

Kultivierung unserer Berufung als Heiler

Auf dem 40. TCM-Kongress in Rothenburg im Mai 2009 hielt Jeffrey C. Yuen, New York, einen Vortrag über den Umgang mit unserer Berufung als Heilkundige sowie die Bedeutung von Gesundheit und Krankheit.

Immer wieder schlossen sich in den Rothenburger Vorträgen die Kreise, sobald der Begriff der geistigen Welten, Shen, thematisiert wurde. Die Kernaussagen hallten mehrfach in mehreren Vorträgen von verschiedenen Dozenten wider, sei es bei Josef Weber-Bluhms (D) Weg zum Herzen über die Lebensachse; sei es Liu Lihongs (CN) Auseinandersetzung mit der Schlüsselrolle der Emotionen mit (Spontan-)Heilung; sei es Elisa Rossi (IT) über psychische Erkrankungen im Kontext der geistigen Welten, Shen; oder Heiner Frühaufs (USA) Symbolanalyse zu den Tiefenaspekten der Aku-Punkt-Funktionen. Nicht zuletzt finden sich immer wieder Parallelen und Ergänzungen zum zweiten Vortrag von Jeffrey C. Yuen mit dem Thema „Manifestationen des Shen“.

Auch wenn der daoistische Priester und weltweit bekannte Dozent für Chinesische Medizin sein Thema vor dem daoistischen Hintergrund der chinesischen Medizin darstellte, sind seine Aussagen und Aufforderungen für alle Therapeuten unabhängig der Fachrichtung von grosser Relevanz. Dieser Artikel will die Aufforderung an uns alle, die wir therapeutisch tätig sind, zur Erinnerung festhalten. Es ist die Aufforderung von Jeffrey C. Yuen, uns immer wieder mit uns und unserer Rolle als Behandler auseinander zu setzen im Kontext von Gesundheit und Krankheit, in der Beziehung zwischen Patient zu Therapeut.

„Der Therapeut sollte die Pfade des Himmels und der Erde gut kennen, die Bewegungen des menschlichen Geistes verstehen und die Tiefe der Natur erkannt haben. Dann wird er das Dao begreifen.“ (SuWen, Kap. 75)

Einführung in den Begriff der „Kultivierung unserer Berufung als Heiler“

Der Begriff der Kultivierung unseres Selbst fordert an sich nicht nur Therapeuten, sondern Jeden auf, an sich zu arbeiten, sich weiter zu entwickeln. Unterschiedlich ist jedoch das Niveau, auf dem die Entwicklung gefordert wird. Grundbedingung ist Disziplin, verbunden mit Zeit und Muse zur Achtsamkeit unseres Selbstverständnisses. Die Anleitung zur Kultivierung kann nicht einfach so vermittelt werden, sondern die Unterweisung ist eher eine Aufforderung zur Bewertung und Plausibilitätsprüfung, bzw. Beobachtungen zur „Selbst-Hilfe“.

Die Grundlage aller Aspekte menschlichen Bemühens ist eine strotzende Gesundheit. Aus der Gesundheit heraus eröffnen sich uns alle Möglichkeiten und Aktivitäten des Lebens.

Die Berufung als Heiler ist eine Gnade für sich und andere. Es ist die Chance durch Krankheit zu lernen, und die Bedeutung zu erfahren, die hinter der Krankheit verborgen ist.

Paradigmen der Heilung

I. Was begründet Heilung und bedeutet Heilmethodik?

Die allgemein bekannten Begriffsdefinitionen über Heilung umfassen Worte wie Kurieren, Wiederherstellen, Wandlung, inneren Frieden, Ganz-Werdung, Akzeptanz, Rückkehr zur bisherigen, gewohnten Normalität. Heilung wird auch als kontinuierlich verlaufenden Prozess statt einem Endresultat verstanden. Auch gibt es die Auffassung, dass Heilung wohl nicht erfolgt sei, wenn eine Verschlechterung eintritt. Kranksein wird ebenso als Aufforderung beschrieben, uns mit Kräften auseinanderzusetzen, die uns zwar fremd sind, uns aber dennoch zur Übernahme von Verantwortung für unseren Zustand auffordern.

