

Warum trotz der Diagnose "unheilbar" Heilung möglich ist

In den letzten 35 Jahren durfte ich in meiner Arbeit als Psychoonkologe und Kunsttherapeut in der Begleitung von über 15.000 Menschen viele Erfahrungen sammeln. Einige meiner Erfahrungen möchte ich mit Ihnen teilen, wissend, dass sie womöglich Ihre eigenen Gedanken und Vorstellungen bestätigen und somit nur Erinnerungen sind an etwas, das Sie bereits wissen. Trotzdem erscheint es mir sinnvoll, uns immer wieder an die in uns existenten unwiderruflichen Erfahrungen zu erinnern.

Von dem Begriff "unheilbar" und den unerschöpflichen Möglichkeiten der Entwicklung des Lebens

Können wir durch Medikation und Intervention keine Heilung hervorbringen, taucht häufig der Begriff "unheilbar" auf. Er bezieht sich auf das von uns Machbare, auf unsere Fähigkeit, Entwicklungen zu verstehen und bewusst hervorzubringen. Er bezieht sich auf unser bewusstes Verstehen der Lebenszusammenhänge und nicht auf die Vielfalt an Entwicklungsmöglichkeiten, die uns das Leben zeigt.

Das Leben hat immer wieder Menschen mit eindeutigen medizinischen Prognosen zu mir geführt, einige hatten aus medizinischer Sicht eine Lebenserwartung von Stunden oder Tagen, die sich dann in der Lebensentwicklung aber nicht bewahrheitet hat. Meine Lebenserfahrung hat mich gelehrt: Solange wir atmen, existiert eine Energie, eine Weisheit, ein Vermögen, eine Lebenskraft in jedem von uns, die Gesundheit erneut hervorbringen kann. Die Hoffnung auf Heilung, sogar bis auf die körperliche Ebene, ist bis zum letzten Atemzug berechtigt, und gleichzeitig ist es wünschenswert, das Sterben und den Tod in das Leben integriert zu haben.

Wie können wir diese Kräfte in uns wertschätzen und unterstützen lernen?

In jedem Menschen vollziehen sich lebenslänglich pro Sekunde Milliarden von Heilungen. Als ein Beispiel sei die ständig erfolgende "DNA-Reparatur" (Nobelpreis Chemie 2015) genannt, die alltägliche Schädigungen in jeder Zelle heilt. Wir können jeden Moment nur am Leben bleiben, weil in jedem

von uns das ständige Wunder der Heilung immer existent ist. Eine Wertschätzung könnte die tägliche Dankbarkeit im Herzen sein. Das Wunder des Lebens wird ständig von vielen Lebensumständen moduliert. Das Wachsen und Gedeihen einer Pflanze hängt mit von ihrem Standort und der Pflege ab. Die Entfaltung und Gesundheit eines Tieres hängt von den Verhältnissen und Bedingungen in seinem Lebensraum ab. Und was gestaltet und moduliert die Entwicklung eines Menschen? Es gibt unterstützende wie erschwerende Lebensumstände.

Lebensumstände, äußeres und inneres Umfeld

Der Mensch hat nicht nur den Ort oder den Raum, sondern vor allem sein Umfeld, in dem er lebt. Das Umfeld möchte ich unterteilen in sein äußeres und inneres Umfeld.

Das innere Umfeld sind all seine Erfahrungen, seine Überzeugungen, seine Gedanken und seine Gefühle, als seine Prägungen und über Generationen weitergegebenen Verhaltensweisen und Muster. Damit verknüpft sind z.B. seine Grundhaltungen, die sein Denken, Fühlen und Handeln prägen. Seine Hoffnungen, seine Zuversicht, sein Zweifel, seine Ängste, sein Glauben und Vertrauen sind ebenso inniglich damit verknüpft.

Zusammengefasst könnte man sagen, es ist seine innere Haltung, die einen großen Einfluss auf die Entwicklung seines Lebens und natürlich auch auf den Krankheitsverlauf hat: wie er mit sich selbst gnädig, liebevoll oder anklagend, missachtend umgeht, wie seine innere Haltung in der Beziehung zu anderen Menschen ist und zu seiner eigenen in ihm existenten Kreativität. Die Gestaltung jedes Tages, jedes neuen Gedankens, die Umsetzung einer Einsicht, die Herausforderung der Krankheit verlangt von uns ständig die Entfaltung unserer Kreativität.

Wie komme ich zu solchen Aussagen, mögen Sie sich fragen? Es ist meine Erfahrung, die mir das Leben geschenkt hat. Als Psychoonkologe und Kunsttherapeut konnte ich immer primär den Menschen "um die Krankheit herum" wahrnehmen. Die Krankheit trat häufig in den Hintergrund, und sichtbar wurde, wie er denkt und fühlt, und wie er handelnd und gestaltend Stoff ergreift und wirksam ist. Dabei habe ich erlebt, dass Menschen mit besonders guten Krankheitsverläufen häufig Grundhaltungen zur Verfügung haben, die ihre Fähigkeiten zu gestalten erweitern.

Heilsame Grundhaltungen

Es sind die Fähigkeiten der Offenheit, der Dankbarkeit, der Wertschätzung, der Verbundenheit, des Sich-einlassen-Könnens, des Miterlebens und Mitfühlens. Ebenso wie Neugierde, Interesse, Mut und Vertrauen, Entschlossenheit, konsequentes Realisieren sowie ein Blick für den übergeordneten Zusammenhang.

Seele, Immunsystem und die innere Treue

Es sind seelische Tugenden, die wir entwickeln können, und meine Erfahrung sagt mir, dass sie innig verbunden sind mit der Entfaltung der schöpferischen Kräfte in uns. Ist der Heilungsprozess auf der biochemischen Ebene nicht auch ein Prozess, ein Entwicklungsweg? Benötigt er nicht auch die Fähigkeiten der liebevollen Zuwendung, des Sich-Verbindens, des Miterlebens und Mitfühlens als Voraussetzung, um erkennen zu können? Sind diese Schritte nicht die Grundlage für Bewusstwerdung und Entscheidungsfähigkeit?

Novalis spricht im Zusammenhang mit der Heilkraft in uns von den schöpferischen Kräften im Menschen. Er sagt, es geht um die Wahrheit. Er meint damit nicht das Gegensatzpaar von Wahrheit und Lüge, sondern er sagt, es geht um die Treue. Die Treue zu sich selbst, "dem Handeln getreu seiner innersten Erkenntnis, Überzeugung". Mich überrascht nicht, dass viele Menschen, die lange Zeit mit einer schweren Krankheit überleben oder Heilung erfahren durften, auf diesem Weg deutlich fortgeschritten sind. Sie übernehmen die Verantwortung für sich und arbeiten bewusst an ihrem Entwicklungs- und Heilungsweg, ohne Garantien und Sicherheiten, aber mit der Gewissheit, dass es für sie stimmig ist und sie mit sich selbst eins sind. Sie sind im umfassenden Sinne heil geworden.