So heilsam kann Berührung sein

In ihrem 2020 erschienen Buch „Heilen durch Handauflegen“ geben die Autoren Uwe Alexander Goller und Dr. med. Wieland Gauß eine Menge gute Gründe dafür, sich selbst und anderen die Hände aufzulegen. Oliver Klatt sprach mit Wieland Gauß über wissenschaftliche Erkenntnisse rund um’s Handauflegen.

Oliver Klatt: Wieland, du bist Arzt und Reiki-Anwender, derzeit bist du beruflich als ärztlicher Gutachter in einem Schwerpunktsgesundheitsamt in Reutlingen tätig. In eurem Buch hast du vor allem den Part übernommen, über wissenschaftliche Erkenntnisse im Zusammenhang mit dem Handauflegen zu informieren. Welche rein physiologischen Zusammenhänge bestehen denn dabei?

Handauflegen mal sachlich

Wieland Gauß: Mit diesem Buch haben Uwe Goller und ich die Grundlagen zusammengetragen, um die elementare Behandlungsform des Handauflegens für eine breitere Bevölkerungsschicht zugänglich und nachvollziehbar zu machen. Als Mediziner war es mir dabei wichtig, auch die wissenschaftlichen Aspekte anschaulich zu beschreiben, mit dem Ziel, ein Verständnis für die physiologischen Prozesse beim Handauflegen zu vermitteln. Erfahrungsgemäß trägt die Beschäftigung mit diesen sachlich-nüchternen Zusammenhängen zu einer Entmystifizierung bei. So können bei Menschen, die solchen Themen gegenüber eher reserviert eingestellt sind, Bedenken ausgeräumt werden, und die Schwelle, sich darauf einzulassen, wird abgesenkt. Beim Handauflegen beispielsweise kann die Wahrnehmung von Wärme durch die zunehmende Durchblutung der Hände eine Bestätigung für die Wirksamkeit der Methode signalisieren und so einen motivierenden Effekt haben. Tatsächlich besteht die Wirkung des Handauflegens auf die physiologischen Abläufe im Körper vor allem in der Steigerung des parasympathischen Nervensystems. Die Stärkung dieses autonomen „Ruhe- und Erholungsnervs“ bewirkt, dass der gesamte Organismus auf Entspannung, Regeneration und die Reparatur von beschädigten Strukturen schaltet. Dies wird über verschiedene Organsysteme und durch mehrere Mechanismen bewerkstelligt.

Oliver Klatt: Welche Organsysteme sind denn alle beteiligt, beim Handauflegen?

Wieland Gauß: In dem Buch haben wir fünf Organsysteme genauer unter die Lupe genommen: die Hände, das Hormonsystem, das zentrale und das autonome Nervensystem, das Herz-Kreislauf-System und den Bauch, mit dem enterischen Nervensystem in der Darmwand. Im Zusammenhang mit den Studien über den Parasympathikus wird auch gerne die Lunge untersucht – die parasympathische Wirkung drückt sich auch durch eine Verlangsamung der Atmung und durch tiefere Atemzüge aus, was sich leicht messen lässt.

Oliver Klatt: Die Hände sind wahre Wunderwerke des menschlichen Körpers. Was gibt es aus wissenschaftlicher Sicht über sie zu sagen?

Wieland Gauß: Entwicklungsgeschichtlich sind ja unsere „Vorderfüße“ durch den zweibeinigen Gang frei geworden, sodass sich unsere Hände über die Jahrmillionen zu hochdifferenzierten Werkzeugen ausgebildet haben. Parallel dazu hat sich ein extrem dichtes Netz von Nervenzellen in den Handflächen und den Fingern

Lesetipp:

Erhältlich über: www.schirner.com

ausgebildet. Im menschlichen Körper ist die Sensorendichte in der Zungenspitze und in unseren Fingerkuppen am höchsten. Auch in den entsprechenden Gehirnarealen lassen sich große Bereiche für die Informationsverarbeitung wie auch für die Steuerung der Fingermotorik nachweisen.

Oliver Klatt: Es heißt, das Hormon Oxytocin spiele eine besondere Rolle beim Handauflegen. Was kannst du dazu sagen?

Wieland Gauß: Zu meiner Studienzeit haben wir noch gelernt, dass Oxytocin hauptsächlich für die Einleitung der Geburt und den Milcheinschuss relevant ist. Erst später hat sich herausgestellt, dass es als Hormon auch direkt das parasympathische Nervensystem steuert. Dabei hat es die Aufgabe des Gegenspielers der Stresshormone, die heute in unserer leistungsorientierten Kultur leider übermäßig und dauerhaft stimuliert sind und die für die Zunahme der Zivilisationskrankheiten verantwortlich sind.

Interessant ist dabei, dass Oxytocin als Hormon – anders als andere Hormone – nicht direkt durch eine höhere oder niedrigere Konzentration im Blut wirkt. Vielmehr ist die Wirkung auf ein Organ umso höher, je höher die Anzahl der Rezeptoren dieses Organs ist. Dadurch erklärt sich, dass seine Wirkung durch einen „Lerneffekt" gesteigert werden kann, indem durch das Vorhandensein des Hormons über einen längeren Zeitraum die Anzahl der Andockstellen an den Zellen des Organs erhöht wird. Dieser Steigerungseffekt lässt sich direkt beim Handauflegen erfahren, wenn wir es über mehrere Wochen täglich anwenden und die Wirksamkeit dabei für uns spürbar zunimmt.

Oliver Klatt: Unser Bauchgefühl spielt bei vielen Aktivitäten eine besondere Rolle, so auch bei wichtigen Entscheidungsprozessen. Was hat das Bauchgefühl eigentlich, wissenschaftlich betrachtet, mit unserem Bauch zu tun?

Unser Bauchgefühl

Wieland Gauß: In einigen Publikationen der letzten Jahrzehnte wurde eine Art zweites Gehirn postuliert, das im Bauch lokalisiert sei. Hintergrund für diese Veröffentlichungen ist die Erkenntnis, dass die Nervenzellen der Darmwand in der Anzahl, dem Aufbau und der Struktur durchaus mit dem Gehirn vergleichbar sind und sie deshalb als ein eigenständiges, autonomes System anzusehen sind. Daher wird es heutzutage als „enterisches Nervensystem" und umgangssprachlich als zweites Gehirn bezeichnet. Es verrichtet seine

Dr. med. Wieland Gauß hat jahrzehntelange praktische Erfahrungen mit Transzendentaler Meditation sowie mit den tibetisch-buddhistischen Lehren. Er ist ehrenamtlich in der Hospizbegleitung tätig.

Aufgaben weitgehend unabhängig vom Kopfgehirn und hat zweifellos die Kapazität, ähnlich wie das Kopfgehirn zusätzliche Informationen abzuspeichern, die über die originäre Aufgabe der Steuerung der Verdauung hinaus gehen. Diese Entdeckung legt analog der persönlichen Erfahrungen nahe, dass dort möglicherweise auch Erlebnisse und Erinnerungen abgespeichert werden, die dann als Intuition oder eben als „Bauchgefühl" wieder abgerufen werden können. Beweisen lässt sich so etwas rein wissenschaftlich bisher nicht. Dennoch halten wir diese Erkenntnis für so wertvoll, dass wir sie in dem Buch erwähnt haben, weil sie eine gute Erklärung für die häufig berichteten Empfindungen beim Handauflegen im Bereich des Bauches bieten.

Diese Zusammenhänge weisen darauf hin, dass sich viele Facetten des Handauflegens wissenschaftlich durchaus erklären lassen, andere Details jedoch bisher noch nicht. Durch die Beschäftigung mit den wissenschaftlichen Erkenntnissen wird nachvollziehbar, dass diese Behandlungsform eine leicht zugängliche Methode ist, mit deren Hilfe wir unsere Ressourcen erschließen und die Regenerations- und Selbstheilungsprozesse im Körper verstärken können. In jedem Fall kann uns die wissenschaftliche Betrachtungsweise anspornen, das Handauflegen zum eigenen Nutzen und zum Wohle Anderer regelmäßig anzuwenden.

Oliver Klatt: Danke für das Interview.

„Es muss doch mehr geben!“

Teresa Schuhl und Wolfgang Bittscheidt, Ärzteakademie für Geistiges Heilen

Im Bergischen Land, südöstlich von Köln, sitzen 15 Menschen an einem Wochenende im Konferenzraum eines Hotels. Der Frühling hat begonnen: die Bäume im nahe gelegenen Wald überblühen sich, die Sonne scheint mit aller Kraft. Die Energie des Frühjahrs ist spürbar, auch in diesem Raum. Fünf Ärzte und acht Angehörige anderer, vor allem medizinisch orientierter Berufe, sind hier versammelt. Sie möchten von der Heilerin Teresa Schuhl und dem Arzt Dr. Wolfgang Bittscheidt lernen, was Heilen ist und wie es sein kann.

Eine junge Ärztin erzählt in der Vorstellungsrunde, sie habe in der Geriatrie unmenschlichen Umgang mit Patienten erlebt, das brachte sie dazu, dort aufzuhören. Sammeln möchte sie sich in diesen Tagen des Seminars und lernen, wie man den ärztlichen Auftrag leben und wirklich heilen kann, denn: „es muss doch mehr geben als das!"

Wolfgang Bittscheidt und Teresa Schuhl.

„Das gibt es,“ antwortet Teresa Schuhl mit Nachdruck in ihrer Stimme „und darum wird es in den nächsten Tagen gehen.“

Dieses Seminar ist das vierzigste, in den mittlerweile zehn Jahren, die es die Ärzteakademie für Geistiges Heilen gibt. An die 800 Teilnehmer haben Teresa Schuhl und Dr. Wolfgang Bittscheidt in dieser Zeit ausgebildet, darunter mehr als 550 Ärzte und Therapeuten. Zunächst war die Ärzteakademie für Geistiges Heilen im Jahr 2007 ausschließlich für Ärzte aller Fachrichtungen und Psychotherapeuten gegründet worden. Teresa Schuhl und Wolfgang Bittscheidt wollten damit dem geistigen Heilen eine seriöse Reputation in der Medizin geben und zugleich Ärzten eine spirituelle Ausbildung anbieten. Dies auch im Sinne der Patienten, denn die wünschen, wie Wolfgang Bittscheidt es ausdrückt, „seriöse Ärzte und Ärztinnen und andere Therapeuten, von denen sie sich eine Stärkung ihrer Selbstheilungskräfte, Trost, Verständnis und Zuwendung erhoffen“.

Achtung und Wertschätzung

Die beiden Gründer eröffneten die Akademie vor allem in dem Bestreben, dem geistigen Heilen „Achtung und Wertschätzung zu verschaffen“, besonders unter den Ärzten. Inzwischen haben sie ihre Zielgruppe erweitert, denn die Nachfrage auch von Krankenpflegern, Theologen und Angehörigen anderer Berufsgruppen wuchs ständig. Mittlerweile gibt es nicht nur evangelische und katholische Geistliche, die in der Ärzteakademie geistiges Heilen gelernt haben, sondern sogar Juristen. Und auch ein Sufi-Meister war einst bei ihnen in dieser Ausbildung. Teresa Schuhl erinnert sich: „Wir haben gestaunt und gesagt: Wir sollten von dir lernen, doch du kommst zu uns, in unser Seminar?!“ Offen sei er gewesen, ergänzt Wolfgang Bittscheidt, und habe gesagt, „wenn ich nur einen Satz mitnehme, dann hat es sich gelohnt.“ Hat er? Wolfgang Bittscheidt nickt: „Ja.“

Anfangs, in den ersten Jahren umfasste die Ausbildung in der Ärzteakademie für Geistiges Heilen eine Zeitspanne von vier Wochenenden. Nun sind es zwei. Warum? „Als wir begonnen haben, brauchten wir noch Zeit,

um ‚Geist' und den Themenkomplex rund um diesen Begriff zu erläutern und den vorrangig naturwissenschaftlich ausgebildeten Teilnehmern auf eine Weise zu erklären und nahezubringen, die sie akzeptieren und verstehen konnten", so Wolfgang Bittscheidt. „Doch das hat sich geändert," fährt er fort, „wir brauchen es jetzt nicht mehr." Er führt es auf eine Weiterentwicklung der einzelnen Menschen, der Menschheit und insgesamt eine Schwingungserhöhung der Erde zurück: „Die Energie ist mittlerweile sehr hoch, und die Menschen, die zu unseren Kursen kommen, kennen sich besser aus."

Der Begriff „Geist" werde nun nicht mehr hauptsächlich als Definition eines Spukphänomens oder Umschreibung von etwas Esoterischem verstanden, sondern habe eine Aufwertung erfahren, hin zu dem, was er ursprünglich bedeutet habe, zu etwas Heiligem. Für Wolfgang Bittscheidt ist klar, nicht nur sprachwissenschaftlich gesehen, dass „heilig" und „heil" zusammenhängen: „Nur das Heilige heilt," führt er aus, und zitiert damit Hippokrates.

Damit sind er und Teresa Schuhl bei dem, was ihnen am Herzen liegt. Ihnen ist das Heilen, die Zuwendung zum Menschen, der der Hilfe bedarf, heilig. Sie beschreiben einen Kanon von Werten, der für sie damit verbunden ist. Dazu gehört auch eine „innere Gestimmtheit des Behandlers", eine Orientierung, die für sie mit der Schulung und Disziplinierung des Geistes einhergeht. Fast streng wirkt dies, und macht neugierig. Worum mag es dabei gehen?