Heilmethoden reflektieren jeweils Modelle aus Ätiologie, Pathologie¹, und Prognose. Dies ist die Basis der Behandlung². Viele der „Systeme“ halten sich für objektiv in ihrem Glauben an „Wahrheit“ (ob

¹ Pathologie beinhaltet im Allgemeinen den Kampf/Widerstand zwischen Gastgeber (Zhu) und Gast (Ke), im Sinne des Immunsystems, das mit einem pathogenen Faktor ringt. Hierbei besteht ein dauerhaftes Bedürfnis nach Balance (d.h. Homöostase), incl. der Kontrolle von potentiellen Pathogenen (Gästen), die eindringen und den Gastgeber stören.

Ätiologie muss dabei nicht materielle Substanz sein, denn Qi ist gleichzeitig Form und Funktion (analog Licht mit seiner Welle-Teilchen-Dualität). J. Yuen betont, dass wir nicht die physische Welt als die alleinige Quelle unserer Realität annehmen sollen.

² Behandlung erfolgt meist durch Hilfsmittel, weniger durch das Selbst. Jeffrey C. Yuen betont an dieser Stelle allerdings, dass unabhängig von der Art des Heilmittels, dieses immer individualisiert an den Patienten gegeben werden sollte!

konventionell oder alternativ). Der Patient kann dabei gerne auch ausserhalb des Systems bleiben (ZhuDanXi, die Suche nach einem Etikett, Muster, etc). Das Objektive neigt dazu, das am meisten Wahrnehmbare, Konkrete zu sein, überprüfbar durch „Realitäts-Checks“. Es ist eine Suche (Sucht?) nach konkreter Ursache und greifbarem Heilmittel. Manchmal ist allerdings weniger der Patient das Problem, sondern das „System“ selbst gehört für ungültig erklärt – das System an sich ist damit kein bestimmender Faktor für Heilung!

Systeme setzen verschiedene Stufen des Ungleichgewichtes fest, wodurch die Priorität der Behandlung festgelegt wird. Grundlegende Dysfunktionen spiegeln fundamentale Herausforderungen (oder anders ausgedrückt: Einladungen zur Veränderung) an die Grundfunktionen des Lebens wider vom blanken Überleben über die Interaktion zur Differentiation. Interaktion meint das Knüpfen von Beziehungen zu anderen als eine Grundbedingung für Lebensqualität. Zusammen mit (kindlicher) Aufgeschlossenheit und Unvoreingenommenheit spinnt sich der rote Faden zur Abgrenzung, der Differentiation. Krankheit kann der Versuch sein, Intimität zu erreichen, um erkannt oder gehört zu werden. Zusätzlich kann sich Krankheit auch bilden als Wunsch nach Erlösung aus einem Leben voller moralischer Verpflichtungen.

Das Äussere (Physis) passt sich durch Adaption an. Das Innere (Gefühlswelt/Verstand) reagiert durch Auswahl. Die Konstitution (Bestimmung/Bedeutung/Schicksal) sieht den Körper als Vehikel für das Dao (oder wie auch immer zu nennen). Die Bedeutung des Körpers liegt darin, als Instrument für das innere Sein gepflegt zu werden, statt als Hindernis empfunden zu werden, das isoliert, gemartert, ausgehungert, kurz gehalten werden muss.

Die Fragen, die sich somit an alle Medizinsysteme stellen, lauten u.a.:

Was bedeutet also „wahre“ Medizin?

Kann Heilung trotzdem erfolgen, wenn keine „wirkliche“ Medizin ausgeübt wird?

Auf die orientalische Medizin bezogen:

Wieweit ist östliche Medizin also „wirklich“ Medizin?

(Und lassen sich Leitbahnen standardisieren? Was passiert beim Akupunktieren? Wie wichtig ist Deqi?)

II. Konstruktion des Mythos Krankheit

Zuerst stellt sich die Frage, wie kann Heilfähigkeit überhaupt überprüft werden? Ausgehend von (vermeintlichen) Tatsachen wird normiert und standardisiert. Es wird der Anschein einer Realität kreiert, wobei diese durch Statistiken und Erwartungen zur selbsterfüllenden Prophezeiung werden kann. Den statistischen Studien, die auf klinischen Fällen beruhen, fehlt grundsätzlich die Kontrollgruppe von Personen, die nicht an dieser Erkrankung oder von der Symptomatik betroffen sind. Ausserdem geben medizinische Erhebungen zwar Informationen über einen Zustand einer statistischen Kontrollgruppe, aber sie spiegeln nicht die betroffenen Einzelindividuen wider. Sicherlich ist interessant, was solche Statistiken und Studien ergeben. Viel spannender ist jedoch, was sich alles hinter ihnen verbirgt!

