

Ganzheitliche Heilung ohne Nebenwirkungen für Arzt, Patient und Gesundheitssystem

Dr. med. Susanne Kreft

Ganzheitlichkeit in der Medizin liegt voll im Trend, die Patienten wünschen sich mehr Naturheilkunde in der Medizin und Kostendämpfung ist schon lange ein Thema in unserem Gesundheitssystem. Wir wünschen uns mehr Natur als Chemie in den Apotheken und von unserem Arzt mehr Zuhören. Unsere Liste der Wünsche ist lang und die Wünsche auch ehrlich und gut gemeint. Unsere Politiker versuchen so gut es geht an den „Schrauben“ für die Reparatur zu drehen, die Gelder besser zu verteilen oder uns Sparmaßnahmen aufzudrücken. Es ist ein eigentlich schon verlorenes Spiel, denn was nicht da ist, kann ja auch nicht verteilt werden. Und wir selbst nehmen uns keine Zeit, wieder gesund zu werden, wenn wir mal krank sind, weil ja der Arbeitsplatz gefährdet ist oder halten uns mit Rente oder HARTZ IV über Wasser. Wie oft haben Sie in der letzten Zeit die Sätze gesagt oder gehört: „Das ist ja völlig verrückt.“ oder „Das verstehe ich ganz und gar nicht.“?

Ja, es ist so. Es ist verrückt und wir haben uns in diesem System ziemlich verirrt. Und irgendwie scheint es auch keinen (wirklichen) Ausweg geben. Es gibt jedoch einen anderen Weg und dieser beginnt mit einem neuen Verständnis von Ganzheitlichkeit.

Ganzheitlichkeit bedeutet nicht, nach immer mehr Ursachen einer Krankheit zu suchen (Störfelder, Strahlungen, Parasiten, Blockierungen, Pilze im Darm, Geopathien, Übersäuerung usw.)

Ganzheitlichkeit heißt auch nicht nur, Herz und Niere oder Körper und Geist wieder miteinander zu verbinden, sondern mich selbst wieder mit dem Leben, mit dem Menschen, mit dem Universum zu verbinden. Aspekte, die immer schon in der Medizin verwurzelt waren, kehren in die Praxis zurück, wie Dankbarkeit, Respekt, Mitgefühl, Nächstenliebe und Demut. In unserem Eid als Arzt geloben wir, unser Leben in den Dienst der Menschlichkeit zu stellen. Menschlichkeit ist die höchste Tugend der chinesischen Philosophie. Aber was ist der Mensch?

Aus Sicht des Mediziners der Körper, den ich mit all seinen Funktionen und Strukturen beschreiben und (manchmal) reparieren kann? Aus Sicht des Patienten der Mann oder die Frau, die mit meinen Krankheiten und Beschwerden (viel?) Geld verdient? Aus Sicht des Arbeitnehmers der Chef, der mich zu Überstunden drängt, weil ich sonst meinen Arbeitsplatz verliere? Aus Sicht des Ehemanns die Ehefrau, die „meine“ Frau ist und keinen anderen Mann auch nur anzuschauen hat. All dies sind nur äußere Beschreibungen und Wertungen, die uns das wirklich Schöne und Wahre am Menschen verschleiern. Der Mensch ist ein lebendiges Wesen und damit Geschenk der Natur. Wenn wir den Menschen neben uns vollständig und bewusst begreifen würden, wäre in uns nur Freude und Dankbarkeit.

Kehren wir nun in eine Arztpraxis zurück. Keiner ist hier besser oder schlechter dran, weder der Patient, noch der Arzt. Wir haben alle das gleiche zu lernen. Der Patient ist krank, das System ist krank, also ist auch der Arzt krank. Der geht bloß selbst nie zum Arzt...

D.h., wenn wir heilen und gesunden wollen, dann geht das nur zusammen. Was sind wir also bereit aufzugeben? Was bin ich bereit loszulassen? Hippokrates sagte schon: „Wenn Du nicht bereit bist, Dein Leben zu ändern, dann kann Dir nicht geholfen werden.“ Und hier geht es gar nicht um die drastischen Veränderungen, wie Arbeitsplatzwechsel oder Scheidung, sondern um die kleinen alltäglichen Loslass-Übungen, die uns den ganzen Tag zur Verfügung stehen.

