

GESUNDHEIT UND KRANKHEIT

Was ist Krankheit?

Peter Bourquin

*„Seien wir ehrlich. Das Leben ist lebensgefährlich.“
Erich Kästner*

Was ist Krankheit?

In diesem Schwerpunktheft begegnen wir körperlichen und mentalen Krankheiten, beides Kategorien, die weitgehend definiert sind. Doch was macht eine Seele krank?

Bereits hier wird deutlich, dass wir uns in einem komplexen Terrain bewegen. Das ganzheitliche psychosomatische Verständnis, dass der Körper Ausdruck der Seele ist und im Grunde die Seele Heilung sucht, wenn der Körper erkrankt, öffnet uns unmittelbar die Tür in eine immaterielle, nicht greifbare und damit auch nicht von unserer heutigen naturwissenschaftlichen Forschung messbare und in ihrer Methodologie erforschbare Dimension. Doch auch dieses Verständnis ist nur eine von mehreren tiefen Wahrheiten über Krankheit.

Ist in jeder Krankheit ein Sinn oder gar eine Aufgabe enthalten? Wir sind Meister darin, überall einen Sinn finden zu können. Aber spielen Zufall, Abnützungen des Körpers, Ansteckungen usw. gar keine Rolle? Ist es immer so, dass jeder schon vorher es ahnen kann, wenn er erkrankt, und es also verhindern könnte?

Seit Jahrtausenden ist es ein Bedürfnis der Menschen, Erkrankungen heilen zu können, Leiden zu lindern und den Tod so weit wie möglich hinauszuschieben. In der Folge hat sich unser Wissen um Körper und Symptome enorm erweitert, wie auch unsere Fähigkeit, Krankheiten zu behandeln oder tödliche Seuchen wie beispielsweise die Pest auszurotten. Doch die Krankheit verteidigt sich mühelos. Und sie erfindet sich neu, wie das Beispiel Aids zeigt. So hat Krebs, vielleicht die beherrschende Krankheit des 20. Jahrhunderts, heutzutage durchaus später und weniger tödliche Folgen als früher. Doch was auch immer unsere medizinischen Fortschritte in vielen Bereichen sind, welche manche Krankheiten heilen oder zumindest weitgehend kontrollieren können, es entstehen dafür neue: Gegenwärtig nehmen Autoimmunkrankheiten oder neurologische Krankheiten wie Alzheimer zu und werden wohl die kommenden Jahrzehnte dominieren. Krankheit gehört zum Leben und wird nicht weniger, genauso wie das Leben nicht weniger wird.

Und sie wird auch nicht weniger tödlich, denn auch der Tod gehört zum Leben. Das Leben ist endlich und geht vorbei. Dies ist die einzige Gewissheit, die wir haben, wenn wir auf die Welt kommen. Hat sich die Lebenserwartung in vielen wohlhabenden Ländern auch im vergangenen Jahrhundert drastisch erhöht, so um den Preis, dass wir öf-

ter krank werden. Dank der modernen Medizin überleben wir heutzutage Krankheiten, an denen wir vor nicht allzu langer Zeit schon längst gestorben wären. Und erkranken dann halt irgendwann aufs Neue. Und eine Aufgabe der Krankheit ist genau dieses: uns zum Aufgeben zu bringen und so über die Schwelle ins Jenseitige zu verhelfen, was immer uns dort auch erwarten mag. Und gerade diese unabänderliche Tatsache, dass unser Leben begrenzt ist, macht es wertvoll.

Wenn wir uns nach dem Sinn der Krankheit fragen, zeigen sich weitere Antworten. Im Familienstellen wird deutlich, dass auch Konflikte, die aus dem eigenen Familiensystem auf einen zukommen, zu krankheitsfördernden Dynamiken werden können. Dies zeigt sich auch gerade bei Suchtkrankheiten, wie im Beitrag von Horst Brömer deutlich wird. Manche von ihnen sind einem im Grunde bewusst, während es auch völlig unbewusste mehrgenerationale Traumata gibt, wie sie beispielsweise Birgit Hickey oder Daan van Kampenhout in ihren Beiträgen beschreiben.