Zweitens kommt die Frage auf, woher kommt Heilung? Stammt sie aus dem Therapeuten, oder hat er an sich keinen Einfluss, oder sogar beides? Das SuWen, Kap.14, spricht von der Bedeutung der Resonanz (Kan-Ying): „Ein guter Heiler wird sich nicht nur auf sein Wissen und seine Fähigkeiten verlassen. Er muss über Integrität, Mitgefühl, und Aufrichtigkeit als verantwortungsbewusster Therapeut verfügen. Kommt es zur Resonanz zwischen Patient und Therapeut, wird die Krankheit verschwinden.“

D.h., der Therapeut sollte auch die Ehrlichkeit haben, zu sagen, wenn er nicht daran glauben kann zu helfen. Gleichzeitig ist aber auch wichtig, diesen Mechanismus in sich selbst zu durchschauen. Es handelt sich um eine grundlegende Beschränkung durch das eigene Glaubenssystem. Vielleicht hat der Therapeut in der Vergangenheit bereits die Erfahrung gemacht, dass in einem ähnlichen Fall seine Therapie versagt hat. Nun hält er an dem einschränkenden Glaubenssatz fest, statt offen zu bleiben für die Möglichkeit des Heilens, die sich immer wieder neu und individuell bietet.

Der Patient hingegen muss auch bereit sein, die eigene Macht und Verantwortung zu bekräftigen, statt sich nur der Krankheit zu ergeben und zu akzeptieren. Und nicht zuletzt wird auch von seiner Seite Offenheit benötigt, um alle Möglichkeiten zulassen zu können, statt sich durch Erwartung, Ablehnung, Resignation zu verweigern. So steht im SuWen, Kap.11: „Glaubt ein Patient nicht an seine Heilung, spielt keine Rolle, was ein Therapeut macht – der Patient wird nicht genesen. Alle Heilung muss aus dem Patienten entstehen.“ Das bedeutet, der Patient trägt die Verantwortung für seine Heilung in sich selbst durch seine Handlungen, Akzeptanz und seine Glaubenssätze. Im vorhergegangenen Vortrag betonte Jeffrey C. Yuen, es gäbe keine Krankheit, die nicht geheilt werden könne, sondern nur Menschen, die unheilbar seien.

Symptomatik sollte als Antwort und Reaktion angesehen werden, weniger als Pathologie. Ein Bedürfnis, ein Verlangen, ist unerfüllt oder wird auf diese Art zur „Quasi-Erfüllung“ gebracht. Stagnationen entstehen aus Mangel oder mit umgekehrtem Mechanismus aus einer pathologischen Reaktion als Kompensation. Es ist hierbei wichtig zu verstehen, dass nicht alle Symptome und Erscheinungen direkt mit der Erkrankung zusammenhängen.

III. Die Rolle des Heilers

Aus dem Schamanen (Wu) entwickelte sich im Laufe der Menschheitsgeschichte der Lehrer (Fang Shi). Jedoch benannte damals noch der Patient, was verändert werden sollte. Der Schamane war Vermittler. Im Laufe der Entwicklung entstand dann der eigentliche Therapeut (Yi). Somit wurde aus dem ursprünglichen Zeugen, als den sich der Schamane sieht, erst ein Instruktor. Ein Schamane kann vielleicht nicht erklären, warum er etwas macht, aber er weiss intuitiv, warum er bestimmte Dinge tut. Je erfahrener er ist, desto besser kann er erklären, er wird zum Lehrer. Später wurde aus dem Heiler sogar mehr und mehr ein Erlöser, ein Messias, der exakt weiss, was der Patient zu brauchen hat. Der Patient wird so zum hilflosen Ignoranten degradiert und der Therapeut zum Experten hochstilisiert. Somit hat sich die Rolle des Heilers im Laufe der Zeit stark verändert, vom Anstifter über den Diktator bis hin zum co-schöpferischem „Gott in Weiss“. Die heutige Gesellschaft lebt oft in dem Glauben, je mehr Wissen ein Therapeut angehäuft hat, desto kompetenter ist er als Heilkundiger (Der beste Therapeut ist also derjenige, der die Spitzenposition in irgendeinem wissenschaftlichen Ranking anführt?).

Ist es nicht aber auch so, dass je mehr gelernt und Wissen gesammelt wird, desto mehr Konfusion entstehen kann? Und viel wichtiger: es entsteht ein Riesenverlust in der Bereitschaft, das Unerwartete zuzulassen! Wem oder was will ich Glauben schenken? Jeffrey C. Yuen betont an dieser Stelle, wie wichtig es ist, zu ehren, was man glaubt. Denn Wissen kann weitergegeben werden, Erfahrung hingegen nicht.

