

Die ärztliche Persönlichkeit in einer integralen Medizin

Caring and Healing – ein universitäres Modellprojekt

Klaus-Dieter Platsch

Zusammenfassung

Die Entwicklung einer heilsamen ärztlichen Persönlichkeit ist Voraussetzung für eine gelingende Arzt-Patienten-Beziehung. Jenseits medizinischer Methoden können Ärztinnen und Ärzte sich selbst als Heilmittel verstehen. Das Wachsen authentischen Mitgefühls und heilsamer Haltungen braucht nicht nur intellektuelle Einsicht in ihre Notwendigkeit, sondern vor allem die Bereitschaft, die eigene Persönlichkeit zu erforschen. Personale und transpersonale Selbsterkenntnis durch Introspektion, übende Verfahren und Meditation öffnen einen tiefgreifenden Beziehungsraum, der das Heilungspotenzial und die sinngebenden Ressourcen kranker Menschen fördert. Körperliches, emotionales, mentales und spirituelles Bewusstsein können als Bestandteil einer integralen Medizin gesehen werden, die all diese Aspekte im kranken Menschen unterstützt. Das universitäre Modellprojekt *Caring and Healing* versteht sich als eine Möglichkeit, die Entwicklung der ärztlichen Persönlichkeit und einer integralen Medizin zu implementieren.

Schlüsselwörter: Ärztliche Persönlichkeit, heilsame Arzt-Patienten-Beziehung, personale Selbsterkenntnis, transpersonale Selbsterkenntnis, Integrale Medizin, Arzt als Heilmittel, offener, spiritueller Erfahrungsraum, Meditation, Mitgefühl, essenzielle Verbundenheit, bewussteinunterstützte Heilungsprozesse, *Caring and Healing*, universitäres Modellprojekt

Einleitung

Die gelingende Arzt-Patienten-Beziehung ist ein tragendes Element der erfolgreichen Diagnostik und Therapie – sie ist Teil des Heilungsprozesses selbst. Wie jedoch „gelingt“ eine Beziehung? Eine gute Beziehung braucht wache Partner, die sich möglichst gut selbst kennen und einschätzen können. Die unterscheiden können, wann eigene Themen und Verletzungen aktiviert werden, und wann es sich um Themen oder Verletzungen des Gegenübers handelt. Die dadurch in der Lage sind, weniger Eigenes auf andere zu projizieren. Wir brauchen Ärzte und Ärztinnen, die gelernt haben, wo ihre Schwachpunkte und wo ihre Stärken sind. Die mit ihren Kräften und Ressourcen gelernt haben, gut umzugehen. Die ihre eigenen Muster,

denen sie (solange sie unbewusst sind) unterliegen, kennen lernen. Die ihre alt hergebrachten Helfermuster, Leistungsmuster, ihre „Müssens“ und „Sollens“ kennen, unter denen sie meist unbewusst leiden und sich verausgaben.

Wie kann eine Arzt-Patienten-Beziehung tragend und heilsam sein, wenn wir im entscheidenden Moment des Leidens unserer Patienten uns von ihnen abwenden und „technisch“ statt menschlich werden, weil wir mit dem Leiden der anderen nicht zurechtkommen. Und das nicht selten, weil wir uns um unser eigenes Leiden, das jeder und jede im Laufe eines Lebens durchmacht, nicht gekümmert haben. Weil wir selbst – ob familiär oder gesellschaftlich bedingt – Leiden, Schmerzen, Sterben, Siechtum und Tod vom Leben abgespalten haben. Aber gerade dann brau-

chen uns die Patientinnen und Patienten, gerade dann brauchen sie unsere Zuwendung, unser Für-sie-da-Sein, unsere Präsenz und Liebe.

Sollten nicht unsere Universitäten die kommenden Ärzte und Ärztinnen darauf vorbereiten und ihnen das notwendige Handwerkszeug dafür auf den Weg geben? Das hieße klar und deutlich, sich um die Entwicklung der ärztlichen Persönlichkeit als ein zentrales Ausbildungsziel für den ärztlichen Beruf zu engagieren.

Dieses Defizit ärztlicher Ausbildung war und ist Anlass für das Modellprojekt „*Caring and Healing* – Entwicklung ärztlicher Kernkompetenz“, das am gesundheitswissenschaftlichen Bereich der Steinbeis Hochschule Berlin (SHB) angegliedert ist (www.caringandhealing.de). Das erste Studienjahr mit 20 studentischen und ärztlichen Teilnehmerinnen und Teilnehmern ist bereits im zweiten Semester und schließt im kommenden Frühjahr ab. Die „ärztliche Kernkompetenz“, um die es geht, beinhaltet eine menschliche, offene und tragende Beziehungsfähigkeit zu entwickeln, die nicht mehr nur angelernt-theoretisch „gewusst“, sondern die integriert zu einer „zweiten Haut“ der Persönlichkeit wird. Dann muss man sich zum Beispiel in einer speziellen Situation nicht mehr überlegen, wie man mit ihr empathisch umgehen kann, sondern man ist ganz natürlich empathisch, weil diese Eigenschaft zu einem Bestandteil der eigenen Persönlichkeit gereift ist.