Großer Erfahrungsschatz

Der Erfahrungsschatz von Teresa Schuhl und Wolfgang Bittscheidt reicht Jahrzehnte zurück und umfasst rund 30.000 Behandlungen – aus diesem schöpfen sie, wenn sie die Teilnehmer ihrer Seminare in dem unterrichten, was sie selbst „Heilen durch Handauflegen, Empathie und Gebet" nennen. Schlicht klingt das, unprätentiös. Teresa Schuhl betont denn auch, an die Runde gewandt: „Ich kann euch nicht beibringen, wie man heilt. Ihr werdet hier keine ‚Methode nach Teresa Schuhl oder Wolfgang Bittscheidt' lernen." Und fügt hinzu: „Ich kann euch nicht zum Heiler ausbilden – wir, Wolfgang und ich, können euch nur Dinge zeigen, die wir machen ..."

Denn das, worauf es ankäme, um heilend tätig zu sein, könne man nur in sich selbst entdecken und kultivieren; eine lebenslange Aufgabe sei das, eine, die immer wieder neu herausfordere und bereichere. Im Zentrum stehe dabei nicht weniger als die eigene Entwicklung. Doch keine „Selbstverwirklichung", sondern Anderes, weit Umfassenderes. Selbstverwirklichung bleibe bei sich stehen. Das, was Teresa Schuhl und Wolfgang Bittscheidt meinen, zeigen sie den Teilnehmern im Seminar.

Seminar für Geistiges Heilen mit Teresa Schuhl und Wolfgang Bittscheidt.

Eines kristallisiert sich dabei immer wieder heraus: Arbeit an sich selbst bedeutet auch: Wahrnehmen der eigenen Schattenanteile und ungeliebten Aspekte, und Anerkennen, dass sie da sind. Der nächste Schritt besteht darin, sich mit sich selbst zu versöhnen. Was sein darf, verwandelt sich.

Heilen durch Handauflegen

Wolfgang Bittscheidt ist inzwischen pensioniert, hatte aber bereits lange zuvor seine Art zu praktizieren erweitert und Heilen durch Handauflegen in sein Behandlungsspektrum als Orthopäde mit aufgenommen. Er selbst behandelte seine Patienten immer häufiger damit. Eigene Erfahrung mit einem Heiler und die Bekanntschaft mit Teresa Schuhl hatten dazu geführt. Moderne Medizin und geistiges Heilen ergänzen sich seiner Erfahrung nach. Doch eins ist ihm klar und das Leitmotiv seiner Arbeit: „Ohne die Liebe heilt nichts."

Er schmunzelt, als er sich daran erinnert, wie er und Teresa Schuhl bekannt geworden sind: „Bei Fliege-TV war das, es muss 2003 gewesen sein, da war ich eingeladen. Und als Pfarrer Fliege mich fragte, wie ich das denn so mache, mit dem Heilen, da habe ich geantwortet ..." er hält einen Augenblick inne, ehe er weiterspricht: „ ‚Ich lege den Menschen die Hände auf und bete'." Wie eine Bombe sei das eingeschlagen: ein Arzt, der betet. Der die Hände auflegt und laut mit den Patienten betet.

„Ich war der erste Arzt, bei ‚Fliege', der so etwas gesagt hat," erinnert sich Wolfgang Bittscheidt. „Das Gebet," erläutert er, „ist für mich ein Zwiegespräch mit Gott vor dem Patienten. Es entsteht dadurch eine Harmonie." Teresa Schuhl ergänzt, dass ihre gemeinsame Praxis ▶

Fotos © Archiv Ärzteakademie für Geistiges Heilen

Teilnehmer/innen eines Seminars für Geistiges Heilen der Ärzteakademie für Geistiges Heilen behandeln sich gegenseitig.

durch die Sendung so bekannt geworden sei, dass sie daraufhin Wartelisten von bis zu einem Jahr für neue Klienten hatten. „Es war unglaublich!“, ruft sie aus. Diese Not, die da offenbar geworden sei, dieser Hunger der Menschen nach Heilung.

Was ist Heilung?

Sie haben im Laufe der Jahre festgestellt, dass „Heilung“ komplex sei. Oft gehe Heilung nicht einher mit dem, was gemeinhin als „gesund werden“ verstanden wird. Das zu akzeptieren, sei für alle Beteiligten eine Aufgabe. Es gebe einen Unterschied zwischen „heil werden“ und „gesund werden“. „Eine Nebenwirkung des geistigen Heilens ist das Verschwinden der Symptome“, sagt Teresa Schuhl. Doch was Heilung für den Betreffenden bedeute, der komme, um sich die Hände auflegen zu lassen, könne nur er wissen.

„Ich kann am Leibe gesund sein,“ sagt sie, „mich aber krank fühlen. Heil sein bedeutet für mich: Ganz-Sein.“ „Und Heilwerden“, so fährt sie fort, „ist ein Prozess der Innerlichkeit. Alles, was nicht zuvor durch Liebe und Vergebung aufgelöst worden ist, steckt noch als Krankheitskeim in uns.“ Sie führt weiter aus: „Heil sein bedeutet auch: eins sein mit mir, mit dem Weg, den ich gehe, mit meinem Leben ...“ In letzter Konsequenz also: Einverstanden sein?

Heilen durch Handauflegen, so hat Teresa Schuhl erfahren, „verwandelt nicht nur den, der behandelt wird. Es verwandelt beide, nährt beide, den Behandelten und den Behandler.“ Und es gehe letztlich nicht darum, wie man die Hände auflege, sondern um „das Innere, das Gestimmt-Sein, den Frieden mit sich selbst, in dem man dies tut.“ Im Herzen sein ist das Entscheidende. Für manchen, der hauptsächlich aus dem Kopf heraus wahrnimmt und beurteilt, eine Herausforderung.

Die Bewegung vom Kopf hin zum Herzen ist nichts, was man „machen“ kann, sie bedeutet ein „Sich-Einlassen“, weiß Wolfgang Bittscheidt. Dafür wiederum ist es wichtig, sich zu entwickeln, sich selbst kennen zu lernen und mit allem, was an und in einem ist, anzunehmen. Ein Prozess, sicher. Und einer, der sich lohnt.

„Es geht um die Liebe!“

„Es ist wichtig, ins Gefühl zu gehen,“ hebt Teresa Schuhl hervor, „es geht um die Liebe, die ihr empfindet, um das Wissen: der Mensch, der vor euch liegt und eure Hilfe braucht, ist ein Kind Gottes, wie ihr! Wenn ihr euch darauf einlassen könnt, und das könnt ihr, sonst wärt ihr nicht hier, dann reicht das schon.“ Ins eigene Herz gehen, aus dem Herzen heraus handeln, darauf liegt der Fokus. „Und wenn ihr im Herzen seid,“ bittet Teresa Schuhl die Anwesenden, „dann seid es auf eure eigene Weise.“

Draußen vor den Fenstern steigen plötzlich Luftballons auf, rote Herzen, an denen weiße Kärtchen hängen, von der Hochzeitsgesellschaft, die nebenan feiert. Einer nach dem andern schweben sie in den blauen Himmel, von der Sonne durchschienen. Just in dem Moment, als Wolfgang Bittscheidt davon spricht, dass jeder Mensch das Potential habe, sich mit der aus dem Universum kommenden Energie zu verbinden – und dass diese Verbindung, diese Bewegung aus dem Herzen komme und über das Herz stattfinde.

Zum Seminar gehört, dass die Teilnehmer einander behandeln. Immer zu zweit finden sie sich ein, an einer der sechs Liegen, die im Raum bereit stehen. Die Spannung ist mit Händen zu greifen. Wie mag das sein, laut zu beten? Zwar flüsternd, aber eben doch so, dass der, der da liegt, es hört, hören sollte. Die Teilnehmer sind nicht allein: Teresa Schuhl und Wolfgang Bittscheidt gehen herum, begleiten jeden, der behandelt und unterstützen mit ihren Gebeten und Händen.

Stille breitet sich aus. Jene Art von Stille, in der Etliches geschieht. Innerlichkeit zeichnet sich auf den Gesichtern der Behandler ab, Ruhe, das Versinken in sich selbst. 20 Minuten soll eine Runde dauern. Die Zeit ist viel zu schnell um. Als Teresa Schuhl einen Ton anschlägt, um das Ende der Sitzung zu signalisieren, ist es, als tauchten alle aus einer Tiefe auf, die sie jetzt erst entdeckt haben.

Ausflug ins Universum

Mit der Zeit geschehen sowieso außergewöhnliche Dinge während dieser Tage bei Teresa Schuhl und Wolfgang Bittscheidt, da sind sich die Teilnehmer einig. Ein wenig ist es, als nähmen alle an einem Ausflug mitten ins Universum teil, wo andere Gesetze herrschen als auf

Zur Autorin: Franziska Rudnick ist Redakteurin des Reiki Magazins und Autorin des Buches „Heilende Begegnung“. Als Heilpraktikerin wendet sie in ihrer Praxis Klassische Homöopathie, Reiki und andere energiemedizinische Methoden an.

Kontakt:
E-Mail: praxis@akatombo.de
www.akatombo.de

der Erde. Das wiederum passt zu dem, was Wolfgang Bittscheidt seit langem wahrnimmt: dass eine Schwingungserhöhung auf der Erde, ja der Erde selbst stattfinde, im Laufe eines astronomischen Zyklus', der sich alle 26.000 Jahre wiederhole. „Wir sind mitten drin," sagt er, „und viele Symptome, mit denen unsere Klienten immer häufiger kommen, sind darauf zurückzuführen." Wie Krankheiten mag sich das anfühlen, es seien aber keine, sondern sie rührten daher, dass der Körper sich an die veränderten Gegebenheiten anpasse. Auch bringe diese Schwingungserhöhung mit sich, dass immer mehr Menschen erweiterte Fähigkeiten bekämen.

Teresa Schuhl ist vieles wichtig in diesen Tagen, an denen das Curriculum stattfindet. Eines gibt sie den Teilnehmern immer wieder mit: „Achtet euch selbst, seid euch selbst treu. Und wenn ihr euch noch nicht mögen könnt, so wie ihr seid, so achtet Gott in euch, der in euch wohnt. Ihr seid Licht, ihr seid Kinder Gottes."

Energiefeld

Ein Gefühl dafür lässt sich bereits in diesen Tagen erhaschen, an denen die Energien im Raum nicht nur durch den Frühling draußen geprägt sind, sondern durch das Feld, das entstanden ist und dessen Energie alle miteinander trägt.

Wolfgang Bittscheidt erinnert sich, was die für ihn am meisten beglückende Aussage eines Kursteilnehmers, eines Arztes war: „Ich habe hier gelernt, dass ich mich selbst ermächtigen kann. Solange ich mir selber die Vollmacht nicht gebe, kann niemand anderer das tun." ■

Integrative Medizin

Wie Heilung geschieht … das hat Dr. Wayne Jonas in 40 Jahren Erfahrung mit Patienten als praktischer Arzt, als Wissenschaftler und durch die Erkundung unterschiedlicher medizinischer Systeme ausgiebig erforscht. Oliver Klatt führte ein Interview mit ihm.

Oliver Klatt: In Ihrem Buch „Heilung geschieht von selbst“ teilen Sie Ihre Erfahrung, dass 80 Prozent aller Heilerfolge aus „der Aktivierung einer einzigartigen sinnstiftenden oder einer bedeutungsvollen inneren Behandlungsreaktion“ erwachsen. Diese Reaktion sei zutiefst individuell und basiere auf einfachen Prinzipien und Komponenten. Können Sie mehr zu Ihrem Heilungsansatz sagen?

Heilungsorientierte Praktiken

Dr. Wayne Jonas: Bei meinem Heilungsansatz geht es darum, die Arzt/Patienten-Beziehung neu zu definieren: von einer Beziehung, wo es um die Behandlung von Krankheiten geht, hin zu einer Beziehung, die die Förderung von Gesundheit und Selbstheilung betont. Dabei werden evidenzbasierte komplementäre und lebensstilbetonte Ansätze in die konventionelle Medizin integriert. Ich tue dies unter Einsatz von heilungsorientierten Praktiken und Umgebungen, kurz: durch den HOPE-Ansatz (engl.: Healing Oriented Practices and Environments).

Der HOPE-Ansatz kann helfen, dass Therapeuten und Ärzte die Themen ihrer Patienten, die Dinge, um die es ihnen geht, besser verstehen – über die Grenzen der regelmäßigen ärztlichen Untersuchung hinaus. Dieser Ansatz baut auf dem SOAP-Ansatz auf (engl.: Subjective, Objective, Assessment and Plan). Dabei geht es um Beurteilung, subjektive und objektive Zusammenhänge und die Umsetzung eines Plans. Diesen Ansatz wenden Ärzte täglich an.

Der Unterschied zum HOPE-Ansatz liegt auf der Ebene von Engagement und Verpflichtung seitens des Patienten. Dabei geht es im Kern um einen seitens des Patienten geführten Prozess, mit dem Ziel, dessen Werte und Ziele kennenzulernen und diese im Leben des Patienten und zu dessen Heilung einzusetzen. Die Rolle des Arztes ist es, das „Material“ dafür zur Verfügung zu stellen und den Patienten darin zu unterstützen, dass er seine Ziele erreicht.

Oliver Klatt: Was kann die konventionelle Medizin am besten? Uns worin ist die komplementäre Medizin gut? Wie können wir beides bestmöglich zusammenbringen, um daraus „eine Medizin“ zu machen?

Dr. Wayne Jonas: Die konventionelle Medizin, mit all ihren Erfolgen in den letzten hundert Jahren, ist ein auf Hightech und Krankheiten fokussiertes System, mit dem viele akute Zustände gut behandelt werden können. Was sie am besten kann? Nützliche Ergebnisse liefern und wirtschaftliche Belohnungen geben. Was leider dazu führt, dass sie von dem wegführt, was Medizin tun sollte: Menschen zur Heilung, Ganzheit und zu Wohlsein zu führen.

