krankheit und Heilung exponentiell. Für mich gab und gibt es keine Trennung mehr zwischen Materie und Bewusstsein. Ich erfuhr, dass Heilung und Heilen aus einem unbenennbaren Raum heraus entstehen, der, wenn man ihm am Saum der Erfahrung überhaupt eine Qualität zusprechen kann, ein Raum der Liebe ist.

### **Die grundsätzlichen Auffassungen von Materie und Bewusstsein**

Seit alters her hat die Menschen die Beziehung von Bewusstsein und Materie beschäftigt und zu zahllosen Vorstellungen und Theorien Anlass gegeben. Fasst man die grundsätzlichen Auffassungen zusammen, dann lassen sich die fünf wichtigsten so darstellen: 1. *Das Bewusstsein ist ein Produkt des Gehirns.*

Danach gilt das Gehirn als die Steuerungszentrale des Organismus. Das Bewusstsein wird weitgehend mit den Hirn- und Verstandesfunktionen gleichgesetzt. Das ist die klassische Position des Materialismus und der westlichen Schulmedizin.

<sup>1</sup> Irina Tweedie: Der Weg durchs Feuer, Ansata Vlg.

2. *Das Bewusstsein ist die eigentliche und letztendliche Realität. Die Materie ist lediglich eine vom Bewusstsein erzeugte Illusion.* Nach dieser Auffassung ist das Bewusstsein die letztendliche Ursache des materiellen Universums. Diese Sicht entspricht z.B. dem Schöpfergeist der Religionen und damit der Position des Idealismus. (Beispiel klösterliche Abstinenz)

3. *Bewusstsein und Materie sind fundamentale, aber völlig unterschiedliche Entitäten. Sie werden durch das menschliche Gehirn zueinander in Beziehung gesetzt.*

Demzufolge lässt sich Bewusstsein nicht durch die organischen Systeme erklären, durch die es sich manifestiert. Das Gehirn wird lediglich als Sitz des Bewusstseins angenommen, ist aber nicht mit ihm identisch. Wenn Bewusstsein und Materie als gleichzeitig und gleichberechtigt anerkannt, sie aber als getrennte Wirklichkeiten gesehen werden, dann liegt hier die Position des Dualismus vor.

4. *Materie und Bewusstsein bilden ein Ganzes, das weder theoretisch noch in der realen Welt geteilt werden kann.*

Die descart'sche Trennung von Bewusstsein und Materie ist nicht haltbar. Beide bilden ein integriertes Ganzes und existieren nicht isoliert von einander. Dies ist die relativ neue Position des Holismus.

5. Die fünfte Position ist zugleich eine uralte und die absolut neue Dimension der heutigen Zeit, und entspricht einer Bewusstseinsentwicklung, die gerade erst beginnt.

*Sowohl Materie als auch Bewusstsein sind real, doch sie sind keine grundlegenden fundamentalen Größen. Sie entwickeln sich gemeinsam aus einer noch grundlegenderen Ebene der Realität heraus.*

Diese Position ist zugleich die Kernaussage der alten spirituellen Traditionen wie des Tantrismus, des Zen, des Advaita, des

Sufismus, der christlichen Mystik usw., und das Kernstück der neuen wissenschaftlichen Betrachtungsweise.<sup>2</sup>

### **Bewusstsein, Geist und Seele**

Wenn wir von Bewusstsein sprechen, dann brauchen wir eine klare Vorstellung, wovon und auf welcher Ebene wir sprechen. Es gibt bei den Begriffen Bewusstsein, Geist und Seele etliche Unschärfen, die klargestellt werden wollen.

- Die Seele ist in der Regel immer eine individuelle Begrifflichkeit. Bewusstsein und Geist werden sowohl in Bezug auf das Individuum als auch auf einer nicht personalen Ebene gebraucht. Dabei entspricht das nichtpersonale Bewusstsein der Dimension des kosmischen oder universellen Bewusstseins, in dem das individuelle Bewusstsein mit seinen Abstufungen ein Teil des Ganzen ist und gleichzeitig das Ganze repräsentiert - d.h. wir sind Bewusstsein. Dieses schöpferische Bewusstsein wird verschiedentlich auch als GEIST, z.B. bei *Ken Wilber*, bezeichnet.<sup>3</sup> Wenn ich den Begriff GEIST verwende, dann in diesem Bezug. Ich vermeide die begriffliche Überlappung mit der intellektuellen Ebene und spreche in diesen Fällen dann direkt von Intellekt oder Verstand.

### **Die non-duale Wurzel von Medizin und Heilung**

Um zu verstehen, wie Bewusstsein und Heilung miteinander korrelieren, müssen wir uns klar machen, was Bewusstsein umfasst. Die alten Medizinkulturen wie die abendländische hippokratische Medizin<sup>4</sup>, das Ayurveda oder die Chinesische Medizin<sup>5</sup> haben ihre Heilarbeit immer in diesen großen Bewusstseinskontext gestellt.

<sup>2</sup> E. Laszlo: Das fünfte Feld, S. 258 f.

<sup>3</sup> Ken Wilber: Einfach „Das“. S. 61

<sup>4</sup> vergl. Annie Berner-Hürbin: Hippokrates und die Heilenergie, Schwabe-Vlg., Basel

<sup>5</sup> vergl. Klaus-Dieter Platsch: Psychosomatik in der Chinesischen Medizin, Urban&Fischer, München

Nehmen wir als Beispiel die Chinesische Medizin. Ihr Ausgangspunkt ist das Dao, das Prinzip des unbeschreibbaren Urgrundes des gesamten Universums und aller Existenz. *Lao-Tse*, der Begründer der daoistischen Tradition, sagt: „*Wenn du Dao sagst, dann ist es schon nicht mehr das ewige Dao.*“ Alle spirituellen Traditionen sprechen deshalb vom schöpferischen Urgrund als dem Namenlosen oder der Leere. Aus Dao kommt es zur Ursplaltung. Der Urgeist und die Urmaterie, die großen Prinzipien von Yin und Yang auf der schöpferischen Ebene, sind die Voraussetzung für die Schöpfung eines dualen Universums. Sie bilden die Grundlage unendlich vieler Manifestationen der Schöpfung. Licht und Finsternis entstehen, Tag und Nacht, Himmel und Erde, der Mensch auf der Erde mit seinem Körper, seiner Psyche, seinem Verstand und seiner Seele.

Diese Kosmologie beschreibt einen Weg von oben nach unten, vom namenlosen Dao bis zur unendlichen Zahl der Manifestationen dieses Universums. Weg nach unten meint im tieferen Sinn keinen Weg, keine Richtung und keine Bewertung, sondern er ist immanent und außerhalb von Raum und Zeit.