Ein weiterer wichtiger Punkt ist die eigene Beobachtung der Beziehung zwischen Patient und Behandler. Es gilt, ebenso die Reaktionen der Patienten auf deren Erkrankung wahrzunehmen, wie die Ehrlichkeit, die eigenen Reaktionen auf diese zu erkennen. Die Reaktion des Patienten löst eine Kettenreaktion in seinem Umfeld aus, zu dem auch der Therapeut gehört. Hier gilt die eigenen Grenzen zu erkennen, durch Mitgefühl, Gereiztheit, Ungeduld etc. Es ist wichtig zu klären, welche Aufgaben beide, Behandler und Patient, für diese Krankheit geschaffen haben. Viel wichtiger ist aber noch herauszufinden, wie weit beide bereit sind, diese Aufgaben zu verändern oder an diesen Rollen festzukleben.

Das Konzept des Mitgefühls (Ren) ist verankert in den Heilmethoden, in denen der Therapeut mehr mit dem Individuum arbeitet, als sich nur für den Zustand eines Patienten zu interessieren. Statt dessen behandelt er das Individuum mit seinem Zustand. Das Leiden zu anzunehmen ist eine Konstante der Menschlichkeit, denn Leiden (und z.B. Sterben) gehört untrennbar zum Leben dazu. Die Intensität des Leidens ist individuell, und die Absichtlichkeit des Leidens ist Gegenstand der Unterweisung. Dein Leiden ist mein Leiden, verbunden mit dem Bemühen zu trösten oder zu lindern. Dem Behandler wird es möglicherweise schwerfallen, Veränderungen in den Patienten zu erreichen, wenn er selbst eine solche harte Zeit des Leidens durchlebt hat und seine Distanz schwerfällt.

Die Bedeutung von Krankheit

I. Krankheit ist Teil des Lebens.

Jeder wird krank, wie auch jeder unter Krankheit leidet. Nur in Verbindung mit Krankheit ist Leiden als normal anzusehen. Und letztendlich stirbt jeder. Das sind natürliche Aspekte des Lebens. Die Intensität des Leidens ist jedoch sehr individuell.

Krankheit ist eine Chance zu lernen. Wenn alles im Leben in Balance wäre und wunderbar glatt verlief, wozu sollte dann Reinkarnation dienen? Die Störung unseres Gleichgewichtes gibt uns die Gelegenheit andere oder neue Impulse in unser Leben zu bringen; Dinge zu tun, die wir sonst niemals gemacht hätten; die uns neue Einsichten in verschiedene Perspektiven und Ziele gestatten. Wenn wir erkranken, werden wir achtsamer, aufmerksamer. Wir werden zwar mit unseren individuellen Lebensthemen geboren, haben aber stets die Wahl, was wir daraus machen, wie wir unser Leben gestalten. Krankheit ruft zur Wachsamkeit und Introspektion auf: wahrzunehmen, was z.B. in unserem Leben nicht mehr funktioniert (Stagnation); wie frei wir sind (Leber-Qi); wie es um unsere Ziele und Pläne steht (Leber-Qi); wie ernsthaft ich lebe (Lungen-Qi); wo wir uns unserem Leben entgegen stellen (Rebellierendes Qi); welche Grenzen wir uns setzen (Milz-Qi); und wie sehr wir unser jetziges Leben (Herz-Qi) mögen. In diesem Sinne kann der Kontrollzyklus der

WuXing weniger als Beschreibung von Pathologie verstanden werden, sondern als Beschreibung der Herausforderungen des Lebens dienen, von denen zu lernen gilt.

II. Symptome und Muster

Eradikation von Symptomen und Erscheinungen wird in unserer modernen Welt als Therapie eingesetzt. Unter Berücksichtigung, dass Symptomatik ein Kompensationsmechanismus sein kann, ist hierbei jedoch Vorsicht angesagt! Es ist ein Zuwenden zu den Symptomen, - statt die eigentliche Manifestation zu eliminieren durch Aufdecken der Dinge, die gemieden und unterdrückt wurden (Bsp. gegenläufiges Qi).