Wissenschaftliche Studien haben durchweg gezeigt, dass selbst wenn Menschen umfassenden Zugang zur Medizin haben und optimale medizinische Behandlung stattfindet, die Gesundheit der Bevölkerung um lediglich 15 bis 20 Prozent steigt. Der Rest hat zu tun mit Lebensstil, Umgebung, Umwelt sowie sozialen und persönlichen Faktoren hinsichtlich Gesundheit. Viele chronische Langzeiterkrankungen haben vielfältige Zusammenhänge, es ist ihnen nicht einfach mit Pillen oder Verfahren beizukommen. Das Wesen solcher Erkrankungen erfordert es, dass sie mit einem ganzheitlichen Ansatz behandelt werden, bezogen auf die ganze Person – ein Ansatz, den die integrative Medizin bieten kann.

Übersetzung aus dem Amerikanischen ins Deutsche: Oliver Klatt

Oliver Klatt: Sie betonen in Ihrem Buch die große Bedeutung von „gesundem Verhalten" für den Heilungsprozess ein. Dieser Aspekt spielt auch im Ayurveda, der traditionellen indischen Medizin, eine große Rolle; ebenso in der traditionellen chinesischen Medizin (TCM). Gesundes Verhalten kann es möglich machen, Krankheiten zu vermeiden. Und es ist möglich, sofern man krank ist, den Heilungsprozess durch gesundes Verhalten zu unterstützen. Aus meiner Sicht ist dies ein wichtiger Punkt, den wir Westler von den aus Asien stammenden Medizinsystemen lernen können. Sie sprechen in diesem Zusammenhang auch von „Lebensstil-Medizin". Was genau meinen Sie damit?

Lebensstil-Medizin

Dr. Wayne Jonas: Verschiedene Komponenten aus beiden Systemen, dem Ayurveda sowie der TCM, wie Yoga oder Akupunktur, können „Lebensstil-Medizin" ausmachen – weil sie ein Teil des Schnittpunktes sind zwischen medizinischer Fürsorge und Selbstfürsorge. Dort, wo die konventionelle Medizin und Verhaltensweisen wie Ernährung, Bewegungsübungen und Stress-Management sich überlappen, wird sichergestellt, dass alle Aspekte des Lebensstils eines Menschen ihn in seinem Heilungsprozess unterstützen.

Oliver Klatt: In einem Kapitel Ihres Buches geht es um Wunder. Sie beziehen sich dabei auf das Handauflegen und die Gebetsheilung. Denken Sie, dass direkte spirituelle Heilung, wie Handauflegen und Gebete, funktionieren? Was könnnen wir daraus lernen, dass es manchmal zu Heilungswundern kommt?

Dr. Wayne Jonas: Auch wenn unser Verständnis dieser Phänomene ein Mysterium bleibt, wissen wir, dass es unerklärliche Heilungsvorgänge gibt. Wenn in wissenschaftlichen Studien versucht wird, entsprechende Auswirkungen dieser anderen Dimensionen isoliert zu betrachten oder sie konkret davon zu trennen, verringern sich diese Auswirkungen oft – oder sie verschwinden ganz.

Der Physiker und Autor Dr. Larry Dossey gehört zu den weltweit versiertesten Denkern und Autoren im Zusammenhang mit wissenschaftlicher Forschung rund um Heilgebete. Er stellt fest, dass es stabile, wiederkehrende, jedoch geringe Auswirkungen von Gebeten gibt, wenn diese in randomisierten kontrollierten Studien erforscht werden. Ganz allgemein rät er dazu, spirituelle Dimensionen von Heilung den Geistlichen und körperliche Dimensionen von Heilung den Ärzten zu überlassen.

Er sagt aber auch, dass, selbst wenn Heilgebete nicht so effektiv zu sein scheinen, wie wir es gerne hätten, sie dennoch funktionieren – weshalb es gute Gründe gibt, Heilgebete weiter zu erforschen. Wenn sie uns helfen, uns ganz und geliebt zu fühlen, dann sind sie wertvoll. So wie in jeder anderen Dimension von Heilung auch, liegt hier die Kraft einzelner Komponenten des Geistes nicht in ihrem voneinander getrennten Gebrauch. Sondern sie liegt in der Gesamtantwort, die uns unser Leben durch den Einsatz dieser Komponenten gibt.

© Dominic Arizona

Dr. Wayne Jonas ist amerikanischer Familienarzt und alternativer Medizinforscher. Er leitet heute das *Samueli Institute*, das sich auf die Erforschung von integrativer Medizin spezialisiert. Dr. Jonas ist außerdem Professor für Medizin, u.a. an der *Georgetown University*. Er berät nationale und internationale Organisationen bei der Umsetzung von evidenzbasierten Heilpraktiken in ihren medizinischen Systemen.

Oliver Klatt: Ein weiterer Aspekt von Heilung ist, wie Sie herausgefunden haben, ein sehr konkreter: eine heilsame Umgebung. Können Sie mehr darüber sagen, wie bedeutsam eine heilsame Umgebung für den Heilungsprozess ist – in einer Klinik, einer Arztpraxis und zu Hause?

Heilsame Umgebung

Dr. Wayne Jonas: Unsere externe dingliche Umgebung beeinflusst unseren Geist und unseren Körper auf Arten und Weisen, die uns heilen oder uns verletzen. Manchmal, einfach weil wir uns in eine heilsame Umgebung begeben, reagiert unser Körper darauf – und es geht ▶

uns besser. Und manchmal ist es die Umgebung, die uns krank macht.

Entscheidend ist es, die Außenumgebung dafür zu nutzen, mit den physischen, dinglichen Aspekten unseres Lebens verbunden zu bleiben – also mit jenen Aspekten, die man sehen, riechen, hören und berühren kann. Und diese dann mit den inneren Aspekten zu verbinden – mit jenen, die unserem Leben tiefe Bedeutung und Wert verleihen. Dies beinhaltet, achtsam dafür zu sein, wie unser Körper und unser Geist auf den Raum reagieren, in dem wir sind, um Gesundheit zu bewahren und wiederherzustellen.

Was die Räume in Kliniken angeht, so hat natürlich auch dort die Umgebung großen Einfluss auf unsere inneren Heilkapazitäten. Kliniken wurden gebaut, damit Behandlungen durchgeführt werden können – nicht, um eine heilsame Umgebung zu schaffen, die einen Menschen mental, emotional und spirituell unterstützt. Aus Studien wissen wir aber, dass es jenen Patienten, die Zugang zu natürlichem Licht und zu Aufenthalt in der Natur haben sowie jenen, die einen Raum für sich haben, in vielerlei Hinsicht besser geht.

Oliver Klatt: Sie erwähnen in Ihrem Buch drei entscheidende Faktoren, die – generell betrachtet, über alle Grenzen hinweg – Heilung hervorrufen: Erstens: Rituale, die einem Menschen helfen, sinnvolle Erfahrungen zu machen. Zweitens: die Unterstützung der ganzen Person. Und drittens: eine beständige Belebung und Anregung der Person. Auch wenn die Behandlungsformen und Therapeuten von Patient zu Patient sehr unterschiedlich sind, was die verschiedenen Kulturen, zugrunde liegende Theorien und Behandlungsorte angeht, so scheinen die inneren Prozesse doch letztlich dieselben zu sein. Können Sie ein Beispiel dafür geben?

Heilungsrituale

Dr. Wayne Jonas: Ja, ich hatte einen Patienten, der sich im Kampf eine schwere Gehirnverletzung zugezogen hatte, für die es keine Abhilfe gab. Er litt unter Ängsten, Schlafstörungen und anderen schwierigen Symptomen. Ich versuchte, ihm mit verschiedenen Medikamenten zu helfen, mit Körpertherapie, Gruppentherapie, individueller psychologischer Beratung und Musiktherapie. Nach einiger Zeit ging es ihm etwas besser, jedoch nur geringfügig.

Integrative Medizin und Gesundheit

Die beste Übersicht über die wachsende Verbreitung alternativer Heilansätze gibt die WHO, deren Office of Traditional & Complementary Medicine (Behörde für traditionelle und Komplementärmedizin, kurz T&CM) Informationen, Forschungsergebnisse und Zugänge zu nichtwestlichen (nicht schulmedizinischen) Heilmethoden verfolgt und voranbringt. Patienten wie Ärzte – an manchen Orten zwischen 30 und 90 Prozent der Allgemeinheit – machen reichlich Gebrauch von diesen Methoden.

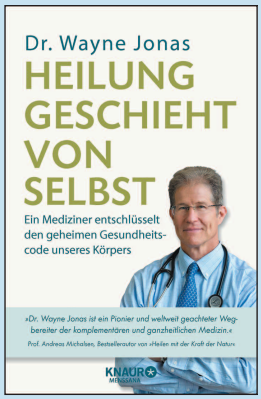
Länder wie Singapur, Japan, China und Korea bieten ihrer Bevölkerung für T&CM-Methoden teilweise oder sogar vollständig Versicherungsschutz. 80 Prozent der 129 Mitgliedsstaaten bieten laut WHO-Einschätzung Akupunktur an (ursprünglich eine ausschließlich in der Traditionellen Chinesischen Medizin angewendete Methode), in 18 Mitgliedsstaaten (14 Prozent) zahlen die Versicherungen dafür. [Die gesetzlichen Krankenkassen in Deutschland übernehmen die Kosten einer Akupunktur nur bei chronischen Schmerzen der Lendenwirbelsäule oder bei Kniegelenkarthrose. Voraussetzung ist, dass die Schmerzen seit mindestens sechs Monaten bestehen; Anm. d. Red.]

Im Jahr 2012 gab es in 39 Mitgliedsstaaten (30 Prozent) T&CM-Ausbildungsprogramme als Promotionsstudiengänge und 73 (56 Prozent) verfügten über staatlich geförderte Forschungsinstitute. Die Jahreswirtschaftsleistung, allein was Kräuter- und Naturprodukte angeht, beträgt über 83 Milliarden Dollar in China, 7,4 Milliarden Dollar in Korea und 14,8 Milliarden Dollar in den USA.

Weltweit geben Patienten ähnliche Gründe für ihre Verwendung der T&CM an wie meine Patienten: leichterer Zugang, Unzufriedenheit mit der ausschließlich schulmedizinischen Gesundheitsfürsorge und der Wunsch nach einer sichereren, natürlicheren oder mehr ganzheitlich orientierten Fürsorge.

Kosteneinsparungen wurden genannt, was auch durch Daten bestätigt wird. Berichte der WHO und der RAND Corporation (einer unabhängigen internationalen Forschungsinstitution) zeigen, dass bei chronischen Schmerzen manche Methoden der T&CM bei gleichem Ergebnis kostengünstiger sind als die Schulmedizin. Zentren, die T&CM in ihre Grundversorgung integrieren, vermelden geringere Kosten, was Hospitalisierung und Medikamentenverbrauch angeht.

Auszug aus dem Buch „Heilung geschieht von selbst“, Dr. Wayne Jonas, Knaur Verlag, 2019, S. 303f – Abdruck mit freundlicher Genehmigung des Verlages.



Erhältlich über www.mens-sana.de

© DPI studio - stock.adobe.com

Ein paar Monate später sah ich ihn wieder. Nun sah er aus, als würde es ihm sehr viel besser gehen. Die Behandlungsform, die bei ihm gut gewirkt hatte, war, wie sich herausstellte, hyperbare Oxygenierung. Ich war wie vor den Kopf gestoßen – hatten Studien doch gezeigt, dass diese Art von Behandlung nicht wirksam ist. Aber nachdem ich mit ihm gesprochen hatte, wurde mir klar, warum sie bei ihm gewirkt hatte.

Er beschrieb eine Art von Ritual, dem er sich unterzogen hatte. Dieses hatte zugrunde liegende Mechanismen von Heilung ausgelöst – weil er davon ausging, dass dem so war. Außerdem schufen die Krankenschwestern, die Ärzte und andere Patienten eine Atmosphäre, die diesem Glauben eine soziale Bedeutung gaben. Die Mitglieder der Gruppe, die sich dieser Art von Behandlung unterzogen und zu denen er gehörte, teilten ihre Erfahrungen miteinander. So füllten sie das Ritual mit kultureller Bedeutung auf. Und schließlich wurde diese Erfahrung von Heilung – indem er das „einatmete", was für ihn hyperbare Oxygenierung war – wiederholt, verstärkt und konditioniert, in seiner Erfahrung und in seinem Körper. Das Gehirn dieses Patienten wurde Woche für Woche durch soziale und klassische Konditionierung getrimmt.

Oliver Klatt: Dr. Jonas, für die Auswahl eines Arztes oder einer Klinik nennen Sie drei Schlüsselaspekte, die für eine „gute kollaborative Gesundheitsbeziehung" stehen: Fürsorge, Kompetenz und Glaubwürdigkeit (engl.: Care, Competence & Credibility).

Dr. Wayne Jonas: Ja, es ist wichtig, dass Ihr Arzt kompetent und glaubwürdig ist. Trauen Sie sich ruhig, Ihren Arzt nach seiner Ausbildung, seiner Erfahrung und seinen besonderen Fähigkeiten zu fragen. Diese bilden die Grundlage für die Praxis eines Arztes. Es ist entscheidend, dass sie in richtiger Weise ausgebildet wurden und erfahren darin sind, ihren Patienten eine sichere Fürsorge angedeihen zu lassen.

Jedoch sind Ausbildung und Erfahrung, auch wenn sie wichtig sind, nicht das einzige, wonach Sie Ausschau halten sollten. Ihr Arzt sollte auch fürsorglich sein. Ebenso können Sie ihn zum Beispiel nach seiner Sichtweise bezüglich ganzheitlicher oder integrativer Medizin fragen. Wenn ein Arzt Ihnen sagt, dass alternative Methoden wertlos sind oder dass ganzheitliche Medizin Zeitverschwendung ist, dann ist er vielleicht nicht der Richtige für Sie.

Aber wenn er oder sie willens ist, die medizinische Forschungslage für Sie ernsthaft auszuwerten und einzuschätzen und sich wirklich um Sie kümmert, dann kann er oder sie eine wertvolle Rolle in der Zusammenarbeit mit Ihnen spielen. So zeigt sich, dass ein Arzt sich ausreichend um Sie und Ihre Reise der Heilung kümmert, und damit kann er ein wirklich guter Partner in diesem Prozess sein.