Es scheint auch, dass wir Menschen zumeist das Schwere brauchen, um zu reifen und innerlich weiterzugehen. Wir lernen über Schweres. Jeder von uns kennt wohl jemanden, der eine schwere Krankheit überwunden hat oder lernen musste, mit ihr zu leben, und in der Folge sein Leben neu ausgerichtet hat auf das, was gemäß seinen Werten das für ihn Wesentliche darstellt. Und so lernen wir zu schätzen, was wir haben. Keiner erkennt wirklich die Gesundheit, bis er einmal ernsthaft krank gewesen ist. Bereits Heraklit sagte: „Krankheit macht Gesundheit süß und gut.“ Erika Schäfer zeigt uns das in ihrem Beitrag an ihrem eigenen Beispiel.

Was ist dann Gesundheit?

Gesundheit ist nicht einfach das, als was es in unserer heutigen Gesellschaft oftmals gilt, nämlich gut und angepasst zu funktionieren, ein sich mitdrehendes Rädchen im großen Getriebe, und so den Druck und Stress einer modernen Leistungsgesellschaft auszuhalten. Eine in ihrer Tiefe erfolgreiche Therapie hat so manches Mal unter anderem im Patienten auch die Wirkung, in der Berufswelt weniger zu leisten.

Kürzlich las ich folgenden Satz: „Geistige Gesundheit ist nicht nur die Abwesenheit von Symptomen, sondern heißt, sein Potenzial ganz entwickelt zu haben.“ Versuchen wir Gesundheit zu definieren, wird es darum schnell schwierig oder gar widersprüchlich. Je nach Blickwinkel finden sich unterschiedlichste Antworten, von Schulmedizinern, ganzheitlich arbeitenden Medizinern oder Heilpraktikern, Heilern und Schamanen, Psychiatern und Psychotherapeuten oder Organisationen wie der WHO (= Weltgesundheitsorganisation). Was würde ein Aufsteller antworten?

Für mich ist Gesundheit vielleicht, wenn unsere Seele tief und ruhig atmen kann, wenn wir im Einklang mit uns selbst sind und mit dem Leben fließen. Gesund heißt, im fortwährenden Kontakt mit sich zu sein, sich zu fühlen, auch die Zeit zu finden, innezuhalten und sich und sein Leben zu betrachten und wahrzunehmen, was stimmig ist. Mit anderen Worten: präsent zu sein.

Was ist Heilung?

Gelingt uns das nicht, so ist eine Erkrankung oftmals der erste Schritt zur Heilung und zur Gesundung der Seele. Zumindest eröffnet sie uns eine Möglichkeit dazu. Unser Gesundheitswesen dagegen behandelt Krankheit als ein unerwünschtes isoliertes Phänomen; als einen Feind, den es zu besiegen und so schnell wie möglich zum Verschwinden zu bringen gilt. Dieses Verständnis ist in der Bevölkerung weit verbreitet. Daraus resultiert eine Haltung, bei der einer gegen eine Krankheit ankämpft, die in ihm selbst ihren Platz hat, und seinen Körper und Seele als Schlachtfeld begreift. Dass dies ein merkwürdiges Bild von Heilung ist, ist offensichtlich.

Eine andere mögliche Haltung ist also eine, bei der jemand sich und seinen Körper pflegt und ihn so nimmt, wie er ist, auch mit seinen Krankheiten und seinem Altwerden. Behandelt er sich in dieser Weise liebevoll, ist es leichter möglich, seine Aufmerksamkeit von der Krankheit als isoliertes Phänomen weg auf sich und sein Leben als Ganzes zu richten. Einer Krankheit zuzustimmen bringt uns in Kontakt mit der großen Kraft des Nichtwiderstandes. Oftmals kann sich eine Krankheit nämlich zurückziehen, wenn ihr tieferer Sinn in unserem Leben gesehen und verstanden ist.

Die Selbstheilungskräfte eines Menschen sind immens!