Konventionelle Medizin

Für die konventionelle Medizin spielt die ärztliche Persönlichkeit vermeintlich nur

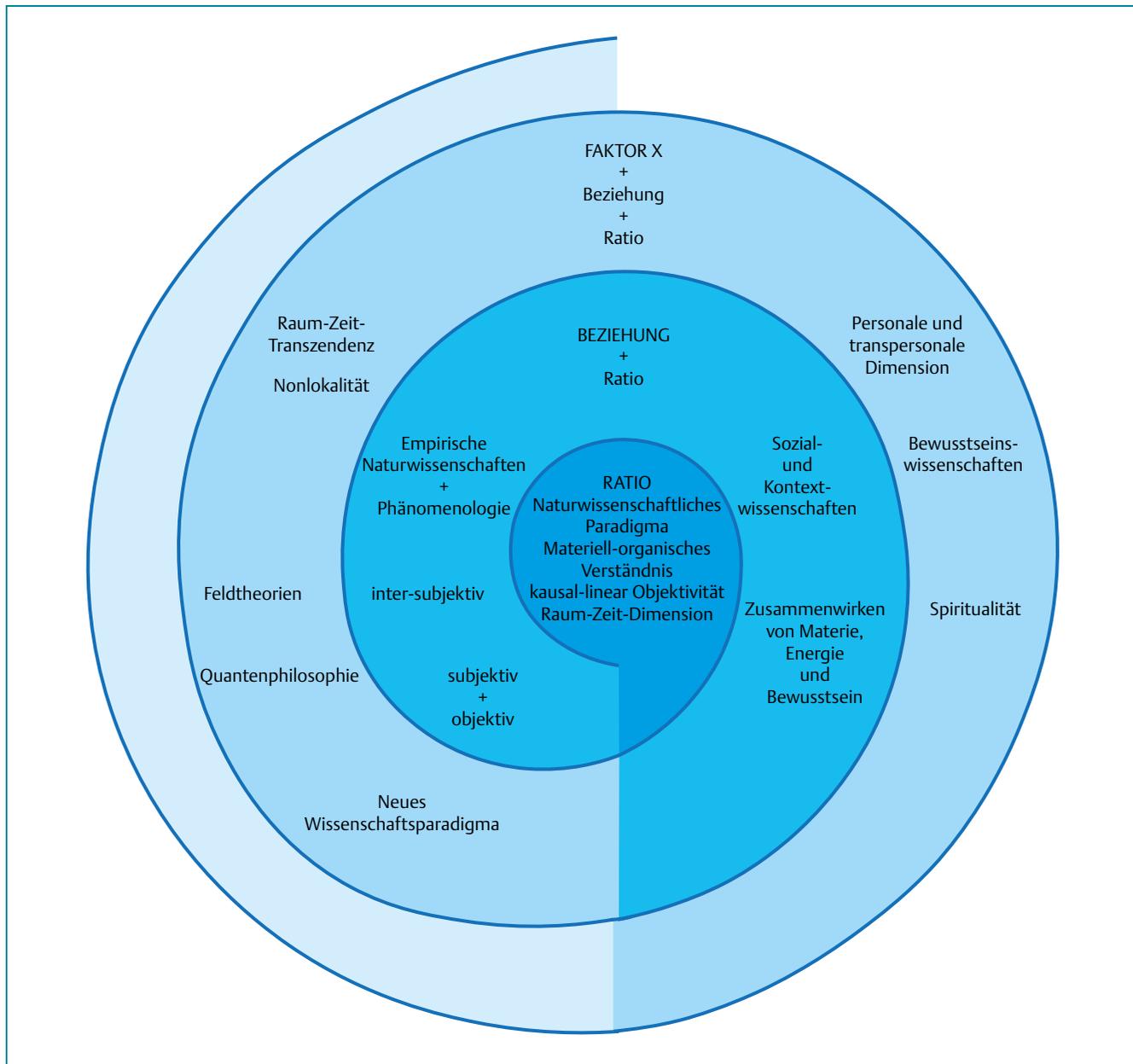


Abb. 1: Merkmale der **konventionellen, Body-Mind- und Komplementärmedizin** und der **integralen Ansätze in der Medizin**. Die Weiterentwicklung von konventionell über komplementär zu integral umfasst die jeweils vorangehenden Ansätze und erweitert sie. Die Entwicklung verläuft von „objektiv“ über „subjektiv-intersubjektiv“ zu „transpersonal“, d.h. von Sachlichkeit über Beziehungsfähigkeit zu tieferer Verbundenheit.

eine untergeordnete Rolle – und so ist sie nicht einmal Gegenstand der ärztlichen Approbationsordnung. Das hängt mit ihrem rationalen, objektiven und sachlichen Selbstverständnis zusammen und ist in sich selbst logisch. Sie ist Befund- und Pathologie-orientiert und hat einen eher technischen Zugang zum kranken Menschen. Solange die Medizin Krankheiten behandelt und weniger den kranken Menschen, lassen sich alle medizinischen Phänomene naturwissenschaftlich, bioche-

misch, biophysikalisch begründen. Dann sind Krankheiten als pathologische Entitäten Objekte, die objektiv und technisch auf einer materiell-organischen Ebene behandelt werden (Abb. 1).

Diese Vorstellung führt zu der Annahme, dass das Medikament, die medizinische Maßnahme das allein wirkende Agens sei, was eine Beziehungsebene überflüssig erscheinen lässt. Dem widersprechen die Erkenntnisse der modernen Placeboforschung drastisch, denn die

Arzt-Patienten-Beziehung ist unabhängig von den angewandten Methoden und unabhängig davon, ob konventionelle Medizin oder komplementäre Medizin angewandt wird, ein entscheidender Verstärkungsfaktor für die Heilungsprozesse [13]. Die konventionelle Medizin basiert auf dem klassischen naturwissenschaftlichen Paradigma. Sie betrachtet das Bewusstsein als ein Produkt des Gehirns. Auf ihrem Feld hat sie großartige Errungenschaften vorzuweisen und ist als ein Teil der medi-

zinschen Wirklichkeit mit einem großen Fachwissen nicht hoch genug zu schätzen.