Die moderne Quantenphysik hat durch ihre Forschungen eine fast identische Kosmologie entwickelt, nur in andern Worten. Alle Grundkräfte des Universums, die starke und die schwache Kraft, die elektromagnetische Kraft und die Gravitationskraft kommen in einer einzigen Urkraft zusammen, die bei unvorstellbaren  $10^{25}$  eV liegt. Diese Urenergie wird nach der M -Theorie von *Edward Willen*<sup>6</sup> seit 1995 als Membran gezeichnet. „M“ steht für „magic“ (Zauber), „mystery“ (Geheimnis) und Membran.<sup>7</sup> Diese unbekannt, aber offensichtlich vorhandene und wirksame Kraft beinhaltet 11, nach neueren Forschungen sogar 13 Dimensionen. Fällt diese Energie in niedere Energie- und Schwingungsniveaus, dann manifestiert sie sich als eine Vielzahl von Energiequantenfeldern. Diese Quantenfelder entsprechen unendlich vielen virtuellen Möglichkeiten von Manifestationen. Erst wenn aus diesen

<sup>6</sup> Institute for Advanced Study in Princeton (New Jersey)

Quantenfeldern unendlicher Möglichkeiten Wellenfunktionen kollabieren, dann entstehen wie in einem energetischen Verdichtungsprozess Form und Materie.

Sowohl nach den alten Medizinkulturen als auch nach der modernen Quantentheorie gibt es keine Materie als fundamentale Gegebenheit. Alles ist letztendlich Energie und Energiefelder, und Materie scheint nichts weiter zu sein als Verdichtungen von Energiefeldern. Wenn der Ausgangspunkt aller Dinge im Universum in der alten Sprache Dao, Urgeist und Urmaterie oder modern Urenergie oder Urmembran ist, dann ist alles, was existiert, Bewusstsein und in jedem Atom schwingt Bewusstsein.

Das hat Konsequenzen für unsere Vorstellung von Körper und Psyche, von Gesundheit und Krankheit und von Heilungsprozessen. Wenn alles untrennbar in einem großen Zusammenhang des Urbewusstseins steht, in dem es weder Raum noch Zeit gibt, weder Anfang noch Ende, dann gibt es auch kein oben und kein unten.

### **Bewusstseins Ebenen des Menschen**

Wenn ich jetzt auf die Bewusstseinszustände des Menschen eingehe, dann bitte ich Sie, sie nicht in einer hierarchischen Beziehung zu verstehen, sondern deskriptiv. Die mit dem Leib assoziierten Ebenen sind eher niedrigschwingende Energien und Energiefelder und die eher feinstofflichen Ebenen der Psyche und des Verstandes sind höherschwingende Felder. Wir sollten uns die jetzt geschilderten Ebenen auch eher als sich gegenseitig umhüllende Schichten einer Kugel vorstellen, in der die innersten Bestandteil der jeweils äußeren sind. *Ken Wilber* spricht hier von der großen Verschachtelung des Seins und unterscheidet 10 Ebenen oder Sphären des Bewusstseins, die ihre jeweiligen Vorgänger im Entwicklungsprozess jeweils einschließen<sup>8</sup>:

<sup>7</sup> Warnke, U.: Die geheime Macht der Psyche, S. 60

<sup>8</sup> Wilber, K.: Einfach Das, S. 146 f.

Die ersten sechs Bewusstseinsphären gehören zur individuellen Person. Dazu gehören das *sensomotorische* und das *emotioneli-sexuelle Bewusstsein*, die den physischen Körper und die Ebene der Triebe, der Instinkte und der Emotionalität betreffen. In der weiteren Entwicklung kommt es zum *magischen* und zum *mythischen Bewusstsein* des Kleinkindes, in dem es sich zunächst als eins mit seiner Umwelt und damit als allmächtig und dann als ein von der Umwelt getrenntes Wesen erfährt, das nun die Allmacht des Ich auf seine Umwelt, z.B. auf die Eltern oder die Heerscharen der Götterwelt, überträgt. (So hat Jehova tatsächlich das Rote Meer geteilt.) Ab dem Schulalter reift das *rationale, analytisch-trennende Bewusstsein* des Verstandes heran, das unsere Gesellschaft gemeinhin als die Krönung der menschlichen Evolution ansieht. Eine noch höhere Form des individuellen Bewusstseins zeigt sich aber in der *Schau-Logik*, die sich in den jetzt heranwachsenden Generationen mehr und mehr entwickelt (Stichwort Indigo-Kinder), die den Menschen zu Synthese und Zusammenschau im Sinne eines universellen Pluralismus befähigt.

Die nächsten vier Bewusstseins Ebenen gehen über die Grenzen der individuellen Person hinaus. Es handelt sich hier um das *psychische Bewusstsein* (psyche = Seele) der naturmystischen Einheitserfahrung, dann um das *subtile Bewusstsein* der Gottesmystik, um das *kausale Bewusstsein* der Zeugenschaft der Leerheit und um das *nichtduale Bewusstsein*, in dem es niemanden mehr gibt, der erfährt, und nichts, das erfahren werden könnte. Diese Einheitserfahrung heißt „nicht-zwei - nicht-eins“. Einheit ist Einheit.

Das Bewusstsein der Einheit wird immer wieder mit dem Bild des Ozeans umschrieben. *Gopi Krishna*, Begründer der indischen Kundalini-Bewegung, sagte: „*Der Kosmos ist wie ein endloser Ozean, auf dem immer wieder Eisberge schwimmen. Der kosmische Ozean durchdringt Raum und Zeit - er ist die Grundlage aller Dinge. Unsere Sinne können*

*ihn nicht wahrnehmen, doch die gigantischen Eisformationen, die lediglich eine andere Erscheinungsform des sie umgebenden Wassers sind, können wir bemerken. Wenn wir die Welt mit unseren Sinnesorganen betrachten, sehen wir nur die Eisberge. Doch wenn wir die Realität mit dem inneren Auge schauen, im Samadhi (Zustand der Erleuchtung), dann verschwinden die Eisberge, und wir sehen ringsum nur noch Wassers.“<sup>9</sup>*

Der Mensch ist also wie einer der Eisberge im unendlichen Ozean. So ist er einerseits ein Wesen der Raum-Zeit-Dimension, Verdichtung ozeanischen Wassers, das wir mit unseren Sinnen erkennen und erfassen können. Gleichzeitig ist er aber Teil des großen Ozeans und damit Teil aller Dimensionen der Schöpfung, von der Urenergie der 13 eingefalteten Dimensionen bis zu seiner Raum-Zeit-Manifestation der unteren vier Dimensionen. Er ist Teil des Ganzen und repräsentiert zugleich das Ganze, er schwingt ohne Zeit und Raum in allen Dimensionen und steht mit ihnen in unentwegter Kommunikation. Jeden Augenblick formiert sich sein Körper, seine Psyche und sein Verstand von neuem aus dem großen Meer der Möglichkeiten. Er ist wie das fließende Wasser immer in Bewegung. Jede Zelle, geschwängert vom *einen* Bewusstsein, zerfällt jeden Augenblick, um jeden Moment wieder neu zu entstehen. All dies ist wesentlich, wenn wir uns die Frage nach Gesundheit und Krankheit, nach Heilung und Heilen stellen.