Der Prozess der Erkrankung beginnt mit dem Wissen von etwas Problematischem, das den normalen Fluss des Qi, des Lebens unterbricht. Dann schrillen die Alarmglocken nach Behandlung/Intervention/Lösung, um wieder die Kontrolle und die Macht über das eigene Leben zu erlangen. Das Erinnerungsvermögen informiert über ähnliche Situationen und deren frühere Lösungen und fordert zur Wiederholung auf. Ohne diese Erinnerung bleibt nur, eine neue Richtung einzuschlagen und auszuprobieren, oder Unterstützung von Aussen zu holen. Breitet sich nun ein Problem aus, chronifiziert sich, flammt wiederholt auf, führt dies zu Frustration über den Kontrollverlust. Es zehrt am Bewusstsein und je nach Intensität erzeugt es Angst, Ärger, etc. Betrifft ein Problem nicht nur uns allein, sondern auch unsere Umgebung, werden wir uns der Verflechtung und Abhängigkeit der zwischenmenschlichen Beziehungen bewusst. So stellt ein Problem den Weg nach Innen zum inneren Dialog her.

III. Das Konzept der Veränderung

In der Krankheit liegt also das Potential zur Veränderung .Was muss ich (in mir) verändern, um Heilung zu ermöglichen? Aus der Geisteshaltung, die in die Krankheit hineingeführt hat, können wir keine Lösung erwarten. Wir müssen unser Bewusstsein verändern, bevor sich unser Leben und resultierend unsere Krankheit verändern.

Der Mensch, symbolisiert durch das Zeichen Ren im Chinesischen stellt den Menschen dar, wie er mit gebeugtem Kopf den ersten Schritt in die Welt macht. Bei diesem Hinausstolpern ins Leben entdeckt er demütig, wie gross doch die weite Welt um ihn herum ist. Der Mensch als Verbindung zwischen Himmel und Erde steht in stetigem Dialog mit dem Himmel in sich selbst. Daher brauche ich mich nur selbst zu verändern, um den Himmel zu verändern. Dann kann ich die unendlichen Möglichkeiten leben, die der Himmel in mir durch mich auf die Erde bringt.

Der Begriff des Windes in der daoistischen Medizin ist ein Synonym für Veränderung. Wind provoziert die Herausforderung unsere Fähigkeiten anzupassen, neu auszurichten. Gemäss dem SuWen ist Wind mehr als nur ein Klimafaktor, dem wir ausgesetzt sind, und der die Fähigkeit zur Adaption an klimatische Bedingungen verringert. Wind bedeutet immer Veränderung. Die Unfähigkeit, sich zu verändern, bedeutet, dass wir selbst ins Ungleichgewicht kommen, Disharmonie und letztlich Krankheit entsteht. Der Satz aus dem SuWen, dass Wind die Ursache der 100 Krankheiten sei, bzw. die Wurzel von pathogenen Prozessen im Körper, bedeutet nach Jeffrey C. Yuen vielmehr, dass die eigentliche Ursache aller Krankheit die Unfähigkeit ist sich zu wandeln! Eine Veränderung im Bewusstseinszustand verändert auch die Körperlichkeit. Um Gefühle zu verändern, reicht es die Wahrnehmung zu verändern.

IV. Die Wichtigkeit der Zeit

Heilung geschieht im Jetzt. Trotz aller medizinischen Erfahrungsgeschichte kann Heilung spontan erfolgen und benötigt nicht unbedingt lange Zeit oder halbherzige Ansätze zur Besserung.

Entscheidend ist jedoch die Bereitschaft, Zukunft und Vergangenheit gehen zu lassen. Dies geschieht durch den Prozess des Verzeihens, anderen und uns selbst vergeben, um frei zu werden. Opfer zu sein, heisst nicht verzeihen zu können. Dieses Freilassen geschieht aber nur dann, wenn die Portale sich öffnen, in der Regel begleitet von körperlichen Ausscheidungen und emotionalem Ausdruck, weinen, schreien, etc. Nur daran zu denken, reicht allein nicht. Das Gehenlassen einer Sache schenkt Disziplin, um weitere folgen zu lassen.

Stagnation kennt keine Zeit. So können Qi-Ansammlungen auf physischen und mentalen Verletzungen in der Kindheit beruhen, sowie auf Enttäuschungen der Vergangenheit. Emotionen werden nur dann „negativ“, wenn sie nicht frei und angemessen zum Ausdruck kommen.