Außerdem ist es wichtig, darauf zu achten, wie die Mitglieder des Teams des Arztes Sie behandeln. Erscheinen sie kompetent? Trauen Sie ihnen? Fühlen Sie sich gut versorgt und gehört? Und, ganz wichtig: Sind sie ehrlich mit Ihnen, bezüglich dessen, was Sie brauchen? Auch wenn das vielleicht nicht das ist, was Sie wollen?

Glaube, Lernen, Bekräftigung

Oliver Klatt: In wenigen Worten, aus Ihrer Sicht, auf den Punkt gebracht: Welches sind die Komponenten, die in allen Medizin- und Heil-Systemen zu finden sind, ob traditionell oder modern, und die erklären können, wie Heilung funktioniert?

Dr. Wayne Jonas: Wenn Heilung stattfindet, dann oft auf der Basis von Glaube, Erwartungen, sinnvollem sozialen Lernen sowie Stärkung, Bekräftigung oder Konditionierung. Dies sind die zugrunde liegenden Mechanismen für einen Großteil menschlicher Heilung.

Oliver Klatt: Danke für das Interview. ■

„Aus Studien wissen wir, dass es jenen Patienten, die Zugang zu natürlichem Licht und zu Aufenthalt in der Natur haben sowie jenen, die einen Raum für sich haben, in vielerlei Hinsicht besser geht."

Reiki im Aufwind

Seit einigen Jahren findet Reiki in Deutschland zunehmend auch an Kliniken Anwendung. An der HELIOS Klinik Wesermarsch in Nordenham wird Reiki seit kurzem auch von Mitarbeitern für Mitarbeiter eingesetzt, mit dem Ziel der Entspannung und Gesundheitsvorsorge. Weiterhin werden die Reiki-Anwendungen für Patienten an der Klinik fortgesetzt.

Schon seit 2013 setzt Reiki-Meister Detlef Klünner Reiki in seiner klinischen Arbeit als Arzt in der Abteilung für Frauenheilkunde und Geburtshilfe an der HELIOS Klinik Wesermarsch ein (das Reiki Magazin berichtete in Ausgabe 3/16). Neben Homöopathie, Akupunktur und energetischer Wirbelsäulenaufrichtung dient Reiki dabei vor allem der Entspannung, der Schmerzlinderung und der Selbstheilung der Patienten.

Unterstützung des Heilungsprozesses

„Für mich ist Reiki eine Unterstützung des individuellen Heilungsprozesses“, so Detlef Klünner, der jährlich rd. 100 Patienten mit Reiki behandelt. „Reiki bewirkt Entspannung und löst Verkrampfung auf“, so Klünner, „es durchbricht den Schmerzkreislauf und unterstützt dadurch die Selbstheilung, mit dem Ergebnis der Aktivierung des Immunsystems.“

Wundexpertin Ute Winter gibt Reiki an Ergotherapeutin Melanie Berg.

In seine tägliche Arbeit als Gynäkologe fließt Reiki ganz automatisch ein. „Ich versuche, den Patienten Reiki näherzubringen, und die meisten reagieren sehr positiv darauf.“

Besonderes Engagement

Nicht zuletzt durch das große Engagement Detlef Klünners für Reiki und das weitgehend positive Feedback der Patienten wichen nach und nach anfängliche Ressentiments – und so gibt es an der HELIOS Klinik Wesermarsch seit kurzem nun sieben weitere Mitarbeiter, die auf Kosten der Klinik die Ausbildung in den 1. Grad der Reiki-Methode erhalten haben.

Die ausbildende Reiki-Lehrerin war Christel Seligmann. Sie ist seit 1989 Reiki-Meisterin, ausgebildet durch Brigitte Müller und u.a. bekannt als Reiki-Buchautorin sowie für ihre langjährige, sehr engagierte klinische Arbeit für Betroffene des Nuklearunfalls von Tschernobyl in den 1990er Jahren.

Die dreitägige Ausbildung der sieben Mitarbeiter der HELIOS Klinik in den 1. Grad der Reiki-Methode führte Christel Seligmann in ihrem Reiki-Zentrum in Nordenham durch.

Von Mitarbeitern für Mitarbeiter

Über die Tätigkeit Detlef Klünners hinaus wird Reiki nun an der HELIOS Klinik Wesermarsch im ersten Schritt vor allem von Mitarbeitern für Mitarbeiter eingesetzt, mit dem Ziel der Entspannung und Gesundheitsvorsorge. Wenn Reiki sich bei den Mitarbeitern bewährt, soll der nächste Schritt verstärkt zu den Patienten führen.

Die in Reiki ausgebildeten Mitarbeiter sind in ganz unterschiedlichen Bereichen der Klinik tätig, von der Physiotherapie über die Pflege bis zur Verwaltung. Eine der in Reiki ausgebildeten Mitarbeiterinnen ist die Wundexpertin Ute Winter. Als gelernte Krankenschwester sorgt sie bei Patienten mit chronischen Wunden für eine bessere Wundheilung. Auch ihren Kollegen ist Ute Winter seit kurzem eine besondere Unterstützung – indem sie ihnen Reiki-Behandlungen gibt.

Neben Ute Winter geben derzeit auch Krankenschwester Maren Kloy und die Pflegedirektorin Anke Bessel-Dietrich ihren Kollegen Reiki-Behandlungen.„Wir stehen noch am Anfang, aber die Geschäftsführung befürwortet unsere Idee, und im weiteren Verlauf wird Reiki Teil eines umfassenden Gesundheitsförderungskonzeptes für Mitarbeiter der Klinik sein“, so Detlef Klünner. Erste Behandlungen von Mitarbeitern für Mitarbeiter finden bereits statt, zwei Räume stehen dafür in der Klinik zur Verfügung.

Reiki-Café

Eine weitere in Reiki ausgebildete Mitarbeiterin ist Schwesternhelferin Bärbel Offenhammer: „Dass ich die Energie so spüren und dann an andere weitergeben kann“, hat sie nicht nur überwältigt, sondern führte schnell zu dem Wunsch, die erlernte Methode künftig auch anderen Menschen anbieten zu können.

Um den Erfahrungsaustausch bezüglich Reiki untereinander zu stärken, gibt es seit kurzem an der Klinik ein Reiki-Café. In regelmäßigen Treffen tauschen sich hier die in Reiki ausgebildeten Mitarbeiter untereinander aus, Fragen werden geklärt und vor allem Reiki praktiziert.

Positive Rückmeldungen

„Ich habe sehr positive Rückmeldungen von meiner Tochter bekommen, als ich ihr Reiki gegeben habe. Das war für mich sehr wichtig“, teilt beispielsweise Ute Winter hier mit.

„Die anfänglichen Erfahrungen, die jeder macht,“ so Reiki-Meister Detlef Klünner, „sind sehr unterschiedlich und auch von der Intensität sehr breit gefächert. Da entwickeln sich viele Fragen, die nach Antworten verlangen und die wir im Reiki-Café klären können.“

Mitarbeiter/innen des Reiki-Teams der HELIOS Klinik Wesermarsch (von li. n. re.): Ute Winter, Bärbel Offenhammer, Maren Kloy und Detlef Klünner, liegend Melanie Berg.

Entspannung & Wohlbefinden

Neben den Reiki-Behandlungen für ihre Kollegen hat die Pflegedirektorin Anke Bessel-Dietrich, die ebenfalls zum neuen Reiki-Team gehört, auch schon erste Behandlungen bei orthopädischen Patientinnen durchgeführt, die unter Rückenschmerzen litten. „Während meine Hände auf den Körperstellen ruhten, wurden sie an den Stellen heiß, an denen der Körper besonders viel Energie benötigte. Mein Eindruck war, dass die Behandlung bei ihnen zu mehr Entspannung und zum besseren Wohlbefinden geführt hat“, so die Pflegedirektorin.

Dass schon weitere Mitarbeiter Interesse bekundet haben, sich in Reiki ausbilden zu lassen, ist für Detlef Klünner ein Indiz, dass die Akzeptanz in der Klinik wächst. Der Traum, dass Reiki, ergänzend zu anderen komplementären Heilmethoden, ein fester Bestandteil im Klinikalltag werden kann, scheint in erreichbare Nähe zu rücken. ■

HELIOS ist einer der größten Anbieter von stationärer und ambulanter Patientenversorgung in Deutschland. HELIOS versorgt jährlich mehr als 4,7 Millionen Patienten, davon rund 1,3 Millionen stationär. Die Klinikgruppe verfügt insgesamt über rund 35.000 Betten und beschäftigt rund 71.000 Mitarbeiter. ▶

Copyright Fotos: Anja Brandt, Presseabteilung HELIOS Klinik Wesermarsch / außer Logo S. 22 © manu - Fotolia.com

Artikel von O. Klatt und A. Brandt.

Im Herbst 2016 erlernten sie den ersten Grad der Reiki-Methode (von li. n. re.): Schwesternhelferin Bärbel Offenhammer, Krankenschwester Maren Kloy, Ergotherapeutin Melanie Berg, Pflegedirektorin Anke Bessel-Dietrich und Wundexpertin Ute Winter.

Zur HELIOS Kliniken Gruppe gehören 112 eigene Akut- und Rehabilitationskliniken inklusive sieben Maximalversorger in Berlin-Buch, Duisburg, Erfurt, Krefeld, Schwerin, Wuppertal und Wiesbaden, 72 Medizinische Versorgungszentren (MVZ), fünf Rehazentren, 18 Präventionszentren und 14 Pflegeeinrichtungen.

Die HELIOS Klinik Wesermarsch in Nordenham ist ein Krankenhaus der Grund- und Regelversorgung mit 115 Betten. Insgesamt behandeln die Fachkräfte in der Klinik ca. 5.300 stationäre und 8.700 ambulante Patienten im Jahr. Die HELIOS Klinik Wesermarsch versorgt im Rahmen ihrer Fachabteilungen Innere Medizin/Gastroenterologie, Geriatrie, Kardiologie, Allgemein- und Viszeralchirurgie, Unfallchirurgie/Orthopädie, Urologie, Gynäkologie/Geburtshilfe, Anästhesie und Intensivmedizin die Bevölkerung der Wesermarsch und der angrenzenden Regionen medizinisch und pflegerisch. Als Krankenhaus mit insgesamt 220 Mitarbeitern kooperiert die HELIOS Klinik Wesermarsch eng mit den umliegenden Gesundheitseinrichtungen und niedergelassenen Ärzten der Region nach dem Motto „modern behandeln – menschlich begleiten“ mit dem Anspruch, eine hohe Qualität der medizinischen, pflegerischen und seelischen Betreuung aller Patienten zu erreichen. Im Mai 2017 zieht die Klinik in einen modernen und technisch gut ausgestatteten Neubau innerhalb von Nordenham um.

▶ **Lesen Sie auch** das Interview mit Reiki-Meister und Arzt Detlef Klünner, über seinen Einsatz von Reiki im Rahmen seiner klinischen Arbeit in der Abteilung für Frauenheilkunde und Geburtshilfe an der HELIOS Klinik Wesermarsch – in Ausgabe 3/2016 des Reiki Magazins, die noch erhältlich ist!

Aus dem Herzen leben

Interview mit Dr. med. Holger Berges

Holger Berges ist niedergelassener Arzt in Hamburg und arbeitet seit 15 Jahren als Allgemeinmediziner. In einem Interview mit dem Reiki Magazin teilt er seine vielfältigen Erfahrungen.

In seinem Buch „Wissen der neuen Zeit" spannt Dr. med. Holger Berges einen großen Bogen, bringt seine Erfahrungen und Gedanken aus seiner ärztlichen Praxis ein und verknüpft viele wissenschaftliche Disziplinen und Fragestellungen miteinander. Bis hin zu dem Gedanken, dass der Geist das alles Verbindende ist – und dass aus dem Herzen heraus zu leben durchaus die vernünftigste Option sein kann.

Große Offenheit

Reiki Magazin: Wie sind Sie als Mediziner darauf gekommen, sich mit dem Universum, dem Urknall und Themen wie Reinkarnation auseinanderzusetzen, die Sie in Ihrem Buch so vielfältig darstellen?

Holger Berges: Ich hatte als junger Student, mit 18 Jahren, die Gelegenheit, einen ehemaligen Chefarzt, einen Naturarzt kennenzulernen. Er hat mir einiges gezeigt, auch wie man meditiert. Die Leute kamen aus bis zu 500 Kilometern Entfernung zu ihm. Damals habe ich mir gedacht: Wenn mir später etwas am Studium oder dem System nicht gefällt, dann weiß ich, was ich dann mache. Ich hatte also einen „Plan B". Ich besitze auch eine abgeschlossene Heilpraktiker-Ausbildung. Und ich habe zahlreiche Fortbildungen gemacht, habe mir alles mögliche angeschaut und meine Ideen und Schlüsse daraus gezogen. Es gibt auch einige sehr gute Bücher zum Thema, darunter vor allem das Werk „Energiemedizin" von James Oschman, die ich sehr bewusst gelesen habe.

Dann habe ich meine Frau kennengelernt. Sie ist hellsichtig und bildet darin auch aus. Wir hatten damals ein großes Loft. Dort fanden Veranstaltungen mit bis zu 150 Teilnehmern statt. Viele davon haben wir gefilmt. So entstand spirit-TV. Damals haben wir verschiedene Leute interviewt und so alle möglichen Aspekte und Phänomene kennengelernt. Wir hatten Schamanen im Interview, tibetische Nonnen, indische Yogis. Über spirit-TV habe ich auch große Heiler kennengelernt. Und Persönlichkeiten wie Richard Bartlett, Gregg Braden, Armin Risi und Robert Betz. Inzwischen wird Spirit-TV auf YouTube fortgeführt als spirit4utv.