Entsprechend der 10 Ebenen des Bewusstseins wird deutlich, das unser Körper eingebettet ist in einem emotionell-sexuellen Bewusstseinskörper, der natürlich das leibliche Geschehen beeinflusst und mitsteuert. Auch die magischen und mythischen Bewusstseinszustände, die als frühe Bewusstseinsstufen die beiden vorigen Ebenen umhüllen, wirken sich auf unser leibliches und emotionell-sexuelles Wohlbefinden aus. Und natürlich hat die Ebene des Verstandes ihre Wirkungen auf alle darin enthaltenen körperlichen und psychoemotionalen Befindlichkeiten.

<sup>9</sup> zit. aus Laszlo, E.: Das fünfte Feld, S. 251

Befindlichkeitsstörung oder manifeste Krankheiten können ihre Wurzel in jeder dargestellten Schicht haben. Und so ist auch verständlich, dass die Wiederherstellung der Gesundheit in Bezug zur betroffenen Schicht erfolgen muss, um wirksam zu sein. Es macht wenig Sinn, den Körper zu behandeln, z.B. zum wiederholten Mal jemanden den Bauch aufzuschneiden wegen ungeklärter Bauchschmerzen, wenn die ursächliche Ebene der Krankheit ganz woanders liegt. Solange wir das in einem uns schon geläufigen, allgemein akzeptierten psychosomatischen Kontext sehen, werden viele Mediziner dem inzwischen problemlos folgen können. Allerdings müssen wir dieses Konzept erheblich erweitern. Denn der Mensch endet mit seinem Bewusstsein nicht im Gehirn und damit in seiner Rationalität. Auch die transpersonalen Bewusstseins Ebenen können in Krankheitsprozessen involviert sein, und dann sind auch diese Ebenen in einem Heilungsprozess mit einzubeziehen. Auch eine Sinnkrise im Leben, eine spirituelle Krise, kann sich als Depression oder als somatoforme Störung niederschlagen. Darauf müssen wir vorbereitet sein und das sollten wir einschätzen können. Ganzheitliches Heilen bedeutet aber nicht nur die Ebenen des Bewusstseins zu kennen, zu erkennen, welche Ebenen in einem Krankheits- oder Heilungsprozess involviert sind, nein, ganzheitliches Heilen heißt v.a. auch, dass Ärztin und Arzt und Therapeut und Therapeutin aus dem ganzen Bewusstsein heraus arbeiten. Und das gilt für jede und jeden von uns, gleich welcher Fachrichtung oder welchem Heilberuf wir angehören, ganz gleich mit welchen Patientinnen und Patienten wir zu tun haben. Der ganzheitliche Heilungsprozess entfaltet sich aus dem Bewusstseinsraum der Ganzheit, des Einsseins.

### **Die Qualität des *einen* Bewusstseins ist Liebe.**

Die Qualität des *einen*, ganzen Bewusstseins ist Liebe. Nicht in einem persönlichen Sinn oder gar romantisch oder sentimental gemeint. Nein. Der Mensch ist Liebe und Liebe ist das, was den Menschen am Leben hält. Liebe ist das freie Fließen der Lebensenergie. Fließt unsere

Lebensenergie nicht frei, dann erleben wir es oft als einen Mangel an Liebe und Lebenskraft.

Alle Lebensprozesse werden durch die Energie der Liebe aktiviert. Liebe ist die Grundlage des Lebens. Liebe ist Leben.

Eine Behandlung, die in einer lieblosen Atmosphäre oder von einem Therapeuten ohne Liebe und Mitgefühl zu dem Menschen stattfindet, kann man nur als rudimentär und kaum heilsam erachten. Gerade kranke Menschen leiden unter einem Mangel an Liebe, es fällt ihnen sehr schwer, sich mit ihrer Krankheit anzunehmen, ja zu ihr und damit auch zu sich zu sagen. Liebe ist das Annehmen dessen, was ist. Wenn wir einem leidenden Menschen mit liebendem Mitgefühl begegnen, dann kann er sich für einen Heilungsprozess öffnen, dann beginnt neue Lebenskraft auf ihn überzugehen.

### **Angst blockiert die Lebensenergie.**

Bei vielen Menschen ist die Lebensenergie durch ihre Angst blockiert. Viele Probleme resultieren letztlich aus der Angst. Aus der Angst heraus unterbleiben z.B. nötige Lebenskorrekturen. Eigentlich weiß man schon lange, dass man weniger arbeiten müsste, oder dass die Beziehung zum Partner schon längst überlebt und nicht mehr zu retten ist, aber... Es ist dann oft die Angst vor dem Neuen, das man nicht einschätzen kann, ob dann wohl das Geld reichen würde, ob ich eine neue Stelle bekomme, ob ich in der neuen Umgebung anerkannt werde usw. Bei Trennungsfragen hindert viele Menschen auch, den eigenen Weg einzuschlagen, weil sie Angst davor haben, allein zu sein. Oder viele Menschen stehen nicht zu ihren Bedürfnissen aus Angst, abgelehnt und nicht mehr geliebt zu werden. So werden keine neuen Perspektiven zugelassen und die derzeitigen Lebensumstände bleiben unverändert. Die Angst führt zu Stagnation, Erschöpfung, Hoffnungslosigkeit, Trauer, Wut, Depression, zu Verhaltensstörungen, Zwängen, Resignation und Verbitterung.

Die Angst wirkt über die feinstoffliche Bewusstseinssebene in die Tiefe des Gefühls, der neurovegetativen Regulation und des Leibes, und Tür und Tor für ein Krankheitsgeschehen sind geöffnet. Heilsam wirkt die bedinglose Annahme des kranken Menschen und die Mithilfe, seine eigenen Ressourcen, die die Angst lösen können, zu finden. Aber auch bei Menschen, mit denen wir nicht über ihre Ängste und Probleme sprechen können, mit denen wir wo möglich überhaupt nicht verbal kommunizieren können, z.B. mit kleinen Kindern, geistig Behinderten oder mit Bewusstlosen, mit Unfallopfern, Menschen auf der Intensivstation oder Wachkoma-Patienten, wirkt unser Bewusstseinsfeld, das aus der Haltung der Liebe, der Annahme und der Achtsamkeit heraus seine heilsame Wirkung im Energiefeld der Patientinnen entfalten kann.

### **Wie unsere innere Haltung und Einstellungen in den Krankheits- und Heilungsprozess eingreifen.**

Auf einer Ebene korreliert das Bewusstsein auch mit unserer inneren Haltung und unseren Einstellungen. Wie beeinflussen sie den Krankheits- bzw. den Heilungsprozess?

