

LUST AUF GIPFELERLEBNISSE?

Haben Sie sich schon mal raufgequält, sind Sie auf halbem Weg umgekehrt? Ist der Proviant ausgegangen oder war die Ausrüstung unzureichend? Oder haben Sie es zusammen mit einem guten Kameraden doch geschafft?

Heilung ist wie ein Marsch auf den Berg der Gesundheit – eine große Herausforderung, viele Hindernisse, viele Chancen, sagt die Ganzheitsmedizin.

VON PATRICIA WINKLER-PAYER

„Holistische Medizin“ oder ihre deutschsprachige Variante „Ganzheitsmedizin“ ist heutzutage in aller Munde und vielfach werden ihr bestimmte, vor allem „alternative“ Therapieformen und –methoden zugerechnet und andere, vor allem schulmedizinische Behandlungsweisen, eher ausgeklammert. Dies geht aber am wesentlichen Gedanken der Ganzheitlichkeit – wie wir ihn zum Beispiel bei einem zukunftsweisenden Vordenker der Medizin, dem Naturforscher, Arzt und Philosophen Paracelsus finden – gänzlich vorbei.

„Holos“ heißt „ganz, alles umfassend, nichts ausschließend“. Eine Heilkunde, die diese Bezeichnung verdient, muss also einschließen, Zusammenhänge herstellen, im

modernen Sinne „vernetzt“ und analog denken, Beziehungen herstellen. Entscheidend sind die grundsätzliche Sicht von Krankheit und Gesundheit, das Menschen- und Weltbild, der prinzipielle therapeutische Zugang und die Einstellung und Haltung des Patienten selbst. Von ihnen hängt es ab, ob sich ein ganzheitlicher Weg zur Heilung ergeben kann.

Welche *Methoden* auf diesem Weg angewendet werden, ist von sekundärer Bedeutung. Denn nicht die Methode (ob z.B. mit Akupunktur, Homöopathie, Neuraltherapie oder schulmedizinischer Therapieform gearbeitet wird) entscheidet, ob wir von „Ganzheitsmedizin“ sprechen können, sondern das medizinische Denken, das ihr zugrunde liegt. So kann auch

einer schweren Nierenbeckenentzündung mit Antibiotika abgeholfen werden, deren Ursache zum Beispiel in einer psychosomatischen Krise erkannt wurde, ohne damit ein ganzheitliches Therapiekonzept zu verlassen. Andererseits kann aber eine Akupunkturbehandlung zum rein mechanischen „Punktestechen“ werden, ohne noch irgendetwas mit der ganzheitlichen chinesischen Medizin gemein zu haben.

In allen naturphilosophischen Strömungen wurde der Mensch als funktionelle Einheit verschiedener Ebenen betrachtet, die miteinander verbunden sind und sich gegenseitig positiv oder negativ beeinflussen können. Dieses Menschenbild ist heute sehr aktuell geworden und als Arbeitsmodell von großem praktischen Nutzen. Im Wesentli-



chen handelt es sich um 1. die **Körperebene**, 2. die **Vitalitätsebene** (oder energetische Ebene), 3. die **Gefühlsebene**, 4. die **mentale Ebene**, die zusammen eine in sich geschlossene **Persönlichkeit** (1-4) bilden und einen 5. **transpersonalen Faktor**, den C. G. Jung „**das Individuum**“, Dr. E. Bach „das höhere Selbst“ oder auch die unsterbliche Seele nennt (siehe Grafik rechts).

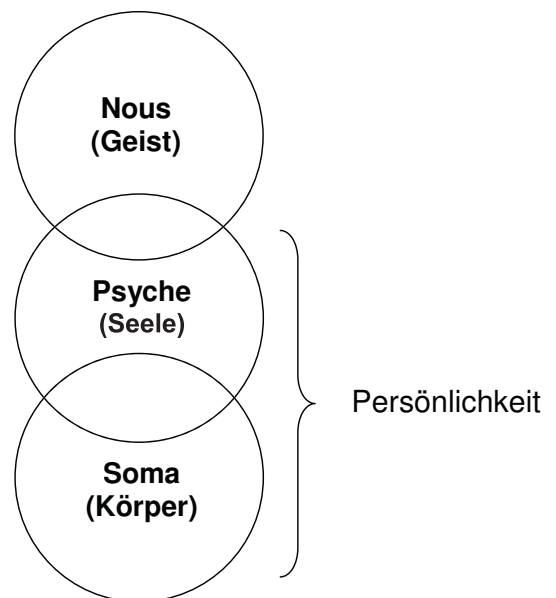
Wenn alle diese Ebenen zu ihrem Lebensrecht kommen, d.h. wenn sie sich „ihrer Natur gemäß“ entwickeln können, richtig gereinigt, ernährt und gefördert werden, ist der Mensch gesund. Er lebt mit sich selbst im Einklang „verwirklicht“ seine Anlagen und Fähigkeiten und lebt seiner eigenen Natur entsprechend. Ein Abweichen vom „richtigen Maß“ auf einer dieser Ebenen –