Reiki Magazin: Wie kam Ihnen die Idee zu Ihrem Buch, und wann ist es entstanden?

Holger Berges: Die Idee war, das alles zusammenzufassen. Begonnen habe ich damit vor etwa acht Jahren. Bis 2013 hab ich schließlich dran gesessen. Das Buch enthält etwa ein Drittel von dem, was ich damals alles zusammengetragen habe. Es ist die Essenz von all dem!

Reiki Magazin: Wie hilft Ihnen das Wissen, das Sie im Buch zusammengetragen haben, im konkreten Umgang mit Ihren Patienten?

Holger Berges: Die meisten, die zum Arzt gehen, kommen ja nicht wegen kleinerer Sachen, sondern sie sind richtig chronisch krank. Sie haben zum Beispiel Depressionen. Da schau ich dann: Was steckt dahinter? Welches ist das ursächliche Problem? Die technokratische Medizin, in der oft bloß Tabletten verschrieben werden, behandelt ja nur Symptome. Das geht aber nicht an die Wurzel des Problems. Häufig genug lassen sich die Leute jahrelang auf diese Weise behandeln, aber das ursächliche Problem bleibt bestehen.

Lesetipp:

Ich arbeite zum Beispiel mit der Akupressur, mit der Kinesiologie, mit kinesiologischem Austesten. Da können die Patienten in der Regel sofort sehen: Ah, da tut sich was! Länger als 30, 40 Minuten behandle ich nicht. Die Ergebnisse sind für den Patienten sicht- und fühlbar. Schmerzen, die vorher auf einer Skala von 1 bis 10 bei bis zu 7 waren, liegen hinterher oft bei nur noch 4.

Heilung – ein Wunder

Ich sehe Heilung immer als einen Weg zur Selbstheilung. Heilung, verstanden als Aktivierung der Selbstheilungskräfte. Kein Arzt der Welt kann Heilung „machen". Wir können helfen, fantastische Sachen tun, keine Frage. Aber Heilung ... das ist ein Wunder – das geschieht. In meiner täglichen Arbeit als Arzt geht es mir außerdem vor allem auch darum, Karma aufzulösen.

Reiki Magazin: Karma auflösen? Was meinen Sie damit?

Holger Berges: Chronische Krankheiten können derart viele Ursachen haben. Das kann Stress sein, das können Themen seelischer Art sein, Missbrauchsthemen oder auch Traumata aus früheren Leben. Es sind Muster entstanden, in den Jahrzehnten der Krankheitsentstehung, die zu psychosomatischen Krankheiten werden können. Ursache ist der Geist, der mit der Materie interagiert. Ich sehe Krankheit als etwas, das der Patient erschaffen hat, als Folge der Muster, die zum Teil über Jahrzehnte bestehen. Was nicht heißt, dass er es bewusst erschafft.

Diese Muster, diese Informationsfelder kapseln sich ein und trennen den Patienten von seiner eigenen Heilkraft. Und die hat etwas mit der Kraft der Liebe zu tun. Dem Herzen. Denn das Herz ist der stärkste elektromagnetische Sender im menschlichen Körper. Und wenn wir lieben, alles Lebendige mit Liebe betrachten, wirkt das nicht nur auf uns, sondern auch auf unsere Umgebung. Denn alles ist miteinander verbunden. Es kommt ja alles aus dem Urknall.

Reiki Magazin: Was ist aus Ihrer Sicht wichtig in der heutigen Medizin?

Holger Berges: Die Ursachen von Krankheit herauszufinden und da ranzugehen! Meine Erfahrung ist, dass Emotionen dabei eine Rolle spielen. Emotionen und Gedanken. Jede Emotion ist im energetischen System des Körpers ein elektromagnetischer Impuls. Wir alle haben Glaubenssätze, die unsere Sicht auf alles prägen. Das Problem mit den falschen Glaubenssätzen ist nun: sie sind total schwierig anzugehen. Weil sie gewissermaßen das „Betriebssystem" sind. Sie laufen sozusagen im Hintergrund und bestimmen, was man sieht und vor allem wie man es sieht.

Erschwerend kommt hinzu, dass man als kleines Kind, im Alter von bis zu vier, fünf Jahren, unbewusst die Glaubenssätze aus der Familie übernimmt. Die Kommunikation läuft oft über das Herz, das – wie ich es nenne – magneto-elektrische Feld des Herzens. Das kleine Kind hat noch keine Sprache, es fühlt. Es sitzt zum Beispiel bei Opa auf dem Schoß und fühlt, dass Opa unglaublich traurig ist. Es weiß aber nicht, dass der Opa sich gerade an den Krieg erinnert, den er erlebt hat. Es fühlt nur diese Traurigkeit. Und dann entsteht so ein Glaubenssatz wie „Ich bin schuld, dass Opa traurig ist", „Ich bin schlecht" oder „Ich verdiene nicht, geliebt zu werden". Das ist eine Prägung, die bis in die DNA hinein wirkt. Emotionen werden nachweislich vererbt. Wir alle tragen die Lasten unserer Vorfahren mit uns herum.

Die Seele heilen

Da sollte die Medizin rangehen. Das aufspüren, die Traumata auflösen, die im Körper gespeichert sind. Richard Bartlett zum Beispiel hat eine Gabe: Ohne die Leute anzufassen, kann er ihnen helfen. Man kann aber auch mit Klopftechniken arbeiten, kinesiologisch abfragen. Es gibt so unglaublich viele Heilverfahren. Letztlich geht es darum, sich selbst zu heilen. Es geht darum, die Seele zu heilen. Und dafür ist die Sicht des Herzens das Entscheidende. Wenn wir ins Herz gehen und von da aus handeln, wird es immer das Richtige sein!

Reiki Magazin: Herr Dr. Berges, vielen Dank für das Gespräch.

Holger Berges: Gerne. ■

Das Interview führte Franziska Rudnick.

Die Transformation einer Klinik für Psychiatrie

Dies ist ein erstaunlicher, ermutigender Bericht eines tief gehenden Veränderungsprozesses innerhalb einer renommierten psychiatrischen Klinik in den USA, hin zu einem neuen integrativ-medizinischen Konzept. Dabei spielt auch Reiki eine entscheidende Rolle.

Ich berichte aus dem *Connecticut Valley Hospital (CVH)* in Middletown, Connecticut. Es handelt sich um die letzte und älteste staatlich geführte psychiatrische Klinik in Connecticut. Es gibt hier rd. 575 Patienten und 1.700 Mitarbeiter. In den letzten sechs Jahren haben wir eine bemerkenswerte Verwandlung hin zum Guten erlebt, und Reiki war ein Teil davon. Ich möchte berichten, wie es dazu kam.

Als ich vor mehr als acht Jahren hier zu arbeiten begann, hatten wir rd. 600 Patienten und jede Woche insgesamt mehr als 720 Stunden damit zu tun, Patienten ruhig zu stellen und zu fixieren. Dies war der übliche, anerkannte und – wie angenommen wurde – effektive Weg, um Gewalt auf dem Klinikgelände zu verringern. Wenn die Leute hektisch werden oder sich aufregen, stell' sie ruhig und gib ihnen Medikamente.

Konzept im Wandel

Die Zeiten haben sich geändert. Wir sind hier durch einen besonderen Wandel gegangen, im Zuge einer allgemeinen Kultivierung aller Professionen und Abteilungen – und haben heute insgesamt nur noch rd. 12 Stunden in der Woche damit zu tun, Patienten ruhig zu stellen und zu fixieren. Die Änderungen in den Umgangsweisen mit den Patienten spiegeln sich auch in einer geringeren Anzahl an Verletzungen bei den Angestellten wider.

Der Wandel in den Professionen und Abteilungen setzte sich sowohl von oben nach unten als auch von unten nach oben durch. Angespornt wurde er durch eine Förderung seitens der *Federal Substance Abuse and Mental Health Services Administration (SAMHSA)*. Niemand hätte zuvor gedacht, dass eine Transformation solchen Ausmaßes möglich sein könnte.

Auf der Verwaltungsebene unserer Klinik wurden Rufe nach einer Veränderung laut – und die Belegschaft begann, Vorschläge zu unterbreiten. Heute bietet unsere Klinik eine erstaunliche Bandbreite an integrativen medizinischen Methoden und Verfahren. Und das ist so, weil unser Geschäftsführer dies unterstützt. Hier sind einige Maßnahmen, die wir unternommen haben:

Maßnahmen zur Veränderung

• Eine unserer Psychologinnen, Tracey Meyers Sondik (Psy.D.), bot allen interessierten Mitarbeitern einen 12-stündigen Kurs in *Mindfulness-Based Stress Reduction (MBSR)* an (eine Stunde in der Woche, während der Mittagszeit). Es handelt sich dabei um ein seit einiger Zeit bewährtes Programm, das vor vielen Jahren durch Jon Kabat-Zinn entwickelt wurde. Da wir eine medizinische Einrichtung sind, wurde diese Methode als ein evidenzbasiertes Verfahren begrüßt, das jedem Einzelnen hilft, aufmerksam und verantwortlich mit seiner eigenen emotionalen Welt umzugehen. Dabei wird Meditation gelehrt und ein Weg zu *sein*, in jedem Augenblick, indem man sich seiner Stimmungen und Ruhelosigkeit achtsam bewusst wird. Mehr als 150 Angestellte nahmen daran teil.

• Unter Verwendung von Konzepten, die eine gleichmäßige Verarbeitung der sinnlichen Wahrnehmungen fördern, wurden an vielen Stellen in der Klinik Ruhezonen und Rückzugsräume für die Patienten eingerichtet. Dies bewirkte eine erstaunliche Veränderung für die Mitarbeiter. Die Möglichkeit, nun einem ängstlichen Pa-

Erst-Publikation in deutscher Sprache, mit freundlicher Genehmigung von Pat Guerard und William Lee Rand. (Der Artikel ist die deutsche Übersetzung des Artikels „Transforming a Psychiatric Hospital", veröffentlicht im US-amerikanischen Reiki News Magazine, Winter 2015, S. 55-56, Website: www.reiki.org)

Übersetzung aus dem Amerikanischen: Franziska Rudnick

Redaktionelle Bearbeitung: Oliver Klatt

Foto © Viacheslav Iakobchuk - Fotolia.com

tienten eine beruhigende Alternative anbieten zu können, führte dazu, dass jetzt Gewalt und daraus resultierende, die Hände von Patienten fixierende Maßnahmen überwiegend der Vergangenheit angehören – und lediglich als allerletzte Maßnahme stattfinden, nicht als erste Wahl.

Reiki-Kurse

• Ein Reiki-Lehrer bot jedem aus der Belegschaft, der interessiert daran war, Reiki-1-Kurse an – als eine Möglichkeit, Energiemedizin kennenzulernen, das Chakren-System und die Reiki-Energie. Mehr als 100 Angestellte nahmen daran teil.

• Ein Rehabilitations-Therapeut bot der Belegschaft Schwingungsheilung mit Tibetischen Klangschalen an. Die Klinik kaufte ein Set von Klangschalen, und die Mitarbeiter nutzen sie nun für die Patienten, zu deren Entspannung.

Gewandelte Rollen

• Wir ermutigten die Mitarbeiter dazu und trainierten sie darin, ihre neuen, nunmehr gewandelten Rollen anzunehmen.

• Wir versetzen heute die Patienten in die Lage, eine aktive Rolle in ihrem Genesungsprozess einzunehmen, indem wir patientenzentrierte Genesungskonzepte erarbeiteten.

• Yoga wird den Patienten wie auch der Belegschaft angeboten – sowohl Yoga auf der Matte als auch Yoga auf einem Stuhl.

• Wir bieten monatliche Vorträge zu integrativen Methoden an – und Wiederholungen dieser Vorträge während der Mittagszeit, für Mitarbeiter, die zuvor aus zeitlichen Gründen, wegen ihres Dienstplans, nicht teilnehmen konnten.

• Patienten können Tai-Chi erlernen, als eine alternative Methode der Leibesübung und Entspannung.

• Es gibt fortlaufend Anleitungen zu mehr Selbst-Mitgefühl, entsprechende Tages-Sprüche und meditative Übungen.

Sprache der Energiemedizin

Über ein Sechstel unserer Belegschaft war involviert in alle diesen unterschiedlichen Trainings. Langsam, während die Sprache der Achtsamkeit und der Energiemedizin Einzug in unser Vokabular hielt, kam es auch zu mehr Freundlichkeit untereinander – und das Thema Dankbarkeit rückte in unser Blickfeld.

Gemeinsam handeln, gemeinsame Ziele erreichen!

Die Rolle, die Reiki in diesem Transformationsprozess spielte, ist ziemlich interessant. Zu Beginn wurden Reiki-Behandlungen nur den Mitarbeitern angeboten. Aber nachdem dies ein anerkannter Teil unserer Klinikkultur geworden war, integrierten jene Mitarbeiter, die in Reiki ausgebildet worden waren, dieses Heilverfahren auch in das Behandlungsangebot für die Patienten. Wir nutzen dazu eine Art der Anwendung, die wir mit den Krankenschwestern abgesprochen haben, die im Infektionsschutz ausgebildet sind, wobei wir die Patienten nicht direkt berühren, sondern unsere Hände stattdessen leicht über jene Körperbereiche halten, auf die wir uns ausrichten. Wir finden dies genauso effektiv wie die direkte Berührung.

Wenn Reiki angewendet wird, erhält der entsprechende Mitarbeiter dafür die Zustimmung des Patienten sowie die Zustimmung von dessen Behandlungsteam – und dokumentiert dies in der Akte des Patienten. Weitere mögliche Veränderungen, zu denen es im Laufe der Zeit kommen kann, werden ebenfalls in den Akten dokumentiert. So gibt es beispielsweise Einträge dazu, wenn ein Patient zu einer Zeit um Reiki bittet, wo keiner der entsprechend qualifizierten Mitarbeiter anwesend ist, oder wenn ein Klient weniger Schmerzen empfindet, oder wenn ein Klient davon profitiert, sich ruhiger zu fühlen, ausgeglichener zu sein und besser schlafen zu können.