Die meisten Menschen tragen in sich die Überzeugung, ein getrenntes Wesen in einem psychophysischen Körper zu sein, und haben damit ein mehr oder weniger mechanistisches Bild von sich und der Welt. Das gilt für die Patientinnen wie für uns Menschen im Heilberuf. Solange wir Krankheit und Gesundheit lediglich als Gegebenheiten auf der Strukturebene ansehen, werden wir weiterhin in der Medizin nur messen, wiegen und schneiden. Wir werden „objektive“ Befunde erheben, den Faktor Mensch aus den Ergebnissen unserer wissenschaftlichen Betrachtung möglichst heraushalten, werden aufgrund unserer Befunde Diagnosen und Prognosen stellen, nach denen genaue Richtlinien der Behandlung, die im wesentlichen auf die Struktur wirkt, festgelegt sind, und der Verlauf oder die Unheilbarkeit einer Krankheit genauestens statisch erfasst und festgelegt sind.

Stellen sie sich vor, was passiert, wenn jemand z.B. eine Multiple Sklerose, einen Parkinson, ein Rheuma oder ein Karzinom hat. Nach dem Kenntnisstand der modernen Schulmedizin sind dies in der Regel unheilbare Krankheiten, die eine schlechte Prognose haben. Mehr oder weniger sanft teilen wir das den Patientinnen mit. Sie wissen jetzt, was mit ihnen los ist - wie schlecht es um sie steht. Selbst wenn wir sie nicht so aufklären, so haben in unserer heutigen Informationsgesellschaft die meisten Patienten schnellstens mehr Material und einen größeren Überblick über ihre Erkrankung als ihre behandelnden Ärzte selbst.

Dass die Psyche unseren Organismus erheblich beeinflussen kann, ist inzwischen vielfältig bewiesen. So reagieren z.B. Asthma-Kranke auf allergenfreie Luft, wenn sie nur von der Anwesenheit der Allergene überzeugt sind. Oder andere Untersuchungen haben gezeigt, dass alkoholfreie Getränke einen Rausch erzeugen, wenn die Probanden davon ausgehen, dass sie Alkohol enthalten.

Viele Alltagssuggestionen nehmen Einfluss auf unser Leben. Suggestion kommt vom lateinischen sub-gerere, was „von unten herantragen“ bedeutet. Es wird quasi etwas aus dem Reich des Unbewussten eingegeben.

Was meinen sie wohl, wie sich diese prognostischen Überzeugungen aufgrund der medizinischen Befunderhebung auf den Krankheitsverlauf der Patienten auswirken? Welche Suggestionen geben wir da? In den meisten Fällen werden sie vermutlich die Statistiker befriedigen. Wobei ich bemerken darf, dass die Statistiken als Teil der negativen Suggestion wahrscheinlich eher zum selbsterfüllenden Faktor werden, als dass sie bessere Heilungschancen widerlegten. Ich frage aber, welche Heilungschance hat ein Mensch, wenn seine innere Überzeugung negativ gepolt ist? Welche Auswirkungen hat wohl eine solche pessimistische Grundhaltung auf die Selbstheilungskräfte des Menschen? Die westliche Schulmedizin steht immer noch mitten im Newton'schen-cartesischen Weltbild des späten Mittelalters und der Aufklärung. Sie

geht ausschließlich von der Ebene der Materie und der Mechanik aus. Selbst die hochmodernsten Entwicklungen wie z.B. die Gentechnologie oder die Kernspintechneik arbeiten ausschließlich auf der Ebene der materiellen Struktur. In Form gegossene Struktur lässt sich in organischen Befunden, im Labor und in bildgebenden Verfahren untersuchen, und wird entsprechend strukturell behandelt. Da gibt es wenig Spielraum zu Veränderung.

Wenn wir aber den energetischen Modellen des Organismus folgen, wie wir sie in den traditionellen Medizinkulturen wie auch in der modernen Kybernetik oder in der Quantenphysik kennen, dann gilt, dass Energie fließt. *Panta rhei*. Dann ist Krankheit nicht mehr statisch, sondern ein fließender Prozess. Ein Prozess, dessen Entwicklung nicht zwangsläufig vorgeschrieben sein muss, so wie ihn Medizinstatistiker beschreiben. Alle Ebenen unseres Organismus stehen miteinander in fließender Verbindung. Täglich sterben in unserem Körper 600 Milliarden Zellen ab und erneuern sich. Fast alle Zellen unseres Körpers sind in Jahresfrist völlig ausgetauscht. Warum sollte es da auch auf der Strukturebene nicht möglich sein, dass sich Gewebe und Organe wieder in ihren gesunden Zustand regenerieren? Es braucht dazu nur den entsprechenden Code. Und der, meine ich, hängt u.a. von der inneren Haltung ab. Der feinstoffliche, d.h. der Bewusstseinskörper, ist die Matrix des Stoffes. Aus ihm verdichtet sich das Quantenfeld zu Atomen und Molekülen. Unsere innere Haltung und Überzeugungen beeinflussen erheblich, was sich jeden Moment stofflich oder feinstofflich manifestiert, denn der Körper ist in die „höheren“ Bewusstseins Ebenen eingehüllt. Psyche und Verstand wie auch die höheren Bewusstseins Ebenen haben einen Zugriff auf die in ihnen eingehüllten Ebenen. Unsere innere Haltung bringt quantenphysikalisch gesagt bestimmte Energiewellen aus dem Meer der Möglichkeiten zum Kollabieren, womit sie festgelegt werden und sich in der Raum-Zeit-Dimension manifestieren.

Viele Befunde der neueren Psychoneuroimmunologie belegen die deutlichen Zusammenhänge zwischen Verstand, Psyche,

neuroendokrinen System und Immunsystem. Viele sogenannte Spontanheilungen, selbst Krebs, lassen sich vermutlich auf die Aktivierung der Heilkräfte und des Immunsystems durch eine positive Haltung zum Leben und der Möglichkeit, gesund zu werden, zurückführen. So ist es von Seiten der Ärzte und Therapeuten wichtig, selbst die innere Haltung zu entwickeln, dass grundsätzlich jede Entwicklung, auch die Heilung einer klassisch gesehen unheilbaren Krankheit, möglich ist. Unsere innere Einstellung und Haltung überträgt sich auf den Patienten. Sie bahnt in ihm, dass die heilenden Potenzen aus dem Meer der Möglichkeiten aktiv und die Signale auf Heilung gestellt werden. Das ist etwas anderes, als wenn wir nur den Patienten vor der Wahrheit einer bösartigen Krankheit schonen wollen, ihm sagen, du wirst schon wieder gesund, aber es selbst keinen Augenblick lang glauben. Das funktioniert nicht. Im Gegenteil wird einem Menschen, dem wir seinen wahren Zustand verschweigen, die Möglichkeit genommen, sich mit seiner Krankheit auseinander zu setzen. Wir hindern ihn damit, Anschluss an seine Heilkräfte zu finden. Und wir verhindern, dass er, wenn er vielleicht dem Tod ins Gesicht zu schauen hat, sich auf ihn vorbereiten kann.