Body-Mind- und Komplementärmedizin

Dem subjektiven Faktor kommt in der Body-Mind- und in Teilen der Komplementärmedizin ein besonderer Stellenwert zu. Gerade durch die Würdigung des Subjektiven wendet sich diese Ausrichtung der Medizin mehr dem kranken Menschen zu. Die Wahrnehmung der subjektiven Ebenen gilt ihr als wesentlicher Faktor für das Verständnis von Krankheitsentstehung und Heilungsprozessen. Sie vollzieht eine Wende von der Sachmedizin zu einer Menschenmedizin. Der rationale Verstand und die objektive Einschätzung sind hier auch weiterhin grundlegend, doch treten jetzt Begriffe wie Beziehung, Kommunikation und Mitgefühl in den Vordergrund.

Die Body-Mind-Medizin und verschiedene Richtungen der Komplementärmedizin unterstreichen die Rolle des Bewusstseins im kranken Menschen als wesentlichen Faktor für Heilungsvorgänge. Das ist nicht mehr vollständig mit dem alten Wissenschaftsparadigma verstehbar. Neben hohem Fachwissen profiliert sich diese Ausrichtung der Medizin durch eine hohe Beziehungsfähigkeit der Therapeuten. Die Arzt-Patienten-Beziehung ist bereits Teil des „Heilmittels“, und es wird immer der ganze Mensch in seinem Kranksein betrachtet. Sensitivität, Zuwendung und liebevolle Fürsorge sind ihre Kennzeichen. Sie ist salutogenetisch – nicht pathologisch – sowie Ressourcen-orientiert. Neben der organisch-materiellen Ebene beziehen die Body-Mind-Medizin und die vielen komplementärmedizinischen Ansätze oft auch energetische Konzepte wie Akupunktur, Homöopathie oder Osteopathie mit ein (Abb. 1).

Der Zulauf zu diesen Medizinrichtungen von Seiten der Patienten ist groß, denn hier fühlen sie sich eher als Mensch wahrgenommen und behandelt. Im Zentrum der Komplementärmedizin und Body-Mind-Medizin steht der Anspruch, den kranken Menschen und nicht nur eine von ihm abgetrennte Krankheit zu behandeln. Hier wird bewusst das subjektive Element – des Patienten, der Patien-

tin, aber auch des Arztes und der Ärztin – mit einbezogen. Arzt und Patient beziehen sich aufeinander, tauschen sich aus und begegnen sich in ihren unterschiedlichen Kompetenzen. Body-Mind verweist auf die Bedeutung des Bewusstseins auf die Entstehung von Krankheit und die Wiedergewinnung von Gesundheit.

Alle Erkenntnisse, die in den vergangenen Jahren durch die Placeboforschung oder Fachdisziplinen wie die Psychoneuroimmunologie oder die Neurowissenschaften zunehmend publiziert werden, belegen den Einfluss unserer tiefen Überzeugungen und Glaubenssätze in Heilungsprozessen [13]. Allein die Überzeugung „Das wird nichts mehr.“ – ob beim Patienten oder beim Arzt, ob ausgesprochen oder nicht – hat einen immensen Einfluss auf den Heilungsverlauf, der durch einen solchen Glaubenssatz unterminiert wird.

Der wissenschaftliche Beirat der Bundesärztekammer hat 2010 eine 150 Seiten umfassende „Stellungnahme zum Placebo in der Medizin“ veröffentlicht, die von der Bundesärztekammer als relevant bestätigt wurde. Darin heißt es: „Diese Stellungnahme des AK Placebo soll dazu beitragen, das Bewusstsein in der Ärzteschaft dafür zu schärfen, dass der Placeboeffekt bei jeder Behandlung, auch bei einer Standardtherapie auftritt. Deshalb empfiehlt die Arbeitsgruppe, Ärztinnen und Ärzten bereits in der Ausbildung sowie in der Fort- und Weiterbildung tiefere Kenntnisse der Placeboforschung zu vermitteln, um erwünschte Arzneimittelwirkungen zu maximieren, unerwünschte Wirkungen von Medikamenten zu verringern und Kosten im Gesundheitswesen zu sparen.“

Die Wirkung des Bewusstseins auf Materie ist nicht vollständig mit dem klassischen naturwissenschaftlichen Paradigma, auf das sich die konventionelle Medizin ausschließlich und nachdrücklich beruft, erklärbar. Trotz beeindruckender Evidenz in der Psychoneuroimmunologie, den Neurowissenschaften und der Placeboforschung leugnen große Teile der Mainstream-Medizin nach wie vor Phänomene wie die Selbstwirksamkeit und die Wirkung von Bewusstsein und Beziehung in der ärztlichen Kunst.

Integrale Medizin

Integrale Medizin meint die Erweiterung der konventionellen und Body-Mind-Medizin durch eine „integrale“, alle Ebenen des Seins – Körper, Affekt, Verstand und höheres Bewusstsein – umfassende Sichtweise und stützt sich auf ein integrales Menschenbild. Inspiriert durch die Arbeiten von Ken Wilber ist diese Sichtweise in den vergangenen zwanzig Jahren entstanden, beginnend in den USA und anschließend in Europa. Die integrale Theorie, integrale Weltsicht oder auch integrale Philosophie ist eine Theorie und Weltanschauung, die versucht, eine umfassende Sicht des Menschen und der Welt zu entwickeln, die natur-, human- und geisteswissenschaftliche Erkenntnisse und Theorien, prämoderne, moderne und postmoderne, östliche und westliche Weltsichten sowie wissenschaftliches Denken und spirituelle Einsichten vereint. Wichtige Vertreter dessen sind Aurobindo Ghose, Jean Gebser und Ken Wilber.

Gehen wir einen Schritt über das sinnvolle Zusammenklingen von Objektivität und Subjektivität hinaus, dann beginnt ein Bereich, den ich mit Faktor X bezeichnen möchte. Eine Medizin, die Faktor X als essenzielle Dimension mit einbezieht, könnten wir als Integrale Medizin bezeichnen, eine Medizin, die die transpersonale Dimension als wichtigste Quelle im Heilungsprozess versteht. Faktor X als eine Dimension, die die Wurzel von Heilung und Heilungsprozessen betrifft. Hier kommen wir in einem Bereich, der in Essenzen jenseits dessen angesiedelt ist, was wir rational verstehen können. Denn das Bewusstsein, aus dem heraus Heilung geschieht, ist weit größer als das Verstandesbewusstsein.