Menschenbild bei Bach:

Transpersonaler Faktor
Individuum, Höheres Selbst

Denk-Ebene
Gefühls-Ebene

Vital-Ebene
Körper-Ebene



seien es falsche Ernährung, Vitamin- und Spurenelementmangel, Belastung durch Umwelt- und Genussgifte, Medikamentenmissbrauch, Überforderung, Stress, Ängste, Sorgen, belastende Ereignisse auf

der Gefühlsebene oder negative Gedanken, etc. – zerstört das Gleichgewicht, die Harmonie. Es entsteht ein disharmonischer Zustand, der sich wiederum auf allen Ebenen, einschließlich des physischen Körpers,

Der Arzt hat die Rolle des „begleitenden“ (Dr. E. Bach) oder „liebvollen“ (Paracelsus) Freundes, der den Weg auf den Berg der Gesundheit (Dr. Ernst Kojer) kennt, den Schwierigkeitsgrad des Aufstiegs aus dem Tal der Krankheit vorschlägt und die Ausrüstung überwacht.



als gestörtes Wohlbefinden (= **Krankheit**) manifestieren kann.

Heilung wäre nun verbunden mit der Erkenntnis des Fehlverhaltens und mit einem Zurückfinden aus der Disharmonie in die Harmonie. Diese Definition stellt allerdings den höchsten Anspruch dar – denn sie bedingt eine aktive Auseinandersetzung des Patienten mit seiner Krankheit und das Übernehmen von Eigenverantwortung. Die Aufgabe des „Gesundmachens“ kann dann nicht mehr dem Arzt übertragen werden, sondern dieser kann den Patienten nur mehr stützen und ihm den Weg zur Gesundung aufzeigen, den der Patient aber selbst gehen muss. Der Arzt wird so zum Unterstützer der Selbstheilungskräfte im Menschen, zu deren Förderung ihm viele Wege offen stehen: von der Mithilfe bei der Beseitigung von Krankheitsherden, Bindegewebsblockaden, seelischen Blockaden, krankmachenden Gefühlen und Gedanken bis zur Hinführung zu einem individuell gesundheitsfördernden Lebensstil auf allen Ebenen. Besonders auch die Sinnebene, der religiös-spirituelle Bereich gehört mit zur **Ganzheit Mensch** und wurde und wird sowohl von modernen **ärztlichen Seelsorgern** als auch von den **Priesterärzten** der Antike immer mit einbezogen.

Krankheit wird auch nicht als ein willkürliches Geschehen oder als **Strafe** erachtet, sondern immer *sinnhaft* erlebt. In jedem Kranksein sieht man eine Information, eine Botschaft, einen **Anstoß zur Korrektur eines Fehlverhaltens** auf der körperlichen, psychischen, mentalen oder sozialen Ebene. Die Krise („crisis“, griech.: Wende) gilt immer als Chance auf Verbesserung.

Allerdings ist dieses Fehlverhalten im Körperlichen oft leichter einzusehen und zu akzeptieren als im psychisch – mentalen Bereich, den viele Kranke überhaupt gerne als Krankheitsursache ausklammern möchten. Denn ein Ansehen und Annehmen dieser Ursache bedeutet auch die Forderung, selbst etwas ändern zu müssen – auf allen Ebenen – und Verantwortung für die eigene Gesundheit zu übernehmen.

Dazu ein Spruch, den ich am Krankenbett eines Patienten einmal vorgefunden habe: Die Seele sagt zum Körper: „Er hört nicht auf mich.“ Darauf der Körper: „Na gut,

dann werde ich eben krank. Dann wird er Zeit haben auf Dich zu hören!“

Eine ganzheitliche Therapie soll den individuellen Möglichkeiten des Patienten auf jeder Ebene angepasst sein und darf den Kranken in ihrem Anspruch nicht überfordern. Er soll dort Hilfe und Unterstützung erlangen, wo er sie braucht und wo er sie auch sinnvoll annehmen kann.

Ein Kompromiss zwischen Forderung und Leistungsvermögen des Patienten sollte zu einer besseren Lebens- und Gesundheitsqualität führen und auch die volle Zustimmung des Kranken finden, weil nur so seine engagierte Mitarbeit als wichtiger Heilfaktor gegeben ist.

Ganzheitliche Heilung wird also zu einem gemeinsamen Weg von Arzt und Patient, einem Weg, der den Patienten von einem hilflos und passiv Leidenden zu einem aktiv und eigenverantwortlich Lernenden machen soll.