Ist unsere innere Haltung, dass Heilung grundsätzlich immer möglich ist, nicht nur ein Lippenbekenntnis, dann wird sie sich mit Sicherheit heilsam auf unser Patientinnen auswirken. Franz von Assisi hat gesagt: „Tu erst das Nötige, dann das Mögliche, und plötzlich schaffst du das Unmögliche.“ Dabei bin „ich“ lediglich Werkzeug. Nicht ich schaffe es oder heile, sondern meine innere Haltung und mein steter Fokus auf das, was heilt, machen das scheinbar Unmögliche möglich.

### **Bewusstseinsstransformation**

Das eine ist das Erkennen dieser Zusammenhänge. Wir können uns damit wissenschaftlich, intellektuell beschäftigen. Wir können Diskurse darüber anstellen und Einsichten gewinnen. Das ist wichtig und ein erster Schritt. Aber der Kopf allein kann nicht unsere therapeutische Haltung in Richtung

Ganzheit verändern. Auch die Qualität des Herzens ist gefragt. Wenn das, was wir wissen, gehört und gelernt haben, uns auf einer tieferen Ebene erreicht und in Schwingung bringt, und wir dann unseren Patienten und Patientinnen gegenüber sitzen, dann spüren wir doch einmal der Weite unserer therapeutischen Dimensionen nach. Dann versuchen wir doch einmal unser Herz ganz für den anderen oder die andere zu öffnen und versuchen, ihn oder sie ganz wahrzunehmen, versuchen einmal zu spüren, auf welcher Ebene der- oder diejenige vor uns leidet, was sich hinter den vordergründigen Symptomen verbirgt. Das, wovon wir im Kopf überzeugt sind, wandelt uns erst, wenn wir es ins Leben bringen. Wir können uns selbst nicht draußen vor lassen. Auch wir sind dieses wunderbare Wesen, das in sich absolut ganz und unversehrt ist, das in der Raum-Zeit-Dimension seine Erfahrungen macht, das aber mit allem im Universum in steter Verbindung steht, ja das Universum selbst ist. Mich hat das Praktizieren der Chinesischen Medizin verändert, denn ich sehe tagtäglich, wie kranke Menschen wieder in einen neuen Fluss ihres Lebens kommen. Wenn ich mit der Akupunkturadel das Qi bewege, sehe ich, wie nicht nur der Leib, sondern auch ungetrennt von ihm die Gefühle, die Psyche und der Verstand mitgehen. Das sind keine unterschiedlichen Entitäten, wie wir sie von Seiten der Anatomie und Physiologie immer vorgestellt bekommen. Da ist fließende Energie, die ihre kondensierte Form, die Materie, wieder in einem lebendigen Heilungsprozess versetzt. Aber für mich war auch wichtig, dass ich begonnen hatte zu meditieren. Dass ich Lehrer bzw. Lehrerinnen hatte, die mir halfen, mich in mir neuen Bewusstseinszuständen zurecht zu finden. Dass ich dann auch Heilern begegnen und die Wirkung von Heilkräften mit eigenen Augen sehen konnte. All das im Laufe von Jahren verändert den Menschen -transformiert ihn. Diese Transformation ist ein Prozess, der für jeden und jede einzigartig verläuft und seine Zeit braucht. Jeder Arzt und jede Therapeutin kann diesen Wandel, diesen Prozess einer inneren Alchemie, durchgehen. Das einzige, was dazu nötig ist, ist offen dafür zu sein und Vertrauen in die Heilkräfte des Menschen und des Universums sowie in

die Richtigkeit des Lebens zu gewinnen. Und allmählich integriert sich unser Wissen und unsere Erfahrung und wird zu einem einzigartigen Bestandteil unserer selbst und unserer Arbeit mit den Menschen.

Aus all dem entsteht in uns ein Heilbewusstsein.

Die Ganzheit des Menschen macht nicht an seinen körperlichen Grenzen halt. Die Ganzheit des Universums, dass alles aus einer Quelle fließt und wir alle dasselbe Wasser des Ozeans sind, impliziert, dass nicht nur ich ein Teil des Ganzen bin, sondern auch jeder und jede andere. Diese Erfahrung führt zu einer Haltung tiefsten Mitgefühls für den anderen Menschen und für alles, was auf der Welt geschieht. Mitgefühl ist die Energie der Liebe, die einen Heilungsprozess ermöglicht. Schon *Paracelsus* hat gesagt: „*Liebe aber ist die höchste der Arzneien.*“ Liebe ist Energie. Es gibt Mystiker wie Wissenschaftler, die sagen, dass Liebe die Energie unseres Universums ist, Liebe es erschaffen hat.

### **Was ist es, das heilt?**

Zunächst ist Heilung immer ein Prozess, der in Raum und Zeit stattfindet. Die Regeneration und Neuorientierung von Materie und Psyche ist ein evolutionärer Vorgang, der im heilenden Feld des Angenommenseins und der Liebe stattfindet. Heilung ist nicht unbedingt die Rückkehr in den vorigen Zustand von Gesundheit, sondern kann durchaus auch eine Entwicklung in eine neue Ebene von Körper, Geist und Seele sein. Die Vorstellung einer Restitutio löst sich hier ab und wird zum Bild des evolutiven Voranschreitens des Menschen.

Die Frage, was heilt, berührt unterschiedliche Ebenen, auf denen wir die Fragen stellen und möglicherweise Antworten bekommen - so, wie auch das Bewusstsein unterschiedliche Ebenen des Leibes, der Psyche, des Verstandes und der Seele umfasst.

Ohne auf Vollständigkeit aus zu sein, erscheinen mir folgende Punkte für einen Heilungsprozess essentiell:

Förderung der Selbstheilungskräfte des Menschen

Wer krank ist, sucht im Allgemeinen Hilfe von außen, und auch wir in den Heilberufen sind so programmiert, dass wir dieser Erwartung entsprechen. Jeder Mensch hat aber in sich selbst Heilkompetenz. Es ist nach meiner Erfahrung nicht so, dass wir die Menschen gesund machen, sondern eher, dass wir durch unsere Behandlung einen Heilungsprozess im Menschen anstoßen, der im Wesentlichen aus ihm selbst heraus geschieht. Ich betrachte mich oft als einen Schuhlöffel, der nur als Werkzeug funktioniert, den Schuh anzuziehen. Fuß und Schuh sind ohnehin schon da. Es hilft kranken Menschen, wenn wir uns zum Verbündeten ihrer eigenen Heilkräfte machen und diese gemeinsam aktivieren und stärken. Wir entlassen uns damit selbst aus der Vorstellung der allmächtigen „Götter in Weiß“ und die Patienten erleben ein Stück weit mehr ihre eigenen Kompetenz für sich und ihre Gesundheit. Sie müssen das Gesundwerden nicht mehr delegieren. Sie holen sich fachkompetenten Rat von ihren Ärztinnen und Therapeutinnen, ja, überprüfen ihn für sich, ja, und geben dann dem eigenen Prozess Raum.