Faktor X mag etwas bezeichnen, was über uns als Person hinausgeht. Eine transpersonale Dimension, die in allen Lebensprozessen eine höhere Intelligenz des Lebens wahrnimmt. Heilungsprozesse sind also nicht nur abhängig von einer guten rational begründeten Therapie, nicht nur von einer guten Bewusstseinsverfassung und tragenden und mitfühlenden Arzt-Patienten-Beziehung, sondern all das kann nur wirken, weil in jedem Menschen

eine ihm innewohnende Heilkraft – ein Potenzial zur Wiederherstellung seiner Gesundheit – existiert. Das bringt uns als Ärztinnen und Ärzte in eine weitaus andere Position, denn unser ärztliches Handeln und Dasein richtet sich so in erster Linie darauf, den kranken Menschen in seinem eigenen Heilungsprozess nach Kräften zu unterstützen und zu begleiten.

Die grundlegende Verbundenheit mit allem, was ist, ist die Quelle des Heilungspotenzials. Diese grundlegende Verbundenheit ist Teil des neuen Wissenschaftsparadigmas, wie es sich aus der Quantenphilosophie und den Feldtheorien herleitet. Die Wirkung von Bewusstsein auf Materie, die mit dem Paradigma der klassischen Physik nicht mehr erklärbar ist, lässt sich im neuen Paradigma gut erklären und integrieren. Hier finden auch die Transzendenz von Raum und Zeit sowie medizinische Phänomene der Nonlokalität ihren Platz [3, 6, 10] (Abb. 1).

In einer Integralen Medizin findet sich Raum für die Spiritualität der Ärztinnen und Ärzte und die der Patienten sowie für die Fragen nach Sinn und Bedeutung. Etwas, das besonders in schwerwiegenden Erkrankungen und im Sterbeprozess an Bedeutung gewinnt. Dafür braucht es offene Ärzte – Ärzte, die eigene Erfahrung und spirituelle Praxis als Hintergrund in die Arzt-Patienten-Begegnung mitbringen können. Die Erfahrung einer tieferen zugrunde liegenden Verbundenheit im eigenen spirituellen Entwicklungsprozess führt zu immer weniger Trennung zwischen den kranken Menschen und ihren behandelnden Ärzten.

Jenseits der individuellen Strukturen, die uns durch die Raum-Zeit-Trennung zu voneinander getrennten Individuen macht, gibt es eine transzendente Ebene, auf der jeder Mensch, jede Zelle, jedes Atom mit allem und allen anderen verbunden ist [2]. Eine Verbundenheit, die uns zu einer vertieften Wahrnehmung des Gegenübers hilft, das eben nicht mehr gegenüber, sondern Teil von einem selbst ist. Die Liebe, die wir uns selbst schenken können, schenken wir dann ganz von allein dem „anderen“.

Lieben, im Sinne einer Liebe zum Menschen an sich, wird zu einer starken und

tragenden Säule in jeder Art von Beziehung. Ja, diese tiefe Verbundenheit mit allem beinhaltet natürlicherweise auch die Ungetrenntheit mit der Lebensquelle – wie auch immer sie genannt werden will. Religiös, abstrakt, atheistisch, philosophisch. Nur ist sie, die Quelle, eben in der Erfahrung der Verbundenheit kein abstraktes Konstrukt oder eine abstrakte Philosophie mehr, sondern eine Lebensentität. Die eigene Erfahrung darin als Ärztin oder Arzt gibt Rückbindung und ist eine große Ressource. Sie hilft, sich mit dieser Kraftquelle zu verbinden, die Dinge, die zu tun sind, in Liebe zu tun, und jedes Handeln und Begleiten in einen größeren Kontext zu stellen. Ein Kontext, der hilft, das, was wir selbst verantworten können, was wir selbst tun können, zu tun, und das, was über uns hinausreicht, einem größeren Ganzen zu übergeben (Abb. 2).

Wie lassen sich die Qualitäten einer heilsamen Persönlichkeit entwickeln?

Wie können wir Qualitäten einer heilsamen ärztlichen Persönlichkeit entwickeln, die einer in der Tiefe heilsamen Medizin gerecht wird?

An deutschen medizinischen Fakultäten wird die Bedeutung einer heilsamen ärztlichen Persönlichkeit immer noch weit unterschätzt, da das Verständnis der konventionellen Medizin vor allem materiell-organisch, mechanistisch und technisch ist. Dagegen belegen alle Erkenntnisse der modernen Forschung zum Placebo, zu den Neurowissenschaften, zur Psychoneuroimmunologie, zur ärztlichen Kommunikation, zu Achtsamkeit, Empathie und Meditation klar, dass für jede Arbeitsweise – ob konventionell, komplementär oder integral – das „wie“ eine große Rolle spielt. Die Verordnung eines Medikaments oder die Anwendung einer medizinischen Maßnahme wirkt meist deutlich besser, wenn sie mit Achtsamkeit und liebevoller Zuwendung geschieht. So wäre es ein Trugschluss zu glauben, dass die ärztliche Persönlichkeit nur in der Body-Mind-, der Komplementärmedizin oder der integralen Medizin eine Bedeutung hätte. Mit welcher Haltung, mit welcher

Zuwendung, Achtsamkeit und Liebe wir unsere ärztliche Tätigkeit verrichten, ist keine Frage von konventionell oder komplementär, keine Frage der medizinischen Methoden oder Fachrichtungen. Sie ist schlicht ein Gebot ärztlichen Verständnisses – ein sehr wirksames.