V. Einfluss von Gesellschaft und Kultur

Die erste Stabilität und Verankerung finden wir in unserer Familie. Die Anerkennung der Familie ist aus diesem Grund von hoher Bedeutung. Folgen wir nicht den Erwartungen der Familie, der Gesellschaft, und unseren eigenen, erzeugt das Separation und Stress. Es kommt zu Sorge, dass die Krankheit die Einschätzung von anderen mindert, die uns damit weniger kompetent, weniger leistungsstark, weniger präsent wahrnehmen.

Die familiäre und gesellschaftliche Einschätzung kann zu völliger Verzerrung der eigenen Identität führen. Beruf, Familie, Aktivitäten, Gewohnheiten sind alles nur Möglichkeiten zur Darstellung nach Aussen. Eine Veränderung dieser Möglichkeiten führt jedoch nicht zwingend zur Veränderung der persönlichen Identität. Das Leben ist eine unendliche Auswahl aus einer Serie von Optionen für zu machende Erfahrungen. Es ist nur ein Glaube, dass andere Möglichkeiten verwehrt wären. Dies erzeugt eine erstarrte Haltung, z.B. im Sinne eines Bi-Syndromes, indem eine Emotion von allen anderen abgeschnitten wird.

Die Einbettung in eine Gruppe kann sowohl Unterstützung bedeuten, genauso aber auch Behinderung. Vertraulichkeit ist einerseits Voraussetzung für Heilung. Die vertrauensvolle Abhängigkeit von anderen, wie z.B. Führungspersönlichkeiten, Lehrern, Gurus, kann den Heilungsprozess aber ebenso behindern. Wird von diesen die Krankheit oder das Gesundwerden unterstützt? Welche Information wird an den Patienten weitergegeben?

Krankheit wird häufig auch vom gesellschaftlichen Hintergrund als Sühne und Strafe für Fehlverhalten und Sünden angesehen. Der Patient empfindet oft genug Scham und Schuldgefühle. Die Verurteilung durch ethische und religiöse Autoritäten, aber auch denjenigen, denen wir es recht machen wollen wie Eltern, Lehrer, Gott, provozieren Hilflosigkeit und Machtlosigkeit. Die grosse Frage an den Patienten lautet daher: „Können Sie die Gnade der Heilung JETZT annehmen?“

Erneuerung geschieht in jedem einzelnen Moment! Sie ist unabhängig vom jetzigen Lebens- und Leidenszustand. Oder ist für den Patienten Vergebung nur im Tode möglich, wenn nicht sogar erst im Jenseits?

Syndrome und mögliche Bedeutungen als Beispiele

Gegenläufiges Qi kann einerseits eine Verweigerungsreaktion gegen Inkorporation von externen und internen pathogenen Faktoren sein. Der Organismus wehrt sich mit Husten, Niesen, Übelkeit, Erbrechen etc. Andererseits kann gegenläufiges Qi bedeuten, dass Widerstand über lange Zeit geleistet wird, der sich z.B. in Allergien ausdrückt. Ursächlich sind hierfür Emotionen wie z.B. Angst.

Qi-Stagnation hängt eng mit der Atmung zusammen. Inspiration wird inhaliert, beim Ausatmen wird Unbrauchbares, Überholtes abgegeben. Dies spiegelt die Tugend (De) des Metalls wider, Verzeihen als Voraussetzung zum Loslassen. Vielleicht erwartet ein Patient, dass die Welt und das Leben gerecht sei. Aber seine Wahrnehmung bestätigt das nicht. Die Lungenbeamtin neigt zum Moralisieren, sie entzündet sich mit Lungen-Feuer. Heilung erfolgt dann, wenn es gelingt, Vergebung und Akzeptanz zu wecken.

Spiritualität und Heilung

I. Auffinden des inneren Altars für das Göttliche

Die Anwesenheit des göttlichen Geistes im Inneren beruhigt die innere Unruhe. Das Erfahren der Heilung wird durch Verbindung zu den geistigen Welten, Shen, transzendiert, indem wir uns selbst als Instrument des Göttlichen erfahren. Jeder von uns braucht Heilung, aber nicht jeder sucht sie. Unter dem Einfluss des Göttlichen betreten und verlassen wir jede Behandlung in innerem Frieden.

II. Das Leben ehren

Indem wir bewusst den Schritt machen, aus dem Leben des anderen heraus zu treten, uns nicht einzumischen, sondern uns in unser Leben zurückziehen, geben wir Fehlern des anderen und den daraus resultierenden Lebenslehren Raum. Jeder übernimmt die Verantwortlichkeit für sein Leben und nur für sein Leben.