Zur Förderung der Selbstheilungskräfte gehört auch die Schulung der Selbstwahrnehmung. Was spüre ich, wie ist meine Befindlichkeit? Viele Patientinnen wissen sehr genau, was ihnen fehlt, wenn sie nur ihrer Selbstwahrnehmung vertrauen. Sie kennen ihre Krankheit und ihre Ursachen. Wir können uns viel Mühe und Arbeit in Anamnese und Diagnose - wahrscheinlich auch in der Therapie - sparen, wenn wir die Patienten nach ihrer eigenen Einschätzung fragen, was ihnen fehlt und warum sie meinen, dass sie krank sind. Ich frage jeden Patienten schon im Erstgespräch genau diese Frage. Und es ist bemerkenswert, wie zielsicher die Patienten in ihrer Wahrnehmung und Beschreibung der Situation sind.

Sowohl diagnostisch als auch präventiv hilft die Selbstwahrnehmung der eigenen Bedürfnisse. Welche Bedürfnisse habe ich für meinen Leib, mein Gefühlsleben und meine Psyche. Welche für meinen Intellekt und mein Seelenleben? Und wenn ich meine Bedürfnisse wahrnehmen kann, Sorge ich auch für sie oder vernachlässige ich eine Ebene meiner selbst? Eine

groß angelegte Studie von *Grossarth-Maticek* 1999 hat bei 35.000 Probanden die subjektive und objektive Gesundheit über 20 Jahre lang untersucht und herausgefunden, dass, wenn nur einer von 4 Bereichen, der Körper, die Psyche, das soziale Leben oder die Spiritualität, im Leben der Menschen vernachlässigt wird, 50% der Untersuchten mit einer deutlichen Gesundheitsverschlechterung reagierten.<sup>10</sup> Die Stärkung der Selbstheilungskräfte ist auch eng mit der Frage nach den eigenen Kraftquellen verbunden. Jeder Mensch, auch wenn er noch so erschöpft und am Ende sein mag, hat Ressourcen, auf die er zurückgreifen kann. Hier sind wertvolle Fragen: Was hilft mir in der Situation? Was macht mir Freude? Was gibt mir Sinn? Diese Fragen müssen wir uns vorbehaltlos erlauben, um die Ressourcen wirklich zu entdecken.

Die Selbstheilungskräfte werden ebenso unterstützt und frei, wenn wir den Patienten helfen können, ein anderes Verständnis zu ihrer Erkrankung zu gewinnen. Wenn sie ein Bewusstsein dafür entwickeln, dass Krankheit nicht ein statisches Urteil, das für immer über sie verhängt wurde, ist, sondern dass Krankheit wie auch Gesundheit einen fließenden Prozess darstellen, in dem potentiell alles möglich ist. Ich versuche mit ihnen auf ein inneres Bild hinzuarbeiten, das schlicht heißt: Was gekommen ist, kann potentiell auch wieder gehen.

Heilsam wirkt sich aus, wenn die Krankheit von den Patientinnen nicht ausgegrenzt wird und die Identifikation mit ihr beendet werden kann. Viele Menschen wie auch die Medizin selbst betrachten ihre Krankheit als ein eher außerhalb von ihnen befindliches Objekt, das sie zum Arzt tragen können, der es ihnen dann abnehmen soll. Dass die Krankheit mit ihnen als Patient selbst etwas zu tun hat, vielleicht ihre Lebensumstände und Lebensweise reflektiert - nicht im Sinne einer Schuldzuweisung, sondern im Sinne, dass Krankheit nicht vom Leben zu trennen ist, sie ein Teil des Lebens ist und auch als solcher anerkannt werden will - ist ein Schritt in

<sup>10</sup> Grossarth-Maticek, R.: Systemische Epidemiologie und präventive Verhaltensmedizin chronischer Erkrankungen, de Gruyter, 1999

Richtung Selbstkompetenz und Übernahme von Verantwortung für das eigene Leben.

Dabei gilt es, sich nicht mit der Krankheit zu identifizieren. Es gibt Erkrankungen mit so starken Schmerzen oder Beschwerden, dass sie förmlich das Leben der Betroffenen ausfüllen. Dann wird das ganze Leben als schmerzhaft und schwer erlebt. Nichts anderes bleibt mehr übrig. Dann bin ich der Schmerz oder die Beschwerden. Hier wird es nötig, ein Bewusstsein dafür zu schaffen, dass die Schmerzen nicht „Ich“ sind, sondern dass es jenseits der Krankheit auch noch ein Leben gibt. Dass es außer der Krankheit noch Freude, Hoffnung, Liebe, Beziehungen, Interessen, ja Lebendigkeit gibt. In der tiefsten Stelle der Erfahrung kann es heißen, dass mein Leib, meine Psyche oder mein Verstand krank sind und nicht mehr so recht funktionieren, aber mein innerstes Selbst bleibt davon unbetroffen. Mein Kern, die Essenz meines Lebens ist und bleibt heil.

Frieden schließen gehört zum Heilungsprozess. Zum einen geht es um den Frieden mit mir selbst. Heilung kann nicht eintreten, wenn es unfriedlich in mir ist. Und Frieden schließen heißt, auf einer tiefen Ebene ja zu sagen, zu dem, was ist. Ja zu meinen Verhältnissen und Umständen und, was meist schwieriger ist, ja zu mir selbst zu sagen. Es geht darum, mich so anzunehmen, wie ich bin, nicht danach zu streben, anders zu werden. Licht und Schatten in mir machen ein Ganzes. Verurteile ich meine Schattenseiten und bleibe unversöhnt mit ihnen, dann grenze ich einen Teil meiner selbst permanent aus. Ich kann keinen Frieden in mir finden. Das heißt nicht, dem eigenen Schatten hinterher zu laufen oder ihn zu kultivieren. Keinesfalls. Es geht darum, auch die ungeliebten und weniger geschätzten Aspekte in mir als Teil von mir zu umarmen, in meine Liebe zu nehmen. So kommen sie ans Licht und ihre schattenhafte Energie wandelt sich in der wärmenden Sonne meiner Liebe. Frieden schließen bedeutet auch, mit meinem Leben, so wie es geworden ist, mit all seinen Höhen und Tiefen anzunehmen. Das heißt auch Aussöhnung zumindest auf einer inneren Ebene mit den