Wir wollen gerne eine natürliche Pille anstatt Chemie gegen zu hohes Cholesterin, gehen aber weiter zu MC oder schütten literweise Kaffee in uns hinein. Wir wollen sanfte Akupunktur anstelle chemischer Schlaftabletten gegen unsere Schlafstörungen, aber arbeiten natürlich weiter mehr als 10h am Tag. Nebenbei wollen wir abnehmen, stopfen uns jedoch weiter jeden Tag (vor allem mit Gedanken) voll. Wir wünschen uns mehr Anerkennung und Bestätigung, sind aber sofort am meckern, wenn dies und das mal nicht funktioniert. Und als Nachtisch gibt es noch- höchst unverdaulich- eine gute Portion schlechtes Gewissen dazu.

Tatsache ist: Wir können schon gar nicht mehr sehen und wertschätzen, was die moderne Medizin uns alles zur Verfügung stellt. Die Errungenschaften sind fantastisch und trotzdem werden wir immer unglücklicher und unzufriedener. Ganzheitlichkeit geht nun mal nicht ohne mich. Irgendwie muss der Mensch sich daran beteiligen und mitmachen.

Es gibt ein gutes Konzept, das sehr gut funktioniert: Ich muss anfangen. Nun fragt sich jeder, ja warum soll ich denn damit anfangen, aufzuhören und loszulassen? Weil es um keinen anderen geht. Jede Story über eine andere Person ist Illusion, nicht Wahrheit. Wir sehen doch nur das, was wir sehen wollen oder können. Aber wir haben immer die Freiheit, im anderen das Leben zu sehen. Jeden Augenblick neu und ohne Vergangenheit. Darin besteht auch die Chance zu einem großen Teil der Heilung. Sie können kaum einem Arzt vertrauen, weil auch er einfach nur ein Mensch ist, der Fehler machen kann. Aber es gibt etwas Größeren, dem wir vertrauen können und das ist das Leben selbst. Diese Instanz findet sich in jedem Menschen und dort sind wir miteinander verbunden. Manche Kranken- und Leidensgeschichten sind so vertrackt, dass ich da auch kaum eine Chance zur Verbesserung sehen kann und nicht mal weiß, wie ich helfen kann. Die Kraft zum Weitermachen gibt mir dann die Gewissheit, dass das Leben ein selbsterhaltendes Ganzes ist und wesentlich intelligenter ist als ich. Wenn ich meine Zweifel und Urteile (z.B. „dem kann man sowieso nicht helfen“) abgelegt habe, kommen auch die nächsten Impulse zur Therapie oder einfach zur Begleitung. Dann werden mir als Arzt sozusagen die „richtigen“ Werkzeuge (Medikament, Gespräch, Akupunkturnadel, Spritze, Schröpfen...) in die Hand gelegt.

So alt ist unsere Medizin noch gar nicht. Paracelsus ist gerade mal 500 Jahre tot. Und es gab in den letzten 2000 Jahren auch andere Sichtweisen auf Krankheit, Heilung und Gesundheit und vieles davon war gar nicht schlecht. Es gab Zeiten, wo der Patient im Tempel zunächst dem Gott der Heilkunst etwas geopfert hat. D.h. er hat freiwillig etwas gegeben, um Hilfe zu erbitten und sich anzuvertrauen. Mit dieser Gabe war er jedoch auch bereit, das zu finden, was er gesucht hat. Es gab auch Zeiten, da wurden die Ärzte nur dann bezahlt, wenn die ihnen anvertrauten Patienten gesundgeblieben sind. Wurden sie krank, gab es Abzug.

Es geht nicht darum, alte Hüte zu übernehmen. Aber es gibt ein gut erforschtes Heilmittel frei von unerwünschten Nebenwirkungen, das neben Antibiotika, Operation, Akupunktur, Handauflegen und Bachblüten sofort funktioniert und das ist Dankbarkeit. Und dieses Heilmittel wirkt bei allen Partnern des Gesundheitssystems.

Der Patient kann danken für die ihm angebotenen Möglichkeiten zur Behandlung und Heilung, für die Begleitung durch seine Lebenspartner, für die Krankenversicherung. Der Arzt kann danken, dass der Patient sich ihm anvertraut und bereit ist, sein Leben zu verändern. Er kann seinen Lehrern danken und den hervorragenden Bedingungen, in denen wir arbeiten können.

Es gibt so vieles, für das ich dankbar sein kann. Vielleicht fangen wir einen Tag einfach mal mit „Danke für Dich.“ als mit „Bitte gib mir...“. Probieren Sie es aus. Es wird Ihr Leben verändern.

Heilung bedeutet wieder „ganz zu werden“ und dieser Vorgang ist das größte Geschenk. Es beginnt mit Offenheit, Dankbarkeit, Mitgefühl und oft mit einem ersten kleinen Lächeln beim Hinausgehen aus der Praxis.

Kommen Sie einfach mal vorbei: www.susannekreft.de