Mit Achtsamkeit gewähren wir allen Umständen Akzeptanz in einer neutralen Beobachtungshaltung. Wir lassen geschehen, was auch immer geschieht. Wir werden so auch unserer Reaktionen, Abwehrhaltungen, Meinungen bewusst – statt Schuld zu suchen; Entschuldigungen, zu finden, die Veränderungen blockieren.

Kultivierungstechniken für Heiler

I. Aufmerksame Diagnostik

Durch Wachheit aller Sinne vermeiden wir als Therapeut Bewertung und Spekulation. Manchmal vermeiden wir sogar jegliche Unterbrechung der Äusserungen des Patienten. Wir hüten uns vor Erwartungen, Annahmen und v.a. vor Ratschlägen, was der Patient zu fühlen und zu machen hat. Wir üben uns darin, ein aufmerksamer Zeuge für unseren Patienten zu sein, indem wir mit wachem Verstand zuhören.

Präsenz gestattet die Verantwortlichkeit, Wahrheit statt Wahrschein in der Realität des Jetzt wahrzunehmen. Es gibt übrigens keine Notwendigkeit zum Verstehen. Denn Verstehen entwickelt sich oft erst in der Zukunft. Das Sein kann nur gefühlt, nicht verstanden werden.

Stabile Erdung und Verwurzelung verhindern das Aufnehmen von „negativen Schwingungen“ von Patienten ebenso wie das Burn-out als Therapeut. QiGong, im Sinne einer kontinuierlichen Pflege des eigenen Qi und Aufmerksamkeit für sich selbst, wird essentiell, schon um unsere eigene Anhaftung an einschränkende Glaubenssätze, unsere eigenen Muster zu entlarven und Krankheit zu transzendieren.

II. Bereitschaft des Zuhörens

In dem wir dem Patienten die Gelegenheit geben, seine eigene Geschichte auf die ihm eigene Art und Weise zu erzählen und seine eigenen Rückschlüsse zu ziehen, erlangen wir Einsicht, wie er das Leben versteht. Der Patient erschafft seine Realität vor uns. U.U. können wir ihm auch Anerkennung für seine Entscheidungen geben. Es geht (sowohl für Patient und Behandler) darum, immer wieder die Bedeutung auszutesten, die gerade erschaffen wird, und manchmal auch die Veränderung der Bedeutungen im Laufe des Prozesses. Es geht um Offenheit für die Wahrheit. Es geht nicht darum, das zu bestätigen, was wir bestätigt haben wollen.

Ein authentischer Heiler lässt sich vom Patienten selbst als Werkzeug benutzen, um zu erschaffen, was er will und braucht. Der Patient baut seine Realität durch Manipulation, daher ist hier extreme Aufmerksamkeit des Behandlers gefordert. Geben wir ihm, was er von uns fordert? Oder fühlen wir uns in unserer Kompetenz gekränkt, und verweigern dem Patienten das Geforderte, weil wir als Experte schliesslich besser wissen, was er braucht? Andererseits müssen wir auf der Hut bleiben, damit der Patient nicht vom Thema des schmerzhaften Auf-den-Punkt-kommen zu alltäglichem leeren Geschwätz entgleitet.

Indem wir Interesse an unseren Patienten zeigen und deren Leben anerkennen statt nur die Symptomatik zu betrachten, unterstützen wir häufig bereits den Heilungsprozess. Die Anerkennung des Lebens des Patienten ist schon ein Momentum der Heilung.

Wenn wir unsere Rolle darauf konzentrieren, dem Patienten die Geschichte und den Weg seiner Heilung zu nahe zu bringen, genau zu erklären, was wir machen, warum wir welchen Punkt und welches Kraut einsetzen, erzeugen wir Resonanz mit ihm. Dann lenken wir seine Konzentration weg von der Krankheit hin zur Heilung. (Dann ist im Übrigen die exakte Ätiologie ohnehin unwichtig, die sich in vielen Fällen gar nicht mehr erklären lässt.)

III. Sich mit dem Sterben vertraut machen

Jeden von uns erwartet der Tod. „Du kommst allein zur Welt, und Du verlässt diese Welt allein“. Wir alle sind sterblich, egal wer von uns zuerst gehen darf. Denn der Tod ist ein Geburtsrecht, ein Geschenk des Lebens und der Liebe. Durch das Sterben haben wir die Chance, das Leben in all seiner Fülle zu geniessen, die wertvollen Momente mit geliebten Menschen besonders zu ehren. Wir haben immer die Wahl, wie wir unsere Zeit verbringen und welche Prioritäten wir von einem zum nächsten Augenblick setzen. Wir leben im Jetzt, nicht im Gestern oder in der Zukunft.