Für die Entwicklung einer heilsamen ärztlichen Persönlichkeit und damit einer solchen Arzt-Patienten-Beziehung braucht es die Möglichkeit der Selbsterkenntnis und Introspektion. Jeder Medizinstudierende sollte die Möglichkeit haben, sich innerhalb seines Studiums besser kennenzulernen und seine Persönlichkeitsanteile zu entwickeln. Diese Entwicklung vollzieht sich zum einem auf der personalen Ebene und zum anderen auf einer transpersonalen, spirituellen Erfahrungsebene.

Personale Selbsterkenntnis

Personale Selbsterkenntnis bedeutet, das eigene Ich besser kennenzulernen – die eigene emotionale und mentale Struktur. Jeder Mensch ist durch seine Lebenserfahrungen geprägt, am allerstärksten durch die frühkindlichen Erfahrungen. Wer früh unter Mangel an Liebe und Zuwendung gelitten hat, hat bereits als kleines Kind überlebenswichtige Strategien entwickelt, um zumindest einen Teil davon zu bekommen. So entwickeln sich beispielsweise Verhaltensmuster wie Leisten-Müssen oder Anpassung. Oder andere Menschen haben gelernt, z.B. Anerkennung und Liebe zu bekommen, wenn sie helfen. Das führt zu unbewussten, automatisierten Verhaltensmustern im weiteren Leben, die diejenigen unter ständigen inneren Druck setzen. In jeder Art von Beziehung ist es hilfreich zu wissen, welche Muster und Automatismen in einem wirken. Das Wissen darum ist die Eingangstür, solche Muster zu entkräften. Der Wahrnehmungsraum für sich selbst und die umgebende Wirklichkeit wird größer und „wirklicher“.

Im Zuge der personalen Selbsterkenntnis entsteht auch für zentrale Themen wie Selbstfürsorge, Selbstheilung und Selbstliebe mehr Raum und Möglichkeit. Die eigene Persönlichkeit steht auf einem immer stärkeren Fundament und die verfügbaren Ressourcen mehren sich.

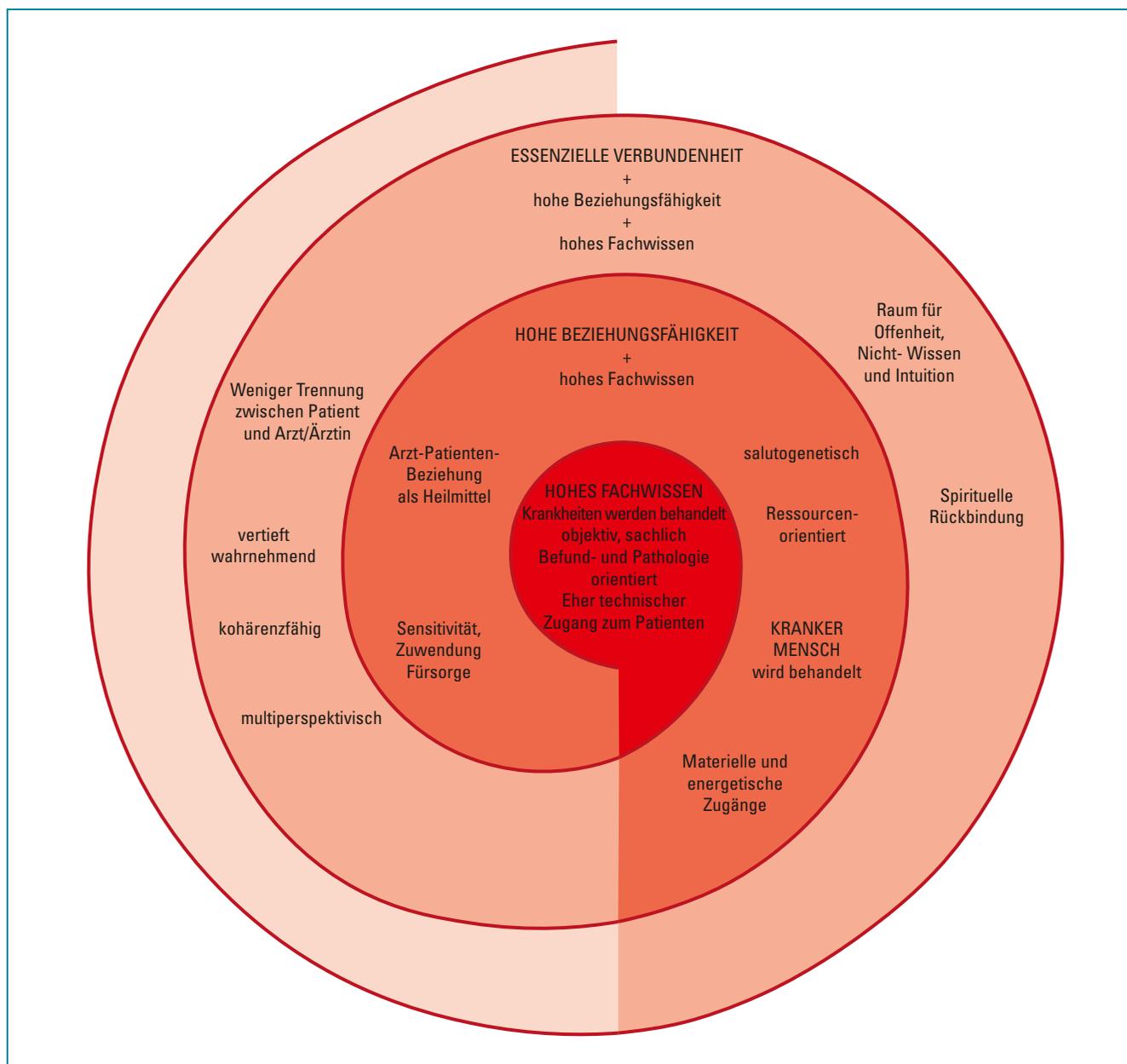


Abb. 2: Prämissen der ärztlichen Orientierung und Befähigung in der **konventionellen, Body-Mind-** und der **integralen Medizin**. Die Weiterentwicklung von konventionell über komplementär zu integral umfasst die jeweils vorangehenden Ansätze und erweitert sie. Die Entwicklung verläuft von „hohem Fachwissen“ über „hohe Beziehungsfähigkeit“ zu „essenzieller Verbundenheit“.