Individuelle Hilfe

Ein Fall dokumentierter Veränderung mithilfe von Reiki betrifft eine Frau mit schwer geschädigten Füßen, die hervorragend von den Reiki-Behandlungen profitier- ▶

te, da sie ihr halfen, besser mit den permanenten Schmerzen umzugehen, mit ihrer emotionalen Instabilität und mit ihren Schlafproblemen. Sie zog schließlich Reiki starken Beruhigungsmitteln vor. Jeder Fall ist individuell, und jede Behandlung ist auf den Patienten zugeschnitten.

Reiki in der Belegschaft

Alle paar Monate finden bei uns Reiki-Zirkel statt, zu denen die Mitarbeiter kommen und ihre Geschichten miteinander teilen können, wo sie neue Techniken erkunden können und auch die Möglichkeit haben, an einer Reiki-Gruppenbehandlung teilzunehmen.

Ich ermuntere die Mitarbeiter dazu, ihre Reiki-Fähigkeiten bei sich selbst, in ihren Familien und bei ihren Freunden anzuwenden. Ich biete jedoch keine Reiki-2-Kurse in unserer Klinik an, weil ich denke, dass es gut ist, wenn die Leute für sich selbst herausfinden, was die Gesellschaft ihnen in der näheren Umgebung anzubieten hat und inwieweit sie ein Teil der Reiki-Bewegung außerhalb der Klinik werden möchten. Einige sind mittlerweile diesen Weg gegangen, bis hin zum Meister – ich glaube, wir haben heute drei oder vier Reiki-Meister in unserer Belegschaft.

Bisher waren die Reiki-1-Kurse ausschließlich auf die Mitarbeiter ausgerichtet. Allerdings habe ich kürzlich auch zwei Patienten, die danach gefragt hatten, Reiki-1-Kurse gegeben – nachdem sie sich darauf vorbereitet hatten und das Okay seitens ihres Behandlungsteams vorlag. Dazu kommt es aber selten, zumal ich den Patienten empfehle, mental ausgeglichen zu sein und stabil in ihrer Genesung, bevor sie sich die Heilung Anderer vornehmen.

Ruhe und Freundlichkeit

Nachdem die Anwendung von Reiki und vieler anderer komplementärmedizinischer Verfahren in unserer Klinik die Norm geworden war, für Mitarbeiter wie für Patienten, kam es zu größeren positiven Veränderungen. Einige der Mitarbeiter wurden sich der auf vielen Stationen herrschenden Anspannung bewusst und begannen, sich dieser anzunehmen. Wir bemerkten: So wie Ärger sich ausbreiten kann, so können sich auch Ruhe und Freundlichkeit ausbreiten.

Die Stationsteams übernahmen die Verantwortung für ihren eigenen Stress-Level. Um die entsprechenden Zusammenhänge benennen und bewältigen zu können, werden sich die Leute, die auf den Stationen arbeiten und jene, die dort wohnen, nun zunehmend der Dinge bewusst, die sie tun könnnen, um Veränderungen herbeizuführen, und suchen nach den Ursachen für ihren Stress. Sie wissen nun, dass sie die Wahl haben: Sie können sich von einer hochaktiven Umgebung mitreißen lassen oder beruhigend auf diese einwirken.

Mitarbeiter und Patienten begannen, einige Ursachen für ihren Stress herauszufinden, wozu gehören: laute Geräusche, sich nicht sicher zu fühlen, sich in einer sterilen Umgebung aufzuhalten. Die Stationsmitarbeiter und die Patienten fragten nach Möglichkeiten, ihre Umgebung „weicher" zu machen durch entsprechende Farbgestaltung, erbaten den Einsatz beruhigend wirkender Kunstobjekte, um diese betrachten zu können, und baten darum, ihnen Wahlmöglichkeiten zu geben hinsichtlich ihrer Behandlungs- und Dienstpläne, darum sich mehr darin üben zu können, einen freundlicheren Umgangston und bessere Umgangsweisen zu entwickeln sowie darum, einen angenehmen Ort zur Verfügung zu haben, an den sie gehen können, um sich zu entstressen. Seitdem man sich mit diesen Angelegenheiten befasst, trägt dies dazu bei, dass die Stationen insgesamt ruhiger und sicherer werden.

Maßnahmen, die Trost und Beruhigung bringen, wie beispielsweise einfach nur bei jemandem zu sitzen und Zeuge seiner Angst oder seines Leidens zu sein, sind willkommene Maßnahmen geworden. Schwere Decken, die sich wie eine Umarmung anfühlen, Hand-Lotion mit beruhigendem Lavendel, entspannende Musik und kleine Sprüche und Fragen, die die Leute aus ihren Gedanken herausholen und ins Spielerische hineinbringen, all das trägt dazu bei, die Spannung, Schärfe und Heftigkeit in unserer Umgebung zu verringern und ganz allmählich Frieden zu fördern.

Erfolgreiche Transformation

Es war ein langer Weg – über sechs Jahre. Es war nicht immer einfach, die Veränderungen anzunehmen. Heute bin ich stolz darauf sagen zu können, dass ich ein Mitglied dieser Gemeinschaft bin und dass wir erst vor ein paar Wochen unser integratives medizinisches Programm dem Beauftragten für Psychische Gesundheit in Connecticut vorgestellt haben, in der Hoffnung, dass dieses auch in anderen vergleichbaren Kliniken und Zusammenhängen vorgestellt und dort dazu ermuntert wird, dieses ebenfalls umzusetzen – vielleicht auch durch zunehmende Dienstleistungen innerhalb des Bereichs der Psychischen Gesundheit in der Öffentlichkeit.

Unsere erfolgreiche Transformation, ausgehend von einem alten Modell hin zu einem neuen und erfolgreicheren Modell, das eine gesündere Lebensqualität in das Leben unserer Patienten und Mitarbeiter gebracht hat, ist etwas, zu dem das *Connecticut Valley Hospital* ganz allgemein wie auch überall auf dem Feld der Psychischen Gesundheitspflege ermuntern möchte. ■

Pat Guerard ist Reiki-Meisterin in der Tradition nach Hawayo Takata. Sie lehrt Reiki seit mehr als 15 Jahren. Schon in den 1970er Jahren lernte sie die Energiemedizin in Brüssel kennen.

Kontakt:
(In englischer Sprache)
E-Mail: Patricia.Guerard@ct.gov

Reiki in der klinischen Praxis

Seit mehr als fünf Jahren werden Schmerzpatienten am Unfallkrankenhaus Berlin (ukb) mit Reiki behandelt. Derzeit geben sieben Entspannungstherapeuten rd. 5.000 Reiki-Behandlungen jährlich. Marc Bendach, der von Anfang an dabei war, berichtet von der aktuellen Entwicklung.

▶ **Lesen Sie dazu** auch den Artikel „Wer hilft, hat recht – Reiki am Unfallkrankenhaus Berlin" (Ausgabe 2/2012) und das Interview mit Marc Bendach in Ausgabe 4/2012.

Als ich 2009 vom damaligen ärztlichen Leiter der Abteilung Schmerztherapie gefragt wurde, ob ich Reiki in die Reha für chronische Schmerzpatienten mit einbringen könne, war ich gelinde gesagt verblüfft. Chronische Schmerzpatienten gelten in der Regel als schulmedizinisch weitestgehend austherapiert. Deshalb wurde damals nach alternativen Behandlungsformen und Konzepten gesucht, um diesen Patienten auf andere, neue Weise vielleicht doch noch mehr helfen zu können. Und schließlich kam seitens der Leitung der Gedanke auf: ‚Wir haben doch einen Mitarbeiter, der nebenberuflich Reiki als Behandlungen und in Seminaren anbietet – und wir möchten das für uns nutzen.' Und so kam es dann auch!

Seit vielen Jahren arbeite ich nun als Entspannungstherapeut im Zentrum für spezialisierte rehabilitative Medizin im Unfallkrankenhaus Berlin (ukb) und behandle Menschen nach Arbeits- und Wege-Unfällen mit Hand-, Schulter- oder Knieverletzungen, chronischen Schmerzzuständen und nach Amputationen. Was mit mir allein begann, hat sich inzwischen zu einer ganzen Abteilung für Entspannungstherapie weiterentwickelt. Sieben Mitarbeiter und ein Angebot, das neben Reiki nun auch Autogenes Training, Progressive Muskelentspannung, Yoga, Qi Gong, Akupunktur, Ernährungsberatung, Achtsamkeitstraining, Genusstraining, Pilates, Biofeedback und Vorträge über Stress und Stressbewältigung umfasst.

Positives Feedback

Die 87 Prozent positiven Rückmeldungen der Schmerzpatienten des ersten Jahres bestätigten die günstigen Wirkungen auf Schmerz und Schmerzempfinden – und Reiki wurde binnen kurzer Zeit standardmäßig als Entspannungstherapie für alle Reha-Patienten in das Konzept integriert. Was hier so flüssig klingt, war es allerdings nie, denn wir hatten sowohl mit der Skepsis der Ärzte als auch und vor allem mit der Skepsis der Patienten zu tun. Täglich, immer wieder, bis heute.

95 Prozent der Patienten, die hier ihre erste Reiki-Behandlung erhalten, kennen Reiki nicht und können mit dem Begriff Lebensenergie erst einmal nichts anfangen. So sehen wir uns jeden Tag mit der Aufgabe konfrontiert, Reiki in Behandlung und Wirkung zu erklären, bevor wir mit der eigentlichen Behandlung beginnen. Der Fokus liegt dabei ganz klar auf der Entspannung und der Möglichkeit, den Körper in seiner Fähigkeit zur Selbstregulation zu unterstützen. Dies allerdings (die

Entspannung) funktioniert für viele Patienten erstaunlich gut. Und auch unsere Einschätzung als Entspannungstherapeuten ist, dass wir bisher keine andere Methode vermitteln konnten, die so schnell und so tief in die Entspannung führt wie Reiki.

Doch, wie gesagt, nicht jeder Patient denkt so. Ich erinnere mich da gerne an einen Patienten – und das ist eher die Regel –, der sehr skeptisch zur ersten Behandlung kam. Dann aber, hinterher, stand er langsam auf und sagte zu mir: „Das ist das Schönste, was ich jemals erlebt habe. Noch nie ist es mir gelungen, mich so fallen zu lassen wie in der letzten Dreiviertelstunde."

Entspannung & Selbstheilung

Die meisten unserer Patienten kommen mit einer gehörigen Portion Skepsis in die erste Behandlung. Energie, wie mir gegenüber immer wieder erwähnt wird, komme nun einmal doch aus der Steckdose, und nicht aus Händen. Viele schieben Reiki sofort in die Esoterik-Ecke – und die ist vielen nun mal etwas suspekt. Da gab es eine Patientin, die ebenfalls zur ersten Reiki-Behandlung kam. Den Kopf zwischen den Schultern, den Nacken verspannt, sehr vorsichtiger Blick. Ich erläuterte ihr Reiki als energetische Behandlungsmethode, sprach von Entspannung und Selbstheilung – und schon nach einer Minute war zu sehen, wie ihre Schultern sich entspannten, ihre ganze Haltung sich lockerte und ein vorsichtiges Lächeln sich einstellte. Kaum hatte ich meine Erläuterung beendet, atmete sie hörbar tief durch und sagte: „Puh, na das klingt doch ganz toll. Ich hatte schon Angst, das wäre so ein Eso-Dings hier und ich müsse vielleicht meinen Namen tanzen." Heute hat sie den 1. Reiki-Grad und ist, wie ich weiß, begeistert über die tägliche Hilfe und Heilung, die sie durch die Selbstbehandlung erfährt.

Aber auch wir als Behandler sind immer wieder dazu aufgefordert, Vorurteile abzubauen oder, noch besser, gar nicht erst aufkommen zu lassen. Sehr deutlich wurde mir dies einmal vor Augen geführt, als ich auf einen Patienten wartete, der zu seiner ersten Reiki-Behandlung kommen sollte. Ich war gerade damit beschäftigt, die Behandlungsliege vorzubereiten, da stand er schon in der Tür: Typ Rocker, schwarze Lederklamotten, lange Haare, langer Bart, dicke Goldketten um den Hals gehängt und über und über mit Totenköpfen tätowiert, füllte er fast den ganzen Türrahmen aus. Und da war es, mein spontanes Urteil: Das kann jetzt nichts werden! Nie und nimmer lässt der sich auf so etwas wie Reiki ein. Wie zur Bestätigung meiner Gedanken durchschritt er wortlos den Raum, legte sich auf die Liege und sagte nur: „Mach!" Ich weiß noch ganz genau, wie ich mich ans Kopfende setzte und mich innerlich fragte: ‚Lege ich ihm die Hände jetzt sanft auf, oder braucht er eine härtere Gangart?' Ich habe ihn dann wie alle anderen auch

Marc Bendach gibt einem Patienten im Unfallkrankenhaus Berlin (ukb) eine Reiki-Behandlung.

behandelt, ging die einzelnen Positionen durch, quasi von Totenkopf zu Totenkopf, während er mit geschlossenen Augen auf der Liege lag. Kein Wort, keine Reaktion. Doch kaum hatte ich die Behandlung beendet, richtete er sich plötzlich auf, ergriff meine Hände, schaute mir in die Augen und sagte: „Das war wunderschön! Hätte ich auf meinen Schamanen gehört, wäre ich schon viel früher zum Reiki gegangen." Daraufhin ist dann mein eigenes Weltbild auch mal kurz aus den Fugen geraten.