Menschen meines Lebens, Schuldzuweisungen zurückzunehmen, Ressentiments zurückzulassen und eigene Verletzungen zu überwinden. Wenn ich meine Vergangenheit annehmen kann, dann ist Frieden in der Gegenwart und in der Zukunft. Ich hatte eine Schmerzpatientin, die über 10 Jahre lang schwer gelitten hatte, die bei vielen Ärzten und Heilpraktikern alles Mögliche versucht hatte, ihre Schmerzen loszuwerden. Sie hatte ein schweres Leben, haderte viel mit ihrem Leben, ihrem Elternhaus, ihrer Ehe usw. Sie kam von weit her und ich akupunktierte sie jede Woche. Wir berührten natürlich das Thema Aussöhnung und Frieden finden. Eines Tages nahm sie ein Buch „Die heimlichen Kapellen“<sup>11</sup>, das meine Frau geschrieben hat, mit auf ihre Bahnfahrt nach Hause. Sie kam beim Lesen in einen meditativen Zustand und sah sich bei der Dorfkapelle ihrer Kindheit. Sie wusste, dass sie bereit war, dort noch einmal hinzugehen, was sie auch noch in derselben Woche tat. Sie machte dort eine tiefe Erfahrung und fühlte sich plötzlich frei von ihren Ressentiments und Vorhaltungen ihren Eltern gegenüber. Sie fühlte plötzlich Versöhnung und damit einhergehend das erste Mal seit Jahrzehnten tiefen Frieden in sich. Ich habe sie noch einige Male akupunktiert. Die Schmerzen waren gegangen und sind es noch.

Frieden mit sich selbst schließen beinhaltet auch Frieden mit der Krankheit schließen. Zum einen geben wir dem Heilungsprozess durch unsere innere Haltung, durch die Förderung unserer Selbstheilungskräfte und durch die Hilfe der Medizin jede nur mögliche Chance. Wenn aber die Krankheit bleibt - und das kommt oft vor -, dann gilt es, sie ebenfalls anzunehmen. Irgendwann in einem Krankheitsverlauf wird es sinnvoll und notwendig, den Kampf gegen die Krankheit zu beenden, denn Kampf ist immer auch erschöpfende Kraftanstrengung. Dann wird es wichtiger, die Energie von äußeren Heilanstrengungen abzuziehen und den Fokus ganz auf den inneren Heiler zu richten. In dieser Haltung können wir unsere Kraft dafür einsetzen, mit der Krankheit - nicht gegen sie - wieder in Fülle leben zu lernen.

<sup>11</sup>Anna Platsch: Die heimlichen Kapellen, Book an Demand

Essentiell für einen Heilungsprozess ist es auch, mehr und mehr in der Gegenwart zu leben.

Auf das reale Leiden - ob leiblich oder psychisch - setzt sich sehr erschwerend in der Regel das Leiden, das an die Vergangenheit oder an die Zukunft gekoppelt erlebt wird. Die Erfahrung der Schwere der Krankheit in der Vergangenheit legt sich wie ein dicker Schleier auf unser Gemüt. Die Schwere des vergangenen Leidens addiert sich zu der der Gegenwart. Aber auch die Projektion der Krankheit und des Leidens in die Zukunft sind bedrückend. Wie viele Ängste gehen einem kranken Menschen, v.a. auch einem todkranken Menschen, durch Kopf und Herz? Die Erwartung von Schmerz, Einschränkung, Siechtum und tödlichem Ende nimmt das eventuell Zukünftige vorweg und bringt seine ganze Schwere in die Gegenwart. Es realisiert sich jetzt, was möglicherweise nie eintreten würde.

Verknotet sich unser Bewusstsein zu stark im Vergangenen oder im Zukünftigen, dann können Übungen der Gegenwärtigkeit hilfreich sein. Dazu gehört das Einüben bewussten Handelns, z.B. bewusst die Zähne zu putzen, zu essen oder zu arbeiten, ohne dass die Gedanken von dem, was ich gerade tu, abschweifen. Es gibt hier viele Möglichkeiten wie die bewusste Leibeswahrnehmung, die Wahrnehmung des Atems, die Affirmation, die Meditation oder das Gebet.

Viele Überlagerungen fallen auch von uns ab, wenn wir beginnen, uns auf das, was wesentlich ist, zu besinnen.

Gerade war ein Patient bei mir, der sich immer wieder depressiv und unzufrieden mit seinem Leben fühlt. Er ist unglücklich in seiner Ehe, arbeitet extrem viel, hat das Gefühl, kaum eigenen Raum zu haben, fühlt sich als Verdiener der Familie ausgenutzt und ausgesogen. Er plagt sich mit den Fehlern seiner Vergangenheit und findet auch keinen gangbaren Weg für die Zukunft. Nur in den wenigen Momenten, in denen er einmal allein auf die Berge gehen kann, ist er glücklich. Er fühlt sich dort dem Sinn seines Lebens näher, den er einer irgendwie jenseitigen, für ihn nicht

erreichbaren Spiritualität zuordnet. Ich fragte ihn, was denn für ihn in diesem ganzen Dilemma das Wesentliche in seinem Leben sei. Wenn er am Ende seines Lebens stünde, was wollte er wohl erreicht haben? Seine spontane Antwort war: „Ich will der sein, der ich bin.“ Ihm wurde deutlich, dass er sich ein authentisches Leben wünscht. Ein Leben, das er nicht mehr als fremdbestimmt erleben muss, ein Leben, in dem er in sich erforscht, was auf einer tieferen Ebene für ihn stimmig ist. Und es war klar, dass es nicht um die Durchsetzung egozentrischer Interessen gegenüber seiner Familie oder seiner Arbeit geht, sondern mehr darum, genauer mit sich zu sein, auf sich zu hören, und mehr und mehr er selbst zu sein. Im diesem Moment erkannte er, dass seine spirituelle Sehnsucht ihr Ziel nicht irgendwo draußen hat, sondern dass er selbst es ist, wonach er Sehnsucht hat, dass seine Seele sich selbst als Teil des Ozeans entdecken will und dass diese Authentizität ins Leben gebracht werden möchte.

Als der Fokus auf des Wesentliche fallen konnte, fielen auch die ganzen anderen Nebenschauplätze seiner Befindlichkeit ab.