C.G. Jung spricht in diesem Zusammenhang von Individuation als dem Prozess, in dem wir uns auf der personalen Ebene erkennen und zuvor unbewusste Themen in unsere innere psychische Landschaft zu integrieren lernen [5]. Erst jetzt wird es möglich, zu unterscheiden zwischen den eigenen Themen und denen anderer, Projektionen zu erkennen und die eigenen zurückzunehmen, die eigenen Muster und Schattenaspekte in die eigene Verantwortung zu nehmen und sich so zu

einer mehr und mehr integrierten Persönlichkeit zu entwickeln. Der Mensch wird immer beziehungsfähiger. Eine Arzt-Patienten-Beziehung kann sich immer besser und heilsamer zwischen den Beteiligten gestalten (Abb.3).

Transpersonale Entwicklung

Nehmen wir noch Faktor X im Sinne einer integralen Medizin hinzu, so öffnet sich das Entwicklungsspektrum vom Persona-

len zum Transpersonalen. Während sich für die personale Entwicklung die Frage „Wer bin ich?“ auf die Erkenntnis der individuellen Persönlichkeit, der eigenen affektiven und mentalen Strukturen, Prägungen und Muster bezieht, stellt sich für die transpersonale Entwicklung die Frage „Wer bin ich jenseits davon?“ (Abb.3)

Das Spannende ist, dass sich das Ich in den eigenen engen Strukturen nicht selbst erkennen kann. Das, was erkennt, muss immer größer oder weiter sein als das,

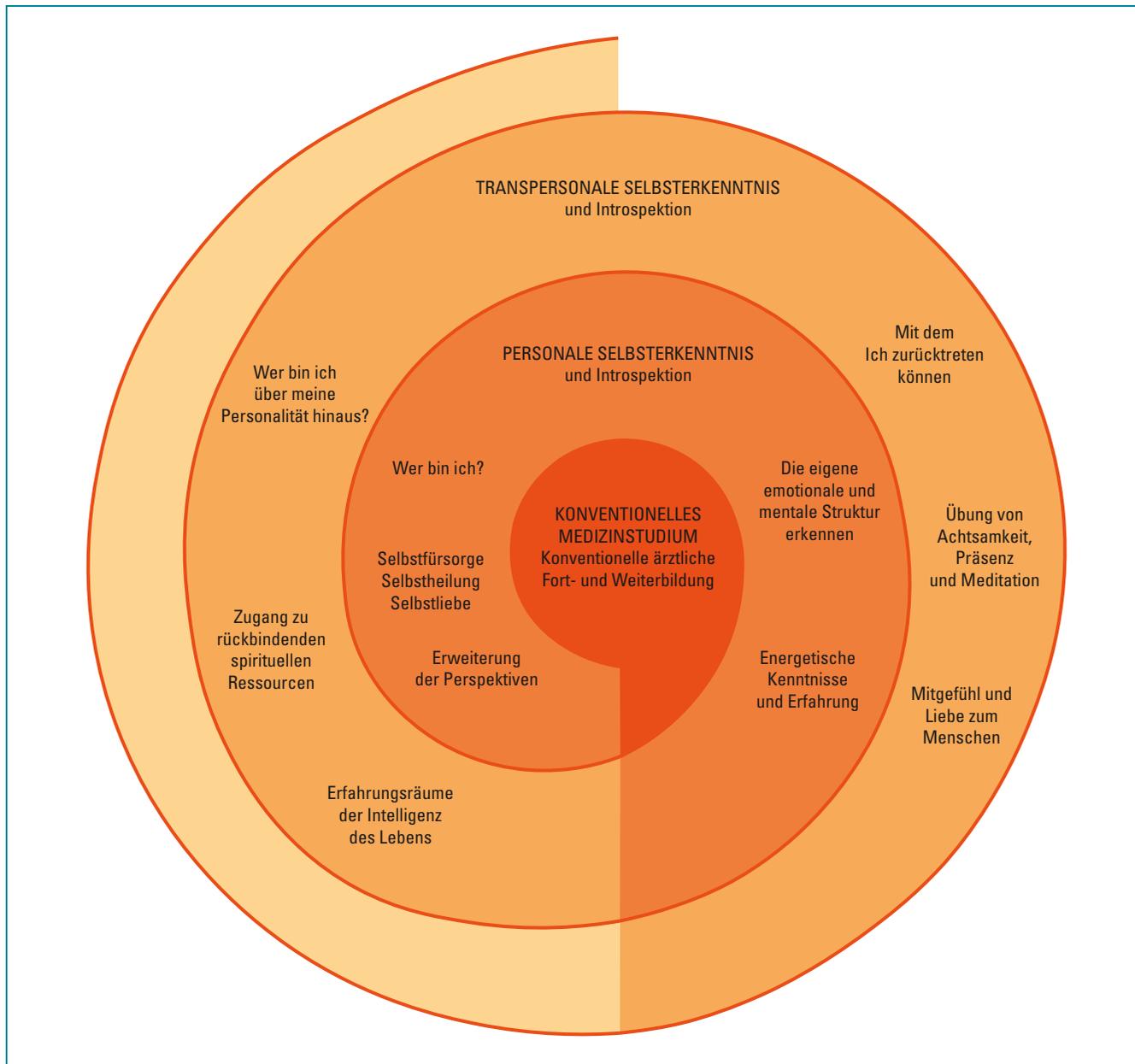


Abb. 3: Rahmenbedingungen und Lern- und Erfahrungsräume zur Entwicklung ärztlicher Qualitäten in der **konventionellen**, **Body-Mind**- und der **integralen Medizin**. Die Weiterentwicklung von konventionell über komplementär zu integral umfasst die jeweils vorangehenden Ansätze und erweitert sie. Die Entwicklung geht von der Vermittlung konventionellen Medizinwissens hin zur Ermöglichung personaler und transpersonaler Selbsterkenntnis.