Der Arzt hat die Rolle des „begleitenden“ (Dr. E. Bach) oder „liebvollen“ (Paracelsus) Freundes, der den Weg auf den Berg **der Gesundheit** (Dr. Ernst Kojer) kennt, den Schwierigkeitsgrad des Aufstiegs aus dem Tal der Krankheit vorschlägt und die Ausrüstung überwacht. Er gibt als Heilkundiger Ratschläge und Hilfestellungen, doch auf den **Berg** hinaufklettern muss der Kranke selbst. Der „Berggipfel“ steht in diesem Gleichnis für den Zustand vollkommener Gesundheit, dem man sich mehr oder weniger annähern kann, der aber in dieser dem Wandel und dem Zyklus von Werden und Vergehen unterworfenen Welt nie ganz erreicht werden kann.

Und in besonderen Momenten stehen wir als Ärzte selbst bescheiden vor dem großen Rätsel des LEBENS, das sich im Leben in dem uns vertrauten Körper ausdrückt oder im Leben in feinstofflichen Körpern – ein Zustand den wir üblicherweise „Tod“ nennen. Wenn wir den Menschen als Seele sehen, die im „Fahrzeug des Körpers“ auf ihrer Lebensreise unterwegs ist, dann muss eine „unheilbare“ Krankheit kein Scheitern bedeuten, sondern kann durch die Bewusstseinschritte, die der leidende Mensch macht, zu einem größeren Heilwerden in sich selbst und meistens auch zu ganz wesentlichen Erfahrungs-

Der ganzheitlich denkende Patient wird sein Schicksal selbst in die Hand nehmen und in der Krankheit eine Chance für die notwendige Veränderung sehen.

schritten der Menschen in seinem Umfeld führen.

Für den Arzt gilt auch eine Forderung, die Paracelsus ausspricht: **„Wer heilen will, muss zunächst sich selbst heilen!“** Er soll selbst dem Heilwerden, der eigenen Harmonie, näher gekommen sein und die Selbsterkenntnis als Hilfe für das Erkennen des Anderen einsetzen. Was immer ihm an Möglichkeiten zur Verfügung steht, wird er hier einsetzen: Psychologie, Typenlehre, Menschenbilder aus Homöopathie und Bach-Blütentherapie, chinesische Elementelehre, Antlitz- und Irisdiagnose, astrologische Psychologie, bioenergetische Tests, Organsprache, analoges Denken und nicht zuletzt seine eigene Intuition. Denn dieses Erkennen des kranken Menschen geht über die körperliche Symptomatik weit hinaus und umfasst vor allem auch die psychischen und geistigen Dimensionen.

Ebenso gilt die Vielfalt der möglichen Heilung fördernden Maßnahmen – von chirurgischen und physikalischen Therapien, Diätetik, mineralischen, pflanzlichen Wirkstoffen, energetischen Einflüssen der Akupunktur oder des Laserlichtes, der Schwingungsheilung durch Bach-Blüten, homöopathische Arzneien, Aroma-, Farb-, Klangtherapie bis hin zu psychotherapeutischen und spirituellen Heilweisen ...

Wesentlich ist, dass das Individuum Mensch in seiner Körper-Psyche-Geist-Einheit Grundlage für die Auswahl der Therapie ist, und nicht ein Krankheitssymptom allein, sei es auch mit einer „alternativen“ Therapieform, behandelt wird.

Eine umfassende ganzheitliche Medizin sollte den Bogen spannen von der moder-



nen, wissenschaftlichen Medizin zu den Erkenntnissen der traditionellen Heilweisen und als **NEUE MEDIZIN** das Beste von Vergangenheit und Gegenwart in sich vereinen.

Dieses Zusammenführen unterschiedlicher Systeme verlangt nach einem ebenso umfassenden stimmigen Welt- und Menschenbild, das die Integration der verschiedenen Denk- und Therapieansätze überhaupt erst möglich macht.

Der **ganzheitlich denkende Patient** wird sein Schicksal selbst in die Hand nehmen und in der Krankheit eine Chance für die notwendige Veränderung sehen.

Der **ganzheitlich denkende Arzt** wird mit Paracelsus wissen, dass er allein nicht heilen kann, sondern dass durch seine Unterstützung die Selbstheilungskräfte im Menschen angeregt werden und Heilung gefördert wird. Vor allem dann, wenn seine Haltung dem Kranken gegenüber von Empathie geprägt ist und getragen wird von dem, was Paracelsus für die größte aller Arzneien gehalten hat: von der **LIEBE**.

Der Heilende und der Heilung Suchende – beide aktive, verantwortungsbewusste, handlungsfähige Menschen, beide auf der Suche nach einem besseren Verständnis der eigenen Natur, nach Lebenssinn und Lebensaufgabe, nach Harmonie, Gesundheit und Glück – werden die **NEUE** und zugleich überzeitlich archaische **HEILKUNST** des dritten Jahrtausends gemeinsam tragen.

Dr. Patricia Winkler-Payer, IntegraMed Heilkunde-Zentrum (Institut Seraphis – für eine neue Medizin in Klagenfurt). □