Lieben heisst einander von Herz zu Herz zu berühren. Darunter fallen auch Hingabe, Aufmerksamkeit, Verehrung, wie auch mit unserem Patienten eine Verbindung einzugehen. Erfolg lässt sich nicht festmachen an der Anzahl Leben, die wir retten, sondern eher wieviele können wir heilen? Heilung bedeutet auch, Zufriedenheit zu unterstützen. Heilung bedeutet damit, jemandem zu helfen, zufrieden sterben zu können, statt gewaltsam das Sterben zu verhindern. Zu sterben heisst nicht zu verlieren, auch wenn sich die Verbindung an den physischen, materiellen Körper löst. Das spirituelle Band bleibt über den Tode hinaus erhalten.

Die Angst vor dem Sterben zu verlieren ist das Wichtigste im Leben. Warum sind in Hospizen so wenige Akupunkteure, so wenige Heiler aktiv? Hier könnten wir Heilung unterstützen, dem sterbenden Patienten

helfen, diese Angst zu verlieren, seinen Frieden zu machen und geheilt diese Welt zu verlassen! Genau das war doch Aufgabe des Schamanen, des Priesters, ist Aufgabe des Heilers.

IV. Wunder anerkennen

Wir sollten die Offenheit unseres Verstandes kultivieren, die allen Möglichkeiten Raum lässt. Wir sollten den Patienten nicht so sehen, wie er sich oft genug selbst sieht, als hilflose Last, unfähig, seine Ressourcen auszuschöpfen. In diese Gefahr laufen wir leicht, wenn die Erinnerung an einen ähnlichen Fall hochkommt, indem unsere Behandlung versagt hat.

Das SuWen sagt: „Nachgiebigkeit ist der Weg des Dao“. Gehenlassen von Widerstand, Opposition, Schmerz, indem wir mit der Leber- und Lungenenergie arbeiten, um Demut zu erlangen.

V. Demut pflegen

Demut erzeugt Hoffnung, die Räume öffnet für Wunder. Werden wir uns bewusst, dass eine einzige Behandlung durch einen Funken Einsicht den Kurs eines ganzen Lebens verändern kann! Die ultimative Heilung der Welt durch spirituelles Heilen breitet sich durch den Patienten als Individuum aus – nicht durch den Behandler!

Ode an das Herz

Wir sollten uns nach Innen kehren, auf unser Herz hören. Das Selbst ist ein Gefäß für die geistigen Welten Shen, für die Unendlichkeit an Möglichkeiten. In 9 Schritten (Punkte der Herz-Leitbahn) der inneren Alchemie können wir so unser Herz erlösen. Alchemie ist das Bemühen, die Lebensumstände zu verändern, die eigene Natur wieder zu entdecken, wenn in entscheidenden Herausforderungen die Grenze meiner eigenen Belastbarkeit erreicht ist. Die Themen des Herzens, auch als Paläste (Gong) des Herzens bezeichnet, symbolisieren gleichzeitig auch die neun Schmerzen des Herzens, wenn sie noch nicht überwunden sind. Daher hat auch der Beschützer des Herzens genau neun Punkte als Lebensthemen, an denen wir wachsen können. Dies formulierte Jeffrey C. Yuen zum Ende sehr bewegend als Ode an das Herz:

Aus der himmlischen Quelle sprudeln unendliche Möglichkeiten.	(Ji Quan, Herz 1)
Die Unschuld der Seele ruft die geistigen Welten, Shen, herbei,	(Qing Ling, Herz 2)
und lässt mich im überschaubaren Meer des Lebens tummeln.	(Shao Hai, Herz 3)
Nun kann sich der Weg der Seele ins Leben entfalten,	(Ling Dao, Herz 4)
deren Herausforderungen ich bereitwillig annehmen und meistern kann.	(Tong Li, Herz 5)
Selbst wenn Notfälle plötzlich das Licht verfinstern,	(Yin Xi, Herz 6)
bleibt das Tor des strahlenden Shen weit offen.	(Shen Men, Herz 7)
Willkommen Zuhause, im Palast des Selbst!	(Shao Fu, Herz 8)
Die kommenden Leben werden immer leichter.	(Shao Chong, Herz 9)

alle Rechte liegen bei der Autorin:
Silja Thiemann
Pescher Str. 99
41352 Korschenbroich
www.shuidao.de