was es erkennt. Manchmal erleben Menschen ganz spontan einen Zustand weiterer Erkenntnis oder eines weiteren Bewusstseins. Manche erfahren das beispielsweise als „Ich bin so weit wie das Firmament über mir“ oder als „Ich bin grenzenlos“ oder als „Ich bin eins mit allem“. Diese Erfahrungsräume müssen nicht dem Zufall überlassen werden, sondern sie können auch „geübt“ werden. Das wichtigste Werkzeug dazu haben die

spirituellen Traditionen weltweit und kulturübergreifend mit der Meditation entwickelt. Meditation nicht im Sinne von Entspannung, sondern Meditation als eine sehr wache und aktive Übung, die übliche Gedankenflut, der wir normalerweise unterliegen, zum Stillstand zu bringen. Gedanken korrelieren mit der Verstandesebene. Wird der Verstand für eine Weile still, dann öffnet sich dahinter ein weiterer Bewusstseinsraum, der zuvor durch die Ge-

dankenaktivität verdeckt war. Dieser Bewusstseinsraum geht über uns als individuelle Person, die sich gewöhnlich mit ihren physischen Grenzen, Gedanken und Emotionen identifiziert, weit hinaus.

Aus dieser Perspektive, die größer ist als unsere Denk- und Gefühlsmuster, größer als unsere Identifikation, können wir wie „von außen“ auf uns schauen. Auf unsere personalen Strukturen, aber auch auf unsere transpersonale Dimension, die wir

gleichfalls sind. Wir können hier von transpersonaler Selbsterkenntnis sprechen. Durch regelmäßige Meditation wächst die Fähigkeit, das ganz normale Leben auf der personalen Ebene und in Beziehungen wie der Arzt-Patienten-Beziehung zu leben und zu agieren, und gleichzeitig eine transpersonale Perspektive zur Verfügung zu haben. Das heißt auch, achtsamer und präsenter sein zu können, denn die egozentrierte Struktur unseres Denkens hat gelernt, auch schweigen und sich selbst transzendieren zu können.

Das Ich zurückstellen lernen

Hier öffnet sich eine wichtige Fähigkeit für den ärztlichen Beruf, die wir mit *Caring and Healing* zu praktizieren lernen. Erst durch die Erfahrung der eigenen Transpersonalität ist es möglich, in einer Arzt-Patienten-Beziehung das personale Ich zurückzustellen. Was bedeutet das? In einer ärztlichen Begegnung wird es möglich, sich mit den eigenen Voreinstellungen, Vorinformationen, den medizinischen Konzepten und dem eigenen Wissen, den eigenen Überzeugungen und Glaubenssätzen z.B. über Diagnose, Therapie und Prognosen zurückzustellen. Denn all das beeinflusst und begrenzt bereits den offenen Raum der Möglichkeiten. Jeder Gedanke, jedes gelernte Wissen, jedes Wort oder Symptom triggert im Arzt oder in der Ärztin gelernte diagnostische, prognostische und therapeutische Überlegungen, die nur wenig Raum jenseits des schon Bekannten lassen [9]. Vor allem wenig Raum, das Gegenüber ganz zu hören und wahrzunehmen. In der Regel sind wir durch unser ärztlich-professionelles Vorwissen in der Begegnung mit unseren Patienten bereits mit unseren Überlegungen und Strategien – also mit uns selbst – beschäftigt, bevor wir überhaupt wirklich in Kontakt mit ihnen gekommen sind und sie in *deren* Fragestellungen, Überzeugungen und *deren* Potenzial wahrgenommen haben.

Die Meditation – in *Caring and Healing* praktizieren wir eine bewusstseinsleerende Herzmeditation – öffnet auch unmittelbare Erfahrungsräume für die umfassende Intelligenz des Lebens. Die Lebensquelle zu erfahren, ist etwas anderes, als an ein

religiöses oder spirituelles Konstrukt zu glauben. Diese tiefste Quelle erfährt der Mensch immer auf seine eigene, einzigartige Weise – und sie lässt sich mit Worten nur unzulänglich umschreiben. Was auch immer an Intelligenz des Lebens erfahrbar ist, es entfaltet die Kraft der Rückbindung. Eine spirituelle Ressource – für uns als Ärztinnen und Ärzte selbst, wie auch für unsere Patientinnen und Patienten. Durch die spirituelle Praxis wird umfassende Verbundenheit zur eigenen Lebenserfahrung – auf einer tieferen, transpersonalen Ebene nicht getrennt voneinander, nicht getrennt von der Intelligenz des Lebens und nicht getrennt von seiner Quelle (Abb.3).

Die integrierten Aspekte der personalen und transpersonalen Selbsterkenntnis und die Erfahrung der umfassenden Verbundenheit mit allem bilden ein heilsames Fundament des ärztlichen Berufs – sind Berufung.

Caring and Healing – Entwicklung ärztlicher Kernkompetenz

Das Modellprojekt „*Caring and Healing* – Entwicklung ärztlicher Kernkompetenz“ hat sich das zur Aufgabe gesetzt. Viele, oft schon lang berufstätige Ärztinnen und Ärzte, mit denen ich gesprochen habe oder die bei mir in Ausbildung waren, haben über dieses Defizit der ärztlichen Ausbildung geklagt. Und ebenso viele Medizinstudierende haben mir von ihrer Enttäuschung berichtet, dass sie sich in der rein technisch-sachlich ausgerichteten Medizinausbildung nicht vorkommen sehen, und dass deshalb nicht wenige von ihnen noch während des Studiums der Medizin den Rücken kehren.