Heilung ist ein Raum, in dem etwas Ausgegrenztes, Abgelehntes oder nicht Gesehenes seinen angemessenen Platz in einem selbst findet und dort zur Ruhe kommt.

Carl Gustav Jung sagte einmal, dass einer „nicht seine Krankheiten heilt, sondern dass es die Krankheiten sind, die einen heilen“. Es mag auch sein, dass uns die Krankheit bleibt, gleichsam als ein symptomatischer Signalgeber, ein lebensverändernder Begleiter oder ein Wächter, der uns immer erneut darauf aufmerksam macht, wenn wir aus unserer Spur kommen und unser inneres dynamisches Gleichgewicht zwischen Körper, Seele und Geist zu lange vernachlässigen.

In seiner Suche nach Gesundung begegnet der Kranke Menschen, die ihm Hilfe anbieten. Was macht ein Therapeut, wenn er mit einem kranken Klienten zu tun hat? Gemäß dem systemischen Verständnis ist für einen Menschen jede Krankheit zugleich eine Lösung für ein Problem. In der Therapie mag es darum gehen, dies zu sehen, um im Anschluss eine andere, lebensbejahendere Lösung zu finden. So erforschen Therapeut und Klient gemeinsam dessen innere Dynamiken und Konflikte und arbeiten auf eine integrierende und befriedende Haltung des Klienten hin. Dies geht nur, wenn der Therapeut bescheiden bleibt und dem Schicksal und auch der Krankheit seines Klienten so zustimmt, wie sie ist. Er weiß um die Wichtigkeit des Arztes und der Medizin, gerade auch der allopathischen, in der medizinisch notwendigen Betreuung des Kranken und gibt ihnen den gebührenden Platz, ohne sich an deren Stelle setzen zu wollen. Sie arbeiten zusammen: Der eine kümmert sich eher um den Körper, der andere eher um die Seele. Der Arzt heilt den Körper, der Therapeut die Seele, beide stehen im Dienst der Heilung.

In diesem Sinne kann unsere Arbeit mit Aufstellungen ein wichtiger Akt der Salutogenese sein, mit der wir die Gesundheit pflegen.

In den folgenden Beiträgen zeigen sich unterschiedliche Facetten unseres Tuns als Aufsteller und Therapeuten. Doch haben sie eines gemein. In unseren Bemühungen, Heilung zu finden, sei es für uns, sei es für unsere Klienten, stoßen wir rasch an Grenzen, die uns – wie auch den Kranken selbst – vor allem eines lehren: Bescheidenheit. Und im umfassenderen Sinn: Demut vor dem Leben und dem Tod.



Peter Bourquin
peterbourquin.net

Grafik rechte Seite

*Athanasius Kircher SJ (auch: Athanasius Kircherus Fuldensis; * 2. Mai 1602 in Geisa (Rhön); † 27. November 1680 in Rom) war ein deutscher Jesuit und Universalgelehrter des 17. Jahrhunderts, der die meiste Zeit seines Lebens am Collegium Romanum in Rom lehrte und forschte. Kircher veröffentlichte eine große Zahl ausführlicher Monografien über ein weites Spektrum von Themen unter anderem der Ägyptologie, Geologie, Medizin, Mathematik und Musiktheorie. Seine Arbeit über die ägyptischen Hieroglyphen ebnete den Weg für das spätere Werk Jean-François Champollions.*

Friedrich Kittler bezeichnet Kircher als „eine Art wissenschaftliche Feuerwehr des Papstes: Mit Sonderaufträgen und Sondervollmachten war er immer zur Stelle, wenn wissenschaftliches Neuland zu betreten, aber auch im Namen der Kirche zu verteidigen war.“[1] Tatsächlich war Kircher seiner Zeit voraus, was insbesondere an seinem Einfluss auf die Bakteriologie, Medizin, Akustik, Astronomie, Mechanik und Farbenlehre abzulesen ist. So erkannte er als erster Mensch den Einfluss von „kleinen Wesen“ auf die Verbreitung der Pest und schuf erste Regeln zu ihrer erfolgreichen Bekämpfung.

Kirchers Motto lautete In uno omnia (In Einem alles).