Inneres Wachstum

Ebenso gehen übrigens an uns, dem Therapeutenteam, die vielen Reiki–Behandlungen, die wir geben – immerhin meist 5-6 Behandlungen täglich je Therapeut – nicht spurlos vorüber. Immer wieder auf's Neue fordern lebendige Prozesse, die Reiki in uns anspricht, zu Veränderungen und zum Wachstum auf. Herzarbeit! Außerdem, und dies war ein längerer Lernprozess, galt es, Themen des energetischen Selbstschutzes und der energetischen Raumreinigung in unsere klinische Praxis zu integrieren.

Tatsächlich gibt es auch einige wenige Patienten, die Angst vor Reiki haben – und in den allermeisten Fällen ist diese Angst dann auf religiöse Vorbehalte zurück- ▶

Quellenhinweise:
* Der Spiegel, Ausgabe 21/2013, Autor: Jörg Blech.
** U.a. veröffentlicht in: „Das ist Reiki“, F.A. Petter, Windpferd Verlag.

Copyright Fotos: ukb

zuführen. Selbst professionell geführte Erklärungen helfen da meist nur wenig, Klarheit und Offenheit zu schaffen. Bei den meisten anderen Patienten ist es so: Die Erfahrung, die sie während der Behandlung machen, stimmt um, macht neugierig oder wach. Fragen kommen auf und werden von uns im Anschluss beantwortet. Für Zusammenhänge z.B. zwischen Körper und Geist werden Erklärungsmodelle geliefert, aber auch für ganz natürliche Vorgänge beispielsweise der Entgiftung und der Selbstregulation. Ein großes Thema ist Stress und dessen Auswirkungen auf Heilung oder Heilungsverzögerung. Ebenso wird auf das Thema Chronifizierung von Krankheit eingegangen.

Was ist Stress?

Wie hängen Stress und Krankheit zusammen? Was ist Stress? Ist es akuter Stress, durch meine momentane Lebenssituation hervorgerufen? Oder Dauerstress, durch dauerhafte Mehrfachbelastungen im Alltag, in der Arbeitssituation, durch sozialen Druck, meine Krankheit und die damit verbundenen Schmerzen und Bewegungseinschränkungen hervorgerufen, die ggfs. einen Arbeitsverlust mit sich bringen können? Sind es „innere Antreiber“, mit denen ich mich selbst unter Druck setze, wie z.B. eine Haltung des Perfektionismus, oder das Bemühen, es immer allen recht machen zu wollen? Oder handelt es sich um schon sehr lange bestehenden Stress in Form von Trauma, Angst, aufgestautem Zorn, Verletzungen, Verlust, Trauer, Scham, Schuld, Schmerz, Schock, Sorgen oder Ärger? Unverarbeitete emotionale und mentale Zustände, die über Jahre und Jahrzehnte in einem Menschen nachwirken können?

Für uns als Therapeuten ist es wichtig zu wissen, dass wir eine besondere Verantwortung haben. Nämlich die Verantwortung, Reiki als das darzustellen, was es ist: als eine energetische Behandlungsmethode, die in der Selbst- und Fremdbehandlung helfen kann, auf allen Ebenen des Seins mehr Gesundheit zu erschaffen, sowie auch als ein System, unabhängig vom Auflegen der Hände, bei sich selbst, ganz im Hier und Jetzt, anzukommen und so mehr innere Zufriedenheit und Klarheit zu erfahren.

Reaktionen auf Behandlungen

Nicht selten verlassen Patienten nach der ersten Reiki-Behandlung fast fluchtartig den Raum – und beginnen erst bei der folgenden Behandlung über ihre Erfahrung zu berichten. Bisweilen erhalten wir sogar nicht einmal direkt ein Feedback, sondern nur über andere Therapeuten. Erst kürzlich sagte mir ein Patient: „Ich bin eigentlich ein rationaler Typ und glaube nur, was ich sehen und hören kann. Deshalb war ich skeptisch wegen der Reiki-Behandlungen. Doch was ich dabei gespürt habe, wirft mein Weltbild völlig durcheinander. Darüber muss ich erst einmal nachdenken.“

Es ist enorm wichtig zu wissen, dass das, was wir als Behandler für selbstverständlich nehmen, noch lange nicht für andere so sein muss. Die neuen Erfahrungen wollen geführt, begleitet und erklärt werden.

Bereitschaft zu Heilung

Eine der entscheidenden Voraussetzungen für Heilung ist die Bereitschaft, Heilung auch anzunehmen. Um Patienten an das Konzept von Lebensenergie heranzuführen, nutze ich in meinen Erläuterungen zum Qi Gong oder zum Reiki gerne den Energiestrich im Energiefeld des Menschen und dessen Auswirkungen auf den physischen Körper, getestet durch den Kinesiologischen Armtest. Erfahrung, so zeigt sich, ist weitaus wichtiger als jedes abstrakte Wissen. In vielen Fällen löst allein dieser Test bereits ein Umdenken aus in Richtung: ‚Könnte ja doch möglich sein ...‘ Nicht selten erlebe ich Patienten, die mir dann später voller Überschwang berichten: „Ich hab’s bei meiner Frau versucht. Es funktioniert!“ So wird Energie plötzlich eine erfahrbare und wirksame Größe.

Für die Behandlung mit Reiki bedeutet dies, dass ich Blockaden in Form von Zweifeln loslassen kann und Wirksamkeit eine Chance gebe. Auch demonstriere ich mit Hilfe des Kinesiologischen Armtests gerne die Wirkung von Gedanken, Gefühlen und inneren Bildern (Informationen) auf den Körper und auf Heilungsprozesse. In diesem Zusammenhang fällt mir ein Artikel aus der Zeitschrift *Der Spiegel* ein, mit dem Titel „Heilen mit dem Geist“.* Darin wird u.a. auf Studien hingewiesen, die zeigen, welchen Einfluss gute Gefühle wie beispielsweise Vertrauen in den behandelnden Arzt, in den Therapeuten und in die verwendeten Heilverfahren auf die Gesundung haben kann.

Positive Gefühle

Positive Gefühle wie Zuversicht, Optimismus und Vertrauen in Therapeut und Therapie sind so gesehen ein ganz entscheidender Faktor für den Prozess der Heilung. Natürlich funktioniert dies auch in die andere Richtung. In jedem Falle wird die Bedeutung, die ich einer Therapie für meine Heilung zumesse, und meine Erwartungen an sie, den Heilungsprozess mit beeinflussen. Wir dürfen lernen, dass die Placebowirkung, die so gerne belächelt wird, eine geistige Fähigkeit ist, die, bewusst durch den erkrankten Menschen genutzt, ein immenses Potenzial in sich birgt. Und das gilt für jede Therapie – ob OP, Medikamente, Ergo-, Physiotherapie oder Reiki.

In einem Interview mit Mikao Usui, dem Begründer des Reiki, ist zu lesen, wie er sich zu den Wirkungen von Reiki-Behandlungen äußert.** Dort heißt es sinngemäß, dass Reiki bei akuten Erkrankungen und Verletzungen sehr schnelle Hilfe, heißt: Linderung oder Heilung bietet. Bei chronischen Erkrankungen oder Beschwerden jedoch sind meist regelmäßige Behandlungen über einen längeren Zeitraum nötig, um zur Heilung zu führen. Dies zeigt sich auch im klinischen Alltag.

Wie ein Wunder

Ich erinnere mich an eine Situation vor einigen Jahren, als eine Reha-Patientin zur Reiki-Behandlung kam, die sich zwei Stunden zuvor beim Sturz auf einer Treppe das linke Sprunggelenk verstaucht hatte. Stark humpelnd kam sie nun mit einem massiv geschwollenen, heißen, geröteten und äußerst schmerzhaften Gelenk zur Behandlung. Ich habe in dieser Behandlung ausschließlich Fuß und Sprunggelenk behandelt. Nach 45 Minuten war die Schwellung vollständig zurückgegangen, ebenso Rötung und Hitze. Die Schmerzen, so die Patientin, waren fast nicht mehr zu spüren, und sie konnte den Fuß wieder vollständig belasten. Es war für uns beide wie ein Wunder.

An solchen Beispielen können wir erkennen, wozu der Körper mit seinen Selbstheilungskräften in der Lage ist, wenn er die entsprechende Unterstützung erhält, die diese Kräfte fördern. In der klinischen Praxis der Reha ist es allerdings so, dass die Patienten unter Beschwerden leiden, die sie bereits seit Wochen, Monaten und bisweilen auch seit Jahren mit sich herumtragen. Hier kommt es nur selten sofort zu derart gravierenden Heilungen. Der Körper/Geist-Organismus scheint meist erst einmal andere Prioritäten zu setzen.

Bedürfnis nach Erholung

Wir beobachten täglich, dass das, was ich „Entstressung“ nenne, bei den meisten Patienten im Vordergrund steht. Viele Patienten, die über sehr viel Stress und dessen Folgen klagen, berichten, dass sie seit Beginn der Reiki-Behandlungen erstmalig wieder gut ein- und durchschlafen können. So wie kürzlich eine Patientin, die nach der ersten Reiki-Behandlung sofort ins Bett fiel und 13 Stunden durchschlief. Diese Reaktionen sind keine Seltenheit und zeigen deutlich ein großes Bedürfnis nach Erholung und Regeneration.

Mitglieder des Teams der Entspannungstherapeuten am Unfallkrankenhaus Berlin bei Yoga-, Qi Gong-, Pilates- und Entspannungsübungen (hier: Yoga).

Auch können sich durch Reiki-Behandlungen muskuläre Verspannungen oder bindegewebliche Verhärtungen lösen, die eine häufige Ursache für Schmerzen und Bewegungseinschränkungen darstellen. So kann Reiki dann auch eine gute Unterstützung für die funktionellen Therapien wie Ergo- oder Physiotherapie sein. Schmerzen können während der Behandlung mit Reiki auch erst einmal kurz stärker werden, was für uns ein Zeichen ist für energetische Blockierungen, die sofort Linderung erfahren, wenn sie über Hände oder Füße ausgeleitet werden. Hier gilt es, dem Patienten das Prinzip der „Heilreaktion“ kurz zu erläutern.

Innere Wahrnehmungen

So wie bei uns allen unsere physischen Sinne unterschiedlich stark ausgeprägt oder auch beeinträchtigt sind, verhält es sich auch mit dem Spüren von Energie. Da gibt es Patienten, die mir ganz genau beschreiben können, wo sie gerade die Energie fließen spüren, und wo es stockt – die von Wellen berichten, die durch den Körper oder einzelne Körperteile strömen, von Hitze, Kribbeln, Fließen berichten bis hin zu „inneren Reisen“, die Wahrnehmung von Farben und anderem. Dabei erfahren sie häufig einfach nur eine sehr tiefe und regenerative Entspannung.

▶

Auch Ängste, Trauer oder längst vergessen gewähnte Erinnerungen können wieder an die Oberfläche kommen. Dann können Tränen oder ein befreiendes Lachen die Behandlung begleiten. Viele Patienten spüren in diesen Momenten, dass Beschwerden eben nicht nur rein körperliche Symptome sind – und beginnen die Zusammenhänge zwischen Körper und Geist zu erkennen. Schon oft hörten wir nach den Behandlungen Aussagen wie diese: „Ich weiß ganz genau, warum mir dieser Unfall passiert ist. Ich sollte einfach mal aus dem Verkehr gezogen werden. So wäre es nicht weitergegangen."

Positive Veränderungen

Qualitäten wie Selbstmitgefühl und das Bedürfnis, einen achtsameren und liebevolleren Umgang mit sich selbst zu kultivieren, stellen sich ein. Genau das ist es auch, was ich bei nahezu allen Patienten beobachte, die nach der Reha, teilweise finanziert durch ihre Berufsgenossenschaft, selbst Reiki erlernen, um den Vorteil der täglichen Selbstbehandlung für sich zu nutzen. Die meisten dieser Patienten sehe ich in den folgenden Wochen, Monaten oder Jahren auf Reiki-Treffen wieder, in Seminaren zu aufbauenden Graden oder zum „Reiki-Marathon". Dabei ist es für mich immer wieder erstaunlich zu sehen, welch' positive Veränderungen diese Menschen bei regelmäßiger Selbstbehandlung erleben.

Gerade bei chronischen Erkrankungen geschehen die Heilungen meist erst auf geistiger Ebene – und danach stellt sich ein Mehr an innerer Ruhe und Aufgeräumtheit ein, verändern sich Ansichten und Werte hin zu Ausgeglichenheit und Achtsamkeit, von Konflikt und Konfrontation hin zu Akzeptanz, von Kontrolle und Angst hin zu Vertrauen. Und dann, erst dann beginnt meist auch der Körper zu heilen. Hier reichen natürlich die vier Wochen Reha im ukb meist nicht aus – doch sind die ersten wichtigen Impulse gesetzt, die ersten wichtigen Anregungen gegeben.

Vom Patienten zum Reiki-Lehrer

Gerne erzähle ich auch die Geschichte von Rolf Neujahr, der Reiki als Patient in der Reha des ukb kennenlernte – und im Anschluss daran den 1. und 2. Reiki-Grad erlernte, finanziert durch seine Berufsgenossenschaft. (Das Reiki Magazin berichtete in Ausgabe 3/14 über seinen Weg mit Reiki.) Zur Zeit seines Unfalls bezeichnete Rolf Neujahr sich selbst noch als „cholerischer Typ, der leicht mal in die Luft geht". Heute ist er ein sehr erfolgreicher Reiki-Lehrer, und wenn er auf Reiki-Treffen von seinen Erfahrungen berichtet, fällt vielen dabei als erstes sein großes Herz auf, seine Ruhe und Gelassenheit. „Reiki ist für mich Liebe", berichtet er, „und keiner meiner Klienten verlässt meine Praxis ohne Umarmung."

Solche Geschichten machen Mut. Auch nach 24 Jahren mit Reiki bin ich jeden einzelnen Tag voller Dankbarkeit für diese wunderbare und so einfache Heilmethode, die aus meiner Sicht in jedem Haushalt, in jeder Praxis und in jeder Klinik ihren Platz finden sollte. Nicht als Alternative zur schulmedizinischen Therapie, sondern Hand in Hand damit, als Ergänzung und Unterstützung.