Caring and Healing ist studien- und berufsbegleitend für Medizinstudierende und bereits approbierte Ärztinnen und Ärzte ausgelegt. Beide Gruppen zusammen führen zu einer großen Bereicherung durch die unterschiedlichen Erfahrungshorizonte. Über ein ganzes Studienjahr werden Unterricht, Anleitung zu den Übungen und zur spirituellen Praxis in Präsenzzeiten in der vorlesungsfreien Zeit und während der Semesters als Online-Unterricht durchgeführt.

Inhaltlich geht es sowohl um die Entwicklung einer heilsamen ärztlichen Persönlichkeit (personal wie transpersonal) als auch um die Vermittlung von Kenntnissen medizinrelevanter Forschungsergebnisse, die noch selten an den Universitäten gelehrt werden. Die spirituelle Praxis wie Meditation und Präsenzübungen führen wie ein roter Faden durch das Studienjahr. Mit *Caring and Healing* öffnet sich ein Raum größerer Selbst- und Fremdwahrnehmung, von Achtsamkeit und liebevoller Zuwendung und Haltung.

Die Arbeitsweise von *Caring and Healing* ist erfahrungsbetont. Alle zu vermittelnden Inhalte werden auch in der Praxis erprobt. Es geht in erster Linie darum, dass Inhalte und Erfahrungen integriert und so verinnerlicht zu inneren Haltungen werden.

Eine wesentliche Kompetenz für den ärztlichen Beruf und den Umgang mit den kranken Menschen gilt es noch anzusprechen: das Nichtwissen. Einen offenen Raum zu halten, in dem wir uns erlauben, nicht zu wissen. Einen offenen Raum, in dem wir uns erlauben, das noch nicht Gewusste, noch nicht Bekannte in uns aufsteigen zu lassen. Manche sprechen da von Intuition. Eine Fähigkeit, das professionelle Wissen, das ja ohnehin nur passager und begrenzt ist, auch immer wieder loszulassen und sich für das, was wir noch nicht wissen, zu öffnen. Unser grandioses medizinisches Wissen ist nur ein Tropfen im grenzenlosen Ozean. Das kann uns als Ärzte und Ärztinnen demütig machen. Und in dieser Demut können wir lernen, den Menschen in Liebe zu dienen. In dieser Haltung geschieht manches Mal mehr, als wir für möglich gehalten hätten.

Autorenerklärung: Der Autor erklärt, dass keine finanziellen Interessenkonflikte im Zusammenhang mit diesem Beitrag bestehen.

online:

<http://dx.doi.org/10.1055/s-0042-120513>

Korrespondenzadresse

Dr. med. Klaus-Dieter Platsch
Föhrenstr. 35, 83125 Eggstätt
www.drplatsch.de
www.caringandhealing.de

Literatur

- [1] Gebser J. Ursprung und Gegenwart. 2. Aufl. Novalis; 1999
- [2] Hütter G, Spannbauser C, Hrsg. Connectedness – Warum wir ein neues Weltbild brauchen. Bern: Hans Huber; 2012
- [3] <http://nooshere.princeton.edu>
- [4] Jung CG. Grundwerk, Band 1. Olten: Walter; 1984
- [5] Jung CG. Grundwerk, Band 3. Olten: Walter; 1984
- [6] Levin J. Non Contact Therapeutic Touch. In: Levin J. God, Faith and Health. New York: John Wiley & Sons; 2001: 187 f.
- [7] Perth C. Moleküle der Gefühle. Körper, Geist und Emotionen. Reinbek: Rowohlt; 2001
- [8] Platsch KD. Das Heilende Feld. München: Knaur; 2013
- [9] Platsch KD. Was heilt – Die tieferen Dimensionen im Heilungsprozess. München: Knaur; 2009
- [10] Platsch KD. Non lokale Wirkung von Bewusstsein auf Zellen der Mundschleimhaut. In: Was heilt – Die tieferen Dimensionen im Heilungsprozess. München: Knaur; 2009: 170 f.

Summary

The development of a healing physician's personality is basic for successful physician-patient relations. Beyond all medical methods doctors can understand themselves as remedies. For the growth of authentic compassion and healing inner attitudes not only intellectual insight is necessary, but most of all the readiness to explore one's own personality. Personal and transpersonal self-awareness through introspection, methods of practice and meditation open up to a profound space of relationship, which supports the healing potential and the meaning giving resources of diseased people. Physical, emotional, mental and spiritual consciousness can be seen as part of an integral medicine supporting all these aspects in our patients. The university model project *Caring and Healing* offers a possibility to implement the development of the physician's personality and an integral medicine.

Keywords: Physicians personality, healthful physician-patient relations, personal self-awareness, transpersonal self-awareness, Integral Medicine, physician as remedy, open spiritual space of experience, meditation, compassion, essential connectedness, healing process supported by consciousness, *Caring and Healing*, university model project

- [11] Platsch KD. Die Medizin heilen – An der Schwelle einer neuen Gesundheitskultur. Bad Kötzting: Systemische Medizin; 2014
- [12] Wilber K. Das Wahre, Schöne, Gute: Geist und Kultur im 3. Jahrtausend. Berlin: Fischer; 2011

- [13] Wissenschaftlicher Beirat der Bundesärztekammer: Stellungnahme „Placebo in der Medizin“ vom 25.3.2010, Deutsches Ärzteblatt 2010;107(28–29):A 1417–A 1421 www.bundesaerztekammer.de/downloads/StellPlacebo2010.pdf