Auch die Liebe ist ein heilendes Bewusstseinsfeld. Liebe kreiert ein heilendes Feld. Liebe ist Energie in unserem Bewusstseinsfeld und wirkt auf das Bewusstsein des und der anderen. Liebevolle Zuwendung ist Balsam auf den Wunden der Verletzungen von Leib und Seele. Liebe wirkt aus der Ebene der Seele, die in freier Verbindung mit dem ozeanischen Bewusstsein der Einheit in der Vielfalt ist, im Bewusstsein, dass auch die Eisberge nur der eine Ozean sind, dass die Welle das Meer selbst ist. Liebe nährt unsere Seele, unser Selbst jenseits unserer egoistischen Bedürftigkeit. Liebe transformiert und gibt der Evolution unseres Lebens Raum. Die Heilsgeschichten der Religionen, wie die Wunderheilungen Christi, sind Geschichten der heilenden Liebe. Das Wort Heiland kommt nicht von ungefähr.

Liebe ist dabei nicht sentimental oder romantisch zu verstehen. Es geht nicht um den Aspekt, Liebe haben zu wollen. Es geht nicht darum, dass Liebe alles zudeckt, schön und bemäntelt. Nein, Liebe meint eine fundamentale Kraft, die aus sich selbst heraus existiert, die gleichbedeutend mit dem Leben ist, die Ursprung und Bewegung des Lebens ist, die das Leben selbst ist, die ist. Wir selbst sind reine Liebe. In dieser Liebe erscheinen fundamentaler Respekt und fundamentale Annahme. Diese Liebe ist reine Energie und kann aus der Haltung der Liebe auch nein sagen, wenn nein nötig ist. Liebe ist eine Lebenskraft, die Seele und Leib fördert und stärkt, die uns im Fluss des Lebens hält, die uns jedes Hindernis passieren lässt.

Liebe wirkt im Großen wie im Kleinen. Liebe ist Heilkraft. In der Begegnung mit unseren Patientinnen können wir versuchen, das Beste aus ihnen herauszuheben, ihre besten Seiten zu fördern und zu kultivieren. Wir fragen sie, was sie erhoffen und erstreben, und gehen auf ihre besten Seiten ein. So ändert sich ihr oft beschädigtes Selbstbild, sie beginnen, wieder an sich zu glauben, ihre Ressourcen wachsen und der Heilungsprozess kann im heilenden Feld der Liebe vonstatten gehen. Liebe ist die stärkste Kraft im Universum, Liebe kann alles verändern, sie kann Blockaden und Hindernisse lösen und den Weg nach vorn ins Leben freimachen. *„Die erste Wirkung der Liebe ist das Schmelzen,“* sagt *Thomas von Aquin*. Liebe schmilzt selbstauferlegte Verbote und Konditionierungen, sie macht uns frei und weit. Sie wirkt nicht nur in uns, sie liebt auch die anderen, ohne sie zu fesseln. Selbst wenn der Zustand von Krankheit fortauern sollte, wie sollte man da nicht auf einer tieferen Ebene heil werden?

### **Der heilende Bewusstseinsraum**

Dass der Mensch in seinem Wesen stets heil und unversehrt ist, öffnet in ein tieferes Verstehen des Menschenseins und in ein erweitertes Heilverständnis.

Alles was ich bisher gesagt habe und was ich auch im folgenden sage, gilt nicht nur für unsere Patienten und Patientinnen, sondern auch für uns selbst. Im heilenden Feld durchdringen sich unsere Bewusstseinsfelder miteinander. Wir hören nicht an der Begrenzung unserer Körper auf. Nur so ist zu verstehen, wie unser Bewusstsein, unsere innere Haltung und unsere liebende Anteilnahme und Annahme den Heilprozess auf den Weg bringen.

Wir alle sind untrennbarer Teil des universellen Bewusstseins. In diesem Raum, wenn man so sagen darf, sind wir alle miteinander verbunden, und aus diesem Raum heraus schwingt auch jede Form von Heilkraft. Auf der Ebene des Universums gibt es nicht die Frage von gesund und krank, dort gibt es nicht richtig und falsch, gut und böse, schön und hässlich. Auf dieser Ebene, der wir in einem tieferen Sinn angehören und die wir selbst sind, existiert schlicht nur das, was ist. Alles ist möglich. Da das Universum sich in mir spiegelt, ich nicht getrennt von ihm existiere, ist auch in jedem Menschen alles enthalten. Alles im Menschen ist möglich -wenn sich auch nicht alles im Menschen realisiert. So gesehen geschieht Heilung in mir, in diesem von Liebe durchfluteten Raum, der keinen Ort und keine Zeit kennt. Krankheit kann bisweilen ein Tor sein zu dieser umfassenden Erfahrung meines Selbst, dieser Erfahrung von Ganzheit und Unversehrtheit. Krankheit kann das Selbstbild verändern, in dem wir unser authentisches Selbst, unser einfaches Sein erkennen. Krankheit öffnet uns für uns selbst, für den Mitmenschen, für die Menschheit und letztlich für das ganze Universum.

Aus dieser Quelle fließt auch die ärztliche und therapeutische Wirkung, die jeden Heilprozess bewirkt, Heilung, die nicht durch uns als Person, wohl aber durch uns hindurch als Instrumente eines großen Orchesters strömt. Wenn wir uns als Behandler und Behandlerinnen diesem Heilraum öffnen, dann werden wir zu Transmitter für die heilende Energie, die in diesem Raum wirksam wird. So wie heilende Energie als Bewusstseinsstrom jenseits unseres handwerklichen oder verstandesmäßigen Tuns ihren eigenen Weg sucht und wirkt, so sind wir auch in diesem

Bewusstseinsstrom im Sinne einer inneren Führung angeschlossen. Aus diesem leeren Raum heraus gibt es ein Wissen, das wir mit dem Verstandesbewusstsein nicht erklären können. Etwas in mir weiß plötzlich, was zu tun ist, was ich dem Patienten oder der Patientin mitzuteilen habe, oder ob ich vielleicht gar nicht äußerlich sichtbar tätig werde. Ich weiß, ob ich jetzt schneide, ein Medikament verordne, eine Akupunkturnadel steche oder ob ich meine Hände nur auf eine verletzte bedürftige Stelle des Körpers lege. Und in diesem „ich weiß“ wird mir mehr und mehr bewusst, dass ich nicht weiß. Ich beobachte mehr und mehr, was geschieht, dass ein Heilprozess geschieht. Aber die Vorstellung, ich wüsste, was geschieht, verblasst immer mehr und gibt mir zu verstehen, dass alles nur ein Modell ist, dass ich im Grunde nichts verstehe, und dass es im Grunde wohl auch nichts zu verstehen gibt. Alles, was noch relevant ist, ist, dass ich meinen Fokus auf den innersten Heilkern richte, und erfahre, dass aus dieser Kraft letztendlich Heilung geschieht, dass es geschieht. Und indem ich mich dieser Aufgabe überantworte - und Aufgabe heißt Auf-gabe, Aufgeben - weiß ich, dass ich nichts weiß, weiß ich, dass es nichts zu wissen gibt. Und genau darin erfahre ich eine Dimension des Lebens, die weit über mich selbst hinausreicht. Ich erfahre etwas von dem, was ich in Essenz bin.