Türöffner

Skeptische Blicke und Voreingenommenheit erfahren wir jeden Tag. Doch auf der anderen Seite, gerade von ärztlicher Seite her, auch immer mehr Aufgeschlossenheit und Interesse. So lag inzwischen schon manch' ein Akademiker mal auf der Liege, um sich behandeln zu lassen – oder hat Reiki sogar selbst erlernt. Doch, wie man sagt: Die Mühlen mahlen langsam, und die Integration von Reiki in den klinischen Alltag ist ein Prozess, der nicht in Monaten oder Jahren geschehen kann, sondern sicherlich über Jahrzehnte gehen wird. Wir Entspannungstherapeuten im Zentrum für spezialisierte rehabilitative Medizin im ukb sehen uns hier gerne als Türöffner. Und ich freue mich, wenn irgendwann einmal meine Enkel von dieser Entwicklung profitieren werden. ■

Über den Autor: Marc Bendach praktiziert Reiki seit 1992, Ausbildungen zum Lehrer im Usui Shiki Ryoho und Jikiden Reiki. Kontakt unter: www.reiki-neuenhagen.de

Das Therapeium in Berlin

Über die „Kunst des Heilens“

In Berlin-Zehlendorf gibt es eine ärztliche Praxis, die spezialisiert ist auf Energiemedizin, mit einem etwas anderen Hintergrund. Hier stand einmal nicht der asiatische Kulturkreis Pate für die zugrunde liegende Philosophie, sondern der europäische. Dies kommuniziert auch der aus dem Altgriechischen stammende Name der Praxis: Therapeium.

Marlen und Hartmut Schröder, Begründer des Therapeiums, haben eine enge Beziehung zum alten Griechenland, zur Wiege der europäischen Kultur. Die Fachärztin für Allgemeinmedizin und der Professor für Therapeutische Kommunikation fanden während eines Aufenthalts auf der Insel Kos die Ideen für ihre Praxisgemeinschaft. Kein Zufall, könnte man meinen, denn Kos gilt als Heimat des griechischen Arztes Hippokrates, der im 5. Jahrhundert vor Christus die Basis legte für eine umfassende medizinische Philosophie und Wissenschaft, die bis ins Mittelalter, ja fast bis in die frühe Neuzeit hinein galt und angewandt wurde. Eine ihrer Theorien ist auch heute aktuell: die Lehre vom Pneuma, dem feurigen Lebensgeist, der den Körper durchdringt und mit dem Blut durch die Adern fließt.

Das Therapeium in Berlin-Zehlendorf.

Hippokrates und seine Schüler begriffen das Pneuma als materielle Lebenskraft. Ihnen zufolge hatte das Pneuma seinen Sitz im Gehirn und beeinflusste von dort aus den gesamten Körper. Zwei Arten von Pneuma nahm man an: das physische der eingeatmeten Luft und das seelisch-geistige, das im Herzen sitzt. Gleichzeitig galt das Pneuma als jener Stoff, der den Kosmos, den man als beseelt ansah, und den menschlichen Körper zusammenhielt. Mensch und Kosmos waren, weil verbunden durch das Pneuma, eins.

Doch Marlen und Hartmut Schröder haben nicht nur eine privatärztliche Praxis aufgebaut. Beide stehen auch für die Akademisierung komplementärer Heilmethoden und die Verbindung von Praxis und Forschung sowie für das neue Konzept einer Kulturheilkunde. Was sie in der Praxis anwenden und erkennen, fließt auch in Forschungsprojekte ein und wird in Studiengängen an der Europa-Universität Viadrina Frankfurt (Oder) und an der Steinbeis-Hochschule Berlin gelehrt. Unterstützung in ihrer Arbeit im Therapeium finden sie durch andere ärztliche und therapeutische Praxen, die in den Räumen vor Ort tätig sind, sowie von einem Netz von Gasttherapeuten, die je nach Bedarf ins Therapeium kommen.

Professor Hartmut Schröder ist auch Gründer des Instituts für Transkulturelle Gesundheitswissenschaften

an der Europa-Universität Viadrina und des dortigen Master-Studiengangs „Kulturwissenschaften/Komplementärmedizin“. Dabei geht es um die geisteswissenschaftlichen Wurzeln der Medizin und die kommunikativen Grundlagen einer Heilkunde, die es ermöglicht, den Patienten da abzuholen, wo er kulturell herkommt. Wer aus dem asiatischen Kulturkreis kommt, hat oft einen anderen Zugang zu Körper, Krankheit und Schmerzen als ein Europäer. Auf die unterschiedlichen Bedürfnisse gilt es, Rücksicht zu nehmen, und mit dem Patienten auf einer seiner Mentalität entsprechenden, vertrauten Ebene zu kommunizieren.

Die griechischen Ärzte der Antike, allen voran Hippokrates, hatten ein Therapiekonzept entwickelt, von dem man sich im Therapeium inspirieren lässt. Hartmut Schröder: „Es fußt auf drei Säulen: erstens dem Heilenden Wort, zweitens der Anwendung von Kräutern oder, weiter gefasst, dem, was wir Naturheilkunde nennen, und drittens, wenn all das nicht hilft, kommt als *ultima ratio* der chirurgische Eingriff zustande.“ Doch immer dabei ist „das Heilende Wort!“.

Das „Lebensfeuer“

Das jeweils passende Heilende Wort für den Patienten zu finden, sei ein „dialogischer und intuitiver Prozess“, erklärt der Professor für Kulturwissenschaften. Manchmal entwickele sich dieses Wort spontan im Gespräch, manchmal komme es aus einer Eingebung des Patienten selbst. Ein Relikt dieses „Heilenden Wortes“ aus der antiken, griechischen Tradition werde heute noch immer häufig in den Arztpraxen gesprochen – dann nämlich, wenn der Arzt bei der Gabe eines Medikaments zu seinem Patienten die Heilung unterstützende Worte sagt.

Die Konzepte von Pneuma und Heilendem Wort sind sowohl die Wurzeln als auch der rote Faden in Marlen Schröders allgemeinmedizinischer Praxis. Sie ist Hausärztin und macht alles, „was ein Arzt so tut: Blut abnehmen, Laboruntersuchungen veranlassen, ein EKG machen, gegebenenfalls Medikamente verschreiben“. Doch die Mehrheit ihrer Patienten wolle mehr als die übliche Versorgung, man wolle „von Grund auf kuriert werden“, die Krankheit oder Befindlichkeitsstörungen „an den Wurzeln gepackt und behandelt wissen“.

Hier greift das breit gefächerte Angebot im Therapeium. Zur Energiemedizin gehört hier vor allem auch Reiki: Marlen Schröder hat den 2. Grad im Usui-System des Reiki. Darüber hinaus kommen ergänzende energietherapeutische Geräte zum Einsatz. Eines dieser Geräte ist von Professor Fritz-Albert Popp entwickelt worden, dem Entdecker der „Biophotonen“ oder, anders gesagt, des Lichtes in den Zellen. Mit einem Softlaser, so Marlen Schröder, werde „Licht direkt in die Zellen des Körpers gebracht, dies regt die Selbstheilungskräfte an“.

Marlen Schröder im Gespräch mit einem Patienten.

Mit einem weiteren Gerät lässt sich die Herzratenvariabilität messen, die auch als „Lebensfeuer“ dargestellt werden kann. Die Messung der Herzratenvariabilität ist vergleichbar mit einem Langzeit-EKG, der Patient trägt das Messgerät 24 Stunden am Körper. Dabei wird sichtbar, wie Stress sich auf das autonome Nervensystem auswirkt. Das autonome Nervensystem steuert u.a. den Herzschlag und kann vom Bewusstsein nicht beeinflusst werden. Die Variabilität zwischen den einzelnen Herzschlägen zeigt, wie gut der Organismus auf innere und äußere Reize reagiert. Alles, was im Körper geschieht, was an Informationen durch die Nerven ins Gehirn gelangt, beeinflusst auch das Herz.

Aktivierung der Selbstheilung

Anhand dieser Messungen, so Marlen Schröder, könne auch dargestellt werden, wie sich etwa eine Reiki-Anwendung auf den Körper auswirke: „Man kann sehen, wie die leeren Batterien wieder aufgefüllt werden, das Lebensfeuer stärker wird.“ Anhand der Herzratenvariabilität und von Laborergebnissen lasse sich das ▶

Marlen und Hartmut Schröder.

Ausmaß der Erschöpfung, an der jemand leidet, sichtbar machen – und zugleich das Wirken von eingeleiteten Therapien darstellen. Generell betonen Marlen und Hartmut Schröder, dass im Therapeium kein „Entweder/Oder" praktiziert werde, sondern vielmehr das Beste aus der Schulmedizin mit der Komplementärmedizin verbunden werde. Es komme auf den einzelnen Patienten an, darauf, was der individuelle Mensch zu einem gegebenen Zeitpunkt brauche. Dabei zielen alle Therapiemethoden in der Praxis auf die Regulation der Selbstheilungskräfte ab, auf das Aktivieren des „inneren Heilers", wie Hartmut Schröder betont. Damit folgt er einem Wort des Hippokrates: „Die wirksamste Medizin ist die natürliche Heilkraft, die im Inneren eines jeden von uns liegt!"

Der Name „Therapeium" kommt nicht von ungefähr. Einerseits enthält er ein altes Wort für „Dienen", andererseits spielt er auf den heilenden Charakter eines Ortes an. Dem tragen die Praxisräume Rechnung. Gelegen in einer Villa aus der Gründerzeit, dem ausgehenden 19. Jahrhundert, fallen einem, wenn man sie betritt, sogleich die hohen Decken und die hellen Wände auf, beides wird zudem durch die Beleuchtung der Räume betont. Schon hier wird offenbar, dass Heilung auch etwas mit „Sich erheben" zu tun haben kann – denn die hohen Decken ziehen den Blick und damit die eigene Aufrichtung automatisch nach oben.

Wie im alten Griechenland, wo die Kliniken stets an besonderen Kraftorten standen, soll auch hier ergänzend die Heilkraft des Ortes wirken. Dem Konzept der hier angewandten Kulturheilkunde zugrunde liegt eine stimmige Mischung aus Ort, Haus, Einrichtung, Licht, Farbe und Methoden. Denn Heilung ist ein Geschehen, bedingt und gespeist aus vielen Faktoren. Dazu gehöre auch „eine Kultur der Umgebung und des Umgangs miteinander," so Hartmut Schröder. Und er erläutert, dass Studien gezeigt haben, wieviel rascher und gründlicher etwa Krankenhauspatienten genesen sind, wenn sie von ihrem Fenster aus in einen Park oder auf Bäume sehen konnten statt auf Mauern oder Beton.

Innere Harmonie

Eine Besonderheit im Therapeium sind Körper- und Klanginstrumente. Sie werden hier eingesetzt im Rahmen eines sogenannten „Klang-Coachings", das keine eigenständige Therapiemethode ist, sondern ergänzend angewandt wird. Die Tradition der Klangtherapie ist alt und vielseitig. Schon in der Antike wurde Musik eingesetzt, um kranken Menschen zu helfen. Seinerzeit nahm man an, dass der kranke Mensch „in Unordnung geraten" sei und wollte durch die Anwendung von Musik die Ordnung, die innere Harmonie, wieder herstellen.

Die Instrumente, die im Therapeium eingesetzt werden, sind keine, auf denen man in einem üblichen Orchester musizieren würde. Das liegt an ihrer Bauweise. Es handelt sich vor allem um Mono- und Polychorde – also um Saiteninstrumente, die auf nur einen oder maximal zwei bis drei verschiedene Töne gestimmt sind. So klingen alle Saiten auf demselben Ton oder auf maximal zwei bis drei verschiedenen Tönen, die in einer harmonischen Beziehung zueinander stehen.

Die Tradition solcher Instrumente reicht weit zurück: Schon im Schamanismus wurden sie eingesetzt, um veränderte Bewusstseinszustände oder heilende Wirkungen zu erzeugen. Auch heute ist darauf zu achten, wie der Patient oder Klient, der an einer solchen Klangtherapie teilnimmt, reagiert. Denn diese Klänge haben eine sehr starke Kraft. Eine besondere Herausforderung in der Wirkung können dabei die mitschwingenden hohen Obertöne sein. Jeder Mensch hat individuelle Vorlieben und Abneigungen bezüglich bestimmter Töne. Damit kann auch therapeutisch gearbeitet werden. Der Klangtherapeut braucht daher Empathie und Erfahrung.

Klangteppich

Auf einem der klangtherapeutischen Instrumente kann man sogar liegen. Die große Klangliege aus Holz ermöglicht es, den Klang durch den Körper hindurch zu spüren, ihn mit dem ganzen Körper zu „hören". Eine ganz besondere Erfahrung, wenn der Körper zum Resonanzraum für von außen kommende Töne wird. Im Kleinen kennt das wohl jeder, der satte Bässe liebt: sie durchdringen tatsächlich den Körper. Hier allerdings wummern keine Bässe, sondern zu hören sind Saiten. Zum Klingen gebracht von Marlen und Hartmut Schröder, die, neben der Klangliege sitzend, 64 Saiten spielen, die auf den nach unten gewölbten Bauch der Liege gespannt sind. Dabei entsteht ein Klangteppich von faszinierender Fülle, von dem man sich tragen lassen kann: die „Kunst des Heilens". ■

Zur Autorin: Franziska Rudnick ist Redakteurin des Reiki Magazins und Autorin des Buchs „Heilende Begegnung". Als Heilpraktikerin wendet sie in ihrer Praxis Klassische Homöopathie, Reiki und andere energiemedizinische Methoden an.

Kontakt:
E-Mail: praxis@akatombo.de
www.akatombo.de